

Marketingkorlátozás alá eső élelmiszerek a WHO európai tápanyagprofil-modelljének magyarországi változata alapján

A Magyar Népegészségügy Megújulásáért Egyesület által a 18 év alatti gyermekeket célzó élelmiszer-marketing korlátozásának keretében létrehozott tápértékprofil-modell a WHO tápanyagprofil-modelljéből indul ki és azon alapul. A WHO 2015-ben tette közzé első, majd 2023-ban a második, módosított listáját, mely azon élelmiszerek és italok tápértékprofilját tartalmazza, amelyeket a kiskorúaknak szóló marketingjét korlátozni javasolja. A WHO tápanyagprofil-modell közzététele a WHO európai régiójának tagállamai által azonosított globális tápanyagprofil-modell iránti igényből fakadt, amely – igazodva a tagállamok jellemzőihez – nemzeti szinten megvalósítható, így nemzeti válaszokat ad a globális igényekre. A WHO Európai Regionális Irodája által összeállított, 2015-ben publikált tápanyagprofil-modell alkalmazhatóságát már több országban tesztelték, részletes beszámoló a portugál piacon kapható élelmiszerek egy csoportjának eredményeiről nyilvánosan is elérhető (PERFIL NUTRICIONAL, 2019).

A hazai tápanyagprofil kialakításakor a WHO 2023-ban kiadott, módosított modellje szolgált kiindulásként. Néhány termékcsoporthoz és tápanyag-határérték esetében kisebb módosítás történt annak érdekében, hogy az egyes élelmiszerkategóriákban található egyes tápanyagok határértékei, valamint definíciói összhangba kerüljenek az Európai Unió és Magyarország releváns jogszabályaiban foglaltakkal, ezáltal is átláthatóvá téve a rendszert, segítendő a vállalkozásokat és az ellenőrző hatóságok munkáját egyaránt. A figyelembe vett főbb jogszabályok:

- 1) 2008. évi XLVII. törvény a fogyasztókkal szembeni tisztességtelen kereskedelmi gyakorlat tilalmáról, Melléklet a 2008. évi XLVII. törvényhez: Tisztességtelen kereskedelmi gyakorlatok, 28. pont
- 2) 20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet a nevelési-oktatási intézmények működéséről és a köznevelési intézmények névhasználatáról
- 3) 1997. évi CLV. törvény a fogyasztóvédelemről (16/A. § (1a) bekezdés)
- 4) 210/2009. (IX. 29.) Korm. rendelet a kereskedelmi tevékenységek végzésének feltételeiről (20/B. §)
- 5) Népegészségügyi termékadóról szóló 2011. évi CIII. törvény (1. melléklet a 2011. évi CIII. törvényhez, Energiaital)
- 6) Az Európai Parlament és a Tanács 1924/2006/EK rendelete (2006. december 20.) az élelmiszerekkel kapcsolatos, tápanyag-összetételre és egészségre vonatkozó állításokról
- 7) 36/2014. (XII. 17.) FM rendelet az élelmiszerekkel kapcsolatos tájékoztatásról (2.G. fejezet)
- 8) Az Európai Parlament és a Tanács 2002/46/EK irányelve (2002. június 10.) az étrend-kiegészítőkre vonatkozó tagállami jogszabályok közelítéséről
- 9) 37/2004. (IV. 26.) ESzCsM rendelet az étrend-kiegészítőkről
- 10) a vám- és a statisztikai nomenklatúráról, valamint a Közös Vámtarifáról szóló 1987. július 23-i 2658/87/EGK tanácsi rendelet

11) A Bizottság (EU) 2025/2380 végrehajtási rendelete (2025. november 18.) egyes áruk Kombinált Nomenklatúra szerinti besorolásáról

A WHO 2023-ban kiadott, frissített modelljéhez képest a marketingkorlátozás alá eső termékcsoportok tekintetében is módosítás történt, Magyar Népegészségügy Megújulásáért Egyesület javasolja az étrend-kiegészítők, valamint az önkéntes tápanyagösszetétel jelöléssel ellátott nem előrecsomagolt élelmiszerek beillesztését a gyermekeket célzó marketing tilalma alá eső kategóriák közé.

Jogi hivatkozási alapok (magyar és nemzetközi)

- **Fogyasztókkal szembeni tisztességtelen kereskedelmi gyakorlat tilalma:** A 2008. évi XLVII. törvény melléklete (a „feketelista”) 28. pontja tiltja a reklámokban a gyermekek közvetlen felszólítását a termék megvételére. Bár ez nem teljes tilalom, az étrend-kiegészítők esetében a Gazdasági Versenyhivatal gyakorlata szigorú: büntetik a megtévesztő, szakemberre (pl. orvosra) hivatkozó vagy a kiegyensúlyozott étrendet helyettesítőként bemutató hirdetéseket.
- **Étrend-kiegészítők jelölése:** A 37/2004. (IV. 26.) ESzCsM rendelet előírja, hogy a termék nem tulajdoníthat betegséget megelőző vagy gyógyító hatást, és a reklám nem sugallhatja, hogy a kiegyensúlyozott étrend nem biztosít elegendő tápanyagot. Ez nyilvánvalóan igaz a felnőttekre és gyermekekre egyaránt.
- **Gyermekvédelmi szempontú szigorítás:** A fogyasztóvédelmi törvény legutóbbi módosításai (pl. az energiatartalom korlátozása kapcsán) azt az irányt mutatják, hogy a kiskorúak egészségét veszélyeztető termékek reklámja fokozott korlátozás alá esik.

Tudományos és nemzetközi ajánlások

- **WHO Irányelvek (2023):** A WHO legfrissebb ajánlása sürgeti a tagállamokat, hogy vezessenek be kötelező korlátozásokat a gyermekeknek szóló élelmiszer-marketingre, mivel a marketing bizonyítottan befolyásolja az étkezési szokásokat és növelik az egészségügyi kockázatokat.
- **Élettani kockázatok:** Tudományos közlemények szerint a vitaminok és ásványi anyagok túlzott bevitele vagy nem megfelelő kombinációja gyermekeknél komoly egészségügyi kockázatot jelenthet. Egy 2025-ös tanulmány¹ kifejezetten a gyermekeknek szánt étrend-kiegészítők médiabeli pozitív, de tudományosan nem megalapozott ábrázolásának veszélyeire figyelmeztet.
- **Pszichológiai sérülékenység:** A gyerekek kritikai érzéke még nem fejlett, így a reklámok „vonzó” ígéretei (pl. jobb tanulmányi eredmény, erősebb immunrendszer) könnyen befolyásolják őket és a szülőket is a felesleges vagy kockázatos fogyasztás felé.

¹ Melero-Bolaños, R., Gutiérrez-Villar, B., Montero-Simo, M. J., Araque-Padilla, R. A., & Olarte-Sánchez, C. M. (2025). Media influence on the perceived safety of dietary supplements for children: A content analysis of Spanish news outlets. *Nutrients*, 17(6), 951. <https://doi.org/10.3390/nu17060951>

Nemzetközi példák a szabályozásra

- **Portugália 2019-ben** törvényi korlátozást vezetett be^{2,3}, tiltja magas zsír-, telített zsírsav- és sótartalmú élelmiszerek reklámját gyermekeknek szóló műsorokban, iskolák közelében, gyermekek által is használt digitális platformokon.
- **Norvégia (2024/2025):** Az egyik legszigorúbb szabályozást⁴ vezették be, ami **minden olyan élelmiszer** reklámozását tiltja a 18 év alattiak számára, amely nem felel meg az egészségügyi kritériumoknak (magas zsír-, cukor- vagy sótartalom,).
- **Egyesült Királyság (2025-től):** Bevezették az úgynevezett „vízvásztó” (*watershed*) tilalmat⁵, amely szerint 21:00 óra előtt tilos az egészségtelen termékek reklámozása a televízióban, az online felületeken pedig teljes körű tiltás lép életbe a kiskorúak védelmében.
- **Kanada (Quebec):** A fogyasztóvédelmi törvény (Consumer Protection Act)⁶ már évtizedek óta teljesen tiltja a 13 év alatti gyermekeknek szóló bármilyen kereskedelmi reklámot, beleértve az étrend-kiegészítőket is. Az indoklás szerint a gyermekek nem képesek különbséget tenni a reklám és a valóság között.
- **Chile:** 2016-ban a világ egyik legátfogóbb törvényét hozták meg, amely tiltja a gyermekeknek szóló figurák (pl. rajzfilmhősök) használatát a csomagoláson és a reklámokban minden olyan terméknel, amely nem alapvető élelmiszer⁷.

A korlátozások szakmai indoklása

A nemzetközi szervezetek (pl. WHO, UNICEF) és a nemzeti hatóságok az alábbi érvekkel támasztják alá a tilalmat:

- **Kognitív éretlenség:** A gyermekek 12-13 éves korukig nem rendelkeznek azzal a kritikai érzéssel, amellyel felismernék a reklámok meggyőző szándékát. Hajlamosak tényként kezelni a „szupererőt” vagy „jobb jegyeket” ígérő hirdetéseket.
- **Az egészséges táplálkozás torzítása:** Az étrend-kiegészítők reklámjai azt az üzenetet közvetítik, hogy a tabletták és gumivitaminok helyettesíthetik a változatos étrendet (zöldség, gyümölcs). Ez hosszú távon rontja az egészséges táplálkozási szokások kialakulását.

² <https://abreuadvogados.com/en/knowledge/publications/articles-en/restrictions-on-advertising-aimed-at-minors-of-determined-foodstuffs-and-beverages/>

³ Figueira, M., Graça, P., Muc, M., & Gregório, M. J. (2026). Implementing a law restricting unhealthy food advertising in Portugal: A 13-year journey. *Frontiers in Political Science*, 7, 1702075. <https://doi.org/10.3389/fpos.2025.1702075>

⁴ <https://www.foodtimes.eu/consumers-and-health/norway-ban-unhealthy-food-marketing-children-2025/#:~:text=On%2025%20April%202025%2C%20Norway%20established%20itself,at%20children%20under%2018%20years%20of%20age.>

⁵ <https://www.gov.uk/government/publications/restricting-advertising-of-less-healthy-food-or-drink-on-tv-and-online-products-in-scope/restricting-advertising-of-less-healthy-food-or-drink-on-tv-and-online-products-in-scope>

⁶ https://interprofessional.ubc.ca/files/2018/11/Plenary_Hooper.pdf#:~:text=The%20Quebec%20Consumer%20Protection%20Act&text=Therough%20the%20Consumer%20Protection%20Act%2C%20Quebec%20imposes,to%20children%20under%20the%20age%20of%2013.

⁷ <https://www.dinta.cl/wp-content/uploads/2022/10/MANUAL-DE-ETIQUETADO-ALIMENTOS-3%C2%B0Ed.-2022.pdf>



-
- **„Pester power” (Zaklatási faktor):** A reklámok célzottan a gyermekeket szólítják meg, hogy rajtuk keresztül gyakoroljanak nyomást a szülőkre (vásárlási kérések), ami gyakran felesleges és drága termékek megvételéhez vezet.
 - **Túladagolás veszélye:** A gumicukor formájú étrend-kiegészítők édességként való beállítása növeli a véletlen túladagolás kockázatát, ami gyermekeknél súlyos élettani következményekkel (pl. A- vagy D-vitamin mérgezés) járhat.

Gyermekeknek szóló marketingkorlátozás alá eső élelmiszerkategóriák és tápanyag-határértékek

A termék marketingje akkor korlátozott, ha a tápanyagok bármelyike eléri vagy meghaladja a megadott határértéket 100 g vagy 100 ml termékben, önmagában vagy más tápanyagokkal együttesen, kivéve az ételmi rostot, ahol a megadott határérték alatti mennyiséget tartalmazó termékek marketingje esik korlátozás alá.

Élelmiszer kategória	A kategóriába tartozik (példák)	Nem tartozik a kategóriába (példák)	VTSZ szám ^a	Összes zsír (g)	Telített zsírsavak (g)	Összes cukor (g)	Hozzáadott cukor (g)	Nem cukor jellegű édesítőszer (g)	Nátrium (g)	Energia (kcal)	Ételmi rost (g)
1. Csokoládé és cukorkaárúk, energiaszeletek, édes öntetek, desszertek	Csokoládés édességek Cukorka édességek (beleértve a zseléket és a főtt édességeket; rágógumit; karamellákat; édesgyökér édességeket, marcipán édességeket) Granola és gabonapehely típusú szeletek. Kenhető csokoládé és egyéb édes szendvicsfeltétek Olajos magvak zsiradékai (pl. mogyoróvaj). Méz Asztali cukor	Reggeli gabonapelyhek csokoládéval; süteménye; kekszek és egyéb, csokoládéval bevont termékek.	04.09; néhány 17.01; (17.04; 18.06; néhány 19.05; 20.06; néhány 20.08; néhány 21.06)				0	0			
2. Sütemények és egyéb péksütemények, édes kekszek, édességek készítéséhez használt por állagú keverékek	Süti/édés kekszek Édes percc Sütemények és piskóták Piték és péksütemények Sült és főtt desszertek Palacsinta, gofri és francia piritós Pogácsák és szódakenyér (https://en.wikipedia.org/wiki/Soda_bread) Száras keverékek ezek elkészítéséhez.	Kenyér és kenyértermékek	19.01.20; 19.05.20; 19.05.31; 19.05.32; néhány 19.05.90	3			0	0	0,1		
3. (Sós) rágcsálnivalók	Keksz/sós keksz		08.01; 08.02; 19.04.10; 19.04.20;				0	0	0,1		

Élelmiszer kategória	A kategóriába tartozik (példák)	Nem tartozik a kategóriába (példák)	VTSZ szám ^a	Összes zsír (g)	Telített zsírsavak (g)	Összes cukor (g)	Hozzáadott cukor (g)	Nem cukor jellegű édesítőszer (g)	Nátrium (g)	Energia (kcal)	Élelmi rost (g)
	Diófélék, magvak és szemek (beleértve a pattogatott kukoricát, dióféléket, földimogyorót és magvakat (sima vagy sóval, illetve ízesítve)) Burgonya, zöldség és gabonachips Extrudált snackek Sós perecek		néhány: 19.05; 20.08.11; 20.08.19; 20.08.99 (20.05.20.; 10.05.; néhány 21.06.)								
4.	Italok										
4a.	Gyümölcslevek	100%os gyümölcs és zöldséglevek (beleértve a sűrítményből készült leveket is) Smoothiek (beleértve a joghurtot tartalmazó smoothieket is, amelyekben a joghurt nem a fő összetevő)	Gyümölcs és zöldségnektárok	20.09		0		0	0,1 ^b		
4b.	Tej és tejalapú italok	Tejtermékek (cukrozva és cukormentesen is). Tejterméket tartalmazó turmixok és kávék (amelyekben a fő összetevő a tejtermék).	Tejszín	Néhány 04.01; néhány 04.02; néhány 19.01.90; néhány 22.02.99 (22.02.99.91; 22.02.99.95; 22.02.99.99)	3		0	0			
4b.	Növényi alapú tejhelyettesítő italok	Növényi alapú tejhelyettesítők (cukrozva és cukormentesen is). Növényi alapú tejhelyettesítőket tartalmazó turmixok és kávék (amelyekben a fő összetevő a növényi alapú tejhelyettesítő).		22.02.90 (22.02.90.99; 22.02.99.11; 22.02.99.15; néhány 21.06)	3		0	0			
4c.	Energiaitalok ^c	Metilxantinokat (koffein, teobromin, teofillin) vagy más stimulánsokat, például guaranát, taurint, glukuronolaktont és vitaminokat tartalmazó italok	Kávék és teák (<i>Camelia sinensis</i> L.)	Néhány 22.0; néhány 21.01 (20.09; 22.02)	tápanyagösszetételétől függetlenül a termék kategória marketingje korlátozott						

Élelmiszer kategória		A kategóriába tartozik (példák)	Nem tartozik a kategóriába (példák)	VTSZ szám ^a	Összes zsír (g)	Telített zsírsavak (g)	Összes cukor (g)	Hozzáadott cukor (g)	Nem cukor jellegű édesítőszer (g)	Nátrium (g)	Energia (kcal)	Élelmi rost (g)
4d.	Üdítőitalok, palackozott vizek	Víz alapú ízesített italok (szénsavas és szénsavmentes) Gyümölcs és zöldségnektárok Vizek (beleértve az ásványvizeket is) Kávé, pótkávé, tea, gyógynövényforrások és egyéb, gabonából, magvakból készült forró italok	Energiaitalok	22.01; néhány 22.02 (néhány 21.06.90)				0	0			
5.	Fagylaltok	Tej és növényi alapú fagylaltok Vízbázisú fagylaltok (beleértve a sorbeteket is) Fagyasztott joghurtok		21.05	3			0	0	0,1		
6.	Reggelizőpelyhek	Minimálisan feldolgozott reggeli gabonapelyhek (például vágott, hengerelt vagy instant zab, zabpehely és müzli készítéséhez, beleértve a zabkása keveréket, instant gabonapelyheket) Magasan feldolgozott reggeli gabonapelyhek (beleértve az aprított, pelyhesített, puffasztott vagy extrudált gabonapelyheket, és a granolát is)		10.04; 19.04.10; 19.04.20; néhány 11.04	17		12,5			0,5		6
7.	Joghurt, savanyított tejtermékek, tejszín és hasonló termékek	Joghurt és savanyított tejtermékek (beleértve a kefir, író, ízesített savanyú, erjesztett tejet és ivójoghurtot; fromage frais; sajtalapú és egyéb joghurtpótlót) További összetevőket tartalmazó joghurttermékek (gyümölcsöt és müzlit is beleértve) Tejszín	Fagyasztott joghurtok	Néhány 04.02; 04.03; 04.04; 19.01.10; néhány 21.06 (néhány 04.06.10; 19.01.90; néhány 04.01; néhány 19.01.90.99)	3	1	10 ^d		0 ^e	0,1		
8.	Sajtok	Kemény, közepes és lágy sajtok (éretlen és érlelt) Ömlesztett sajtok (beleértve a kenhető sajtokat is)		04.06	17		5g/100g 2,5 g/100 ml ^f			0,5		

Élelmiszer kategória	A kategóriába tartozik (példák)	Nem tartozik a kategóriába (példák)	VTSZ szám ^a	Összes zsír (g)	Telített zsírsavak (g)	Összes cukor (g)	Hozzáadott cukor (g)	Nem cukor jellegű édesítőszer (g)	Nátrium (g)	Energia (kcal)	Élelmi rost (g)
9. Készételek és kényelmi termékek, összetett ételek	Összetett konzerv ételek (beleértve a szószos húsgombócokat és a sült babot) Tészta, tésztagombóc/nudli, rizs vagy gabona, mártással vagy fűszerekkel Pizza és pizzafalatok Szendvicsek és wrapok (beleértve a hamburgert és a hot dogot) Elkészített saláták Fogyasztásra kész ételek, beleértve a nem előre csomagolt élelmiszereket, amelyek szénhidrát és zöldség, vagy hús kombinációjából állnak, vagy mindhárom kombinációból ¹⁶ Levesek (fogyasztásra kész, konzerv és hűtött, száraz és koncentrált)	Gyümölcskonzervek, zöldségek és hüvelyesek (szósz nélkül); hal és húskonzerv (szósz nélkül)	Néhány 16; 19.02.20; néhány 19.05; néhány 20.05; 21.04 (néhány 19.01.20.; 19.02.19.) néhány 19.01.20.; 19.02.19. néhány 19.01.20; néhány 19.02.30; néhány 19.02.40.90; néhány 19.04.90; néhány 20.04; néhány 20.05; néhány 21.06)	17	6	12,5			0,5	225	
10. Vaj és egyéb zsírok és olajok	Vaj, vajkeverékek, margarin és olajalapú kenhető termékek, Növényi olajok		04.05; 15 (04.05.20; 04.05.90)		21				0,5		
11. Kenyér, sütőipari termékek és ropogós kenyerek	Édes és mazsolás kenyér (beleértve a brióst is) Kovászos kenyér (beleértve a mindenféle gabonalisztből készült kenyeret (pl. fehér vagy teljes kiőrlésű búza, tönköly és rozs). Laposkenyerek	Palacsinta	19.05.10; 19.05.40; 19.05.90	17		12,5			0,5		6,0 ^h
12. Friss vagy száraztészta, gombóc/nudli, rizs és gabonafélék	Friss vagy száraztészta és gombóc/nudli Rizs és gabona	Töltött tészta és tészta szószban	10; néhány 11; néhány 19.02; kivéve 19.02.20; 19.04.30; néhány 19.04.90	17		12,5			0,5		
13. Friss és fagyasztott hús, baromfi, hal és	Friss és fagyasztott hús, baromfi, vad, hal és hasonlók (nem sózott!) Tojás		Néhány 02; kivéve 02.09. és 02.10;	17							

Élelmiszer kategória	A kategóriába tartozik (példák)	Nem tartozik a kategóriába (példák)	VTSZ szám ^a	Összes zsír (g)	Telített zsírsavak (g)	Összes cukor (g)	Hozzáadott cukor (g)	Nem cukor jellegű édesítőszer (g)	Nátrium (g)	Energia (kcal)	Élelmi rost (g)
hasznók (nem szózott!)			néhány 03. kivéve 03.05; 04.07; 04.08								
14. Feldolgozott hús, baromfi, hal és hasonlók	Feldolgozott hal és tenger gyümölcsei (beleértve a konzerv, nyers és nem hőkezelt termékeket; pl. tonhalkonzerv, sós lében vagy olajban tartósított hal, füstölt hal és halrudacsok) Feldolgozott hústermékek és készítmények (beleértve a konzerveket, nyers, hőkezelt és nem hőkezelt termékeket, pl. sonkát, hamburgert, kolbászt és bundázott húskészítményeket)		02.10; néhány 03 (néhány 03.05; néhány 03.06; néhány 03.07; néhány 03.08); néhány 16 (néhány 16.04; 16.01; néhány 16.02; 16.05;) néhány 21.06	17					0,5		
15. Friss és fagyasztott gyümölcsök, zöldségek és hüvelyesek	Friss és fagyasztott gyümölcs, zöldség (beleértve a keményítőtartalmú zöldségeket, gyökereket és gumókat) Friss és fagyasztott hüvelyesek Gomba		07 (kivéve 07.10, 07.11, 07.12 és 07.13; néhány 07.14;) néhány 08 (kivéve 08.01, 08.02, 08.11, 08.12, 08.13 és 08.14)	tápanyagösszetételétől függetlenül a termék kategória marketingje nem korlátozott							
16. Feldolgozott gyümölcsök, zöldségek és hüvelyesek	Konzerv, savanyított, szárított, rántott és panírozott, zöldségek és hüvelyesek			3		12,5	0	0 ⁱ	0,5		
17. Növényi alapú élelmiszer/hús-analógok	Tofu és tempeh Hús analógok (beleértve a "vega hamburgert")		21.06.90	17			0	0	0,5		
18. Szószok, mártások és öntetek	Leveskockák Főzőszószok (beleértve a tészta szószokat is) Mártogatók és mártogatók szószok Salátaöntetek Fűszerek (beleértve a paradicsomos ketchupot is)		21.03	17			0	0	0,5		
19. Étrend-kiegészítők				tápanyagösszetételétől függetlenül a termék kategória marketingje korlátozott							

^aA zárójelben lévő VTSZ számok a WHO-tól eltérő, különböző országok anyagaiban megjelenő további vagy pontosított VTSZ kategóriák.

^bEltérés a WHO ajánlástól: A WHO ajánlás ebben a kategóriában nem tartalmaz határértéket a sóra. Ugyanakkor, vannak olyan zöldséglevek (főként paradicsom és vegyes zöldség), amelyek hozzáadott sót tartalmaznak, ami elérheti a 0,5 g – 0,8 g/100 ml (vagy ennél is nagyobb értéket). Így egy pohár (250 ml) sós zöldséglé akár 1,5-2 gramm sót is tartalmazhat. Ezért ebben a kategóriában a nátriumtartalom vonatkozásában 0,1 g/100 ml határérték került meghatározásra.

^cAz energiatalokra vonatkozó magyarországi jogszabályok szerinti termék:

36/2014. (XII. 17.) FM rendelet az élelmiszerekkel kapcsolatos tájékoztatásról

2/G. * Az energiatalokra vonatkozó követelmények

7/I. § * (1) Kizárólag az „energiatal” kifejezést tartalmazó megnevezéssel hozható forgalomba a kereskedelmi tevékenységek végzésének feltételeiről szóló 210/2009. (IX. 29.) Korm. rendelet [a továbbiakban: 210/2009. (IX. 29.) Korm. rendelet] 20/B. §-ában meghatározott összetételű alkoholmentes ital.

(2) Az „energiatal” kifejezést a termék fő látómezőjében is fel kell tüntetni, úgy, hogy az 1169/2011/EU európai parlamenti és tanácsi rendelet IV. melléklete szerinti x-magasság legalább 3 mm.

(3) Az „energiatal” kifejezéssel és az azt tartalmazó megnevezéssel kizárólag a 210/2009. (IX. 29.) Korm. rendelet 20/B. §-ában meghatározott összetételű alkoholmentes italok jelölhetők.

210/2009. (IX. 29.) Korm. Rendelet a kereskedelmi tevékenységek végzésének feltételeiről

20/B. § * A fogyasztóvédelemről szóló 1997. évi CLV. törvény (a továbbiakban: Fgytv.) 16/A. § (1a) bekezdése alapján tizennyolcadik életévét be nem töltött személy részére nem értékesíthető, illetve nem kiszolgálható energiatal az olyan, a 2009 vagy 2202 vámtarifaszám (továbbiakban: VTSZ) alá tartozó alkoholmentes ital, amely

a) – a 2202 99 11, 2202 99 15, 2202 99 91, 2202 99 95 és 2202 99 99 VTSZ alá tartozó termék kivételével – 15 mg / 100 ml mennyiséget meghaladó mértékben tartalmaz bármely, a metil-xantinok csoportjába tartozó vegyületet (a továbbiakban: metil-xantin), vagy

b) tartalmaz metil-xantint és a következő anyagok bármelyikét: ba) ginseng, bb) L-arginin, bc) inozitol, bd) glükuronolakton, be) taurin.

Népegészségügyi termékadóról szóló 2011. évi CIII. törvény

1. melléklet a 2011. évi CIII. törvényhez

7. b) Energiatal

8. ba) a bb) alpont hatálya alá nem tartozó, 2009, 2202 VTSZ szám alá tartozó termék, ha metil-xantint tartalmaz, ideértve azt az esetet is, ha a metil-xantint a termék valamely összetevője tartalmazza és metil-xantin-tartalma meghaladja a 15 milligramm metil-xantin/100 milliliter mennyiséget

9. bb) a 2009, 2202 VTSZ szám alá tartozó termék, ha metil-xantint tartalmaz, ideértve azt az esetet is, ha a metil-xantint a termék valamely összetevője tartalmazza és ginseng, L-arginint vagy legalább 10 milligramm/100 milliliter mennyiségű taurint vagy ezek kombinációját tartalmazza

^dEltérés a WHO ajánlástól: A termékcsoporthoz tartozó esetében a nemzetközi példák (szlovén, portugál, norvég) alapján a cukortartalom WHO által javasolt 12,5 g határértéke helyett 10g/100 g került meghatározásra.

^eEltérés a WHO ajánlástól: adott termék kategóriánál a WHO nem tesz javaslatot a mesterséges édesítőszeret tartalmazó termékek korlátozására. Ugyanakkor, a termék kategóriában a piacon elérhető olyan termékek, amelyek mesterséges édesítőszeret tartalmaznak, ezek fogyasztása nem javasolt. Így a mesterséges édesítőszeret tartalmazó termékek marketingjét korlátozni szükséges, határértékük így nulla.

^fEltérés a WHO ajánlástól: adott termék kategóriánál a WHO nem ad meg határértéket a termékek összecsukor-tartalmára vonatkozóan. Ugyanakkor, a piacon elérhető olyan termékek (pl. friss túró és krémsajt alapú készítmények), amelyek hozzáadott cukrot is tartalmaznak (a tejcsukron kivül), ezért javasolt, hogy a termék korlátozás alá essen, ha az összes cukortartalom 5g/100 g,

vagy 2,5 g/100 ml értéknél nagyobb. Ez a határérték az élelmiszerekkel kapcsolatos, tápanyag-összetételre és egészségre vonatkozó állításokról szóló, az Európai Parlament és a Tanács 1924/2006/EK rendeletében szereplő „alacsony cukortartalmú” állítás alkalmazhatósági kritériumának felel meg.

⁸Eltérés a WHO ajánlástól: A lakosság körében népszerű (gyors)éttermek által forgalmazott, nem előre csomagolt élelmiszerek tápanyagösszetételük okán gyakran nem illeszthetők be az egészséges táplálkozás elemei közé^{8,9,10}. Ezért indokolt ezen termékek marketingjének korlátozása is. Egyes, nem előre-csomagolt élelmiszereket forgalmazó vállalkozások önkéntesen meghatározzák és így rendelkeznek az általuk előállított termékek tápanyagösszetételével, ezek az adatok a vállalkozások weboldalán elérhetők. Jóllehet, a WHO ajánlás nem tér ki a nem előre-csomagolt élelmiszerekre, javasolt a tápanyagösszetétellel forgalmazott, nem előre-csomagolt élelmiszerek esetében is alkalmazni a „Készételek és kényelmi termékek, összetett ételek” kategóriára meghatározott tápanyag-határértékeket.

Nem előre-csomagolt élelmiszerek:

Az élelmiszerek jelöléséről szóló 36/2014. (IV. 30.) VM rendelet (összhangban az uniós (1169/2011/EU) előírásokkal)

2. § (1) E rendelet alkalmazásában

1. *nem előre-csomagolt élelmiszer*: a végső fogyasztónak szánt élelmiszer, amelyet

- a) csomagolás nélkül kínálnak a végső fogyasztó, a vendéglátás, illetve a közétkeztetés részére,
- b) az értékesítés helyén a fogyasztó kérésére, a fogyasztó fizikai jelenlétében csomagolnak, vagy
- c) közvetlen értékesítés céljára a forgalmazás helyén, de a fogyasztó távollétében becsomagolnak;

^hEltérés a WHO ajánlástól: A termék kategóriában a WHO ajánlás nem állapít meg határértéket az élelmirost-tartalom vonatkozásában. Ismert azonban az élelmi rostok jelentősége az egészség megőrzésében, valamint a hazai lakosság ajánlást el nem érő bevitelét is igazolt, így célszerűnek látszik a nem jelentős élelmirost-tartalmú termékek marketingjének korlátozása, ahogy erre példaként szolgál a szlovén és az osztrák szabályozás is. Így az adott termék kategóriába tartozó termékek marketingje korlátozott, amennyiben az élelmirost-tartalom nem éri el a 6g/100 g értéket. Ez a mennyiség megfelel az élelmiszerekkel kapcsolatos, tápanyag-összetételre és egészségre vonatkozó állításokról, az Európai Parlament és a Tanács 1924/2006/EK rendeletében meghatározott élelmi rostban gazdag állításnak.

ⁱEltérés a WHO ajánlástól: A termék kategóriában a WHO ajánlás nem tartalmaz határértéket a mesterséges édesítőszer tekintetében. Ugyanakkor ismeretes, hogy savanyított termékek, elsősorban zöldségfélék cukor helyett gyakran mesterséges édesítőszeret tartalmaznak, ezek fogyasztása nem kívánatos. Így a mesterséges édesítőszeret tartalmazó termékek marketingjét korlátozni szükséges, határértékük így nulla.

^jEltérés a WHO ajánlástól: A WHO ajánlás nem tartalmazza az étrend-kiegészítő kategóriát. Ugyanakkor, e termékcsoport fogyasztása gyermekek számára nem javasolt, szedésük nem helyettesíti a vegyes, változatos, kiegyensúlyozott étrendet. Marketingjük túlzott fogyasztáshoz, bizonyos anyagok túladagolásához vezethet. Az étrend-kiegészítők marketingjének korlátozása a gyermekek egészségének védelme érdekében indokolt. E kategóriába az étrend-kiegészítőkre vonatkozó tagállami jogszabályok közelítéséről szóló Az Európai Parlament és a Tanács 2002/46/EK irányelve (2002. június 10.), valamint az étrend-kiegészítőkről szóló 37/2004. (IV. 26.) ESZCSM rendelet definíciójának megfelelő termékek értendők.

⁸ Bahadoran, Z., Mirmiran, P., Hosseini-Esfahani, F., & Azizi, F. (2013). Fast food consumption and the risk of metabolic syndrome after 3-years of follow-up: Tehran Lipid and Glucose Study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 67(12), 1303–1309. <https://doi.org/10.1038/eicn.2013.217>

⁹ Barrington, W. E., & White, E. (2016). Mortality outcomes associated with intake of fast-food items and sugar-sweetened drinks among older adults in the Vitamins and Lifestyle (VITAL) study. *Public Health Nutrition*, 19(18), 3319–3326. <https://doi.org/10.1017/S1368980016001518>

¹⁰ Shafiee, A., Aghajanian, S., Heidari, E., Abbasi, M., Jafarabady, K., Baradaran, S., & Bakhtiyari, M. (2024). Contribution of obesity in the association between fast-food consumption and depression: A mediation analysis. *Journal of Affective Disorders*, 362, 623–629. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.07.036>