

НАРЕДБА за специфичните изисквания към храни, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, особено при спортисти

Приета с ПМС № 273 от 6.10.2006 г., обн., ДВ, бр. 84 от 17.10.2006 г.

Чл. 1. С наредбата се определят специфичните изисквания към храни, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, особено при спортисти.

Чл. 2. Храните, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, са категория храни със специално предназначение за задоволяване на специфичните хранителни потребности на организма при интензивна мускулна дейност, използвани съгласно указанията за употреба на производителя.

Чл. 3. Храните, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, са:

1. богати на въглехидрати енергийни храни;
2. въглехидратно-електролитни разтвори;
3. белтъчни концентрати;
4. обогатени с белтък храни.

Чл. 4. (1) Съставът на храните, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, трябва да съответства на изискванията, посочени в приложението.

(2) Изискванията по ал. 1 се отнасят за продукти, готови за консумация или приготвени съгласно указанията за употреба на производителя.

Чл. 5. (1) При етикетирането на храните, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, се спазват изискванията на Наредбата за изискванията за етикетирането и представянето на храните, приета с Постановление № 136 на Министерския съвет от 2000 г. (ДВ, бр. 62 от 2000 г.) и на Наредба № 23 от 2001 г. за условията и изискванията за представяне на хранителната информация при етикетирането на храните (ДВ, бр. 53 от 2001 г.), като се обявяват задължително и следните данни:

1. енергийната стойност, изразена в килоджаули (kJ) и в килокалории (kcal), съдържанието на белтък, въглехидрати и мазнини, витамини, минерални вещества, както и други добавени хранителни и биоактивни вещества, изразено в цифрова стойност за 100 g или за 100 ml, както се предлага на пазара и където е подходящо на 100 g или 100 ml готов за употреба продукт в съответствие с указанията на производителя; тази информация допълнително може да се представя за определеното количество на продукта в доза или в порция за еднократен прием, при условие че броят на дозите или порциите, съдържащи се в опаковката, е обявен;

2. информация за произхода и естеството на съдържащия се белтък;

3. указание за начина на приготвяне в случаите, когато е необходимо, и забележка за важността от спазване на указанието;

4. указание за употреба и условия за съхраняване след отваряне на опаковката.

(2) При етикетирането на напитки, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, освен данните по ал. 1 се включва информация за техния осмолалитет съгласно приложението.

Чл. 6. Производителите или лицата, които предстои да пуснат на пазара за първи път храни, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, особено при спортисти, уведомяват за това регионалната инспекция за опазване и контрол на общественото

здраве преди пускането на пазара, като изпращат образец на етикета, използван за съответната храна.

Чл. 7. Когато в резултат на нова информация или преоценка на съществуващата се установи, че дадена храна, която съответства на изискванията на наредбата, създава опасност за здравето на потребителите, съответната храна се спира от продажба и се изтегля от пазара.

ДОПЪЛНИТЕЛНА РАЗПОРЕДБА

§ 1. По смисъла на наредбата:

1. "Интензивно мускулно натоварване" е физическо натоварване, което обхваща големи мускулни групи и е с максимална интензивност за кратък период или е с умерена интензивност и голяма продължителност.
2. "Спортисти" са лица, за които спортът е основна професия, както и лица, които провеждат системна тренировъчна и състезателна дейност, но за тях това не е основна професия.
3. "Осмоалалитет" е количество осмола на веществото (брой на частиците - молекули или йони на единица молекулно тегло на веществото) в килограм разтворител. Осмоалалитет 1 Osm/kg за глюкозата са 180 g глюкоза в 1 kg вода.

ЗАКЛЮЧИТЕЛНИ РАЗПОРЕДБИ

§ 2. Контролът по изпълнението на наредбата се осъществява от органите на официалния контрол по Закона за храните.

§ 3. Наредбата се приема на основание чл. 4 от Закона за храните.

Приложение към

чл. 4, ал. 1 и чл. 5, ал. 2

Изисквания към състава на храните, предназначени за употреба при интензивно мускулно натоварване, особено при спортисти

1. Богати на въглехидрати енергийни храни Продуктите трябва да съдържат въглехидрати, които доставят не по-малко от 65 на сто от общата им енергийна стойност. Ако продуктът е под форма на напитка, съдържанието на въглехидратитрябва да бъде не по-малко от 15 g на 100 ml течност. Съдържащите се в тях метаболизиращи се въглехидрати трябва да доставят не по-малко от 75 на сто от общата енергийна стойност на напитката. Ако е добавен витамин B1 (тиамин), продуктът трябва да съдържа най-малко 0,2 mg на 100 g въглехидрати.

2. Въглехидратно-електролитни разтвори Енергийното им съдържание трябва да е не по-малко от 340 kJ/l (80 kcal/l) и не повече от 1488 kJ/l (350 kcal/l). Съдържащите се в тях метаболизиращи се въглехидрати трябва да доставят не по-малко от 75 на сто от общата енергийна стойност на напитката. Съдържанието на натрий трябва да е не по-малко от 6,5 mmol/l (150 mg/l) и не повече от 50 mmol/l (1150 mg/l) като натриеви йони. Когато напитката е с осмоалалитет 270 - 330 mOsm/kg вода, напитката може да бъде определена като "изотонична".

3. Белтъчни концентрати Белтъкът трябва да представлява не по-малко от 70 на сто от сухотовещество. Аминокиселинният химичен индекс (показател за качеството на белтъка) трябва да е не по-малко от 80 на сто от този на казеина. Ако е добавен витамин B6, продуктът трябва да съдържа най-малко 0,02 mg витамин B6 на g белтък. Добавянето на аминокиселини (с изключение на метионин) се разрешава единствено с цел подобряване на хранителната стойност на белтъците и само в количества, необходими за тази цел.

4. Обогатени с белтък храни Белтъкът трябва да доставя не по-малко от 25 на сто от общата енергийна стойност на продукта. Аминокиселинният химичен индекс (показател за качеството на белтъка) трябва да е не по-малко от 80 на сто от този на казеина. Ако е добавен витамин B6, продуктът трябва да съдържа най-малко 0,02 mg витамин B6 на g белтък. Добавянето на аминокиселини (с изключение на

метионин) се разрешава единствено с цел подобряване хранителната стойност на белтъците и само в количества, необходими за тази цел.