



**BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
REPUBLIK INDONESIA**

PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
NOMOR 22 TAHUN 2019  
TENTANG  
INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

KEPALA BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN,

- Menimbang : a. bahwa untuk memberikan informasi pada masyarakat agar dapat memilih pangan olahan sesuai kebutuhan gizi perlu dilakukan pencantuman informasi nilai gizi pada label pangan olahan;
- b. bahwa Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor HK.00.06.51.0475 Tahun 2005 tentang Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor HK.03.1.23.11.11.09605 Tahun 2011 tentang Perubahan atas Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor HK.00.06.51.0475 Tahun 2005 tentang Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan dan Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 9 Tahun 2015 tentang Pengawasan Takaran Saji Pangan Olahan sudah tidak sesuai dengan kebutuhan masyarakat dan perlu diatur secara komprehensif sehingga perlu diganti;

- c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan huruf b, perlu menetapkan Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan tentang Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan Olahan;

- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2012 tentang Pangan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2012 Nomor 227, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5360);
2. Peraturan Pemerintah Nomor 69 Tahun 1999 tentang Label dan Iklan Pangan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1999 Nomor 131, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3867);
3. Peraturan Presiden Nomor 80 Tahun 2017 tentang Badan Pengawas Obat dan Makanan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 180);
4. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 26 Tahun 2017 tentang Organisasi dan Tata Kerja Badan Pengawas Obat dan Makanan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2017 Nomor 1745);
5. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 1 Tahun 2018 tentang Pengawasan Pangan Olahan Untuk Keperluan Gizi Khusus (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2018 Nomor 353);
6. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 31 Tahun 2018 tentang Label Pangan Olahan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2018 Nomor 1452);

MEMUTUSKAN:

- Menetapkan : PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN TENTANG INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN.

## BAB I KETENTUAN UMUM

### Pasal 1

Dalam Peraturan Badan ini yang dimaksud dengan:

1. Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan Pangan, bahan baku Pangan, dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan/atau pembuatan makanan atau minuman.
2. Pangan Olahan adalah makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu, dengan atau tanpa bahan tambahan.
3. Label Pangan yang selanjutnya disebut Label adalah setiap keterangan mengenai Pangan yang berbentuk gambar, tulisan, kombinasi keduanya, atau bentuk lain yang disertakan pada Pangan, dimasukkan ke dalam, ditempelkan pada, atau merupakan bagian kemasan Pangan.
4. Gizi adalah zat atau senyawa yang terdapat dalam Pangan yang terdiri atas karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, serat, air, dan komponen lainnya yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan kesehatan manusia.
5. Informasi Nilai Gizi yang selanjutnya disingkat ING adalah daftar kandungan zat Gizi dan non Gizi Pangan Olahan sebagaimana produk Pangan Olahan dijual (*as sold*) sesuai dengan format yang dibakukan.
6. Takaran Saji adalah jumlah Pangan Olahan yang wajar dikonsumsi dalam satu kali makan, dinyatakan dalam Satuan Metrik atau Satuan Metrik dan Ukuran Rumah Tangga yang sesuai untuk Pangan Olahan tersebut.

7. Acuan Label Gizi yang selanjutnya disingkat ALG adalah acuan untuk pencantuman keterangan tentang kandungan Gizi pada Label produk Pangan.
8. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia yang selanjutnya disingkat AKG, adalah suatu kecukupan rata-rata zat Gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktifitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal.
9. Klaim adalah segala bentuk uraian yang menyatakan, menyarankan atau secara tidak langsung menyatakan perihal karakteristik tertentu suatu Pangan yang berkenaan dengan asal usul, kandungan Gizi, sifat, produksi, pengolahan, komposisi atau faktor mutu lainnya.
10. Batas Toleransi Hasil Analisis Zat Gizi adalah nilai kisaran yang dapat diterima dari hasil analisis zat Gizi dibandingkan dengan nilai yang dicantumkan pada Informasi Nilai Gizi.
11. Satuan Metrik adalah satuan berat atau isi/volume antara lain gram atau mililiter.
12. Ukuran Rumah Tangga, yang selanjutnya disingkat URT adalah ukuran atau takaran yang lazim digunakan di rumah tangga untuk menaksir jumlah Pangan yang dikonsumsi, antara lain sendok teh, sendok makan, sendok takar, gelas, botol, kaleng, mangkuk, bungkus/saset, keping, buah, biji, butir, potong, iris dan kotak.
13. Formula Bayi adalah formula sebagai pengganti Air Susu Ibu (ASI) untuk bayi sampai umur 6 (enam) bulan yang secara khusus diformulasikan untuk menjadi satu-satunya sumber Gizi dalam bulan-bulan pertama kehidupannya sampai bayi diperkenalkan dengan Makanan Pendamping Air Susu Ibu.
14. Formula Lanjutan adalah formula yang diperoleh dari susu sapi atau susu hewan lain dan/atau bahan yang berasal dari hewan dan/atau yang berasal dari tumbuh-

tumbuhan yang semuanya telah dibuktikan sesuai untuk bayi usia 6 (enam) sampai 12 (dua belas) bulan.

15. Formula Pertumbuhan adalah formula yang diperoleh dari susu sapi atau susu hewan lain dan/atau bahan yang berasal dari hewan dan/atau yang berasal dari tumbuh-tumbuhan yang semuanya telah dibuktikan sesuai untuk anak usia lebih dari 12 (dua belas) bulan sampai dengan 36 (tiga puluh enam) bulan.
16. Makanan Pendamping Air Susu Ibu yang selanjutnya disingkat MP-ASI adalah makanan bergizi yang diberikan disamping Air Susu Ibu kepada bayi berusia 6 (enam) bulan keatas sampai anak usia 24 (dua puluh empat) bulan atau di luar rentang usia tersebut berdasarkan indikasi medis, untuk mencapai kecukupan Gizi.
17. Pangan Olahan untuk Keperluan Medis Khusus yang selanjutnya disingkat PKMK, adalah Pangan Olahan yang diproses atau diformulasi secara khusus untuk manajemen diet bagi orang dengan penyakit/ gangguan tertentu.
18. Setiap Orang adalah orang perseorangan atau korporasi, baik yang berbadan hukum maupun yang tidak berbadan hukum.
19. Kepala Badan adalah Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan.

## Pasal 2

Setiap Orang yang memproduksi dan/atau mengedarkan Pangan Olahan wajib mencantumkan ING pada Label.

## Pasal 3

- (1) Pencantuman ING sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 dikecualikan untuk kopi bubuk, teh bubuk/serbuk, teh celup, air minum dalam kemasan, herba, rempah-rempah, bumbu, dan kondimen.
- (2) Air minum dalam kemasan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) berupa:

- a. air minum embun;
- b. air mineral; dan
- c. air demineral.

#### Pasal 4

ING dilarang dicantumkan pada Label minuman beralkohol.

### BAB II

#### TATA CARA PENCANTUMAN ING

#### Pasal 5

- (1) ING sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 dicantumkan dalam bentuk tabel.
- (2) Tabel ING sebagaimana dimaksud pada ayat (1) berisi informasi:
  - a. Takaran Saji;
  - b. jumlah sajian per kemasan;
  - c. jenis dan jumlah kandungan zat Gizi;
  - d. jenis dan jumlah kandungan zat non Gizi;
  - e. persentase AKG; dan
  - f. catatan kaki.
- (3) Jenis Zat Gizi sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf c yang harus dicantumkan terdiri atas:
  - a. energi total;
  - b. lemak total;
  - c. lemak jenuh;
  - d. protein;
  - e. karbohidrat total;
  - f. gula; dan
  - g. garam (natrium).
- (4) Persentase AKG sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf e dihitung berdasarkan ALG sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

#### Pasal 6

- (1) Tabel ING sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 ayat (2) harus dicantumkan per satu Takaran Saji.
- (2) Dikecualikan dari ketentuan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) untuk tabel ING Formula Bayi, Formula Lanjutan, Pangan Olahan yang wajib fortifikasi, PKMK, dan Pangan Olahan antara.
- (3) Tabel ING sebagaimana dimaksud pada ayat (2) untuk Formula Bayi dan Formula Lanjutan harus dicantumkan:
  - a. per 100 gram dan per 100 kilokalori; atau
  - b. per 100 mililiter dan per 100 kilokalori.
- (4) Tabel ING sebagaimana dimaksud pada ayat (2) untuk Pangan Olahan yang wajib fortifikasi dan Pangan Olahan antara harus dicantumkan per 100 gram atau per 100 mililiter.
- (5) Tabel ING sebagaimana dimaksud pada ayat (2) untuk PKMK harus dicantumkan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

#### Pasal 7

Tata cara pencantuman tabel ING sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 dan Pasal 6 tercantum dalam Lampiran I yang merupakan bagian tidak terpisahkan dalam Peraturan Badan ini.

#### Pasal 8

- (1) Pencantuman tabel ING sebagaimana dimaksud dalam Pasal 5 dibuktikan dengan hasil analisis zat Gizi dari laboratorium pemerintah dan/atau laboratorium lain yang telah terakreditasi.
- (2) Dalam hal Pangan Olahan impor, hasil analisis sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dapat diterbitkan oleh:
  - a. laboratorium dari negara asal yang telah terakreditasi oleh lembaga berwenang setempat; atau

- b. laboratorium dari negara asal yang mempunyai perjanjian saling pengakuan baik dengan lembaga berwenang dan/atau laboratorium terakreditasi di Indonesia sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

#### Pasal 9

- (1) Dikecualikan dari ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 8 ayat (1) untuk Pangan Olahan yang diproduksi usaha mikro dan kecil.
- (2) Usaha mikro sebagaimana dimaksud pada ayat (1) merupakan usaha produktif milik orang perorangan dan/atau badan usaha perorangan yang memenuhi kriteria memiliki kekayaan bersih paling banyak Rp50.000.000,00 (lima puluh juta rupiah) tidak termasuk tanah dan bangunan tempat usaha atau memiliki hasil penjualan tahunan paling banyak Rp300.000.000,00 (tiga ratus juta rupiah).
- (3) Usaha kecil sebagaimana dimaksud pada ayat (1) merupakan usaha ekonomi produktif yang berdiri sendiri, yang dilakukan oleh orang perorangan atau badan usaha yang bukan merupakan anak perusahaan atau bukan cabang perusahaan yang dimiliki, dikuasai, atau menjadi bagian baik langsung maupun tidak langsung dari Usaha Menengah atau Usaha Besar yang memenuhi kriteria memiliki kekayaan bersih lebih dari Rp50.000.000,00 (lima puluh juta rupiah) sampai dengan paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah) tidak termasuk tanah dan bangunan tempat usaha atau memiliki hasil penjualan tahunan lebih dari Rp300.000.000,00 (tiga ratus juta rupiah) sampai dengan paling banyak Rp2.500.000.000,00 (dua milyar lima ratus juta rupiah).
- (4) Ketentuan lebih lanjut mengenai penerapan pencantuman ING untuk Pangan Olahan yang diproduksi usaha mikro dan kecil diatur dengan Peraturan Badan.



#### Pasal 10

- (1) Takaran Saji Pangan Olahan digunakan untuk pencantuman ING.
- (2) Pencantuman Takaran Saji Pangan Olahan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) harus memenuhi ketentuan Takaran Saji sebagaimana tercantum dalam Lampiran II yang merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari Peraturan Badan ini.
- (3) Pangan Olahan dengan jenis dan varian yang sama, termasuk rasa, komposisi, nama dagang, dan desain Label yang diproduksi oleh produsen yang sama, Takaran Saji Pangan Olahan wajib dicantumkan dalam satu ukuran yang sama.
- (4) Produsen yang sama sebagaimana dimaksud pada ayat (3) termasuk produsen penerima kontrak.
- (5) Dalam hal Takaran Saji Pangan Olahan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) tidak tercantum dalam Lampiran II, Takaran Saji Pangan Olahan ditetapkan berdasarkan hasil penilaian untuk memperoleh izin edar Pangan Olahan.

#### Pasal 11

- (1) Berat bersih atau isi bersih Pangan Olahan paling sedikit  $\frac{1}{2}$  (setengah) dari ukuran satu Takaran Saji.
- (2) Pangan Olahan dengan berat bersih atau isi bersih paling sedikit  $\frac{1}{2}$  (setengah) dari ukuran satu Takaran Saji sebagaimana dimaksud dalam ayat (1), tidak perlu mencantumkan keterangan mengenai jumlah sajian per kemasan.
- (3) Pangan Olahan dengan berat bersih atau isi bersih paling sedikit  $\frac{1}{2}$  (setengah) dari ukuran satu Takaran Saji sebagaimana dimaksud dalam ayat (1), harus mencantumkan tabel ING per saji dan per kemasan.

## Pasal 12

- (1) Takaran Saji Pangan Olahan dinyatakan dalam satuan:
  - a. Metrik; atau
  - b. Metrik dan URT.
- (2) Satuan Metrik sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dinyatakan dengan ketentuan sebagai berikut:
  - a. satuan berat untuk Pangan Olahan berbentuk padat dapat berupa gram atau miligram;
  - b. satuan isi/volume untuk Pangan Olahan berbentuk cair dapat berupa mililiter; dan
  - c. satuan berat atau isi/volume untuk Pangan Olahan berbentuk semi padat.
- (3) Pangan Olahan berupa Formula Bayi, Formula Lanjutan, MP-ASI berbentuk bubuk, dan PKMK wajib dilengkapi dengan alat takar.
- (4) Dikecualikan dari ketentuan sebagaimana dimaksud pada ayat (3), untuk Pangan Olahan yang dikemas dalam sajian tunggal untuk satu kali konsumsi.

## BAB III

### BATAS TOLERANSI HASIL ANALISIS ZAT GIZI

## Pasal 13

Hasil analisis zat Gizi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 8 harus sesuai dengan Batas Toleransi Hasil Analisis Zat Gizi.

## Pasal 14

Batas Toleransi Hasil Analisis Zat Gizi untuk Pangan Olahan harus memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- a. hasil analisis zat Gizi paling sedikit 80% (delapan puluh persen) dari nilai yang tercantum dalam tabel ING.
- b. hasil analisis zat gizi tertentu berupa energi total, lemak total, lemak jenuh, kolesterol, lemak *trans*, gula, dan garam (natrium), tidak boleh lebih dari 120% (seratus dua puluh persen) dari nilai yang tercantum pada tabel ING.

#### Pasal 15

- (1) Dalam hal Pangan Olahan yang mencantumkan Klaim, Batas Toleransi Hasil Analisis Zat Gizi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 13 harus memenuhi ketentuan berupa:
  - a. hasil analisis zat Gizi paling sedikit sama dengan nilai yang tercantum dalam tabel ING.
  - b. hasil analisis zat Gizi tertentu berupa energi total, lemak total, lemak jenuh, kolesterol, lemak *trans*, gula, dan garam (natrium), tidak boleh lebih dari 120% (seratus dua puluh persen) dari nilai yang tercantum pada tabel ING.
- (2) Dikecualikan dari ketentuan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a untuk Pangan Olahan yang mencantumkan Klaim “rendah”, “bebas”, “kurang”, atau Klaim yang semakna maka hasil analisis zat Gizi paling sedikit 80% (delapan puluh persen) dari nilai yang tercantum dalam tabel ING.
- (3) Batas Toleransi Hasil Analisis Zat Gizi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 13 untuk Pangan Olahan yang wajib fortifikasi paling sedikit sama dengan persyaratan kandungan fortifikan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

#### Pasal 16

Dalam hal Pangan Olahan memiliki persyaratan batas maksimum dan/atau minimum zat Gizi, Batas Toleransi Hasil Analisis Zat Gizi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 13 harus memenuhi persyaratan batas maksimum dan/atau minimum sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

### BAB IV

#### INFORMASI NILAI GIZI PADA BAGIAN UTAMA LABEL

#### Pasal 17

- (1) Pangan Olahan yang mencantumkan tabel ING dapat mencantumkan ING pada bagian utama Label.

- (2) Pencantuman ING pada bagian utama Label sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi jenis zat Gizi, jumlah zat Gizi, dan persentase AKG per saji atau per kemasan.
- (3) Jenis zat Gizi sebagaimana dimaksud pada ayat (2) terdiri atas:
  - a. energi total;
  - b. lemak total;
  - c. lemak jenuh;
  - d. gula; dan
  - e. garam (natrium).
- (4) Dikecualikan dari ketentuan pencantuman zat Gizi sebagaimana dimaksud pada ayat (3) untuk Pangan Olahan yang tidak mengandung zat Gizi tersebut.
- (5) Selain mencantumkan jenis zat Gizi sebagaimana dimaksud pada ayat (3), jenis zat Gizi lainnya dapat dicantumkan sepanjang mencantumkan Klaim sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.
- (6) Pencantuman persentase AKG sebagaimana dimaksud pada ayat (2) sesuai tabel ING, kecuali energi total dinyatakan dengan satuan kilokalori dan gula dinyatakan dengan satuan gram.
- (7) Gula sebagaimana dimaksud pada ayat (3) huruf d mencakup seluruh monosakarida dan disakarida, tidak termasuk laktosa.
- (8) Pencantuman ING pada bagian utama Label sebagaimana dimaksud pada ayat (1) harus dalam bentuk yang sama dengan warna yang sama.
- (9) Format pencantuman ING pada bagian utama Label sebagaimana dimaksud pada ayat (1) tercantum dalam Lampiran III yang merupakan bagian tidak terpisahkan dalam Peraturan Badan ini.

#### Pasal 18

- (1) Pangan Olahan yang mencantumkan tabel ING dapat mencantumkan logo tertentu dengan tulisan “pilihan lebih sehat” pada bagian utama Label.

- (2) Pencantuman logo sebagaimana dimaksud pada ayat (1) diterapkan secara bertahap berdasarkan kajian risiko.
- (3) Pencantuman logo sebagaimana dimaksud pada ayat (2) untuk pertama kali diterapkan pada:
  - a. minuman siap konsumsi; dan
  - b. pasta instan dan mi instan.
- (4) Minuman siap konsumsi sebagaimana dimaksud pada ayat (3) huruf a dilarang menggunakan bahan tambahan pangan pemanis.
- (5) Persyaratan dan cara pencantuman logo sebagaimana dimaksud pada ayat (2) tercantum dalam Lampiran IV yang merupakan bagian tidak terpisahkan dalam Peraturan Badan ini.

## BAB V

### KETENTUAN PERALIHAN

#### Pasal 19

Pangan Olahan yang telah mendapatkan izin edar sebelum berlakunya Peraturan Badan ini wajib menyesuaikan dengan ketentuan dalam Peraturan Badan ini paling lambat 30 (tiga puluh) bulan sejak Peraturan Badan ini diundangkan.

## BAB VI

### KETENTUAN PENUTUP

#### Pasal 20

Pada saat Peraturan Badan ini mulai berlaku:

- a. Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor HK.00.06.51.0475 Tahun 2005 tentang Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi Pada Label Pangan sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor HK.03.1.23.11.11.09605 Tahun 2011 tentang Perubahan atas Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor HK.00.06.51.0475 Tahun 2005 tentang Pedoman Pencantuman Informasi Nilai Gizi Pada Label

Pangan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 808); dan

- b. Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 9 Tahun 2015 tentang Pengawasan Takaran Saji Pangan Olahan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 1055),

dicabut dan dinyatakan tidak berlaku.

#### Pasal 21

Peraturan Badan ini mulai berlaku pada tanggal diundangkan.

Agar setiap orang mengetahuinya, memerintahkan pengundangan Peraturan Badan ini dengan penempatannya dalam Berita Negara Republik Indonesia.

Ditetapkan di Jakarta  
pada tanggal 21 Agustus 2019

KEPALA BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN,

ttd.

PENNY K. LUKITO

Diundangkan di Jakarta  
pada tanggal 22 Agustus 2019

DIREKTUR JENDERAL  
PERATURAN PERUNDANG-UNDANGAN  
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA  
REPUBLIK INDONESIA,

ttd.

WIDODO EKATJAHJANA

BERITA NEGARA REPUBLIK INDONESIA TAHUN 2019 NOMOR 948

Salinan Sesuai dengan Aslinya  
BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
Kepala Biro Hukum dan Organisasi,



Riati Anggriani

LAMPIRAN I  
PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
NOMOR 22 TAHUN 2019  
TENTANG  
INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN

**TATA CARA PENCANTUMAN INFORMASI NILAI GIZI**

**I. INFORMASI YANG DICANTUMKAN PADA TABEL ING**

**1. TAKARAN SAJI**

Keterangan mengenai Takaran Saji merupakan informasi pertama yang tercantum dalam format ING.

**a. Pencantuman**

Takaran Saji dicantumkan berupa jumlah zat gizi dalam Satuan Metrik (antara lain mg, g, ml) dan dapat diikuti satuan URT, seperti berikut :

“Takaran saji ... g (... sendok makan)” atau

“Takaran saji ... ml (... gelas)”.

Contoh :

“Takaran saji 14 g (2 sendok takar)”

“Takaran saji 200 ml (1 gelas)”

Jika takaran saji juga dicantumkan dalam URT, maka URT dicantumkan dalam bilangan bulat.

**b. Pembulatan unit Satuan Metrik Takaran Saji**

**a.** Kurang dari 10 g atau 10 ml, dibulatkan ke kelipatan 0,1 g atau 0,1 ml terdekat (1 desimal).

Contoh : 7,68 g dibulatkan menjadi 7,7 g

**b.** Lebih dari 10 g atau 10 ml, dibulatkan ke kelipatan 1 g atau 1 ml terdekat (tanpa desimal).

Contoh :

▪ 25,3 ml dibulatkan menjadi 25 ml

▪ 32,5 g dibulatkan menjadi 33 g

**2. JUMLAH SAJIAN PER KEMASAN**

**a. Pengertian**

Jumlah sajian per kemasan menunjukkan jumlah Takaran Saji yang terdapat dalam satu kemasan Pangan.



**b. Pencantuman**

- ✚ Jika kemasan Pangan berisi lebih dari 1 (satu) Takaran Saji, maka pencantuman jumlah sajian per kemasan adalah sebagai berikut:

**"... sajian per kemasan"**

Contoh:

Suatu kemasan Pangan berisi 5 (lima) Takaran Saji, maka pencantuman jumlah sajian per kemasan adalah sebagai berikut:

**"5 sajian per kemasan"**

- ✚ Jika kemasan Pangan berisi sajian tunggal, maka Pangan tersebut tidak wajib mencantumkan informasi mengenai jumlah sajian per kemasan.

**c. Pembulatan jumlah sajian per kemasan**

Ketentuan tentang pembulatan ukuran jumlah sajian per kemasan adalah sebagai berikut:

Pembulatan dilakukan ke kelipatan 1 terdekat (tanpa desimal).

Contoh :

- Isi bersih suatu produk sebesar 100 ml dengan Takaran Saji 30 ml, perhitungan jumlah sajian per kemasan produk adalah 3,33. Pencantuman jumlah sajian per kemasan produk tersebut adalah sebagai berikut :

**"3 sajian per kemasan"**

- Isi bersih suatu produk sebesar 150 g dengan Takaran Saji 60 g, perhitungan jumlah sajian per kemasan produk adalah 2,5. Pencantuman jumlah sajian per kemasan produk tersebut adalah sebagai berikut :

**"3 sajian per kemasan"**

- Isi bersih suatu produk sebesar 700 ml dengan Takaran Saji 125 ml, perhitungan jumlah sajian per kemasan produk adalah 5,6. Pencantuman jumlah sajian per kemasan produk tersebut adalah sebagai berikut :

**"6 sajian per kemasan"**

### 3. JUMLAH PER SAJIAN

Uraian tentang zat Gizi yang dicantumkan dalam ING merupakan kandungan masing-masing zat Gizi per sajian. Oleh karena itu sebelum uraian tentang zat Gizi, tulisan sebagai berikut harus dicantumkan dengan huruf besar (kapital) dan tebal (*bold*) :

**"JUMLAH PER SAJIAN"**

### 4. JENIS DAN JUMLAH KANDUNGAN ZAT GIZI DAN NON GIZI

Jenis dan jumlah kandungan zat gizi dan non gizi yang dicantumkan pada tabel ING terdiri dari:

- a. Zat gizi yang harus dicantumkan
- b. Zat gizi yang harus dicantumkan dengan persyaratan tertentu
- c. Zat gizi atau komponen lain yang dapat dicantumkan
- d. Zat gizi atau komponen lain yang belum ditetapkan dalam ALG

### 5. PERSENTASE AKG

Persentase AKG merupakan persentase kontribusi zat gizi dalam satu sajian produk dibandingkan dengan jumlah kebutuhan zat gizi tersebut dalam sehari.

### 6. CATATAN KAKI

#### a. Pengertian

Catatan kaki merupakan informasi yang menerangkan bahwa persentase AKG yang ditunjukkan dalam ING dihitung berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal untuk kelompok umum. Kebutuhan energi tersebut dapat lebih tinggi atau lebih rendah, disesuaikan dengan kebutuhan.

#### b. Pencantuman

- ✚ Contoh tulisan yang dicantumkan adalah sebagai berikut :  
*\*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah*
- ✚ Catatan kaki dicantumkan pada bagian paling bawah, ditulis dengan huruf miring (*italic*) dan merupakan informasi terakhir di dalam kotak ING.
- ✚ Catatan kaki tidak perlu dicantumkan untuk Pangan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun.

- ✚ Catatan kaki untuk Pangan yang ditujukan untuk ibu hamil dan/atau ibu menyusui adalah 2510 kkal (ibu hamil) dan 2615 kkal (ibu menyusui).

## II. KETENTUAN PENCANTUMAN ZAT GIZI DAN NON GIZI

### A. ZAT GIZI YANG HARUS DICANTUMKAN

#### 1. ENERGI TOTAL

Energi total merupakan jumlah energi yang berasal dari lemak total, protein, dan karbohidrat.

##### a. Pencantuman

Kandungan energi total dicantumkan dalam satuan kilokalori (kkal) per sajian dengan tulisan tebal (*bold*).

##### b. Pembulatan nilai energi total

- |  |
|--|
| a. Kurang dari 5 kkal per sajian, dinyatakan sebagai 0 kkal. |
|--|

Contoh : Kandungan energi total sebesar 4 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi total sebagai berikut :
--

<b>"Energi total 0 kkal"</b>
------------------------------

- |   |
|---|
| b. 5 kkal sampai 50 kkal per sajian, dibulatkan ke kelipatan 5 kkal terdekat. |
|---|

Contoh : Kandungan energi total sebesar 22 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi total sebagai berikut :
---

<b>"Energi total 20 kkal"</b>
-------------------------------

- |   |
|---|
| c. Lebih dari 50 kkal per sajian, dibulatkan ke kelipatan 10 kkal terdekat. |
|---|

Contoh : Kandungan energi total sebesar 266 kkal per sajian, pencantuman nilai energi total sebagai berikut :
---

<b>"Energi total 270 kkal"</b>
--------------------------------

#### 2. LEMAK TOTAL

Lemak total menggambarkan kandungan semua asam lemak dalam Pangan dan dinyatakan sebagai trigliserida.

##### a. Pencantuman

Kandungan lemak total dicantumkan dalam gram per sajian dan dalam persentase AKG lemak total, dengan tulisan tebal (*bold*).

**b. Pembulatan nilai lemak total**

a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g. Contoh : Kandungan lemak total sebesar 0,4 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak total sebagai berikut: <b>"Lemak total 0 g"</b>
b. 0,5 sampai 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 0,5 g terdekat. Contoh : Kandungan lemak total sebesar 4,2 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak total sebagai berikut : <b>"Lemak total 4,0 g"</b>
c. Lebih dari 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat. Contoh : Kandungan lemak total sebesar 11,7 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak total sebagai berikut : <b>"Lemak total 12 g"</b>

**c. Pembulatan nilai persentase AKG lemak total**

a. Jika kandungan lemak total yang dicantumkan 0 g per sajian, maka nilai persentase AKG lemak total yang dicantumkan adalah 0 %.
b. Lebih dari 0 % per sajian, maka dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat. Contoh : Nilai persentase AKG lemak total sebesar 4,5 % per sajian, maka persentase yang dicantumkan adalah 5 %.

**3. LEMAK JENUH**

Lemak jenuh merupakan jumlah keseluruhan asam lemak yang tidak mengandung ikatan rangkap.

**a. Ketentuan**

Dikecualikan untuk Pangan Olahan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun.

**b. Pencantuman**

Kandungan lemak jenuh dicantumkan dalam gram per sajian dan dalam persentase AKG lemak jenuh, dengan tulisan tebal (*bold*).

**c. Pembulatan nilai lemak jenuh**

a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g. Contoh : Kandungan lemak jenuh sebesar 0,3 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak jenuh sebagai berikut : <b>"Lemak jenuh 0 g"</b>
b. 0,5 g sampai 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 0,5 g terdekat. Contoh : Kandungan lemak jenuh sebesar 3,7 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak jenuh sebagai berikut : <b>"Lemak jenuh 4,0 g"</b>
c. Lebih dari 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat. Contoh : Kandungan lemak jenuh sebesar 11,4 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak jenuh sebagai berikut : <b>"Lemak jenuh 11 g"</b>

**d. Pembulatan nilai persentase AKG lemak jenuh**

a. Jika kandungan lemak jenuh yang dicantumkan 0 g, maka nilai persentase AKG lemak jenuh adalah 0 %
b. Lebih dari 0 %, maka dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat. Contoh : Nilai persentase AKG lemak jenuh sebesar 5,3 % per sajian, maka nilai yang dicantumkan adalah 5 %.

**4. PROTEIN**

Kandungan protein menggambarkan kandungan semua asam amino dalam Pangan Olahan.

**a. Pencantuman**

Kandungan protein dicantumkan dalam gram per sajian dan dalam persentase AKG protein, dengan tulisan tebal (*bold*).

**b. Pembulatan nilai protein**

a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g Contoh : Kandungan protein sebesar 0,2 g per sajian, maka pencantuman nilai protein sebagai berikut : <b>"Protein 0 g"</b>
--

- b. Lebih dari 0,5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.  
Contoh : Kandungan protein sebesar 3,2 g per sajian, maka pencantuman nilai protein sebagai berikut :

**"Protein 3 g"**

**c. Pembulatan nilai persentase AKG protein**

- a. Jika kandungan protein yang dicantumkan 0 g, maka nilai persentase AKG protein yang dicantumkan adalah 0 %.
- b. Lebih dari 0 %, maka dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat.  
Contoh : Nilai persentase AKG protein sebesar 2,6 %, maka nilai yang dicantumkan adalah 3 %.

**5. KARBOHIDRAT TOTAL**

Karbohidrat total meliputi gula, pati, serat pangan dan komponen karbohidrat lain.

**a. Pencantuman**

Kandungan karbohidrat total dicantumkan dalam gram per sajian dan dalam persentase AKG, dengan tulisan tebal (*bold*).

**b. Pembulatan nilai karbohidrat total**

- a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.  
Contoh : Kandungan karbohidrat total sebesar 0,45 g per sajian, maka pencantuman nilai karbohidrat total sebagai berikut :  
**"Karbohidrat total 0 g"**
- b. Lebih dari 0,5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.  
Contoh : Kandungan karbohidrat total sebesar 25,5 g per sajian, maka pencantuman nilai karbohidrat total sebagai berikut :  
**"Karbohidrat total 26 g"**

**c. Pembulatan nilai persentase AKG karbohidrat total**



- a. Jika kandungan karbohidrat total yang dicantumkan 0 g, maka nilai persentase AKG karbohidrat total adalah 0 %.
- b. Lebih dari 0 %, maka dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat.

Contoh : Nilai persentase AKG karbohidrat total adalah 87,9 %, maka yang dicantumkan adalah 88 %.

## 6. GULA

Gula merupakan jumlah semua monosakarida dan disakarida (seperti glukosa, fruktosa, laktosa dan sukrosa) yang terdapat dalam Pangan Olahan.

### a. Pencantuman

-  Kandungan gula dicantumkan dalam gram per sajian, dengan tulisan tebal (*bold*).
-  Jenis monosakarida dan disakarida dapat dicantumkan di bawah gula.

### b. Pembulatan nilai gula

- a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.  
Contoh : Kandungan gula sebesar 0,25 g per sajian, maka pencantuman nilai gula sebagai berikut :  
**"Gula 0 g"**
- b. Lebih dari 0,5 g per sajian, pembulatan dilakukan ke kelipatan 1 g terdekat.  
Contoh : Kandungan gula sebesar 7,4 g per sajian, maka pencantuman nilai gula sebagai berikut :  
**"Gula 7 g"**

## 7. GARAM (NATRIUM)

### a. Ketentuan

Jumlah garam (natrium) dicantumkan sebagai natrium total.

### b. Pencantuman

Kandungan garam (natrium) dicantumkan dalam miligram per sajian dan dalam persentase AKG, dengan tulisan tebal (*bold*).

### c. Pembulatan nilai garam (natrium)

- a. Kurang dari 5 mg per sajian, dinyatakan sebagai 0 mg.  
Contoh : Kandungan garam (natrium) sebesar 4 mg per sajian, maka pencantuman nilai garam (natrium) sebagai berikut :  
**"Garam (natrium) 0 mg"**
- b. 5 mg sampai 140 mg per sajian, maka dibulatkan ke kelipatan 5 mg terdekat.

Contoh : Kandungan garam (natrium) sebesar 28 mg per sajian, maka pencantuman nilai garam (natrium) sebagai berikut : <b>"Garam (natrium) 30 mg"</b>
b. Lebih dari 140 mg per sajian, maka dibulatkan ke kelipatan 10 mg terdekat. Contoh : Kandungan garam (natrium) sebesar 255 mg per sajian, maka pencantuman nilai garam (natrium) sebagai berikut : <b>" Garam (natrium) 260 mg"</b>

**d. Pembulatan nilai persentase AKG garam (natrium)**

a. Jika kandungan garam (natrium) yang dicantumkan 0 mg, maka nilai persentase AKG garam (natrium) yang dicantumkan adalah 0 %.
b. Lebih dari 0 %, maka dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat. Contoh : Nilai persentase AKG garam (natrium) sebesar 9,3 % persajian, maka persentase AKG garam (natrium) yang dicantumkan adalah 9 %

**B. ZAT GIZI YANG HARUS DICANTUMKAN DENGAN PERSYARATAN TERTENTU**

**1. LEMAK TRANS**

Lemak *trans* merupakan jumlah keseluruhan asam lemak tidak jenuh yang mengandung satu atau lebih ikatan rangkap terisolasi dalam konfigurasi *trans*.

**a. Ketentuan**

Kandungan lemak *trans* wajib dicantumkan apabila:

- terdapat dalam jumlah yang berarti yaitu lebih dari 0,5 g per sajian; dan/atau
- mencantumkan Klaim tentang lemak, asam lemak, atau kolesterol.

**b. Pencantuman**

Kandungan lemak *trans* dicantumkan dalam gram per sajian. Kata "*trans*" ditulis dengan huruf miring (*italic*).



**c. Pembulatan nilai lemak *trans***

a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g. Contoh : Kandungan lemak <i>trans</i> sebesar 0,4 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak <i>trans</i> sebagai berikut : <b>"Lemak <i>trans</i> 0 g"</b>
b. 0,5 g sampai 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 0,5 g terdekak. Contoh : Kandungan lemak <i>trans</i> sebesar 2,8 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak <i>trans</i> sebagai berikut : <b>"Lemak <i>trans</i> 3,0 g"</b>
c. Lebih dari 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekak. Contoh : Kandungan lemak <i>trans</i> sebesar 9,3 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak <i>trans</i> sebagai berikut : <b>"Lemak <i>trans</i> 9 g"</b>

**2. KOLESTEROL**

Kolesterol merupakan komponen lemak sterol yang terdapat dalam pangan hewani yang berguna bagi membran sel dan pembentukan hormon steroid.

**a. Ketentuan**

- Kandungan kolesterol wajib dicantumkan apabila :
  - terdapat dalam jumlah yang berarti yaitu lebih dari 2 mg per sajian; dan/atau
  - mencantumkan Klaim tentang lemak, asam lemak atau kolesterol.
- Dikecualikan untuk Pangan Olahan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun.

**b. Pencantuman**

Kandungan kolesterol dicantumkan dalam miligram per sajian dan dalam persentase AKG, dengan tulisan tebal (*bold*).

**c. Pembulatan nilai kolesterol**

a. Kurang dari 2 mg per sajian, dinyatakan sebagai 0 mg. Contoh : Kandungan kolesterol sebesar 1 mg per sajian, maka pencantuman nilai kolesterol sebagai berikut : <b>"Kolesterol 0 mg"</b>
---

<p>b. 2 mg sampai 5 mg per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 mg terdekat.</p> <p>Contoh : Kandungan kolesterol sebesar 3,5 mg per sajian, maka pencantuman nilai kolesterol sebagai berikut:</p> <p><b>"Kolesterol 4 mg"</b></p>
<p>c. Lebih dari 5 mg per sajian, dibulatkan ke kelipatan 5 mg terdekat.</p> <p>Contoh : Kandungan kolesterol sebesar 27 mg per sajian, maka pencantuman nilai kolesterol sebagai berikut :</p> <p><b>"Kolesterol 25 mg"</b></p>

**d. Pembulatan nilai persentase AKG kolesterol**

<p>a. Jika kandungan kolesterol yang dicantumkan 0 mg, maka nilai persentase AKG kolesterol adalah 0 %.</p>
<p>b. Lebih dari 0 %, dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat.</p> <p>Contoh : Nilai persentase AKG kolesterol sebesar 4,8 % per sajian, maka nilai yang dicantumkan adalah 5 %.</p>

**3. SERAT PANGAN**

Serat pangan adalah polimer karbohidrat dengan tiga atau lebih unit monomer, yang tidak dihidrolisis oleh enzim pencernaan dalam usus kecil manusia dan terdiri dari:

- polimer karbohidrat yang dapat dimakan (*edible*), yang secara alami terdapat dalam pangan; atau
- polimer karbohidrat, yang diperoleh dari bahan baku melalui proses fisik, enzimatik atau kimiawi yang telah terbukti secara ilmiah mempunyai efek fisiologis bermanfaat terhadap kesehatan; atau
- polimer karbohidrat sintetis yang telah terbukti secara ilmiah mempunyai efek fisiologis bermanfaat terhadap kesehatan.

**a. Ketentuan**

Serat pangan wajib dicantumkan apabila terdapat dalam jumlah yang berarti yaitu lebih dari 0,5 gram per sajian.

**b. Pencantuman**

Kandungan serat pangan dicantumkan dalam gram per sajian dan dalam persentase AKG.

**c. Pembulatan nilai serat pangan**

- |   |
|---|
| a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.<br>Contoh : Kandungan serat pangan sebesar 0,4 g per sajian, maka pencantuman nilai serat pangan sebagai berikut:<br><b>"Serat pangan 0 g"</b>               |
| b. Lebih dari 0,5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.<br>Contoh : Kandungan serat pangan sebesar 4,7 g per sajian, maka pencantuman nilai serat pangan sebagai berikut :<br><b>"Serat pangan 5 g"</b> |

**d. Pembulatan nilai persentase AKG serat pangan**

- |   |
|---|
| a. Jika kandungan serat pangan yang dicantumkan 0 g, maka nilai persentase AKG serat pangan adalah 0 %.   |
| b. Lebih dari 0 %, dibulatkan ke kelipatan 1 % terdekat.<br>Contoh: Nilai persentase AKG serat pangan sebesar 7,5 % per sajian, maka nilai yang dicantumkan adalah 8 %. |

**C. ZAT GIZI ATAU KOMPONEN LAIN YANG DAPAT DICANTUMKAN**

Beberapa zat Gizi tidak wajib untuk dicantumkan dalam ING, namun jika akan dicantumkan maka harus memenuhi ketentuan sebagaimana diuraikan berikut ini.

**1. ENERGI DARI LEMAK**

**a. Ketentuan**

Kandungan energi dari lemak tidak perlu dicantumkan untuk Pangan Olahan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun.

**b. Pencantuman**

Kandungan energi dari lemak dicantumkan dalam kilokalori (kcal) per sajian dan ditempatkan di bawah energi.

**c. Pembulatan nilai energi dari lemak**

- |  |
|--|
| a. Kurang dari 5 kcal per sajian, dinyatakan sebagai 0 kcal.<br>Contoh : Kandungan energi dari lemak sebesar 3 kcal per sajian, maka pencantuman nilai energi dari lemak sebagai berikut:<br><b>"Energi dari lemak 0 kcal"</b> |
|--|

<p>b. 5 kkal sampai 50 kkal per sajian, dibulatkan kekelipatan 5 kkal terdekat.</p> <p>Contoh : Kandungan energi dari lemak sebesar 17 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi dari lemak sebagai berikut:</p> <p><b>"Energi dari lemak 15 kkal"</b></p>
<p>c. Lebih dari 50 kkal per sajian, dibulatkan kekelipatan 10 kkal terdekat.</p> <p>Contoh : Kandungan energi dari lemak sebesar 108 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi dari lemak sebagai berikut:</p> <p><b>"Energi dari lemak 110 kkal"</b></p>

## 2. ENERGI DARI LEMAK JENUH

### a. Ketentuan

Kandungan energi dari lemak tidak perlu dicantumkan untuk Pangan Olahan yang ditujukan bagi bayi dan anak sampai usia 3 tahun.

### b. Pencantuman

Energi dari lemak jenuh dicantumkan dalam kilokalori (kkal) per sajian dan ditempatkan setelah energi dari lemak.

### c. Pembulatan nilai energi dari lemak jenuh

<p>a. Kurang dari 5 kkal per sajian, dinyatakan sebagai 0 kkal.</p> <p>Contoh : Kandungan energi dari lemak jenuh sebesar 2 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi dari lemak jenuh sebagai berikut:</p> <p><b>"Energi dari lemak jenuh 0 kkal"</b></p>
<p>b. 5 kkal sampai 50 kkal per sajian, dibulatkan ke kelipatan 5 kkal terdekat.</p> <p>Contoh : Kandungan energi dari lemak jenuh sebesar 8 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi dari lemak jenuh sebagai berikut:</p> <p><b>"Energi dari lemak jenuh 10 kkal"</b></p>

c. Lebih dari 50 kkal per sajian, dibulatkan ke kelipatan 10 kkal terdekat.

Contoh : Kandungan energi dari lemak jenuh sebesar 58 kkal per sajian, maka pencantuman nilai energi dari lemak jenuh sebagai berikut :

**"Energi dari lemak jenuh 60 kkal"**

### 3. LEMAK TIDAK JENUH TUNGGAL

Lemak tidak jenuh tunggal merupakan jumlah semua lemak tidak jenuh tunggal yang dihitung sebagai jumlah semua asam lemak dengan sedikitnya 1 ikatan rangkap pada posisi *cis*.

#### a. Pencantuman

Lemak tidak jenuh tunggal dicantumkan dalam gram per sajian dan ditempatkan setelah lemak jenuh.

#### b. Pembulatan nilai lemak tidak jenuh tunggal

a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.

Contoh : Kandungan lemak tidak jenuh tunggal sebesar 0,25 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak tidak jenuh tunggal sebagai berikut :

**"Lemak tidak jenuh tunggal 0 g"**

b. 0,5 g sampai 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 0,5 g terdekat.

Contoh : Kandungan lemak tidak jenuh tunggal sebesar 2,8 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak tidak jenuh tunggal sebagai berikut :

**"Lemak tidak jenuh tunggal 3,0 g"**

c. Lebih dari 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.

Contoh : Kandungan lemak tidak jenuh tunggal sebesar 5,4 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak tidak jenuh tunggal sebagai berikut :

**"Lemak tidak jenuh tunggal 5 g"**

### 4. LEMAK TIDAK JENUH GANDA

Lemak tidak jenuh ganda merupakan jumlah semua lemak tidak jenuh ganda yang dihitung sebagai jumlah semua asam lemak dengan sedikitnya 2 ikatan rangkap *cis-cis* yang diselingi dengan gugus metilen.

**a. Pencantuman**

Lemak tidak jenuh ganda dicantumkan dalam gram per sajian, dan ditempatkan setelah lemak jenuh.

**b. Pembulatan nilai lemak tidak jenuh ganda**

a. Kurang dari 0,5 per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.

Contoh: Kandungan lemak tidak jenuh ganda sebesar 0,4 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak tidak jenuh ganda sebagai berikut :

**“Lemak tidak jenuh ganda 0 g”**

b. 0,5 sampai 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 0,5 g terdekat.

Contoh : Kandungan lemak tidak jenuh ganda sebesar 3,4 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak tidak jenuh ganda sebagai berikut :

**“Lemak tidak jenuh ganda 3,5 g”**

c. Lebih dari 5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 terdekat.

Contoh : Kandungan lemak tidak jenuh ganda sebesar 6,1 g per sajian, maka pencantuman nilai lemak tidak jenuh ganda sebagai berikut :

**“Lemak tidak jenuh ganda 6 g”**

**5. SERAT PANGAN LARUT**

Serat pangan larut meliputi antara lain *psyllium*, beta glukukan dari *oats* dan/atau *barley*, inulin dari *chicory* dan pektin dari buah-buahan.

**a. Pencantuman**

Serat pangan larut dicantumkan dalam gram per sajian, serta ditempatkan setelah serat pangan.

**b. Pembulatan nilai serat pangan larut**

a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.

Contoh : Kandungan serat pangan larut sebesar 0,25 g per sajian, maka pencantuman nilai serat pangan larut sebagai berikut :

**”Serat pangan larut 0 g”**

- b. Lebih dari 0,5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.  
Contoh : Kandungan serat pangan larut sebesar 3,6 g per sajian, maka pencantuman nilai serat pangan larut sebagai berikut :

**”Serat pangan larut 4 g”**

## 6. SERAT PANGAN TIDAK LARUT

Serat pangan tidak larut meliputi antara lain selulosa, lignin, dan pati resisten.

### a. Pencantuman

Serat pangan tidak larut dicantumkan dalam gram per sajian dan ditempatkan setelah serat pangan.

### b. Pembulatan nilai serat pangan tidak larut

- a. Kurang dari 0,5 per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.  
Contoh : Kandungan serat pangan tidak larut sebesar 0,4 g per sajian, maka pencantuman nilai serat pangan tidak larut sebagai berikut :

**“Serat pangan tidak larut 0 g”**

- b. Lebih dari 0,5 per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.  
Contoh : Kandungan serat pangan tidak larut sebesar 2,7 g per sajian, maka pencantuman nilai serat pangan tidak larut sebagai berikut :

**“Serat pangan tidak larut 3 g”**

## 7. GULA ALKOHOL

- ✚ Gula alkohol merupakan senyawa kimia yang mempunyai struktur seperti gula tetapi semua atom oksigennya berada dalam bentuk gugus hidroksil.
- ✚ Gula alkohol meliputi silitol, sorbitol, manitol, maltitol, isomaltitol, laktitol, hidrolisat pati terhidrogenasi, sirup glukosa terhidrogenasi, eritritol atau kombinasi gula-gula tersebut.

### a. Pencantuman

Gula alkohol dicantumkan dalam gram per sajian dan ditempatkan setelah gula.

**b. Pembulatan nilai gula alkohol**

- |  |
|--|
| a. Kurang dari 0,5 g per sajian, dinyatakan sebagai 0 g.<br>Contoh : Kandungan gula alkohol sebesar 0,1 g per sajian,<br>maka pencantuman nilai gula alkohol sebagai berikut :<br><b>"Gula alkohol 0 g"</b>              |
| b. Lebih dari 0,5 g per sajian, dibulatkan ke kelipatan 1 g terdekat.<br>Contoh : Kandungan gula alkohol sebesar 2,7 g per sajian,<br>maka pencantuman nilai gula alkohol sebagai berikut :<br><b>"Gula alkohol 3 g"</b> |

**8. VITAMIN DAN MINERAL**

**a. Ketentuan**

Kandungan vitamin dan mineral hanya dapat dicantumkan jika terdapat dalam jumlah paling sedikit 2% dari AKG per sajian.

**b. Pencantuman**

Vitamin dan mineral dicantumkan dalam persentase AKG, dan ditempatkan di bagian bawah pada kelompok vitamin atau mineral.

**c. Pembulatan nilai persentase AKG vitamin dan mineral**

- |  |
|--|
| a. 2% sampai 10% AKG per sajian, dibulatkan ke kelipatan 2% terdekat.<br>Contoh : Nilai persentase AKG vitamin C sebesar 2,9% per sajian, maka nilai yang dicantumkan adalah 2%. |
| b. Lebih dari 10% AKG per sajian, dibulatkan ke kelipatan 5% terdekat.<br>Contoh : Nilai persentase AKG zat besi sebesar 17% per sajian, maka nilai yang dicantumkan adalah 15%. |

**D. ZAT GIZI ATAU KOMPONEN LAIN YANG BELUM DITETAPKAN DALAM ALG**

Zat Gizi atau komponen lain yang belum ditetapkan nilai ALG-nya atau tidak ada acuan lain yang dapat digunakan, maka ketentuan pencantumannya adalah sebagai berikut:

- Untuk kandungan zat Gizi dan komponen turunan zat Gizi, dicantumkan dalam Satuan Metrik per sajian dan dapat diletakkan di bawah zat Gizi tersebut.



Untuk Pangan Olahan yang akan mencantumkan asam amino lebih dari 3 jenis, kandungan asam amino dapat dicantumkan di bawah kelompok vitamin dan mineral.

- Untuk kandungan komponen lain, dicantumkan dalam Satuan Metrik per sajian dan diletakkan di bawah kelompok vitamin dan mineral.

### **III. FORMAT ING**

Format ING pada Label yang diuraikan berikut ini meliputi antara lain bentuk, susunan informasi, dan cara pencantumannya. Format ING dikelompokkan berdasarkan:

#### **A. LUAS PERMUKAAN LABEL**

1. Format vertikal, untuk kemasan dengan luas permukaan Label lebih dari 100 cm<sup>2</sup>

Terdiri atas 3 (tiga) bagian, yaitu :

- a. Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji dan jumlah sajian per kemasan.
- b. Bagian kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Ukuran satuan yang dicantumkan untuk masing-masing zat Gizi sebagaimana diuraikan pada bagian sebelumnya.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) sub bagian dan diawali dengan kalimat “JUMLAH PER SAJIAN”.

- Sub bagian pertama memuat informasi yang berkenaan dengan energi.
  - Sub bagian kedua memuat keterangan yang berkenaan dengan lemak total, lemak jenuh, protein, karbohidrat total, gula, dan garam (natrium).
  - Sub bagian ketiga memuat keterangan tentang vitamin, mineral, dan komponen lainnya.
- c. Bagian ketiga memuat catatan kaki.

Format :

INFORMASI NILAI GIZI		
Takaran saji ... g/ml (... URT) .... Sajian per Kemasan		
JUMLAH PER SAJIAN		
<b>Energi total</b>		<b>... kkal</b>
Energi dari lemak		... kkal
Energi dari lemak jenuh		... kkal
		<b>% AKG*</b>
<b>Lemak total</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
Lemak trans	... g	
<b>Kolesterol</b>	<b>... mg</b>	<b>... %</b>
Lemak tidak jenuh tunggal	... g	
Lemak tidak jenuh ganda	... g	
<b>Lemak jenuh</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
<b>Protein</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
<b>Karbohidrat total</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
Serat pangan	... g	... %
Serat pangan larut	... g	
Serat pangan tidak larut	... g	
<b>Gula</b>	<b>... g</b>	
Gula alkohol		
<b>Garam (natrium)</b>	<b>... mg</b>	<b>... %</b>
Vitamin dan mineral		
Vitamin A		... %
Vitamin C		... %
Vitamin lain		... %
Kalium		... %
Kalsium		... %
Zat Besi		... %
Mineral lain		... %
Komponen lain		
Isoflavon	... mg	
<i>*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.</i>		

2. Format horizontal, untuk kemasan dengan luas permukaan Label kurang dari atau sama dengan 100 cm<sup>2</sup>

Terdapat 2 (dua) format yang dapat dipilih untuk digunakan yaitu:

i. Format Tabular

Keterangan yang dimuat dalam format ini disajikan dalam bentuk kolom dan baris.

- ✚ Kolom pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji, jumlah sajian per kemasan, dan keterangan mengenai energi.
- ✚ Kolom kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan lemak total, lemak jenuh, dan protein dalam persen AKG per sajian.
- ✚ Kolom ketiga mencantumkan uraian yang berkenaan dengan karbohidrat total, gula, dan garam (natrium). Uraian mengenai vitamin dan mineral lainnya dimuat dalam kolom tersendiri dibawah kolom kedua dan ketiga.

Baris paling akhir adalah catatan kaki.

**Format :**

<b>INFORMASI NILAI GIZI</b>  Takaran saji ...g/ml (...URT) ... Sajian per Kemasan <b>Energi Total ... kkal</b> Energi dari lemak ..... kkal	<b>Jumlah per sajian      %AKG *</b>		<b>Jumlah persajian      %AKG*</b>	
	<b>Lemak Total      ... g      ...%</b>	<b>Karbohidrat      ...g      ...%</b>	<b>total</b>	
	<b>Kolesterol      ...mg      ...%</b>	<b>Gula      ....g</b>		
	<b>Lemak jenuh      ...g      ...%</b>	<b>Garam (natrium)      ...mg      ...%</b>		
	<b>Protein      ...g      ...%</b>			
<b>Vitamin dan Mineral</b>				
Vitamin A      ...%	Kalsium      ...%			
Vitamin B6      ...%	Besi      ...%			
Vitamin C      ...%				
Vitamin D      ...%				

*\*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.*

ii. Format Linier

Dalam format linier, seluruh informasi dicantumkan dalam satu kolom.

**INFORMASI NILAI GIZI** Takaran saji : ...g/ml (...URT), ... Sajian per Kemasan **JUMLAH PER SAJIAN : Energi total ...kkal**, Energi dari lemak ....kkal, **Lemak Total ...g (....% AKG)**, **Lemak Jenuh ....g ( ...% AKG)**, **Kolesterol ...g ( ....% AKG)**, **Protein .....g (...% AKG)**, **Karbohidrat total .....g ( ...% AKG)**, **Gula ....g**, **Garam (natrium) ...g (...% AKG)**, **Kalium ...g (...% AKG)**, **Vitamin A (....% AKG)**, **Vitamin C (....%AKG)**, **Vitamin D (....%AKG)**, **Kalsium ... mg (...% AKG)**, **Besi (....% AKG)**. ***Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.***

3. Jika luas permukaan Label lebih dari 100 cm<sup>2</sup>, namun bentuk kemasan tidak dapat mengakomodasi format vertikal, maka pencantuman ING dapat menggunakan format horizontal.

## B. JENIS PRODUK

1. Formula Bayi dan Formula Lanjutan

Dibandingkan dengan format lainnya, format ING untuk Formula Bayi dan Formula Lanjutan ditampilkan lebih sederhana. Memperhatikan peranannya yang sangat spesifik serta muatan informasi yang wajib dicantumkan, format ING untuk Formula Bayi dan Formula Lanjutan dibedakan dari Pangan Olahan lainnya.

Kandungan Gizi dicantumkan dalam ukuran sebagai per 100 g atau per 100 ml, dan per 100 kkal. Uraian zat Gizi diawali dengan protein, lemak, dan karbohidrat, diikuti dengan asam linoleat dan diakhiri dengan kelompok vitamin dan mineral. Zat Gizi lain yang ditambahkan harus dicantumkan pada ING, sesuai dengan kelompok zat Gizi tersebut.

**Format :**

Informasi Nilai Gizi	Satuan	Jumlah	
		Per 100 g/ 100 ml	Per 100 kkal
Protein	g		
Lemak total	g		
Asam Linoleat	mg		
Asam $\alpha$ -Linolenat	mg		
Karbohidrat	g		
Vitamin:			
Vitamin A	mcg RE		
Vitamin D <sub>3</sub>	mcg		
Vitamin E	mg $\alpha$ -TE		
Vitamin K	mcg		
Vitamin B1 (Tiamin)	mcg		
Vitamin B2	mcg		
(Riboflavin)			
Vitamin B3 (Niasin)	mcg		
Vitamin B5 (Asam	mcg		
Pantotenat)			
Vitamin B6	mcg		
(Piridoksin)			
Asam Folat	mcg		
Vitamin B12	mcg		
(Kobalamin)			
Vitamin C	mg		
Biotin	mcg		
Kolin	mg		
Myo-Inositol	mg		
L-Karnitin	mg		
Mineral:			
Kalsium	mg		
Fosfor	mg		
Magnesium	mg		
Besi	mg		
Seng	mg		
Mangan	mcg		
Tembaga	mcg		
Iodium	mcg		
Natrium	mg		
Kalium	mg		
Klorida	mg		
Selenium	mcg		
Komponen lain:	mg/mcg		
Fruktooligosakarida	mg		
(FOS)			

Informasi Nilai Gizi	Satuan	Jumlah	
		Per 100 g/ 100 ml	Per 100 kkal
Galaktooligosakarida (GOS)	mg		

2. MP-ASI

Jika MP-ASI diperuntukkan bagi 2 kelompok usia ALG, maka harus mencantumkan persentase AKG untuk kedua kelompok usia tersebut. Format terdiri atas 2 (dua) bagian, yaitu:

- a. Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji dan jumlah sajian per kemasan.
- b. Bagian kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Persentase AKG yang dicantumkan hanya untuk protein, vitamin dan mineral.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) sub bagian dan diawali dengan kalimat “JUMLAH PER SAJIAN”.

- Sub bagian pertama memuat informasi tentang energi.
- Sub bagian kedua memuat informasi tentang lemak dan turunannya, protein dan turunannya, karbohidrat dan turunannya, dan garam (natrium).
- Sub bagian ketiga memuat keterangan tentang persentase AKG untuk protein, vitamin, dan mineral lainnya.

**Format:**

Contoh : MP-ASI yang diperuntukkan bagi 2 (dua) kelompok usia ALG

INFORMASI NILAI GIZI	
Takaran saji ... g/ml (... URT) ... Sajian per Kemasan	
JUMLAH PER SAJIAN	
Energi total	... kkal
Lemak total	... g
Lemak trans	... g
Protein	... g
Karbohidrat total	... g
Serat pangan	... g
Serat pangan larut	... g

Serat pangan tidak larut	... g	
Gula	... g	
Garam (natrium)	... mg	
	Usia 6 – 12 bulan	Usia 12 – 24 bulan
	% AKG	% AKG
Protein	... %	... %
Vitamin dan mineral		
Vitamin A	... %	... %
Vitamin C	... %	... %
Vitamin lain	... %	... %
Kalium	... %	... %
Kalsium	... %	... %
Zat Besi	... %	... %
Mineral lain	... %	... %

3. Formula Pertumbuhan

Format terdiri atas 2 (dua) bagian, yaitu :

- a. Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji dan jumlah sajian per kemasan.
- b. Bagian kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Persentase AKG yang dicantumkan hanya untuk protein, vitamin, dan mineral.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) sub bagian dan diawali dengan kalimat “JUMLAH PER SAJIAN”.

- Sub bagian pertama memuat informasi tentang energi.
- Sub bagian kedua memuat informasi tentang lemak dan turunannya, protein dan turunannya, karbohidrat dan turunannya, dan garam (natrium).
- Sub bagian ketiga memuat keterangan tentang persentase AKG untuk protein, vitamin, dan mineral lainnya.

**Format:**

<b>INFORMASI NILAI GIZI</b>
Takaran saji ... g/ml (... URT )
.... Sajian per Kemasan

JUMLAH PER SAJIAN	
Energi total	... kkal
Lemak total	... g
Lemak trans	... g
Protein	... g
Karbohidrat total	... g
Serat pangan	... g
Serat pangan larut	... g
Serat pangan tidak larut	... g
Gula	... g
Garam (natrium)	... mg
	% AKG
Protein	... %
Vitamin dan mineral	
Vitamin A	... %
Vitamin C	... %
Vitamin lain	... %
Kalium	... %
Kalsium	... %
Zat Besi	... %
Mineral lain	... %

4. Minuman Khusus untuk Ibu Hamil dan/atau Ibu Menyusui

Jika produk diperuntukkan bagi ibu hamil dan ibu menyusui, maka harus mencantumkan persentase AKG untuk kedua kelompok tersebut.

Format terdiri atas 3 (tiga) bagian, yaitu:

- Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji dan jumlah sajian per kemasan.
- Bagian kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Ukuran satuan yang dicantumkan untuk masing-masing zat Gizi sebagaimana diuraikan pada bagian sebelumnya.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) sub bagian dan diawali dengan kalimat “JUMLAH PER SAJIAN”.

- Sub bagian pertama memuat informasi yang berkenaan dengan energi.



- Sub bagian kedua memuat informasi tentang lemak dan turunannya, protein dan turunannya, karbohidrat dan turunannya, dan garam (natrium).
- Sub bagian ketiga memuat keterangan tentang vitamin, mineral, dan komponen lainnya.

c. Bagian ketiga adalah catatan kaki.

**Format:**

Contoh : minuman yang diperuntukkan bagi ibu hamil dan ibu menyusui

INFORMASI NILAI GIZI			
Takaran saji ... g/ml (... URT)			
... Sajian per Kemasan			
JUMLAH PER SAJIAN			
Energi total		... kkal	
Energi dari lemak		... kkal	
Energi dari lemak jenuh		... kkal	
		% AKG*	
		Ibu Hamil	Ibu Menyusui
Lemak total	... g	... %	... %
Lemak trans	... g		
Lemak jenuh	... g	... %	... %
Protein	... g	... %	... %
Karbohidrat total	... g	... %	... %
Serat pangan	... g	... %	... %
Serat pangan larut	... g		
Serat pangan tidak larut	... g		
Gula	... g		
Garam (natrium)	... mg	... %	... %
Vitamin dan mineral			
Vitamin A		... %	... %
Vitamin C		... %	... %
Vitamin lain		... %	... %
Kalium		... %	... %
Kalsium		... %	... %
Zat Besi		... %	... %
Mineral lain		... %	... %
<i>*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2510 kkal (ibu hamil) / 2615 kkal (ibu menyusui). Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.</i>			

5. Pangan Olahan yang Wajib Fortifikasi

Format ING untuk pangan olahan yang wajib fortifikasi dicantumkan per 100 g atau per 100 ml. Zat Gizi yang wajib dicantumkan hanya zat Gizi yang wajib difortifikasikan. Zat Gizi lain dapat dicantumkan.

**Format:**

Contoh : untuk produk tepung terigu

INFORMASI NILAI GIZI	
JUMLAH PER 100 GRAM	
Besi	... mg
Seng	... mg
Vitamin B1	... mg
Vitamin B2	... mg
Asam folat	... mcg

6. Pangan yang Kemasannya Berisi 2 atau Lebih Pangan Olahan yang Dikemas Secara Terpisah dan Dimaksudkan Untuk Dikonsumsi Masing-masing (Assorted)

Ketentuan penggunaan format ini adalah sebagai berikut :

- a. Pangan yang termasuk dalam ketentuan ini termasuk Pangan Olahan yang berbeda rasa, berbeda *topping*, berbeda komposisi, tetapi masih dalam satu kategori yang sama.

Contoh: wafer dan biskuit, cokelat aneka rasa

- b. ING dicantumkan berdasarkan hasil pengujian Pangan Olahan secara komposit.

Format terdiri atas 3 (tiga) bagian, yaitu :

- a. Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji dan jumlah sajian per kemasan.
- b. Bagian kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Ukuran satuan yang dicantumkan untuk masing-masing zat Gizi sebagaimana diuraikan pada bagian sebelumnya.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) sub bagian dan diawali dengan kalimat “JUMLAH PER SAJIAN”.

- Sub bagian pertama memuat informasi yang berkenaan dengan energi.

- Sub bagian kedua memuat informasi tentang lemak dan turunannya, protein dan turunannya, karbohidrat dan turunannya, dan garam (natrium).
  - Sub bagian ketiga memuat keterangan tentang vitamin, mineral, dan komponen lainnya.
- c. Bagian ketiga adalah catatan kaki.

**Format :**

INFORMASI NILAI GIZI		
Takaran saji ... g (... URT) .... Sajian per Kemasan		
JUMLAH PER SAJIAN		
<b>Energi total</b>		<b>... kkal</b>
Energi dari lemak		... kkal
Energi dari lemak jenuh		... kkal
		%
		<b>AKG*</b>
<b>Lemak total</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
Lemak trans	... g	
Kolesterol	... mg	... %
Lemak tidak jenuh tunggal	... g	
Lemak tidak jenuh ganda	... g	
<b>Lemak jenuh</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
<b>Protein</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
<b>Karbohidrat total</b>	<b>... g</b>	<b>... %</b>
Serat pangan	... g	... %
Serat pangan larut	... g	
Serat pangan tidak larut	... g	
<b>Gula</b>	<b>... g</b>	
Gula alkohol		
<b>Garam (natrium)</b>	<b>... mg</b>	<b>... %</b>
Vitamin dan mineral		
Vitamin A		... %
Vitamin C		... %
Vitamin lain		... %
Kalium		... %
Kalsium		... %
Zat Besi		... %
Mineral lain		... %
Komponen lain		
Isoflavon	... mg	

*\*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.*

7. Pangan Olahan yang Dianjurkan untuk Dikonsumsi Bersama Pangan yang Lain

Ketentuan penggunaan format tersebut adalah sebagai berikut :

- a. Pangan utama dan pangan campurannya dikemas dalam satu kemasan yang sama atau dikemas bersama dengan cara direkatkan satu sama lain.
- b. ING dicantumkan pada 2 (dua) kolom secara terpisah untuk Pangan utama dan Pangan yang telah dicampur.

Format terdiri atas 3 (tiga) bagian, yaitu :

- a. Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI” serta keterangan tentang Takaran Saji dan jumlah sajian per kemasan.
- b. Bagian kedua menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Ukuran satuan yang dicantumkan untuk masing-masing zat Gizi sebagaimana diuraikan pada bagian sebelumnya.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) sub bagian dan diawali dengan kalimat “JUMLAH PER SAJIAN”.

- Sub bagian pertama memuat informasi yang berkenaan dengan energi.
  - Sub bagian kedua memuat informasi tentang lemak dan turunannya, protein dan turunannya, karbohidrat dan turunannya, dan garam (natrium).
  - Sub bagian ketiga memuat keterangan tentang vitamin, mineral, dan komponen lainnya.
- c. Bagian ketiga adalah catatan kaki.

**Format :**

Contoh : Produk sereal yang dikemas bersama dengan produk susu bubuk. Dalam hal ini, produk sereal sebagai Pangan utama dan susu bubuk sebagai Pangan campurannya. ING yang dicantumkan adalah (i) ING sereal; dan (ii) ING sereal dan susu yang telah dicampur.

INFORMASI NILAI GIZI				
Takaran saji ... URT ... Sajian per kemasan	Sereal (... g/ml)		Sereal + Susu (... g/ml)	
JUMLAH PER SAJIAN	....		....	
Energi total	... kkal		... kkal	
	%		%	
	AKG*		AKG*	
Lemak total	... g	... %	... g	... %
Lemak trans	... g		... g	
Lemak jenuh	... g	... %	... g	... %
Protein	... g	... %	... g	... %
Karbohidrat total	... g	... %	... g	... %
Serat pangan	... g	... %	... g	... %
Serat pangan larut	... g		... g	
Serat pangan tidak larut	... g		... g	
Gula	... g		... g	
Garam (natrium)	... mg	... %	... mg	... %
Vitamin dan mineral				
Vitamin A		... %		... %
Vitamin C		... %		... %
Vitamin lain		... %		... %
Kalium		... %		... %
Kalsium		... %		... %
Zat Besi		... %		... %
Mineral lain		... %		... %
*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.				

8. Pangan Olahan antara (intermediate product)

Pangan Olahan antara (intermediate product) merupakan pangan olahan yang untuk dikonsumsi memerlukan pengolahan lebih lanjut dengan penambahan bahan pangan lainnya.

Contoh: tepung terigu, tepung maizena, tepung tapioka, minyak kelapa, minyak zaitun, gula, santan.

Format ING untuk Pangan Olahan antara (intermediate product) dicantumkan sebagai berikut:

- Untuk produk padat, ING dicantumkan per 100 g.
- Untuk produk cair, ING dicantumkan per 100 ml.
- Untuk produk semi padat, ING dapat dicantumkan per 100 g atau per 100 ml.

**Format:**

INFORMASI NILAI GIZI	
<b>JUMLAH PER 100 g</b>	
<b>Energi total</b>	<b>... kkal</b>
<b>Lemak total</b>	<b>... g</b>
<b>Lemak jenuh</b>	<b>... g</b>
<b>Protein</b>	<b>... g</b>
<b>Karbohidrat total</b>	<b>... g</b>
<b>Gula</b>	<b>... g</b>
<b>Garam (natrium)</b>	<b>... mg</b>
<i>*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.</i>	

**C. BERAT BERSIH**

Untuk Pangan Olahan dengan berat bersih atau isi bersih kurang dari satu takaran saji, berlaku ketentuan sebagai berikut:

- Untuk Pangan Olahan dengan berat bersih atau isi bersih paling sedikit setengah (satu per dua) dari ukuran satu Takaran Saji, harus mencantumkan ING per saji dan per kemasan.
- Pangan Olahan dengan nama jenis, nama dagang, dan produsen yang sama hanya boleh memiliki 1 (satu) ukuran kemasan Pangan Olahan dengan berat bersih atau isi bersih kurang dari satu Takaran Saji ( $\geq 0,5 - < 1$ ).

Format terdiri atas 4 (empat) bagian, yaitu :

- Bagian pertama memuat tulisan “INFORMASI NILAI GIZI”
- Bagian kedua memuat keterangan tentang berat bersih, Takaran Saji, dan jumlah sajian per kemasan.
- Bagian ketiga menyajikan keterangan yang berkenaan dengan kandungan zat Gizi. Ukuran satuan yang dicantumkan untuk masing-masing zat Gizi sebagaimana diuraikan pada bagian sebelumnya.

Bagian ini dibagi atas 3 (tiga) kolom yang terdiri dari:

- Kolom pertama memuat keterangan jenis zat Gizi.
  - Kolom kedua memuat keterangan jumlah kandungan zat Gizi per kemasan (berat bersih setengah saji).
  - Kolom ketiga memuat keterangan jumlah kandungan zat Gizi per takaran saji.
- Bagian keempat adalah catatan kaki.

**Format:**

Contoh : Pangan Olahan dengan berat bersih 14 g dan takaran saji 28 g  
(setengah sajian per kemasan)

INFORMASI NILAI GIZI				
Berat bersih		: 14 g		
Takaran Saji		: 28 g (... URT)		
JUMLAH		Per kemasan (14 g)		Per sajian (28 g)
Energi total		... kkal		..... kkal
		% AKG*		% AKG*
Lemak Total		... g	... %	... g ... %
Lemak Jenuh		... g	... %	... g ... %
Protein		... g	... %	... g ... %
Karbohidrat Total		... g	... %	... g ... %
Gula		... g		... g
Garam (natrium)		... mg	... %	... mg ... %
*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.				

**INFORMASI NILAI GIZI** Berat Bersih: ... Takaran saji : ...g/ml (...URT)

**JUMLAH PER SAJIAN :** Energi total ... kkal, Energi dari lemak ... kkal, **Lemak Total** ... g (... % AKG), **Lemak Jenuh** ... g (...% AKG ), **Kolesterol** ... g (... % AKG), **Protein** ... g (...% AKG), **Karbohidrat total** ... g (... % AKG), **Gula** ... g, **Garam (natrium)** ... g (...% AKG), Kalium ... g (... % AKG), Vitamin A (... % AKG), Vitamin C (... % AKG), Vitamin D (... % AKG), Kalsium ... mg (... % AKG), Besi (... % AKG).

**JUMLAH PER KEMASAN :** Energi total ... kkal, Energi dari lemak ... kkal, **Lemak Total** ... g (... % AKG), **Lemak Jenuh** ... g (...% AKG ), **Kolesterol** ... g (... % AKG), **Protein** ... g (...% AKG), **Karbohidrat total** ... g (... % AKG), **Gula** ... g, **Garam (natrium)** ... g (...% AKG), Kalium ... g (... % AKG), Vitamin A (... % AKG), Vitamin C (... % AKG), Vitamin D (... % AKG), Kalsium ... mg (... % AKG), Besi (... % AKG). **Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal. Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.**

KEPALA BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN,

ttd.

PENNY K. LUKITO

LAMPIRAN II  
PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
NOMOR 22 TAHUN 2019  
TENTANG  
INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN

**TAKARAN SAJI**

No	Nama Jenis	Takaran saji
<b>Kategori Pangan 01.0 Produk – Produk Susu dan Analognya, Kecuali yang Termasuk Kategori 02.0</b>		
01.1.2	Minuman Berbasis Susu yang Berperisa dan atau Difermentasi (Contohnya Susu Cokelat, Eggnog, Minuman Yogurt, Minuman Berbasis Whey)	125 - 250 ml
01.5.1	Susu Bubuk dan Krim Bubuk ( <i>Plain</i> )	25 – 35 g
01.6.4	Keju Olahan	15 - 30 g
01.7	Makanan Pencuci Mulut Berbahan Dasar Susu (Misalnya Puding, Yogurt Berperisa/rasa atau Yogurt dengan Buah)	50 - 100 (ml atau g) (Hanya untuk es krim)
01.7	Makanan Pencuci Mulut Berbahan Dasar Susu (Misalnya Puding, Yogurt Berperisa/rasa atau Yogurt dengan Buah)	100 - 200 g (Hanya untuk puding, baik untuk puding siap konsumsi maupun puding bubuk (premiks))
<b>Kategori Pangan 02.0 Lemak, Minyak dan Emulsi Minyak</b>		
02.2.1	Mentega	5 - 20 g
02.2.2	Lemak Oles, Lemak Oles dari Lemak Susu dan Campurannya	5 - 20 g (Kecuali lemak oles loyang / <i>pan release</i> )
<b>Kategori Pangan 03.0 Es untuk Dimakan (<i>Edible Ice</i>), Termasuk <i>Sherbet</i> dan <i>Sorbet</i></b>		
03.0	Es untuk Dimakan ( <i>Edible Ice</i> ), Termasuk <i>Sherbet</i> dan <i>Sorbet</i>	50 – 100 ml
<b>Kategori Pangan 04.0 Buah dan Sayur (Termasuk Jamur, Umbi,</b>		



No	Nama Jenis	Takaran saji
<b>Kacang Termasuk Kacang Kedelai, dan Lidah Buaya), Rumput Laut, Biji-Bijian</b>		
04.1.2.5	Jem, Jeli dan Marmalad	10 – 20 g
04.1.2.9	Makanan Pencuci Mulut ( <i>Dessert</i> ) Berbasis Buah Termasuk Pencuci Mulut Berbasis Air Berflavor Buah	50 – 100 g (hanya untuk jeli agar)
04.1.2.9	Makanan Pencuci Mulut ( <i>Dessert</i> ) Berbasis Buah Termasuk Pencuci Mulut Berbasis Air Berflavor Buah	200 – 240 g (hanya untuk nata de coco dalam kemasan)
04.2.2.2	Sayur, Rumput Laut, Kacang, dan Biji-Bijian Kering	4 – 5 g (Hanya untuk nori)
04.2.2.5	Puree dan Produk Oles Sayur, Kacang dan Biji-bijian (Misalnya Selai Kacang)	30 – 35 g (Hanya untuk selai kacang / <i>peanut butter</i> )
<b>Kategori Pangan 05.0 Kembang Gula / Permen dan Cokelat</b>		
05.1.4	Produk Kakao dan Cokelat	20 – 40 g (Hanya untuk cokelat susu, cokelat hitam manis, dan cokelat putih)
<b>Kategori Pangan 06. Sereal dan Produk Sereal yang Merupakan Produk Turunan dari Biji Sereal, Akar dan Umbi, Kacang-kacangan dan Empulur (Bagian Dalam Batang Tanaman), Tidak Termasuk Produk Bakeri dari Kategori 07.0 dan Tidak Termasuk Kacang dari Kategori 04.2.1 dan 04.2.2</b>		
06.8.1	Minuman Kedelai	170 - 330 ml (Hanya untuk sari kedelai)
<b>Kategori Pangan 07.0 Produk Bakeri</b>		
07.1.1.1	Roti yang Dikembangkan Dengan Kamir dan Roti Istimewa	40 - 100 g (Hanya untuk roti tawar dan roti tawar kupas)
07.2.2	Produk Bakeri Istimewa Lainnya (Misalnya Donat, Roll Manis, <i>Scones</i> , dan Muffin)	40 - 100 g (Hanya untuk roti manis)
<b>Kategori Pangan 11.0 Pemanis, Termasuk Madu</b>		
11.5	Madu	10 – 15 ml

No	Nama Jenis	Takaran saji
		(Hanya untuk madu)
<b>Kategori Pangan 12.0 Garam, Rempah, Sup, Saus, Salad, Produk Protein</b>		
12.6.1	Saus Teremulsi (Misalnya Mayonais, <i>Salad Dressing, Onion Dips</i> )	20 - 30 g (Hanya untuk <i>salad dressing</i> – misalnya <i>thousand island, blue cheese, burger dressing, dll</i> )
<b>Kategori Pangan 13.0 Produk Pangan Untuk Keperluan Gizi Khusus</b>		
13.1.2	Formula Pertumbuhan	30 – 50 g (bentuk padat) 200 – 250 ml (bentuk cair) (Hanya untuk formula pertumbuhan)
13.5	Makanan Diet (Contohnya Suplemen Pangan untuk Diet) yang Tidak Termasuk Produk dari Kategori 13.1, 13.2, 13.3, 13.4 dan 13.6	30 – 50 g (bentuk bubuk) 125 - 250 ml (bentuk cair) (Hanya untuk minuman ibu hamil dan atau ibu menyusui)
13.5	Makanan Diet (Contohnya Suplemen Pangan untuk Diet) yang Tidak Termasuk Produk dari Kategori 13.1, 13.2, 13.3, 13.4 dan 13.6)	30 - 75 g (bentuk padat) 200 - 500 ml (bentuk cair) (Hanya untuk Pangan Tambahan Untuk Olahraga/ <i>Formulated Supplementary Sports Food</i> )
<b>Kategori Pangan 14.0 Minuman, Tidak Termasuk Produk Susu</b>		
14.1.1.2	Air Minum Olahan	170 - 330 ml (Hanya untuk air minum dalam kemasan)
14.1.2.1	Sari Buah	125 – 250 ml
14.1.2.2	Sari Sayur	125 – 250 ml
14.1.2.3	Konsentrat Sari Buah	15 - 30 ml

No	Nama Jenis	Takaran saji
14.1.4	Minuman Berbasis Air Berperisa, Minuman Elektrolit dan <i>Particulated Drinks</i>	170 - 330 ml  (Kecuali 14.1.4.3 Konsentrat (cair atau padat) untuk minuman berbasis air berperisa)
14.1.5	Kopi, Kopi Substitusi, Teh, Seduhan Herbal, dan Minuman Biji-Bijian dan Sereal Panas, kecuali Cokelat	170 - 330 ml  (Hanya untuk minuman sari kacang hijau)
<b>Kategori Pangan 15.0 Makanan Ringan Siap Santap</b>		
15.1	Makanan Ringan – Berbahan Dasar Kentang, Umbi, Sereal, Tepung atau Pati (dari Umbi dan Kacang)	20 – 40 g  (Kecuali makanan ringan ekstrudat)
15.1	Makanan Ringan – Berbahan Dasar Kentang, Umbi, Sereal, Tepung atau Pati (dari Umbi dan Kacang)	10 – 20 g  (Hanya untuk makanan ringan ekstrudat)
15.2	Olahan Kacang, Termasuk Kacang Terlapisi dan Campuran Kacang (Contoh Dengan Buah Kering)	25 – 30 g

KEPALA BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN,  
  
ttd.

PENNY K. LUKITO

LAMPIRAN III  
PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
NOMOR 22 TAHUN 2019  
TENTANG  
INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN

**FORMAT PENCANTUMAN ING PADA BAGIAN UTAMA LABEL**

**A. FORMAT UMUM ING PADA BAGIAN UTAMA LABEL**

Per sajian (... g/ ml) atau per kemasan (... g/ ml)

<b>ENERGI</b>  ... g	<b>LEMAK TOTAL</b>  ... g	<b>LEMAK JENUH</b>  ... g	<b>GARAM (NATRIUM)</b>  ... mg	<b>GULA</b>  ... g
	...%	...%	... %	

Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal

**B. FORMAT ING PADA BAGIAN UTAMA LABEL UNTUK PANGAN OLAHAN YANG  
TIDAK MENGANDUNG SALAH SATU ZAT GIZI**

Contoh : Pangan Olahan tidak mengandung gula (\*)

Per sajian (... g) atau per kemasan (... g/ ml)

<b>ENERGI</b>  ... g	<b>LEMAK TOTAL</b>  ... g	<b>LEMAK JENUH</b>  ... g	<b>GARAM (NATRIUM)</b>  ... g
	...%	...%	... %

Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2150 kkal

(\*) Disesuaikan dengan karakteristik produk Pangan Olahan

KEPALA BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN,

ttd.

PENNY K. LUKITO

LAMPIRAN IV  
PERATURAN BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN  
NOMOR 22 TAHUN 2019  
TENTANG  
INFORMASI NILAI GIZI PADA LABEL PANGAN OLAHAN

**LOGO “PILIHAN LEBIH SEHAT”**

**1. FORMAT LOGO**



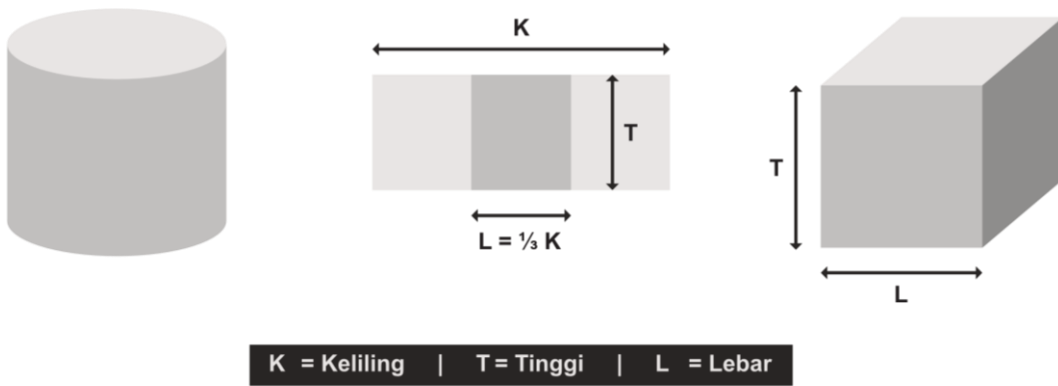
Deskripsi logo:

- a. Logo berupa lingkaran, dengan tanda centang (*tick sign*) dicantumkan di dalamnya.
- b. Tulisan “PILIHAN LEBIH SEHAT” dicantumkan pada bagian atas di luar lingkaran dengan huruf kapital.
- c. Tulisan “Dibandingkan Produk Sejenis Bila Dikonsumsi Dalam Jumlah Wajar” dicantumkan di bagian bawah di luar lingkaran.
- d. Jenis huruf (font) : Arial
- e. Warna
  - Latar belakang : Putih
  - Tanda centang (*tick sign*) dan tulisan : Hijau



## 2. UKURAN LOGO

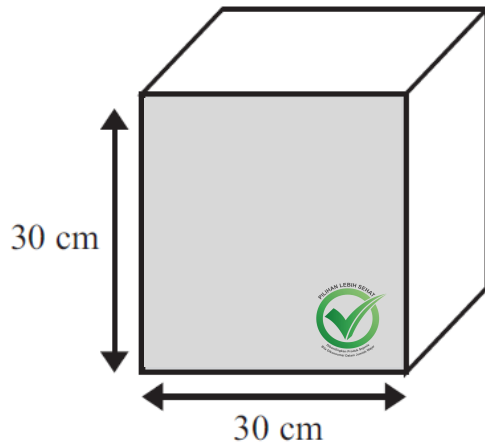
- Logo harus proporsional dan jelas terbaca.
- Ukuran logo tidak boleh lebih dari 5% dari luas bagian utama label.



Perhitungan luas bagian utama label :

**Tinggi (cm) x Lebar (cm)**

Contoh perhitungan:



Tinggi = 30 cm, Lebar = 30 cm

Luas bagian utama label :

$$30 \text{ cm} \times 30 \text{ cm} = 900 \text{ cm}^2$$

Ukuran logo maksimum :

$$5\% \times 900 \text{ cm}^2 = 45 \text{ cm}^2$$

- c. Ukuran (diameter) logo harus tidak kurang dari 15 mm. Ukuran diameter ini juga berlaku jika hasil perhitungan ukuran logo maksimum kurang dari 15 mm.

### 3. KETENTUAN PENCANTUMAN LOGO

- Logo harus ditempatkan di bagian utama label
- Pencantuman logo tidak boleh menyentuh nama dagang, atau menutupi informasi penting pada label
- Dalam pencantuman logo ini, pelaku usaha dilarang :
  - Mengubah warna
  - Mengubah format dan bentuk
  - Mengubah posisi (rotasi)
  - Mengganti jenis huruf (*font*)

### 4. PERSYARATAN

Pangan Olahan yang akan mencantumkan logo “pilihan lebih sehat” harus memenuhi kriteria profil gizi (*nutrient profile*) yang ditetapkan untuk setiap jenis Pangan Olahan.

### 5. PROFIL GIZI (*NUTRIENT PROFILE*)

- Minuman Siap Konsumsi (*Ready to drink*)

Minuman siap konsumsi dalam hal ini mencakup susu rasa, susu berperisa, minuman susu, minuman mengandung susu, minuman susu fermentasi, minuman coklat, minuman kedelai, sari kedelai, sari buah, sari sayur, minuman berperisa berkarbonat, minuman berperisa tidak berkarbonat, dan minuman sari kacang hijau.

Profil gizi untuk minuman siap konsumsi harus memenuhi persyaratan:

Zat gizi	Batas maksimum
Gula*	6 gram per 100 ml

(\*) *Seluruh monosakarida dan disakarida, tidak termasuk laktosa*

b. Pasta Instan dan Mi Instan

Pasta dan mi instan dalam hal ini mencakup pasta instan, bihun instan, kuetiaw instan, makaroni instan, dan mi instan.

Profil gizi untuk pasta dan mi instan harus memenuhi persyaratan :

Zat gizi	Batas maksimum
Lemak total	20 g per 100 g
Garam (natrium)	900 mg per 100 g

KEPALA BADAN PENGAWAS OBAT DAN MAKANAN,

ttd.

PENNY K. LUKITO