



Co všechno se dá vyčíst z obalu? Informace, které při nákupu často přehlízíme

Cena, složení, datum spotřeby. To jsou informace, které při nákupu potravin sledujeme nejčastěji. Na obalu jich ale najdeme mnohem víc. Prozradí nám, z čeho je výrobek vyroben, kolik ho skutečně kupujeme, jaké má výživové hodnoty nebo zda se na něj vztahuje některé z chráněných označení. Stačí vědět, na co se zaměřit.

Při nákupu potravin se rozhodujeme často rychle. Vedle sebe stojí několik podobných výrobků a do výběru vstupuje cena, značka, vzhled obalu i to, co jsme zvyklí kupovat. Právě informace uvedené na obalu přitom umožňují jednotlivé výrobky lépe porovnat a zjistit, co se za nimi skutečně skrývá.

Jedním z prvních údajů, kterému stojí za to věnovat pozornost, je **složení**. Jednotlivé složky jsou uvedeny v sestupném pořadí podle hmotnosti. Na obalu jsou zároveň uvedeny alergeny, které musí být v seznamu složek zřetelně odlišeny od ostatního textu. Už krátké přečtení složení tak ukáže rozdíly mezi výrobky, které na první pohled vypadají velmi podobně.

Důležité je také **množství výrobku**. Velikost obalu totiž sama o sobě neříká, kolik potravin skutečně kupujeme. Při porovnávání podobných výrobků proto dává smysl podívat se na údaj o čistém množství a teprve podle něj porovnávat také cenu.

Pozornost si zaslouží i **datum uvedené na obalu**. „Minimální trvanlivost do“ a „spotřebujte do“ nemají stejný význam. Minimální trvanlivost se vztahuje ke kvalitě potravin a době, po kterou si při správném skladování zachovává své specifické vlastnosti. Označení „spotřebujte do“ se používá u potravin, které z mikrobiologického hlediska rychle podléhají zkáze a po uplynutí tohoto data mohou představovat zdravotní riziko.

Další informace poskytuje **výživové označení**. U potravin, pro které je výživové označení povinné, se uvádí energetická hodnota a množství tuku, nasycených mastných kyselin, sacharidů, cukrů, bílkovin a soli. Při výběru mezi podobnými výrobky tak spotřebitel získává další možnost, jak je vzájemně porovnat.

A pak jsou na obalech **různá loga a označení**, která mohou upozorňovat na specifické vlastnosti výrobku, jeho původ nebo způsob produkce. Znáte Sluníčka kvality? Pod tímto označením se skrývají tři evropské režimy: Chráněné označení původu (CHOP), Chráněné zeměpisné označení (CHZO) a Zaručená tradiční specialita (ZTS). Každý z nich má jiný význam, u CHOP je velmi silná vazba výrobku na konkrétní zeměpisné prostředí, u CHZO je důležitá

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanoviska autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunicka kvality.cz



KAMPAŇ FINANCOVANÁ
S PODPOROU
EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPAŇ
ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH
PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI





vazba na konkrétní region, přičemž alespoň jedna fáze výroby, zpracování nebo přípravy probíhá ve vymezeném území. ZTS se zaměřuje na tradiční charakter výrobku. Registrované názvy jsou chráněné a výrobky musí odpovídat stanoveným specifikacím. Na obalu je pak najdeme spolu s příslušným evropským logem.

Obal tak není jen způsob, jak výrobek zabalit a představit zákazníkovi. Je také zdrojem důležitých informací. Prozradí jeho složení a množství, upozorní na alergen, datum nebo výživové hodnoty a v některých případech také na původ či další vlastnosti, pro které platí konkrétní pravidla.

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však názory a stanoviska autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo orgánu poskytujícího podporu. Evropská unie ani orgán poskytující podporu za ně nenesou odpovědnost.

www.slunicka kvality.cz



KAMPAŇ FINANCOVANÁ
S PODPOROU
EVROPSKÉ UNIE

EVROPSKÁ UNIE PODPORUJE KAMPAŇ
ZAMĚŘENÉ NA PROPAGACI ZEMĚDĚLSKÝCH
PRODUKTŮ VYSOKÉ JAKOSTI

