



Nährwertprofile auf einen Blick

Der NUTRI-SCORE

Aufbau des Systems und erste Erfahrungen zur Wirksamkeit

Eine Information von



1. NUTRI-SCORE – Was verbirgt sich dahinter?

Im Oktober 2017 führte Frankreich auf Initiative der französischen Regierung eine neue freiwillige Nährwertkennzeichnung für Lebensmittel ein:

NUTRI-SCORE ist eine fünfstufige Farbskala, die auf der Vorderseite der Lebensmittelverpackung angebracht ist und dem Verbraucher auf einen Blick verrät, wie die Nährwertelemente des verpackten Produktes **pro 100g** zu bewerten sind.

2. Wie wird der NUTRI-SCORE berechnet?

In den Score gehen ungünstige und günstige Nährwertelemente ein. **Ungünstige Nährwertelemente** erhalten bei NUTRI-SCORE zunächst **Plus-Punkte**. **Günstige Nährwertelemente** führen zu **Minus-Punkten** in der Berechnung. Das Gesamtergebnis dieser Rechnung kann zwischen -15 und +40 Punkten liegen.

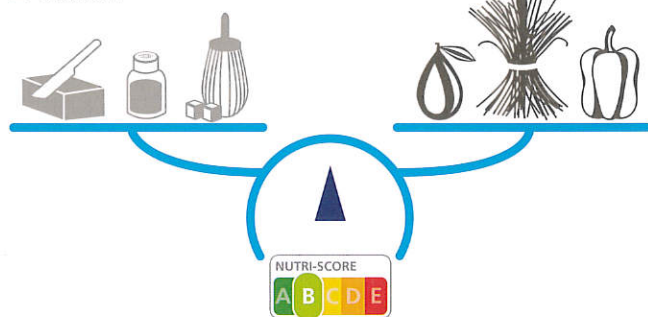
2.1 Punkte für Nährwertelemente ermitteln

Ungünstige Nährwertelemente:

- + Energie
- + Gesättigte Fettsäuren
- + Gesamtzucker
- + Natrium


Günstige Nährwertelemente:


- Obst, Gemüse, Nüsse
- Ballaststoffe
- Protein



3. Beispielrechnung für Activia Natur 3,5% und Danone Twix Mix aus dem Hause Danone

3.1 Punkte für Nährwertelemente ermitteln

 Punkte (pro 100g)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Energie (kcal)	≤80	>80	>160	>240	>320	>400	>480	>560	>640	>720	>800
Gesamtzucker (g)	≤4,5	>4,5	>9	>13,5	>18	>22,5	>27	>31	>36	>40	>45
Gesättigte Fettsäuren (g)	≤1	>1	>2	>3	>4	>5	>6	>7	>8	>9	>10
Natrium (mg)	≤90	>90	>180	>270	>360	>450	>540	>630	>720	>810	>900

 Punkte (pro 100g)	0	1	2	3	4	5
Protein (g)	≤1,6	>1,6	>3,2	>4,8	>6,4	>8,0
Ballaststoffe (g)	≤0,9	>0,9	>1,9	>2,8	>3,7	>4,7
Obst, Gemüse, Nüsse (%)	≤40	>40	>60	-	-	>80



3.2 Gesamtpunkte berechnen

Pro 100g	Energie (kcal)	Punkte	Gesamtzucker (g)	Punkte	Gesättigte Fettsäuren (g)	Punkte	Natrium (mg)	Punkte	Zwischen-summe	Protein (g)	Punkte	Ballaststoffe (g)	Punkte	Obst, Gemüse, Nüsse (%)	Punkte	Zwischen-summe	Gesamt-punkte
ACTIVIA Natur 3,5 %	74	0	5,7	1	2,3	2	72	0	3	4,9	3	0	0	0	0	3	3-3 = 0
Danone Twix Mix	177	2	19	4	5,5	5	133	1	12	2,5	1	0	0	0	0	1	12-1 = 11

3.3 Gesamtpunkte dem Buchstaben zuweisen



0 Gesamtpunkte für ACTIVIA Natur 3,5 %

Für das Milchfrischeprodukt **ACTIVIA Natur 3,5 %** errechnen sich 0 Gesamtpunkte. Das Produkt erreicht somit die **zweit-höchste Nährwertqualität** (NUTRI-SCORE B) und ist gemäß der Danone Nutrition Commitments 2020 für den **täglichen Verzehr** geeignet.



11 Gesamtpunkte für Danone Twix Mix

Das Milchfrischeprodukt **Danone Twix Mix** erhält 11 Gesamtpunkte und ist mit der **zweitniedrigsten Nährstoffqualität** (NUTRI-SCORE D) gemäß der Danone Nutrition Commitments 2020 für den **gelegentlichen Verzehr** geeignet.

2.2 Gesamtpunkte berechnen

Unerwünschte und erwünschte Nährwertelemente werden miteinander verrechnet:



$$(\sum + \text{Punkte}) - (\sum - \text{Punkte}) = \text{Gesamtpunkte}$$

2.3 Gesamtpunkte dem Buchstaben zuweisen

Aus den Gesamtpunkten wird der entsprechende Buchstabe abgeleitet:



Lebensmittel



Getränke

GESAMTPUNKTE	NUTRI-SCORE	GESAMTPUNKTE
-15 bis -1	A B C D E	Wasser
0 bis 2	A B C D E	-15 bis 1
3 bis 10	A B C D E	2 bis 5
11 bis 18	A B C D E	6 bis 9
19 und mehr	A B C D E	10 und mehr

Je niedriger der NUTRI-SCORE,
desto hochwertiger das Nährwertprofil.



Beispielrechnungen in der Innenseite

4. Ist NUTRI-SCORE verständlich für Verbraucher?

NUTRI-SCORE wurde von französischen Verbrauchern als das am leichtesten erkennbare und am besten verständlichste System bewertet.¹ Auch bei Personen, die sich im Alltag nicht für Ernährungsempfehlungen interessieren, und bei Haushalten mit geringem Einkommen, wirkte sich NUTRI-SCORE positiv auf die Nährwertqualität der eingekauften Lebensmittel aus.²

5. Ist NUTRI-SCORE evaluiert?

In NUTRI-SCORE stecken bereits viele Jahre wissenschaftliche Forschung und Entwicklung. Die bisherigen Studien zeigen, dass Personen, die häufig Lebensmittel mit niedrigem NUTRI-SCORE [hellgrün (B) oder dunkelgrün (A)] einkaufen, insgesamt weniger Energie, gesättigte Fettsäuren und Zucker, aber mehr Ballaststoffe, Vitamine, Mineralstoffe und ungesättigte Fettsäuren verzehren.³⁻⁵

Mehr Informationen finden Sie unter:

Julia C, Hercberg S (2017) Nutri-Score

Evidence of the effectiveness of the French front-of-pack nutrition label. Ernährungs Umschau 64(12): 181-187 DOI 10.4455/eu.2017.048

Front-of-Package Nutrition Rating Systems and Symbols

Promoting Healthier Choices. Institute of Medicine of the National Academies. 2011 <https://www.nap.edu/resource/13221/frontofpackagereportbriefFINAL.pdf> (Zugriff März 2018)

Objective Understanding of Front-of-Package Nutrition Labels among Nutritionally At-Risk Individuals.

Ducrot P, Méjean C, Julia C, Kesse-Guyot E, Touvier M, Fezeu LK, Hercberg S, Péneau S. Nutrients. 2015 Aug 24; 7(8): 7106-25. doi: 10.3390/nu7085325. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4555164/pdf/nutrients-07-05325.pdf> (Zugriff März 2018)

1. Ducrot P, Méjean C, Julia C et al. (2015) Effectiveness of front-of-pack nutrition labels in French adults: results from the NutriNet-Santé cohort study. Plos One 10: e0140898
2. Julia C, Péneau S, Buscail C et al. (2017) Perception of different formats of front-of-pack nutrition labels according to sociodemographic, lifestyle and dietary factors in a French population: cross-sectional study among the NutriNet-Santé cohort participants. BMJ Open 7: e016108
3. Crosetto O, Muller L, Ruffieux B (2016) Réponse des consommateurs à trois systèmes d'étiquetage nutritionnelle face avant. Cahiers de Nutrition et de Diététique 51: 124-131
4. Crosetto P, Lacroix A, Muller L et al. Mesure expérimentale en laboratoire des impacts sur la qualité nutritionnelle du panier alimentaire familial de l'apposition de 'Systèmes d'étiquetage nutritionnel' en face avant des emballages. INRA GAEL, Grenoble (2017)
5. Comité Scientifique de l'étude d'expérimentation. Evaluation ex ante de systèmes d'étiquetage nutritionnel graphique simplifié. Rapport final du comité scientifique (2015). URL: http://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport_comite_scientifique_etiquetage_nutritionnel_150317.pdf (Zugriff November 2017)

DANONE GmbH, Richard-Reitzner-Allee 1, 85540 Haar