



# Lebensmittel-Kennzeichnung bei Galaktosaemie

Wie war es bisher?

Was bleibt?

Was ist neu?



## Welches Brötchen würden Sie Ihrem Kind anbieten?

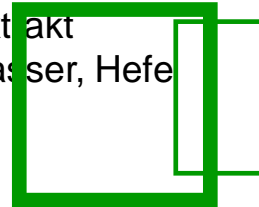
### Mehrkornbrötchen

**Weizenmehl** Typ 550, **Maisgrieß**, **Haferkerne**, **Malzmehl** (**Gerste**, Weizen) geröstet, **Leinsaat**, **Sojaspeisekleie**, **Sonnenblumenkerne**, Weizenkleber, **Sesamsaat**, getrockneter **Roggensauerteig**, Speisesalz, Wasser, Hefe, Roggenmalzflocken  
**(kann Spuren von Milch enthalten)**



### Sovitalbrötchen

**Weizenmehl** Typ 550, **Roggenvollkornschrot**, Roggenquellmehl, Roggenmehl, Leinsamen, Sonnenblumenkerne, Erbsenschalen, **Sesam**, jodiertes Speisesalz, Weizenspeisekleie, Malzextrakt (**Gerstenmalz**, Wasser), Säuerungsmittel Milchsäure, Wasser, Hefe

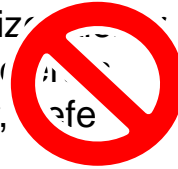




## Welches Brötchen würden Sie Ihrem Kind anbieten?

### Kartoffelbrötchen

Weizenmehl Typ 550, Kartoffelflocken, Kürbiskerne, Weizenmehl, Quellmehl (Mais, Weizen), Stabilisator Guarkernmehl, jodiertes Speisesalz, **Sauermolkenpulver**, **Milchzucker**, Wasser, Hefe  
(kann Spuren von Ei und Soja enthalten)



### Roggenbrötchen

Natursauerteig (**Roggenmehl**, Wasser), **Roggenvollkornmehl**, **Roggenschrot**, Wasser, Rapsöl, Salz, Backmittel (**Milchprotein**, Weizenmehl, Mehlbehandlungsmittel), **Roggenmalzmehl**



# Wie gehen Sie im Alltag mit Warnhinweisen auf „Spuren von...“ um?





## Spuren von Laktose an Milcheiweiß

- Verunreinigungsgrad ist abhängig von der Art des Milcheiweißes
- Besonders hoch bei Molkenproteinen: „Lactalbumin“, Lactoglobulin“
- Kontamination kann im Prozent-Bereich(= g/100 g) liegen
- Bei Produkten mit ausschließlichen Zusatz von Milcheiweiß (**ohne** Milch-, **ohne** Laktosezusatz) liegt die Kontaminantion bezogen auf das Gesamtprodukt im Toleranzbereich!

Quelle: „Runder Tisch-Konferenz“ mit der Milchindustrie am 14.9.2015

## Laktosefreie und Galaktosearme Kost

Geeignete Lebensmittel	Ungeeignet
Galaktosefreie Säuglingsnahrung	Frauenmilch Kuhmilch (auch laktosefreie Milch!) Schaf-, Ziegen-, Stuten-, Kamelmilch Joghurt, Kefir, Flan Rahm, Sauerrahm, Molke, Milchserum, Buttermilch, Kondensmilch Milchpulver, Magermilchpulver, Milchzucker (Milchprotein: nur geringer Restlaktosegehalt)
Alle Hart- und Hartkäsesorten Weichkäse: laktosefreie Sorten (siehe <i>Tabelle 4</i> )	Frischkäse, Quark, Hüttenkäse, Ziger
Pflanzenöle, tierische Fette, Butterreinfett	Butter, Margarine mit Milchbestandteilen
Fleisch, Geflügel, Wild, Fisch, Ei	Fertigprodukte oder Gerichte mit Milchzusatz wie Kalbsbratwurst, Innereien
Hülsenfrüchte; Soja, Sojamilchprodukte Gemüse Obst, Fruchtsäfte, Nüsse	Fertigprodukte wie Rahmspinat Fruchtsaft mit Molke
Getreide aller Art, Getreidedrink Brot, Zerealien, Teigwaren Kartoffeln	Produkte mit Milchzusatz wie Zopf, Zwieback Gerichte mit Milchzusatz wie Stock, Gratin
Sofern keine Milchbestandteile enthalten: Schwarze Schokolade Wasserglace, Sorbet (selbst gebackene) Kuchen und Kekse Reines Kakao- und Schokoladenpulver	Milchschokolade, Pralinen Rahmglace, Milchglace Kuchen, Torten, Biscuits, Patisserie Frühstücksgetränkpulver mit Milchzusatz
Konfitüre, Honig, Zucker Kräuter, Gewürze, Salz, Essig Wasser, Tee, Limonaden	Nussnougatcreme Laktosehaltige Streuwürzen Milchserumhaltige Getränke
Alle E-Nummern inkl. E 270 (Milchsäure), E 327 (Calciumlactat); Ausnahme E 966	E 966 (Lactit, Lactitol)

Quelle:

## Achtung Zutatenliste!

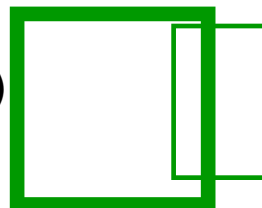


- Seit 2007 sind die 14 Hauptauslöser von Allergien und Unverträglichkeiten auf verpackten Lebensmitteln kennzeichnungspflichtig.
- Diese Regel gilt EU-weit.

## 14 Hauptauslöser – diese Stoffe oder Erzeugnisse müssen gekennzeichnet werden:

- Glutenhaltiges Getreide
- Krebstiere
- Sellerie
- Eier
- Senf
- Fische
- Sesamsamen
- Erdnüsse
- Schwefeldioxid u. Sulfite
- Sojabohnen
- Lupine
- WeichtiereSchalenfrüchte
  
- Milch (einschließlich Laktose)

Lactit (E 966)





# Laktit

- Lactitol, Lactobiosit, hydrierter Milchzucker, Lactit (E 966)
- Zuckeraustauschstoff
- fällt unter die Zusatzstoff-Kennzeichnung
- In verpackten Produkten ausnahmslos kennzeichnungspflichtig
- Deklaration bei „loser Ware“: mit Süßungsmittel
- **Nachfragen erforderlich!**

Den magischen Geschmack A  
mit dieser leckeren, schnell zu

Zutaten: 18 % Nudeln (Hartweizengrieß, Salz), Stärke, 10 % Croûtons (Weizenmehl, pflanzliches Fett, Salz, Hefe), Zucker, gehärtetes pflanzliches Fett, Süßmolkenpulver, Geschmacksverstärker (Mononatriumglutamat, E 635), Gemüse (Karotten, Lauch), Maltodextrin, Salz, jodiertes Speisesalz (Salz, Kaliumjodat), 3 % Curry (Koriander, Curcuma, Senf, Bockshornklee, Kumin, Chilis, Zimt, Ingwer, Nelke, Piment), Hühnerfett, Milcheiweiß, Würze (enthält Soja), Stabilisator E 340, Aroma, Kräuter, Gewürze, Hefeextrakt, Emulgator E 471, Verdickungsmittel E 466, Sellerieextrakt.

Molke = Milch

Zutatenliste

Milcheiweiß

Warnhinweis  
(keine Zutat)

Kann Spuren von Ei enthalten.

Zubereitung: Beutelinhalt in eine Tasse geben,

Nä

Br

Eiv

Ko

Fet

Lam

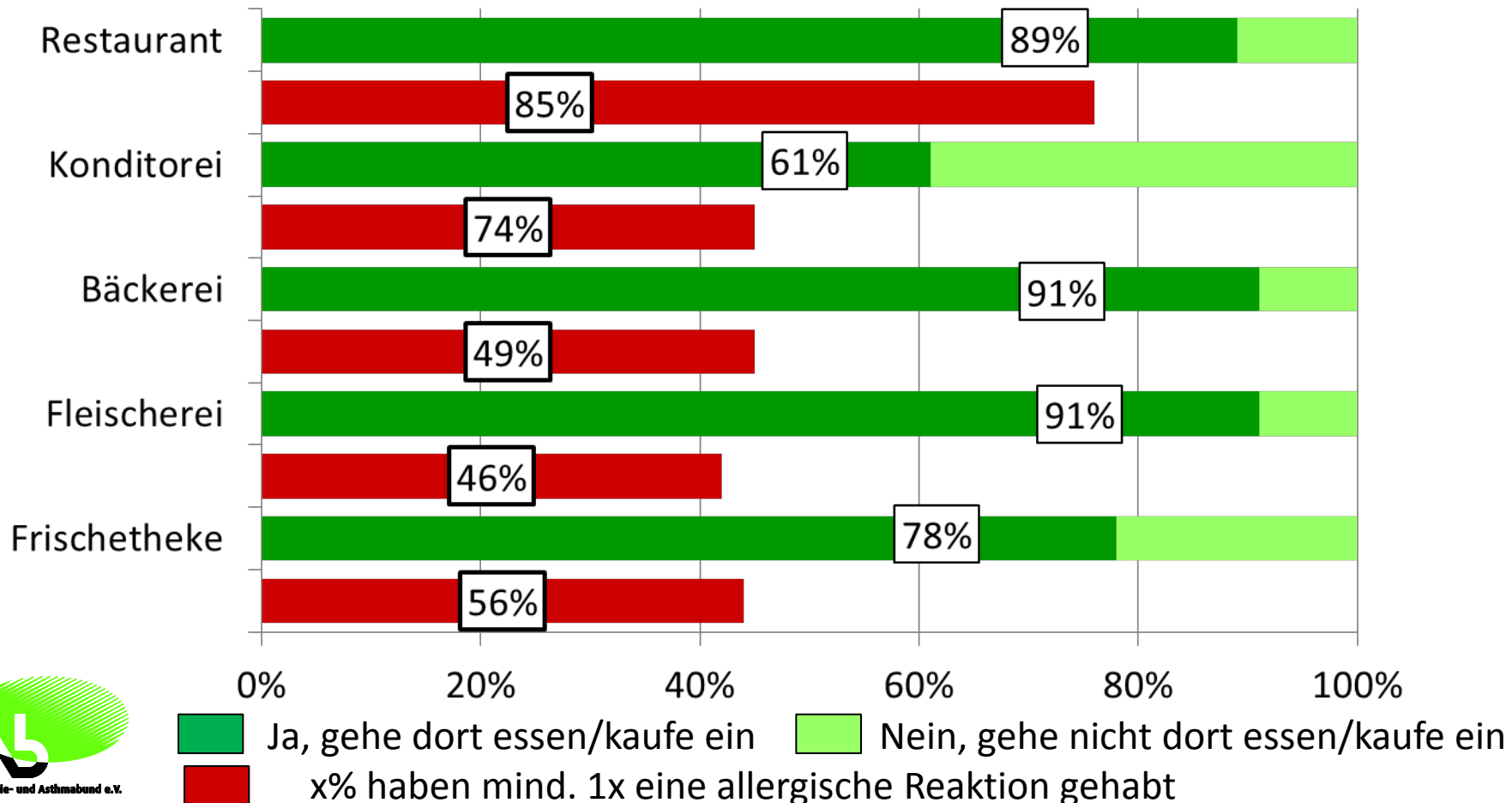
D-4

## „Kann Spuren enthalten von ...“

- Absicherung des Hersteller aus Produkthaftungsgründen
- Spuren des genannten Allergens sind möglich, aber nicht zwingend enthalten.
- Keine Aussage über Menge der Spuren
- Das Fehlen eines Warnhinweises bedeutet keine Garantie, dass deklarierungspflichtige Auslöser nicht enthalten sind.

## DAAB Befragung - Allergeninformation bei Loser Ware 2008

**Kaufen Sie lose Ware in Bäckerei, Fleischerei etc. ein?  
Wenn ja hatten Sie schon einmal nach dem Verzehr der dort  
gekauften Produkte eine allergische Reaktion?**



## DAAB Befragung - Allergeninformation bei Loser Ware 2008

**Haben Sie eine Information zum möglichen Vorkommen Ihres Allergieauslösers erhalten und war diese Aussage richtig?**

- Keine Information erhalten: 42%
- Information durch das Verkaufspersonal war falsch 58%
- Information durch den Hersteller (Koch, Fleischer, Bäcker etc.) war falsch 32%
- Schriftliche Information war falsch 21%

**Fazit:** Das Vorhandensein schriftlicher Information bietet den größten Sicherheitsfaktor



## Lebensmittel-Informationsverordnung (EU) Nr. 1169/2011

**In Kraft getreten: am 13. Dezember 2011**  
**Anwendung: ab 13. Dezember 2014**

## Lebensmittel-Informationsverordnung Verordnung (EU) Nr. 1169/2011

### Was bleibt?

- Die bisherige Regelungen zur Allergenkennzeichnung bei **verpackter Ware** (Art 9)
- Die **Allergenliste** (Anhang II) bleibt vorerst in der jetzigen Form bestehen

### Was ist neu?

- Verpackte Ware:** (Art 21) Allergene Zutaten müssen **hervorgehoben** werden
- Verpflichtende Allergeninformation auch bei:
  - **B2B Produkten** (Art 8)
  - **Fernabsatz** (Art 14) vorverpackter und loser Ware
  - **Lose Ware: (Art 44)** Ausgestaltung/Form kann national geregelt werden

### Was kommt möglicherweise?

- Änderung Anhang II (**Allergenliste**)
- ausschließliche Kennzeichnung mit **Symbolen oder Piktogrammen** (Art 9 (3))
- Regelung der „**Spurenkennzeichnung**“ (Art 36 (3a))

## Verpackte Ware:

Allergene Zutaten müssen **hervorgehoben** werden





## Verpflichtende Allergeninformation auch bei:

- B2B Produkten
- Fernabsatz
- „Loser Ware“

Produkt	
<b>Kampfmeyer Rührkuchen KONZENTRAT 20%</b>	
Art. Nr.: 90 11 06	
Zutaten	Weizenstärke, modifizierte Stärke, Zucker, Backtriebmittel (Diphosphat-Natriumcarbonat), Speisesalz, Emulgator (Polyglycerol-ester von Speisefettsäuren, Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren), Verdickungsmittel Xanthan, Aromen, Curcuma-Wurzel-Extrakt, Paprika-Extrakt.
Allergene	Allergene Zutaten gemäß der EU Richtlinie 2003/89/EG sind in der Zutatenliste genannt.  Unter Berücksichtigung möglicher Kreuzkontaminationen auf unseren Produktionslinien können wir Spuren folgender Allergene gemäß EU-Richtlinie 2003/89/EG nicht ausschließen: glutenhaltige Getreide, Milch, Ei, Soja sowie daraus hergestellte Produkte.  Wir weisen darauf hin, dass während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (z. B. Ernte, Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung, etc.) die Möglichkeit einer Kreuzkontamination und Produktverfälschung generell nicht ausgeschlossen werden kann. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen weiteren Allergenen zu geben.
Verkehrsbezeichnung	Konzentrat für alle Rühr- und Sandmassen.



## Verpflichtende Allergeninformation auch bei....

- Bäckereien
- Metzgereien
- Eisdielen
- Restaurants
- Imbissbuden
- Kantinen
- Caterern
- Lieferservice

Produkt	
<b>Kampffmeyer Rührkuchen KONZENTRAT 20%</b>	
Art. Nr.: 90 11 06	
<b>Zutaten</b>	Weizenstärke, modifizierte Stärke, Zucker, Backtriebmittel (Diphosphat, Natriumcarbonat), Speisesalz, Emulgator (Polyglycerinester von Speisefettsäuren, Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren), Verdickungsmittel Xanthan, Aromen, Curcuma-Wurzel-Extrakt, Paprika-Extrakt.
<b>Allergene</b>	Allergene Zutaten gemäß der EU Richtlinie 2003/89 EG sind in der Zutatenliste genannt.  Unter Berücksichtigung möglicher Kreuzkontaminationen auf unseren Produktionslinien können wir Spuren folgender Allergene gemäß EU-Richtlinie 2003/89 EG nicht ausschließen: glutenhaltige Getreide, Milch, Ei, Soja sowie daraus hergestellte Produkte.  Wir weisen darauf hin, dass während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (z. B. Ernte, Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung, etc.) die Möglichkeit einer Kreuzkontamination und Produktübertragung generell nicht ausgeschlossen werden kann. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen weiteren Allergenen zu geben.
<b>Verkehrsbezeichnung</b>	Konzentrat für alle Rühr- und Sandmassen.



## Typische Produkte und Gerichte mit Laktose / Milch

- Brot- und Backwaren wie Brot Brötchen, Kuchen, Gebäck, Stollen
- Müsli: Frühstücksflocken, Cerealien
- Kartoffelprodukten wie Püree, Kroketten, Pommes Frites, Chips
- Wurst- und Wurstwaren: Leberwurst, Brühwurst (z.B. Fleischwurst), Kochwurst, gekochter Schinken, Fleischsalate
- Brotaufstriche wie Margarine, vegetarische Aufstriche, Nusscreme
- Panade, Gewürzmischungen, Suppen, Soßen, Dressings, Marinaden
- Fettreduzierten Produkten wie Salatsoße, Mayonnaise, Feinkostsalate
- Süßigkeiten; Schokolade, Nugat, Karamell, Joghurt-Fruchtgummi
- Desserts wie Pudding, Eis
- Getränken wie Kakao, Molken-/Frucht-/Instantdrink, Ovomaltine
- Simplexe (Fettersatz)

## Wie muss gekennzeichnet werden?

- unmittelbar an der Ware oder auf Nachfrage einsehbar
- schriftlich, gut lesbar, nicht verwischbar
- „Enthält: *(Allergen)*“
- Zu beachten:
  - Wenn möglich Unterscheidung zwischen **Milch und Laktose**



## Allergiker-Speisekarte

1. Wenn ein Lebensmittel in einem Gericht verwendet wird, das zu den deklarationspflichtigen Allergieauslösern zählt, weist evtl. der Namen des Gerichtes darauf hin

z.B. ***Sommersalat mit Joghurt-Vinaigrette***

2. Aufzählung der verwendeten deklarationspflichtigen Auslöser von unter dem Namen des Gerichtes auf der Speisekarte

z.B. ***Spaghetti Carbonara***

Enthält: Weizen, Ei, Milch

## Lebensmittel-Informationsverordnung Verordnung (EU) Nr. 1169/2011

### Was die Lebensmittel-Informationsverordnung nicht vorschreibt:

- ob und wie unbeabsichtigte Kontaminationen gekennzeichnet werden

## „Kann Spuren enthalten von ...“

- Absicherung des Hersteller aus Produkthaftungsgründen
- Spuren des genannten Allergens sind möglich, aber nicht zwingend enthalten.
- Keine Aussage über Menge der Spuren
- Das Fehlen eines Warnhinweises bedeutet keine Garantie, dass deklarierungspflichtige Auslöser nicht enthalten sind.

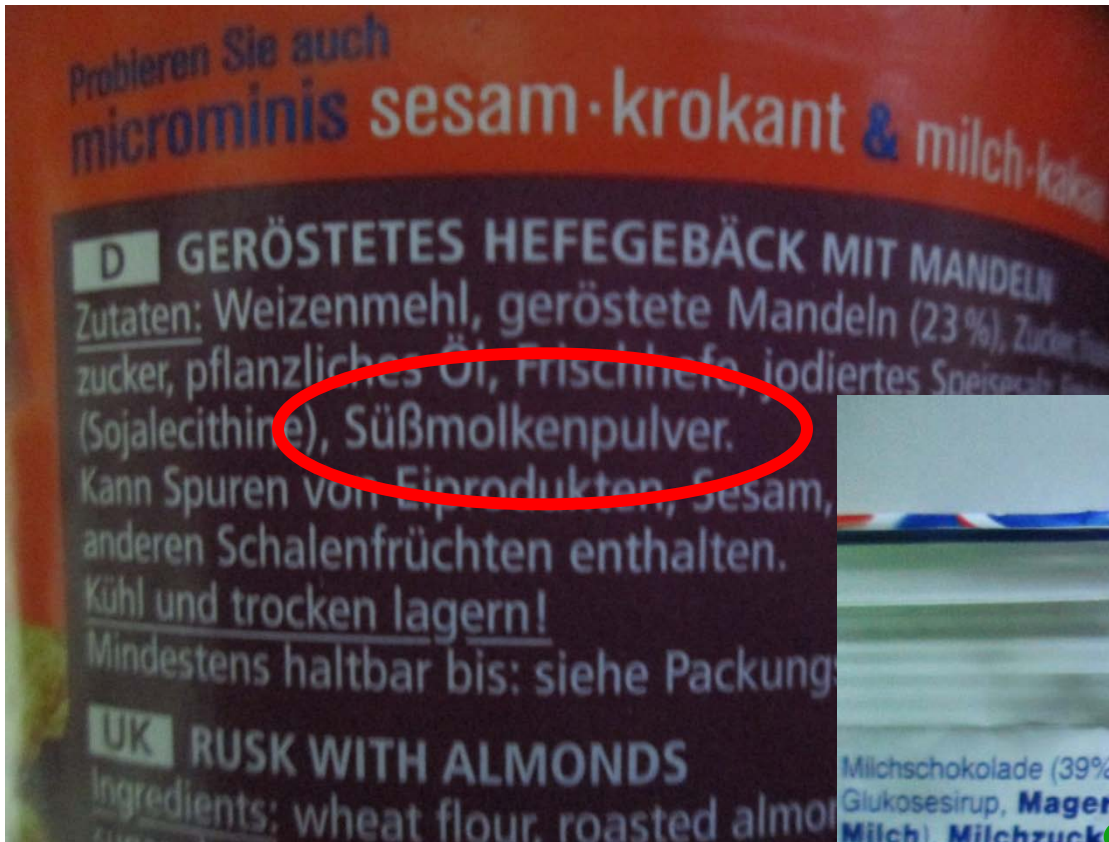
## Unbeabsichtigtes Vorkommen von Allergenen – Die „Spuren“-Kennzeichnung

### „Spuren“-Kennzeichnung – Rechtlicher Hintergrund

- Die Kennzeichnung unbeabsichtigter Kontaminationen ist zurzeit **nicht durch die LMIV gesetzlich geregelt** und erfolgt **freiwillig**
- Hersteller sind im Rahmen der **Produkthaftung** verpflichtet gesundheitlich unbedenkliche Lebensmittel in Verkehr zu bringen.
  - Warnhinweise auf Verpackungen, dass produktionsbedingt Verschleppungen von Allergenen in rezepturgemäß allergenfreie Lebensmittel stattfinden können
- Entscheidend für die Verwendung dieser „Warnhinweise“ ist die zugrunde liegende Risikobewertung

## Stolpersteine

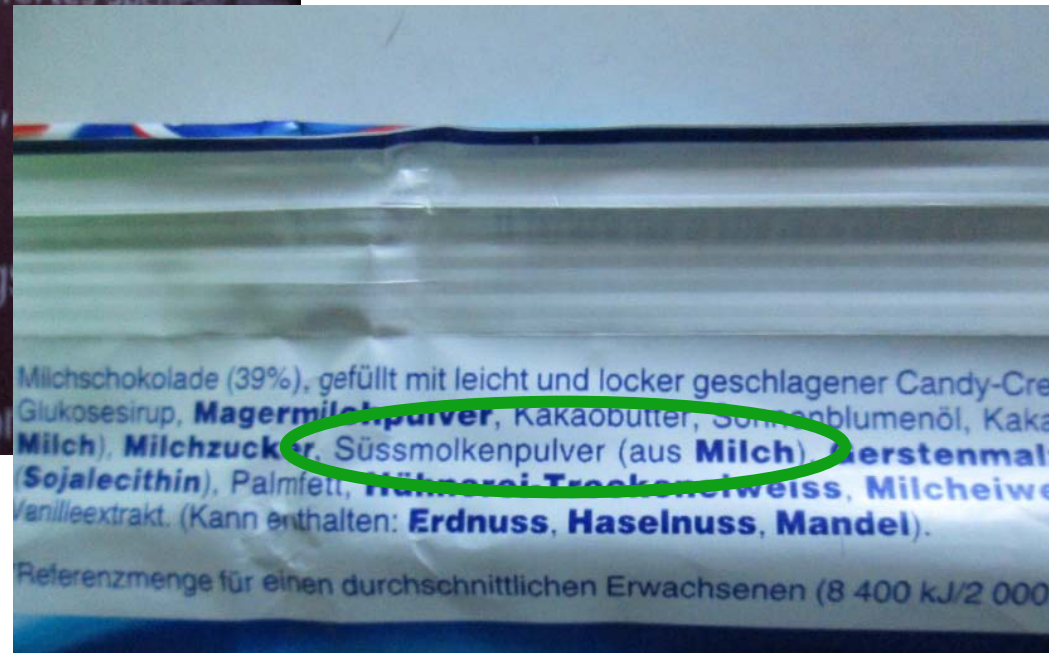
**Die Pflichtkennzeichnung der allergenen Zutaten ist  
nicht „leicht verständlich“**



### Beispiel 1

(s. links)

Nicht leicht verständlich,  
Ohne Bezug zur Allergenquelle



### Beispiel 2 (s. rechts)

Gut verständlich,  
mit Bezug zur Allergenquelle

# Auslöser meiden

## Warnhinweise sind freiwillig

d.h. ist auf einer Verpackung...

- **kein** Warnhinweis vorhanden
  - = unsicher: Milch oder Laktose können enthalten sein
  - Hersteller kontaktieren** oder **meiden**

# Auslöser meiden

## Warnhinweise sind freiwillig

### d.h. ist auf einer Verpackung...

- Warnhinweis vorhanden **mit** Hinweis auf Laktose oder Milch
  - = Wahrscheinlichkeit besteht, Risiko oder vorhandene Menge ist nicht einschätzbar
  - meiden** (ggf. Hersteller kontaktieren)
- Warnhinweis vorhanden **ohne** Hinweis auf Laktose oder Milch
  - = Wahrscheinlichkeit für Vorkommen gering
  - Lebensmittel kann verwendet werden**

# Auslöser meiden

## Verpackte Lebensmittel – „frei von ...“

- Da es immer vom Qualitätsmanagement des jeweiligen Betriebes abhängt, ist es notwendig Aussagen diesbezüglich zu überprüfen!
  
- Die Wahrscheinlichkeit verlässlicher Aussagen ist höher bei
  - Großen Konzernen
  - Herstellern diätetischer Produkte

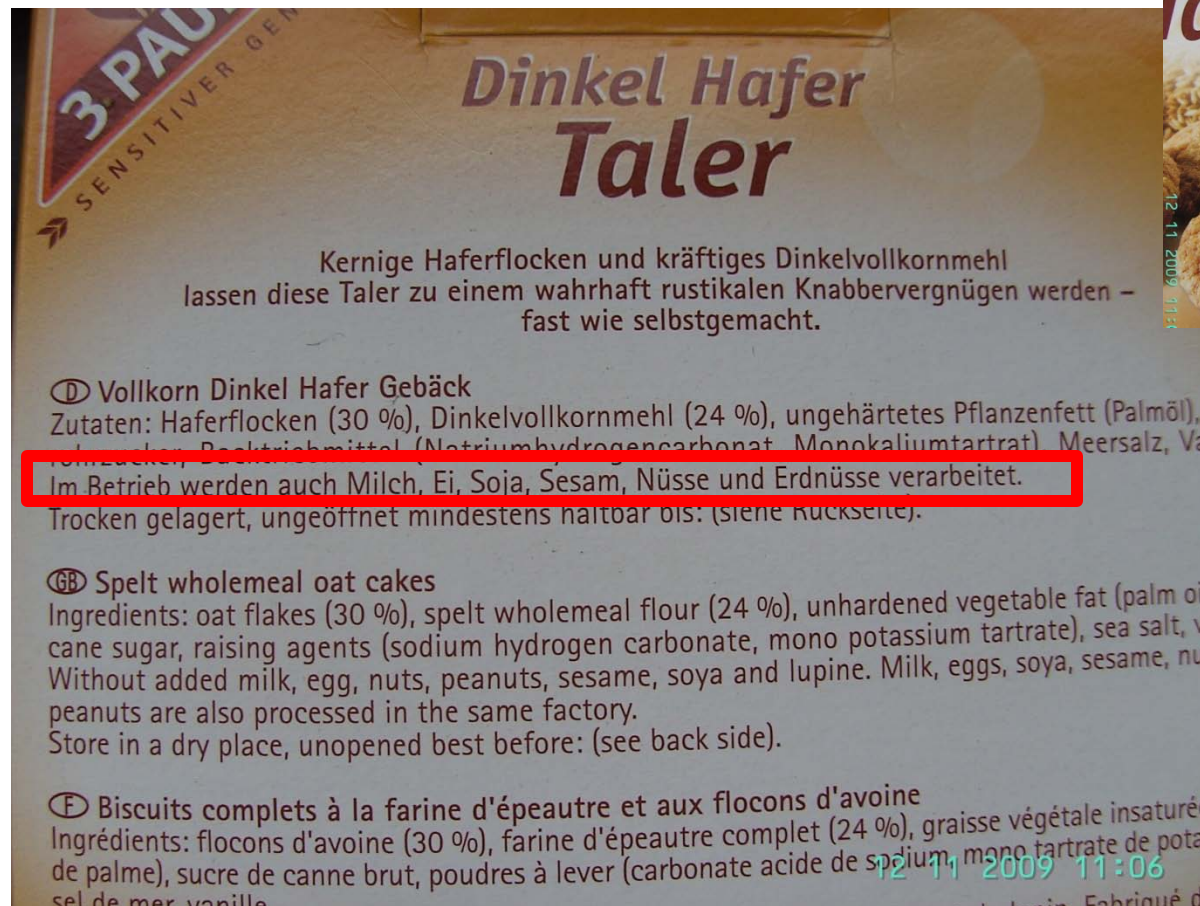
# Auslöser meiden

Verpackte Lebensmittel – „frei von ...“  
und andere Werbeaussagen



# Auslöser meiden

## Verpackte Lebensmittel – „frei von ...“ und andere Werbeaussagen



# Auslöser meiden

Verpackte Lebensmittel – „frei von ...“  
und andere Werbeaussagen



# Probieren sie auch



Eiskrem

**Vanillegeschmack**

### Eiskrem mit Vanillegeschmack im Waffelbecher

Zutaten: 57% **Vollmilch**, Zucker, **Butter**, Wasser, 7% Waffel (Wasser, **Weizenmehl**, Maisstärke, Rapsöl, **Sojaproteinkonzentrat**, Zucker, Emulgator: **Sojalecithine**, Backtriebmittel: Natriumcarbonate, Speisesalz), **Butterreinfett**, **Milcheiweiß**, Emulgator: Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Stabilisator: Johannisbrotkernmehl, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Carrageen; Vanillearoma, Laktase. Allergenhinweis: Das Produkt kann Spuren von **Eiern, Nüssen und Schalenfrüchten** enthalten.

Durchschnittliche Nährwerte:	Pro 100g	Pro Portion 68g
Energie	kJ/kcal	990 / 237
Fett	g	15
davon:		10
gesättigte Fettsäuren	g	8,9
Kohlenhydrate	g	22
davon:		15
Zucker	g	15
Ballaststoffe	g	0
Eiweiß	g	3,6
Salz	g	0,15

\* Restlaktose < 0,1 g/100 g. Das Produkt ist für Personen mit Galaktosämie nicht geeignet.

Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren!  
Bei -18° C (\*\*\*) mindestens haltbar bis:

23-09-2016 IL 5124

Füllmenge:  
4x130ml=520ml  
4x68g=272g



**DOVGAN**  
RUSSISCHE KÜCHE

Vertrieb: DOVGAN GmbH  
Zinkhüttenweg 6, 22113 Hamburg

[www.dovgan.de](http://www.dovgan.de)



# Auslöser meiden

## Verpackte Lebensmittel - Zutatenverzeichnis

- Bei **jedem Einkauf** das Zutatenverzeichnis beachten!
  - (Rezepturänderungen, Verlegung von Produktionsstätten)
- Begriffe kennen, unter denen ein Allergen aufgeführt sein kann
  - z.B. Molkenprotein oder Casein statt Milch
- Listen von Herstellern können als Orientierung dienen, ersetzen aber nicht den Blick auf das Zutatenverzeichnis.
  - (nicht auf alte Listen oder Recherchen im Internet verlassen!)

# Alltagsmanagement

## Hilfsmittel nutzen

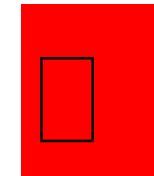
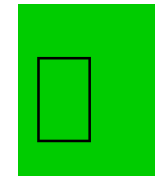
- **Süßigkeiten-Ersatz-Kiste**

für Schule und Kita, Eltern von Freunden, Babysitter, Großeltern etc.



- **Grüne und rote Aufkleber**

für geeignete / nicht geeignete Lebensmittel zur Orientierung für Kinder, Babysitter, Großeltern



- **Restaurantkarten (daab oder delicardo)**



# „Sichere Ernährung“ bei Galaktosaemie durch...

## Vegetarische Kost?



## Vegane Kost?

Meiden von Nahrungsmitteln, die von getöteten Tieren stammen:

- Fleisch und Fisch!
- Hühnerei?
- Milch- und Milchprodukte?
- Nicht sicher Milch- bzw. Laktosefrei!

Meidung **aller** tierischen LM bzw. daraus hergestellten Erzeugnisse

- Sicher frei von Milch und Milchprodukten, Laktose und Laktit

# Vegane Kost

- **statt Fleisch:** Avocado, Austernpilz, Seitan, Tempeh, Texturiertes Soja, Tofu, Yuba, Texturierte Lupine
- **statt Eiern:** pflanzlicher Ei-Ersatz, etwa Sojamehl, Lupinenmehl, Pfeilwurzelstärke und Kichererbsenmehl (in Gebäck als Bindemittel), Tofu (als „Rührei“), Avocado
- **statt Tiermilch:** Milchersatz  
z.B. Lupinenmilch, Getreidemilch, Kokosmilch, Mandelmilch, Reismilch, Sojamilch oder Nussmilch
- **statt Käse:** Nährhefe, veganer „Käse“ aus Lupine, Soja, Seidentofu, Seitan, Hefeschmelz, Käseersatz aus Kartoffelstärke, Mandelcreme, gequollene Cashewkerne, geriebener Blumenkohl, gequollene gemahlene Flohsamenschalen, Nussmuse mit Wasser
- **statt Honig:** Agavensirup, Ahornsirup, Invertzuckercreme („Kunsthonig“), veganer Löwenzahnhonig,[117] Reismalz, Zuckerrübensirup
- **statt Gelatine:** Agar, Fruchtpektin, Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl, gemahlene Flohsamenschalen
- **statt Sahne:** Sahneersatz, der auf Milchersatzprodukten basiert, etwa Sojasahne bzw. Lupinensahne, Hafersahne, Reis-Sahne oder Mandel-Sahne
- **statt Joghurt / Quark:** Lupinenjoghurt, Sojajogurt, Seidentofu

# Hilfsmittel des daab