

Disney Nährwertrichtlinien

EUROPA, NAHER OSTEN UND AFRIKA

AUF EINEN BLICK:

Die Nährwertrichtlinien wurden mit der Hilfe von Ernährungsexperten entwickelt und durch erstklassige wissenschaftsbasierte Ressourcen gestützt. Die Kriterien bewerten Speisen und Mahlzeiten auf der Grundlage der folgenden Kriterien:

TRAGEN SIE ZU EINER NAHRHAFTEN ERNÄHRUNG BEI?

— Obst, Gemüse, Vollkorngetreide, fettarme Milchprodukte?

WERDEN KINDGERECHTE PORTIONEN ANGEBOTEN?

— Kalorien

WERDEN NÄHRSTOFFE ANGEZEIGT, DIE VERMIEDEN WERDEN SOLLTEN?

— Natrium, Zucker, gesättigte Fettsäuren, Transfettsäuren








ZUGELASSENE LEBENSMITTELGRUPPEN:

Früchte und Gemüse – Alles Produktkategorien.

Fettarme Milchprodukte - Milch, Joghurt und Käse.

Vollkornprodukte - Vollkornnudeln oder Vollkornbrot, brauner Reis, Quinoa und Hafer.

Eiweißarme Ernährung - mageres Fleisch, Geflügel, Fisch, trockene Bohnen, Eier und Nüsse.

LEBENSMITTEL-KATEGORIEN					LEBENSMITTEL-KATEGORIEN			
	VOLLSTÄNDIGE MAHLZEITEN	HAUPTSPESIEN	FÜR BEILAGEN (Bohnen, Hülsenfrüchte, zubereitetes Gemüse und Nudeln in Sauce)	FÜR BEILAGEN (Brot, Reis, Eiersudeln, Nudeln)		GEFORMTE UND ZUBEREITETE NUGGETS / HACKBÄLLCHEN	GEKOCHT, GEPÖKELT UND GESCHNITTEN	ROHE UND GEGARTE SPEISEN
PORTIONSGRÖSSE	Maximal pro Mahlzeit	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion	PORTIONSGRÖSSE	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion
KALORIEN	≤ 600 kcal	≤ 350 kcal	≤ 170 kcal	≤ 340 kcal	KALORIEN	≤ 250 kcal	≤ 80 kcal	≤ 240 kcal
GESAMTFETTGEHALT (G)	≤ 3.9 g pro 100 kcal (≤ 35% des Energiegehalts)	≤ 3.3 g pro 100 kcal (≤ 30% des Energiegehalts)	–	≤ 3.3 g pro 100 kcal (≤ 30% des Energiegehalts)	GESAMTFETTGEHALT (G)	≤ 3.9 g pro 100 kcal (≤ 35% des Energiegehalts)	≤ 15% nach Gewicht	≤ 15% nach Gewicht
GESÄTTIGTE FETTSÄUREN (G)	≤ 1.1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 1.1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 1.1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 1.1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	GESÄTTIGTE FETTSÄUREN (G)	≤ 1.1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	–	–
ZUGESetzte TRANS-FETTSÄUREN (G)	0 g	0 g	0 g	0 g	ZUGESetzte TRANS-FETTSÄUREN (G)	0 g	0 g	0 g
GESAMTZUCKERGEHALT (G)	–	–	≤ 15 g pro 100 g	≤ 5 g pro 100 g	GESAMTZUCKERGEHALT (G)	≤ 2.5 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	–	–
ZUGESetzter ZUCKER (G)	≤ 2.5 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 2.5 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	–	–	ZUGESetzter ZUCKER (G)	–	–	–
NATRIUM (MG)	≤ 740 mg	≤ 600 mg	≤ 300 mg pro 100 g	≤ 350 mg pro 100 g	NATRIUM (MG)	≤ 680 mg	≤ 240 mg maximal	≤ 350 mg maximal
SALZ (G)	≤ 1.9 g	≤ 1.5 g	≤ 0.8 g pro 100 g	≤ 0.9 g pro 100 g	SALZ (G)	≤ 1.7 g	≤ 0.6 g maximal	≤ 0.9 g maximal

MAHLZEITEN UND MAHLZEITENBESTANDTEILE:

Anmerkung zu Käse: Wenn die Quelle für die gesättigten Fettsäuren natürlichen Ursprungs sind (reiner Käse) und mit den Nährwerte-Richtlinien für Käse übereinstimmen, dann wird der Wert für gesättigte Fettsäuren aus dem Käse nicht dem gesamten Wert für gesättigte Fettsäuren hinzugerechnet. Wenn die Mahlzeit mehrere Quellen an gesättigtem Fett enthält UND die Mahlzeit 15 Gramm Käse oder mehr enthält, dann darf das Essen die vorgegebene Menge an gesättigtem Fett um nicht mehr als 3 Gramm pro Portion überschreiten. Alle anderen Forderungen müssen erfüllt werden.

Alle Mahlzeiten und Gerichte: Die Hauptzutat der Gewichtsanteile darf NICHT Zucker sein. Ballaststoffe werden als Zusatz zu natürlichen Aromen, Farbstoffe und Süßungsmitteln empfohlen.

Komplettmahlzeiten: Eine komplette Mahlzeit beinhaltet ein Hauptgericht, eine Beilage, ein Getränk und (falls verfügbar) ein Dessert. Komplettmahlzeiten müssen drei 30 Gramm Portionen Essen von drei oder mehr genehmigten Nahrungsmittelgruppen beinhalten. Wenn die Mahlzeit ein Getränk enthält, muss dieses ebenfalls konform (wasserbasierendes Getränk, fettarme Milch, 100% Frucht) sein. Nur Kalorien und zugefügter Zucker zählen zu den Limits des gesamten Menüs.

Kleine Mahlzeiten: Kleine Mahlzeiten sind ein größerer Snack, der zwischen den Mahlzeiten gegessen wird. Enthält zwei oder mehr Lebensmittelgruppen.

Hauptspeise: Hauptspeisen werden gewöhnlich als Hauptmahlzeiten bezeichnet. Sie verstehen sich als Frühstück, Mittagessen oder Abendessen. Beinhaltet zwei oder mehr der genehmigten Nahrungsmittelgruppen. Einzelne erhaltliche Produkte von Mahlzeitelemente müssen jeweils separat den Ernährungsrichtlichen entsprechen.

Beilagen: Beinhaltet eine oder mehrere genehmigte Nahrungsmittelgruppe. Beilagen die Bestandteil eines Mahlzeitelement sind, müssen jeweils separat den Ernährungsrichtlichen entsprechen.

FLEISCH, GEFLÜGEL, FISCH UND SOJA:

Fleischprodukte: Alle Fleischprodukte sollten mindestens 50% mageres Fleisch enthalten. Fleisch wird als eine Hauptkomponente betrachtet. Mageres Fleisch wird bevorzugt. Größere Portionen sind erlaubt, dürfen jedoch die Richtlinien nicht überschreiten. Vegetarische Eiweiße (z.B. Soja) müssen der länderspezifischen bzw. den europäischen Vorgaben entsprechen. Fleischprodukte gekocht: Gilt für jeglichen Aufschnitt. Mageres Fleisch wird bevorzugt. Natürliche Aromen und Farbstoffe werden bevorzugt.

Geformte und vorbereitete/Verzehrs fertige Nuggets/Fleischbällchen: Nur mageres Fleisch. Eine Vollkornpanade wird empfohlen. Natürliche Aromen und Farbstoffe werden bevorzugt.

Roh und gekocht: Alle rohen und vorbereiteten Burger (Rind, Huhn, Schwein, Würstchen, Fisch und Schalentiere) frisch oder zubereitet (z.B. gewürzt) sollen 85 % Fleisch enthalten oder magerer sein. Fettiger Fisch (z.B. Lachs) darf das gesamte Fettlimit überschreiten. Eine natürliche Gewürzubereitung wird bevorzugt.

LEBENSMITTEL-KATEGORIEN	MILCH NATUR	MILCH MIT GESCHMACKSZUSATZ	KÄSE	JOGHURT UND SONSTIGE MILCHPRODUKTE	LEBENSMITTEL-KATEGORIEN	FRÜHSTÜCKSCEREALIEN	SANDWICHBROT UND BROTSCHNITTEN	SUPPEN UND SAUCEN	CHIPS UND KNUSPERSNACKS
PORTIONSGRÖSSE	–	Maximal pro 250 ml Portion	Pro aufgeführter Portion	200 g (wird nach Portionsgröße angepasst)	PORTIONSGRÖSSE	Maximal pro 30 g Portion	2 Scheiben	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion
KALORIEN	–	≤ 170 kcal	Weich : ≤ 130 kcal Hart : ≤ 85 kcal	≤ 100 kcal pro 100 g (≤ 170 kcal maximal pro markierter Portionsgröße)	KALORIEN	≤ 130 kcal	≤ 150 kcal	≤ 170 kcal	≤ 150 kcal
GESAMTFETTGEHALT (G)	Fettfreie, fettreduzierte und Vollmilch sind zulässig	≤ 2% Milchfett	–	–	GESAMTFETTGEHALT (G)	–	–	≤ 3,9 g pro 100 kcal (≤ 35% des Energiegehalts)	≤ 3,9 g pro 100 kcal (≤ 35% des Energiegehalts)
GESÄTTIGTE FETTSÄUREN (G)	Von Natur aus enthalten	–	–	≤ 2 g pro 100 g; ≤ 4 g maximal	GESÄTTIGTE FETTSÄUREN (G)	≤ 1,1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 1,1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 1,1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 1,1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)
ZUGESetzte TRANS-FETTSÄUREN (G)	0 g	0 g	0 g	0 g	ZUGESetzte TRANS-FETTSÄUREN (G)	0 g	0 g	0 g	0 g
GESAMTZUCKERGEHALT (G)	–	≤ 13,5 g pro 100 ml; ≤ 27 g maximal	≤ 3 g	≤ 13,5 g pro 100 g; ≤ 27 g maximal	GESAMTZUCKERGEHALT (G)	≤ 9 g	≤ 5 g	≤ 12 g	≤ 6,25 g pro 100 kcal (≤ 25% des Energiegehalts)
ZUGESetzter ZUCKER (G)	–	–	–	–	ZUGESetzter ZUCKER (G)	–	–	–	–
NATRIUM (MG)	–	–	≤ 240 mg	–	NATRIUM (MG)	≤ 135 mg	≤ 250 mg	≤ 600 mg	≤ 200 mg
					SALZ (G)	≤ 0,3 g	≤ 0,6 g	≤ 1,5 g	≤ 0,5 g

MILCHPRODUKTE:

Alle Milch-, Käse-, Joghurt und andere Molkereiprodukte: Alle Molkereiprodukte müssen mindestens 50% Milch enthalten. Zucker darf NICHT die Hauptzutat der Gewichtsanteile sein.

Joghurt und andere Molkereiprodukte: Es werden fettreduzierte Milch- und auf Milch basierende Produkte bevorzugt. Mahlzeitenersatzprodukte sind nicht erlaubt. Andere Molkereiprodukte sind freigegeben, diese müssen mindestens zwei der folgenden Kriterien erfüllen: 120 mg Kalzium pro 100g (60g pro 100ml), 15% der empfohlenen Tagesmenge pro 100g Vitamin D, 12% Energie aus Protein, 0,375 µg (Mikrogramm) Vitamin B12, 0,21 mg Vitamin B2 pro 100g. Ein niedriger Zuckergehalt wird empfohlen. Natürliche Aromen, Farben und Süßungsmittel werden empfohlen.

Vollmilch / Milchlischgetränke / Milch mit Geschmack: Milch und Getränke basierend auf Milchersatzprodukten beinhalten Milchlischgetränke, Smoothies sowie Getränke auf Soja- und Reisbasis. Vollmilch wird grundsätzlich genehmigt. Milchlischgetränke sollten 2% Milchfett oder weniger enthalten. Es dürfen weder Koffein oder andere Aufputschmittel verwendet werden. Süßungsmittel mit und ohne Kalorien sind erlaubt. Pulverisierte Aromen werden im gebrauchsfertigen Zustand beurteilt. Die Zubereitungsempfehlung auf der Verpackung muss Anweisungen mit fettreduzierter, fettarmer oder fettfreier Milch enthalten. Mahlzeitenersatzprodukte sind nicht erlaubt. Ein Zusatz von Vitamin A & D wird empfohlen. Natürliche Süßungsmittel werden bevorzugt.

Käse: Folgendes bezieht sich nur auf echten Käse, nicht auf Käsesoße oder Snacks mit Käsegeschmack. Käse sollte vorportioniert sein. Natürliche Aromen und Farbstoffe werden empfohlen.

GETREIDE, SANDWICHBROT UND SUPPEN:

Jegliches Getreide, Suppen, Sandwich-Brot, Chips/Kracker: Zucker darf NICHT die Hauptzutat der Gewichtsanteile sein.

Suppen und Soßen: Betrifft alle Suppen und Menüsoßen. Auf Gemüse basierende Soßen, Vollkornstärke und Ballaststoffe werden empfohlen.

Frühstücks Cerealien: Vollkornoptionen werden bevorzugt: Cerealien mit ungesüßten Trockenfrüchten werden empfohlen. Zucker, der in der Frucht enthalten ist, ist von dem Gesamtzuckerbedarf ausgeschlossen. Zuckerzusatz bezieht sich auf Zucker aus JEDLICHER Quelle, die während der Verarbeitung hinzugefügt wurde; dies beinhaltet JEDLICHEN Zucker der während der Verarbeitung den getrockneten Früchten hinzugefügt wurde. Wo es möglich ist: Verpackungshinweise ergänzen, die Cerealien mit fettarmer Milch und Obst serviert werden sollten. Ballaststoffreiche Cerealien werden empfohlen.

Sandwich-Brot: Die erste Zutat muss Vollkorn sein. Für alle anderen Brotarten die Bellagen Kategorie beachten. Ballaststoffe werden empfohlen.

LEBENSMITTEL-KATEGORIEN	WASSER ODER AUF WASSERBASIS	OBST- / GEMÜSESAFT	FRUCHTNEKTAR	SNACKS AUF OBSTBASIS	LEBENSMITTEL-KATEGORIEN	NÜSSE UND SAMEN / KERNE	MINIHAHLZEITEN	SNACKS AUF GETREIDEBASIS, WÜRZIG	SNACKS AUF GETREIDEBASIS, SÜSS
PORTIONSGRÖSSE	Maximal pro Portion / Behälter	Maximal pro 250 ml Portion	Maximal pro 250 ml Portion	Pro aufgeführter Portion	PORTIONSGRÖSSE	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion	Pro aufgeführter Portion
KALORIEN	≤ 20 kcal	≤ 140 kcal	≤ 130 kcal	≤ 170 kcal	KALORIEN	170 kcal	≤ 250 kcal	≤ 150 kcal	≤ 150 kcal
GESAMTFETT-GEHALT (G)	-	-	-	-	GESAMTFETT-GEHALT (G)	-	-	-	-
GESÄTTIGTE FETTSÄUREN (G)	-	-	-	≤ 1.5 g pro 100 g	GESÄTTIGTE FETTSÄUREN (G)	< 3 g	≤ 5 g pro 100 g	≤ 1.1 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	≤ 10 g pro 100 kcal
ZUGESetzte TRANS-FETTSÄUREN (G)	0 g	0 g	0 g	0 g	ZUGESetzte TRANS-FETTSÄUREN (G)	0 g	0 g	0 g	0 g
GESAMTZUCKERGEHALT (G)	≤ 5 g	-	Keine künstlichen Süßungsmittel	-	GESAMTZUCKERGEHALT (G)	-	≤ 7.5 g pro 100 g	≤ 6.25 g pro 100 kcal (≤ 25% des Energiegehalts)	≤ 6.25 g pro 100 kcal (≤ 25% des Energiegehalts)
ZUGESetzter ZUCKER (G)	-	Kein zugesetzter Zucker	-	Kein Zusatz	ZUGESetzter ZUCKER (G)	≤ 2.5 g pro 100 kcal (≤ 10% des Energiegehalts)	-	-	-
NATRIUM (MG)	-	Obstsaft: Kein Zusatz von Gemüse-saft: ≤ 190 mg	Kein Zusatz	≤ 300 mg	NATRIUM (MG)	≤ 200 mg	≤ 400 mg	≤ 270 mg pro 30 g	≤ 135 mg pro 30 g
SALZ (G)	-	Obstsaft: Kein Zusatz von Gemüse-saft: ≤ 0.48 g	Kein Zusatz	≤ 0.75 g	SALZ (G)	≤ 0.5 g	≤ 1 g	≤ 0.68 g pro 30 g	≤ 0.3 g pro 30 g

GETRÄNKE:

Hinweis: Der Hauptbestandteil gemessen am Gewicht darf NICHT Zucker sein. Intensive Süßstoffe werden üblicherweise auch als künstliche Süßstoffe bezeichnet. Energydrinks sind mit keiner PPE zugelassen.

Getränke auf Wasserbasis: Konfinierter Tee (z. B. schwarzer Tee, grüner Tee, Yerba Mate, Kräutertees, die Guayusa und Yaupon enthalten) und Kaffee (entkoffeiniert und koffeinhaltig) sind erlaubt, wenn diese für die Zubereitung Zuhause sind. Alle Konzepte müssen von Ihrem zentralen Ansprechpartner vorab genehmigt werden. Das Design muss klassische Charaktere im Erwachsenen-Style oder im Vintage-Style bedienen. Klassische Charaktere werden als Charaktere definiert, die seit mindestens 10 Jahren existieren, so dass angenommen werden kann, dass sie ein gewisses Maß an Bekanntheit sowie eine Erwachsene Fangemeinde besitzen. Neu veröffentlichte Titel und Charaktere sind nicht erlaubt. Fertige Tee und Kaffee Getränke sind nicht gestattet. Karbonisierung ist erlaubt. Kein Zusatz von Koffein oder Stimulanzien (nur natürlich vorkommendes Koffein in Kakao ist erlaubt, sofern nicht anders angegeben). Kalorische und kalorienfreie Süßmittel sind erlaubt. Fruchtstücken/ Fruchtsirup werden zubereitet bewertet. Zusätzlicher Zucker bezieht sich auf Zucker aus ALLEN Quellen, die während der Verarbeitung hinzugefügt wurden. Natürliche Aromen, Farben und Süßmittel werden empfohlen. Das Süßen mit Fruchtsaft wird empfohlen.

Frucht- / Gemüse-saft: 100% Saft oder reiner Saft mit Wasser verdünnt. Reiner Saft, der mit Wasser verdünnt ist, wird in die "Saft"-Richtlinie eingeordnet. Der Produktname muss den geltenden Lebensmittelvorschriften entsprechen. Kein Koffein oder andere Stimulanzien als die natürlich vorkommenden. Karbonisierung ist erlaubt. Kalorische und kalorienfreie Süßmittel sind erlaubt. Zusätzlicher Zucker ist nur für Cranberry-Saft erlaubt, bis zu 5 Gramm / pro Portion. Portionskontrolliert empfohlen. Hoher Saftgehalt bevorzugt.

Saftnektar: Saftnektare sind NUR für die unten aufgeführten Länder zugelassen. Alle Saftnektar-Konzepte müssen von Ihrem regionalen verantwortlichen Leiter vorab genehmigt werden. Der Produktname muss den geltenden Lebensmittelvorschriften entsprechen. Mindestens 30% reiner Fruchtsaft / Fruchtstückchen. Hoher Saftgehalt bevorzugt. Es muss eine gute Quelle für zwei oder mehr Vitamine, Mineralien und / oder Ballaststoffe sein (drei oder mehr empfohlen), wie in den lokalen Lebensmittelvorschriften definiert. Natürliche Süßmittel sind erlaubt. Kein zusätzliches Koffein oder andere Stimulanzien als die, die in Kakao natürlich vorkommen. Keine künstlichen Aromen oder Süßstoffe.

SNACKS:

Hinweis: Der Hauptbestandteil gemessen am Gewicht darf NICHT Zucker sein. Ganzjährige Nachspeisen und Süßwaren, wie Brownies, Backdekorationen / Zuckerguss, Kuchen, Süßigkeiten, Schokolade, Pudding, Dessertpudding, Donut, Gelatine, Eis, Bonbons, süße Brötchen und Kekse sind als Snacks nicht akzeptabel und gelten als Süßwaren.

Getreide-basierte süße Snacks: Die Hauptzutat gemessen am Gewicht MUSS Getreide sein. Es muss einer oder mehrere der folgenden Nährstoffe enthalten sein: ≥ 3 Ballaststoffe pro 100 g, ≥ 15% Vollkorn am Gewicht gemessen, 20% Energie von ungesättigten Fettsäuren.

Getreide-basierte Snacks (süß und herzhaft): Vollkorn und Gemüse oder Obst werden als Zutaten bevorzugt. Natürliche Aromen, Farbstoffe und Süßungsmittel werden empfohlen.

Salziges Knabbergebäck: Vollkorn wird bevorzugt. Natürliche Aromen, Farbstoffe und Süßungsmittel werden empfohlen. Wenden Sie sich bei Fragen an den regional verantwortlichen Leiter.

Nüsse und Kerne: Nüsse mit Trockenfrüchten können nach den Zuckerbestimmungen für Trockenobst berechnet werden und fallen unter die Richtlinien für Fruchtsnacks. Zusätzlicher Zucker ist nur für getrocknete Cranberries, Blaubeeren und Kirschen annehmbar, welche zusätzlichen Zucker für die Schmackhaftigkeit benötigen. Nur diese drei Arten von getrockneten Früchten können bis zu 14 g Gesamtzucker pro 40 g Portion enthalten. Studentenfutter oder Mischungen mit Schokolade, Joghurt oder anderen nicht-Frucht- oder nicht-Nuss-Zusätzen gelten als Getreide-basierte herzhaft Snacks. Nussbutter gilt als Würzmittel.

Frucht-basierte Snacks: Nur getrocknete Cranberries, Blaubeeren und Kirschen dürfen zur Schmackhaftigkeit zusätzlichen Zucker enthalten. Nur diese drei Arten von getrockneten Früchten können bis zu 14 g Gesamtzucker pro 40 g Portion enthalten. Die Kalorienaufnahme liegt bei 170 kcal oder 710 KJ pro Portion. Natürliche Aromen, Farben und Süßungsmittel werden empfohlen.