

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Danskernes indtag af salt skal reduceres

Der er gennem de senere år blevet opbygget solid videnskabelig dokumentation for, at et højt saltindtag er skadeligt for befolkningens sundhed. Især er der stærk evidens for, at et højt indtag af salt forårsager øget blodtryk, hvilket er en af de vigtigste risikofaktorer for hjerte-karsygdomme og for tidlig død. Danskerne får ligesom de fleste andre forbrugere i den vestlige verden for meget salt fra kosten. Befolkningerne får imidlertid størstedelen af saltet fra industrielt producerede fødevarer og snacks. En frivillig reduktion af saltindholdet i alle fødevarer, hvor det ikke er i konflikt med fødevareresikkerheden, er derfor prioriteret både i det fælles EU-program om saltreduktion og i de enkelte medlemslande. Producenterne møder derfor krav om at have mindre salt i produkterne både til hjemmemarkeder og til eksport. Producenter af kødprodukter, ost, færdigretter, morgenmadscerealier og brød har siden 2009 arbejdet for at opnå mål i henhold til det fælles EU-program om at reducere saltindholdet i fødevarer med 16 % over 4 år.

Præmis for arbejdet med at reducere saltindholdet

Producenternes præmis for at arbejde med saltreduktion i fødevarerne er af både teknisk og markeds-mæssig karakter. Fødevareresikkerheden må ikke kompromitteres, og saltreducerede fødevarer med et vist markeds-mæssigt fodfæste bør prioriteres højest. Producenterne opfordres til at tage den del af ansvaret for at nedbringe danskernes indtag af salt, som det på den baggrund er muligt. Salt har mange funktionelle egenskaber i fødevarer ud over at bidrage til smagen. Således har salt betydning for mange produkters tekstur, f.eks. krummestrukturen af brød eller fastheden af ost. Salt har også betydning for fødevarernes holdbarhed. Ved reduktion af salt i f.eks. hvedebrød er smagen det første problem. Herefter kan stabilitet blive et problem, og til sidst kan også holdbarheden blive et problem.

Med den moderne køleteknologi og hygiejniske standard har saltet mindre betydning som konservering end før i tiden, og der kan med den baggrund arbejdes på at nedsætte saltindholdet i de fleste produkter. Dette skal ske under hensyntagen til fødevarernes sikkerhed, teknologi og smag. En reduktion af saltindholdet i fødevarerne stiller derfor krav om at forholde sig til såvel fødevarernes smag, teknologiske egenskaber som mikrobiologi i udviklingsarbejdet, og det kan være teknologisk kompliceret.

Om Saltlisten

Saltlisten består af vejledende reduktionsmål for indhold af salt i 15 fødevarer-kategorier og 77 underkategorier. Det er en vejledning til producenter om, hvilke mål for indhold af salt i produkterne, der arbejdes hen imod til november 2013. Saltlisten er udarbejdet af en arbejdsgruppe under Salt-

partnerskabet¹ og er en del af den danske strategi for at nedbringe danskernes daglige saltindtag. Det er målet, at der **som minimum** opnås en reduktion på 16 % i fødevaregrupperne brød, ost, færdigretter, kødprodukter og morgenmadscerealier svarende til den fastsatte benchmarking i EU. Listen kan derfor ses som et inspirationsværktøj til industrien. Den viser, hvad andre produkter indenfor samme kategori kan holde sig under, når det handler om indhold af salt og kan således fungere som inspiration for producenterne i forhold til, hvad de på frivillig basis kan arbejde hen imod at opfylde som led i deres udviklingsarbejde frem til november 2013.

Saltlisten er udviklet med udgangspunkt i en tilsvarende liste fra England, men tilpasset danske forhold. Der har således været en løbende drøftelse af, hvad den mest hensigtsmæssige opdeling af fødevarekategorier er, samt det datagrundlag og den metode der ligger til grund for fastsættelse af de vejledende reduktionsmål, som saltlisten indeholder.

Fødevarekategorier

Der er udarbejdet vejledende reduktionsmål for stort set alle fødevarer, for på den måde at opnå at forbrugerne, uanset hvad de spiser, vil blive vænnet til, at der er mindre salt i produkterne. Derfor er fødevarer, som spises i små mængder, taget med på listen, uanset at den pågældende fødevare isoleret set ikke har væsentlig betydning for befolkningens samlede saltindtag. Det samme gælder produkter, der i dag er karakteriseret ved et højt indhold af salt, f.eks. saltlakrids og soyasovs. Fødevarer med et lavt indhold vil kunne bidrage væsentligt, hvis der spises meget af det, hvilket fx er tilfældet med brød. Indenfor de enkelte fødevaregrupper er det særlig vigtigt, at der er fokus på de produkter, der er store på det danske marked og dermed indgår ofte i danskernes kost.

Man ved fra forskning i udvikling af smagspræferencer, at forbrugernes præference for den salte smag på den måde kan ændre sig, således at de med tiden vil foretrække en mindre salt smag. Det kan forventes, at der med produktudvikling og nogen tilvænning hos forbrugerne kan ske en væsentlig reduktion i saltindholdet, uden at det påvirker smagsoplevelsen. Det er vigtigt, at tilvænning og dermed produktudvikling sker gradvis og i flere tempi. De fleste studier peger på, at det tager ca. 8-12 uger at vænne sig til mindre salt. Det er dog ikke muligt at sige, hvor langt man kan gå ned i saltindhold, uden det påvirker smagsoplevelsen.

For ikke at gøre listen alt for omfattende har man valgt at gøre fødevarekategorierne så brede som muligt. Det betyder så også, at de ikke fuldt ud afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål

¹ Saltpartnerskabet er et samarbejde mellem følgende parter under ledelse af Fødevarestyrelsen: DI Fødevarer, Landbrug og Fødevarer, Dansk Erhverv, Hjerteforeningen, Forbrugerrådet, Kræftens Bekæmpelse, Foreningen af Kliniske Diætister, Diabetes Foreningen, Kost & Ernæringsforbundet, Horesta.

eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt.

Benchmark

De vejledende reduktionsmål, der er fastsat i saltlisten, er beregnet som 40 % fraktilen af de data for aktuelt saltindhold, som er meldt ind fra branchen i de pågældende fødevarekategorier på det tidspunkt, hvor listen blev lavet. Det betyder i teorien, at 40 % af produkterne allerede har et saltindhold under de vejledende reduktionsmål, mens 60 % ligger over de vejledende reduktionsmål. De pågældende reduktionsmål er ikke vægtede i forhold til fødevarernes volumen på markedet. Det har ikke i alle tilfælde været muligt at indhente tilstrækkeligt med data, hvorfor data ikke er repræsentative for det danske marked. Derfor har der i visse tilfælde været behov for at tilpasse reduktionsmålene, hvor f.eks. få data ikke har givet tilstrækkeligt sikkert grundlag for entydigt at fastsætte reduktionsmål, ligesom nogle reduktionsmål er blevet fastsat ud fra et yderst begrænset kendskab til indholdet af salt i de pågældende danske fødevarer. Derfor har reduktionsmålene i listerne i England også i nogle tilfælde haft betydning for fastlæggelse af de danske reduktionsmål.

Saltpartnerskabet

Partnerskabet blev etableret i 2011 med repræsentanter fra myndigheder, sundheds- og forbrugerorganisationer samt fødevarerhvervets brancheforeninger. Formålet med partnerskabet er at forbedre folkesundheden. Partnerskabets vision er at nedsætte det daglige saltindtag med 3 g og forebygge især hjertekarsygdomme, men også andre sygdomme. I Danmark er indtaget i gennemsnit på ca. 9-11 g pr. dag for mænd og ca. 7-8 g for kvinder, hvor anbefalingen fra WHO og De Nordiske Næringsstofanbefalinger er på 5-6 g. Når det lykkes at reducere saltindtaget med i gennemsnit 3 g pr. dag, vil man kunne reducere forekomsten af hjerte-karsygdomme med 5-15 % og samtidig spare samfundet for en sundhedsudgift på 1-2 mia. kr. årligt. Et vigtigt indsatsområde er at reducere salt i færdigpakkede fødevarer, hvorfor det er glædeligt, at erhvervet vil bidrage til denne indsats ved på frivillig basis at arbejde mod de vejledende reduktionsmål.

Monitorering af initiativerne i Saltpartnerskabet

Saltlisten er et blandt flere initiativer, som har til formål at sænke danskernes indtag af salt. Sammen med andre initiativer, som skal sætte betydningen af salt for befolkningssundheden på dagsordenen, indgår saltlisten som ét element i den samlede indsats. Andre elementer er at reducere saltindholdet i kantinemad og i udespisningen samt at øge forbrugernes og de mad- og sundhedsprofessionelles opmærksomhed på salt, ligesom en bedre mærkning af fødevarernes indhold af salt er elementer i den samlede indsats. Et monitoreringsprogram er en meget vigtig del af strategien for at reducere befolkningens indtag af salt. Dette iværksættes både i forhold til saltindholdet i produkterne og i forhold til borgernes faktiske saltindtag, målt som udskillelse af salt i urinen.

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
1. Kød For kødkategorien er de vejledende reduktionsmål for salt baseret på total natrium i produkterne, dvs. at også andre natriumkilder end NaCl medregnes.	1.1. Finhakket (farsen), varmebehandlet <u>1.1.1. Middagspølser</u> F.eks. wienerpølse, frankfurter og lignende	2,3 g salt eller 920 mg natrium
	<u>1.1.2. Pålægspølser</u> F.eks. kødpølser, røget medister og lignende	2,3 g salt eller 920 mg natrium
	<u>1.1.3. Frikadeller, kødboller og lignende</u>	1,6 g salt eller 640 mg natrium
	1.2. Hele stykker af kød samt udskivede stykker af produkterne, varmebehandlet 1.2.1. Fjerkrækød F.eks. kyllingebryst, kalkunbryst og lignende	2,7 g salt eller 1,1 g natrium
	1.2.2. Svine- og oksekød F.eks. skinke, hamburgerryg, rullepølse, kamsteg og lignende	3,0 g salt eller 1,2 g natrium
	1.3. Hele stykker af kød samt udskivede stykker af produkterne, ikke varmebehandlet <u>1.3.1. Bacon</u>	2,4 g salt eller 960 mg natrium
	<u>1.3.2. Røget skinke, røget hamburgerryg og lignende</u>	3,0 g salt eller 1,2 g natrium
	1.4. Postej og paté	1,9 g salt eller 760 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	1.5. Tilberedt kød <u>1.5.1. Kød tilsat lage, ikke varmebehandlet</u> 1.5.1.1. Kyllingekød F.eks. kyllingebryst, kyllingefilet og lignende	0,8 g salt eller 320 mg natrium
	1.5.1.2. Andre typer kød F.eks. svinekød	1,3 g salt eller 520 mg natrium
	<u>1.5.2. Andet tilberedt kød, ikke varmebehandlet</u> F.eks. overfladekrydret kød og lignende.	1,5 g salt eller 600 mg natrium
2. Brød For brødblandinger gælder de vejledende reduktionsmål de færdigt tilberedte brød	2.1. Rugbrød Inkluderer alle slags rugbrød som rådej, delvis bagt og friskbagt	1,2 g salt eller 480 mg natrium
	2.2. Hvedebrød Inkluderer alle slags hvedebrød som rådej, delvis bagt og friskbagt. F.eks. fransk-, toast-, ciabatta- og nanbrød, flute, burgerboller, pølsebrød, kernebrød samt sødt brød som kanelboller, boller med rosiner og lignende. Ekskluderer brød med fyld som f.eks. ost, oliven, soltørrede tomater osv. (kategori 2.5)	1,1 g salt eller 440 mg natrium
	2.3. Fuldkorns hvedebrød Inkluderer alle slags fuldkorns hvedebrød som rådej, delvis bagt og friskbagt. F.eks. fransk-, toast-, ciabatta- og nanbrød, flute, burgerboller, pølsebrød, kernebrød samt sødt brød som kanelboller, boller med rosiner og lignende. Ekskluderer brød med fyld som f.eks. ost, oliven, soltørrede tomater osv. (kategori 2.5)	1,1 g salt eller 440 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	2.4. Knækbrød Inkluderer alle slags knækbrød. Ekskluderer produkter tilsat ingredienser/fyld (kategori 2.5)	1,3 g salt eller 520 mg natrium
	2.5. Brød med fyld Inkluderer alle brød/boller/knækbrød med fyld som f.eks. ost, oliven, soltørrede tomater, kød og lignende	1,3 g salt eller 520 mg natrium
3. Morgenmadsprodukter	3.1. Müsli Inkluderer alle müsli produkter med/uden nødder, tørret frugt samt iblandet ekstruderede produkter. Havregryn er ikke tilsat salt og er ikke omfattet	0,3 g salt eller 120 mg natrium
	3.2. Andre morgenmadsprodukter F.eks. cornflakes, rugfras, cocopops - med/uden tørret frugt	1,0 g salt eller 400 mg natrium
4. Mejeriprodukter	4.1. Gule oste 4.1.1. Bløde oste Inkluderer bløde oste med <29 % protein f.eks. Danbo 20+, 30+ og 45+, Havarti 60+ og 55+, som skæreost, skiveost eller revet	1,7 g salt eller 680 mg natrium
	4.1.2. Hårde oste Inkluderer hårde oste med højt indhold af protein f.eks. Kadett 20+, Emmentaler 45+, Cheddar 50+, som skæreost, skiveost eller revet	1,5 g salt eller 600 mg natrium
	4.1.3. Mozzarella m.v. Fast og revet mozzarella samt pizzatop produkter, hvor mælkefedtet er udskiftet med vegetabilsk fedt. Ekskluderer frisk mozzarella	1,4 g salt eller 560 mg natrium
	4.2. Frisk ost 4.2.1. Flødeost, naturel	0,8 g salt eller 320 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarsikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	<u>4.2.2. Flødeost, krydrede</u>	1,2 g salt eller 480 mg natrium
	<u>4.2.3. Flødeost, søde</u>	0,6 g salt eller 240 mg natrium
	<u>4.2.4. Frisk mozzarella</u>	0,5 g salt eller 200 mg natrium
	<u>4.2.5. Hytteost</u>	0,8 g salt eller 320 mg natrium
	4.3. Skimmeloste <u>4.3.1. Danablue</u>	3,1 g salt eller 1,2 g natrium
	<u>4.3.2. Øvrige skimmeloste (> 2 kg)</u>	2,3 g salt eller 920 mg natrium
	<u>4.3.3. Øvrige skimmeloste (< 2 kg)</u>	1,7 g salt eller 680 mg natrium
	4.4. Forarbejdede oste <u>4.4.1. Smelteoste</u>	3,5 g salt eller 1,4 g natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarsikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	4.4.2. Andre forarbejdede oste Inkluderer f.eks. "pizzatop" som revet ost tilsat smelteprodukt og kartoffelstivelse (ikke kun som anti-klump) og "toastost" som skiveskåret smelteost	1,3 g salt eller 520 mg natrium
	4.5. Hvide oste F.eks. hvis blød ost i tern og lignende	3,0 g salt eller 1,2 g natrium
	4.6. Smør	1,2 g salt eller 480 mg natrium
	4.7. Margarine og blandingsprodukter Inkluderer alle margariner og smør-bare produkter, som indeholder olie, f.eks. solsikke-, olivenolie, beriget smørmælk osv.	1,0 g salt eller 400 mg natrium
5. Kartoffelprodukter	5.1. Pulverkartoffelmos, som tilberedt produkt	0,3 g salt eller 120 mg natrium
	5.2. Andre forarbejdede kartoffelprodukter Inkluderer frosne ovnklare krydrede kartofler og færdigkogte i glas. Ekskluderer færdigretter	1,0 g salt eller 400 mg natrium
	5.3. Kartoffelsalater	1,1 g salt eller 440 mg natrium
6. Konfekturer	6.1. Lakrids Inkluderer både sød og saltet lakrids	0,8 g salt eller 320 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarsikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	6.2. Bolsjer, stærke	1,7 g salt eller 680 mg natrium
7. Finere bagværk For kageblandinger gælder de vejledende reduktionsmål de færdigtillberedte kager	7.1. Kager/skærekager, småkager, wienerbrød, vafler, muffins og lignende	0,6 g salt eller 240 mg natrium
	7.2. Frugtærter	0,2 g salt eller 80 mg natrium
	7.3. Søde kiks	0,6 g salt eller 240 mg natrium
	7.4. Krydrede/ saltede kiks	1,8 g salt eller 720 mg natrium
8. Dressing For boullion og lignende gælder de vejledende reduktionsmål produktet i ikke koncentreret form	8.1. Mayonnaise- og cremefraiche-dressinger samt olie- og eddike-dressinger <u>8.1.1. Ikke fedtreduceret mayonnaise- og cremefraiche- dressinger</u>	1,6 g salt eller 640 mg natrium
	<u>8.1.2. Fedtreduceret mayonnaise- og cremefraichedressinger samt olie- og eddikedressinger</u>	1,8 g salt eller 720 mg natrium
	8.2. Ketchup	1,8 g salt eller 720 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarekategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	8.3. Sennep	3,4 g salt eller 1,4 g natrium
	8.4. Bouillon, som tilberedt	0,9 g salt eller 360 mg natrium
9. Konserver	9.1. Bønner i sauce	0,6 g salt eller 240 mg natrium
	9.2. Grønsagskonserver <u>9.2.1. Grønsagskonserver</u> Inkluderer alle konserverede grønsager. Ekskluderer forarbejdede ærter (lufttørrede ærter) og surkål (hvidkål) samt særlige saltede grønsagskonserver (kategori 9.3.2.)	0,7g salt eller 280 mg natrium
	<u>9.2.2. Særlige saltede grønsagskonserver</u> Inkluderer særlige saltede grønsagskonserver som f.eks. soltørrede tomater, oliven, chili og jalapenos	3,7 g salt eller 1,5 g natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
10. Drikkevarer* Med hensyn til 10.1 er målet sat for at forhindre, at der på sigt kommer mere salt i f.eks. læskedrikke og vand. For sportsdrikkenes vedkommende er de inkluderet for at forebygge tilsætning af natrium med ikke fysiologisk formål som f. eks. de godkendte elektrolytberigede.	10.1. Vand, læskedrikke, iste sportsdrikke og lignende. Elektrolytberigede godkendte sportsdrikke er undtaget	30 mg natrium
	10.2. Instant drikke, som tilberedt produkt Inkluderer instant chokoladedrikke, instant cappuccino eller instant cafe latte.	25 mg natrium
11. Snacks	11.1. Standard kartoffelchips Inkluderer standard kartoffelchips i alle smagsvarianter	1,7 g salt eller 680 mg natrium
	11.2. Ekstruderet snacks Inkluderer ekstruderet snacks i alle smagsvarianter. F.eks. ostepops, osterejer, popcorn og lignende	2,3 g salt eller 920 mg natrium
	11.3. Ekspanderet snacks (pellet) Inkluderer alt ekspanderet snacks, f.eks. skaller med rejesmag, baconsmag, skruer	2,8 g salt eller 1,1 g natrium
	11.4. Saltede nødder	1,2 g salt eller 480 mg natrium

* Naturligt mineralvand og kildevand omfattet af bekendtgørelse nr. 1015 om naturligt mineralvand, kildevand og emballeret drikkevand samt produkter baseret på naturligt mineralvand og kildevand er ikke omfattet, hvad angår produkternes naturlige natriumindhold. Ligeledes er frugtsaft omfattet af bekendtgørelse nr. 1412 ikke omfattet.

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	11.5. Andet saltet snacks Inkluderer f.eks. saltstænger, rugstænger og lignende	2,2 g salt eller 880 mg natrium
12. Færdigretter	12.1. Færdigretter på frost <u>12.1.1. Pizza og forårsruller</u>	1,4 g salt eller 560 mg natrium
	<u>12.1.2. Spiseklare supper</u>	1,0 g salt eller 400 mg natrium
	<u>12.1.3. Middagsretter</u> Inkluderer kyllinge-, fiske-, kød - og vegetarretter	0,8 g salt eller 300 mg natrium
	12.2. Færdigretter på køl Inkluderer spiseklare supper samt kyllinge -, fiske-, kød - og vegetarretter	1,0 g salt eller 400 mg natrium
	12.3. Færdigretter uden for køl <u>Middagsretter</u> Inkluderer f.eks. konserves, spiseklare supper samt pulver retter som tilberedt	0,9 g salt eller 360 mg natrium
13. Pålægssalater	13.1. Pålægssalater med kød	1,6 g salt eller 640 mg natrium
	13.2. Pålægssalater med fisk eller skaldyr	1,2 g salt eller 480 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarer kategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarer sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	13.3. Pålægssalater med grønsager, toppingsalater	1,0 g salt eller 400 mg natrium
14. Fisk eller skaldyr	14.1. Paneret fisk	1,0 g salt eller 400 mg natrium
	14.2. Marineret fisk	3,0 g salt eller 1,2 g natrium
	14.3. Røget fisk	3,0 g salt eller 1,2 g natrium
	14.4. Gravad fisk	3,3 g salt eller 1,3 g natrium
	14.5. Konserves og convenience <u>14.5.1. Fiskekonserves og convenience</u> Inkluderer alt konserveret fisk i olie, vand, saltlage, tomat osv. F.eks. tun, makrel, laks, sardin, blæksprutte, kaviar, torskerogn samt convenience produkter såsom frisk fars og fiskefrikadeller	1,0 g salt eller 400 mg natrium
	<u>14.5.2. Skaldyr konserves og convenience</u> 14.5.2.1. Skaldyr konserves og convenience på køl Inkluderer alt konserveret skaldyr i olie, vand, saltlage, tomat osv. f.eks. rejer, kammuslinger samt convenience produkter	2,0 g salt eller 800 mg natrium

Vejledende reduktionsmål for salt i fødevarer, Saltlisten.

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarekategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarsikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte reduktionsmål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende reduktionsmål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end reduktionsmålet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende reduktionsmål for saltindhold november 2013 (g salt eller mg natrium per 100 g)
	14.5.2.2. Skaldyr konserver og convenience på frost Inkluderer alt konserveret skaldyr i olie, vand, saltlage, tomat osv. f.eks. rejer, kammuslinger samt convenience produkter	1,5 g salt eller 600 mg natrium
15. Sauce og marinader	15.1. Sauce Pasta-, mornay-, bearnaise-, whiskey-, hollandaise-, karrysauce og lignende, der er færdigblandede og blot skal varmes op. Dvs. både saucer som er ingredienssauce (blandes i ret) og tilbehørssauce ("dyp"-sauce, der spises som de er, som tilbehør til kød og kartofler/pasta/ris eller lignende)	1,1 g salt eller 440 mg natrium
	15.2. Pesto, engelsk sauce og lignende	2,7 g salt eller 1,1 g natrium
	15.3. Sova sauce, fiskesauce, østerssauce og lignende	13 g salt eller 5,2 g natrium
	15.4. Marinader	6,7 g salt eller 2,7 g natrium