

Peki obljubili, da bodo kruh odslej manj solili

Do leta 2022 bodo vsebnost soli zmanjšali za pet odstotkov.



*Prebivalci Slovenije pojemo dvakrat več soli od priporočene količine. Kruh je pomemben vir vnosa soli.
FOTO: Uroš Hočevnar/Delo*

Maja Prijatelj Videmšek

16.10.2019 ob 15:00

Osem podjetij iz sektorja pekarstva, ki deluje v okviru Zbornice kmetijskih in živilskih podjetij pri Gospodarski zbornici Slovenije, je podpisalo listino Zaveze odgovornosti, s katero so se zaobljubili, da bodo do leta 2022 zmanjšali vsebnost dodane soli v kruhu za pet odstotkov.

Več polnozrnatih sestavin

Podpisniki listine Don Don, Hlebček, Mercator IP, Mlinopek, Mlinotest, pekarna Pečjak, Spar Slovenija in Žito so se zavezali, da bodo izboljševali sestavo obstoječih izdelkov in iskali dodatne načine za zmanjševanje dodane soli v kruhu. Poleg tega bodo širili ponudbo pekovskih izdelkov, ki vsebujejo več polnozrnatih sestavin. S tem bodo prispevali k uresničitvi

enega od ključnih strateških ciljev prehranske strategije ministrstva za zdravje, zmanjšanju količine zaužite soli.

Prebivalci Slovenije pojemo dvakrat več soli od priporočene količine, namesto dopustnih pet kar 12 gramov na dan. Tri četrtine soli zaužijemo z živilskimi izdelki in kruh je pomemben vir soli, v preostalem pa z dosoljevanjem pri mizi. Vsak drugi prebivalec si že pripravljeno hrano dosoli.

Ocene OECD v letu 2017 kažejo, da je v Sloveniji več kot tretjino vseh smrti mogoče pripisati vedenjskim dejavnikom tveganja, vključno s prehranskimi tveganji, kajenjem tobaka, uživanjem alkohola in majhno telesno aktivnostjo. Približno 19 odstotkov vseh smrti v letu 2017 je bilo povezanih s prehranskimi tveganji, kot so nizek vnos sadja in zelenjave pa tudi velika poraba sladkorja in soli.

Iz Mlinotesta so sporočili, da so že začeli zmanjševati dodano sol v petih najbolj prodajanih vrstah kruha (Janezovega hlebca s semeni, ajdovske popoldanske štruce, francoske in primorske štruce ter bobolov). V prihodnje bodo zavezam sledili tudi pri drugih pekarskih izdelkih.

V Žitu pravijo, da pri razvojnih aktivnostih že upoštevajo usmeritve zdrave prehrane o zmanjšanem vnosu sladkorja in soli in hkrati uporabljajo čim več sestavin, ki so v vsakodnevni uravnoteženi prehrani zelene in koristne. »S podpisom listine Zaveze odgovornosti še dodatno podpiramo našo zavezo odgovornega odnosa do potrošnika in prispevamo k razvoju pekarske panoge v dobrobit naših kupcev. Podpis zavez nas bo hkrati motiviral, da nadaljujemo z razvijanjem visokokakovostnih izdelkov, ki zadovoljijo tudi najbolj zahtevne kupce, doma in po svetu,« je ob podpisu listine dejala dr. Mateja Modic, direktorica razvoja v Žitu.

Dodajajo, da pri razvoju novih izdelkov upoštevajo trende povečanja naravno prisotnih funkcionalnih sestavin, kot so npr. prehranske vlaknine, beljakovine, minerali, ter izdelujejo manj kompleksne, a kakovostne izdelke z enostavnimi deklaracijami. Vpeljujejo uporabo stročnic in izdelkov iz ekološko pridelanih surovin, stara žita (ajda, kvinoja in pira), ter se vračajo k nekaterim starim tehnologijam, kot so uporaba kvasnih nastavkov, podaljšana fermentacija in uporaba kislega testa. Ob tem razmišljajo tudi o razvoju inovativne embalaže,

predvsem pri izbiri materialov in tehnologij, ki ob ustrezni zaščiti izdelka predstavljajo čim manjšo obremenitev za okolje.

Že tretja zaveza živilske industrije

Zaveza pekov je že tretja zaveza živilske industrije v Sloveniji za izboljšanje sestave živilskih izdelkov. Leta 2015 je 11 podjetij iz sektorja brezalkoholnih pijač (Coca-Cola HBC Slovenija, Costella, Dana, Droga Kolinska, Fructal, Nektar Natura, pivovarna Laško, pivovarna Union, Radenska, Vipi, Vital Mestinje) podpisalo zavezo, da bodo zmanjševali količino dodanega sladkorja v pijačah z dodanim sladkorjem. Dodatno so se zavezali, da ne bodo oglaševali otrokom, mlajšim od 12 let, da bodo spoštovali nekomercialni značaj šol, jasno informirali o energijski vrednosti na lastnih blagovnih znamkah, ponujali različne izdelke ter spodbujali zdrav življenjski slog.

Leta 2017 je sedem podjetij iz mlečnopredelovalnega sektorja (Ekolat, Ljubljanske mlekarne, Loška mlekarne, mlekarne Celeia, mlekarne Krepko, mlekarne Planika, Pomurske mlekarne) podpisalo zavezi, da bodo do leta 2020 znižali vsebnost dodanega sladkorja v mlečnih izdelkih za deset odstotkov in izboljšali sestavo svojih izdelkov. V letu dni so zmanjšali povprečno vsebnost dodanega sladkorja (brez upoštevanja naravno prisotne laktoze, ki znaša od tri do pet gramov) v vseh kategorijah mlečnih izdelkov na sedem gramov v sto gramih izdelka, pri sadnih jogurtih pa na 7,6 grama. To pomeni, da je sektor v enem letu že skoraj dosegel cilj zmanjšanja vsebnosti dodanega sladkorja za deset odstotkov.

Različna mnenja o uspešnosti zavez

Na Zbornici kmetijskih in živilskih podjetij so z rezultati prizadevanj proizvajalcev pijač in mlekarjev zadovoljni, pri Zvezi potrošnikov Slovenije pa menijo, da vsaj pri mlečnih izdelkih ta niso dovolj ambiciozna. Če k približno osmim gramom sladkorja v sadnem jogurtu prištejemo od tri do pet gramov sladkorja v obliki laktoze, ki je v mlečnih izdelkih naravno prisotna, to pomeni, da sto gramov jogurta vsebuje približno 13 gramov sladkorja. Običajno naenkrat ne pojemo le sto gramov jogurta, ampak cel lonček, ki vsebuje od 140 do 250 gramov jogurta. To pomeni, da naenkrat zaužijemo tudi od 18 do 32 gramov sladkorja, kar pomeni približno od štiri in pol do osem kock sladkorja, opozarjajo.

Izpolnjevanje zavez odgovornosti spremlja Odbor za spremljanje implementacije zavez odgovornosti. Vanj so vključeni predstavniki ključnih ministrstev (kmetijskega, zdravstvenega, ministrstva za izobraževanje in gospodarstvo), predstavniki Nacionalnega inštituta za javno zdravje in Gospodarska zbornica Slovenije oziroma Zbornica kmetijskih in živilskih podjetij. Odboru predseduje Bojan Pahor, direktor Direktorata za hrano in ribištvo pri kmetijskem ministrstvu.