

Takviye edici gıdalar normal beslenmeyi takviye etmek amacıyla günlük alım dozu belirlenmiş ürünlerdir. Bunlar mineral, protein, karbonhidrat, lif, yağ asidi, amino asit gibi besin öğelerinden çeşitli formlarda hazırlanırlar. Takviye edici gıdalar normal beslenmenin yerine geçmez.

Zayıflatmaz, tedavi etmez

Takviye edici gıda ilaç değildir.



Takviye edici gıdalar zayıflatmaz, hastalıkları tedavi etmez. Halkımız takviye edici gıdaları zayıflatıcı veya tedavi edici ilaç olarak yayın yapan yanıltıcı reklam ve tanıtımlara itibar etmemelidir.

Takviye edici gıdalar mevzuatla belirlenir

Bakanlığımızca takviye edici gıda adı altında kilo verdirici, kilo aldırıcı, cinsel performansı artırıcı, hastalık iyileştirici vb. niteliklerdeki hiçbir ürüne onay verilmez.

Takviye edici gıdaların ithalatı, üretimi, işlenmesi ve piyasaya arzıyla ilgili 02.05.2013 tarihli "Takviye Edici Gıdaların İthalatı, Üretimi, İşlenmesi ve Piyasaya Arzına İlişkin Yönetmelik" ve 16.08.2013 tarihli "Türk Gıda Kodeksi-Takviye Edici Gıdalar Tebliği" yürürlüktedir. Gıda işletmecileri her bir takviye edici gıda için 31.12.2014 tarihine kadar Bakanlıktan "Takviye Edici Gıda Onay Numarası" almak zorundadır.

Günlük maksimum limitlere dikkat!

Günlük alım miktarı yaşa göre değişir. Bebek ve 4 yaşın altındaki küçük çocuklar için takviye edici gıda üretilmez, piyasaya sunulamaz.

Takviye edici gıdalarda, sadece tebliğde yer alan vitamin ve mineraller belirtilen formlarda kullanılmalı, bunların günlük maksimum limitleri de tebliğe uygun olmalıdır.

Vitamin ve mineral içeren takviye edici gıdalarda; üretici tarafından tüketilmesi tavsiye edilen ürünün günlük porsiyonundaki her bir besin öğesinin minimum miktarı, 11 yaş ve üzeri bireyler için Türk Gıda Kodeksi Etiketleme Yönetmeliğinde yer alan beslenme referans değerinin yüzde 15'idir. 4-10 yaş grubu çocuklar için ise bu değer yarısı alınır.



Yanıltıcı reklam ve tanıtımlara aldanmayınız

Takviye edici gıdaların bileşiminde bulunan botanikler, Bakanlık tarafından oluşturulan ve Bakanlığın internet sitesinde yayımlanan "Bitki Listesi"nde yer almalıdır.

Yanıltıcı reklamlara inanmayınız.



Takviye edici gıdaların etiketinde, sunumunda ve reklâmında; bir hastalığı önleme, tedavi etme veya iyileştirme özelliğine sahip olduğunu bildiren veya böyle özelliklere atıfta bulunan ifadeler yer alamaz. Ayrıca besin öğelerinin yeterli ve dengeli bir beslenme ile karşılanamayacağını belirten, ima eden veya vurgulayan ifadeler yer alamaz.

Etiketlerde olması gereken bilgiler

Etiket bilgilerini dikkatli okuyun.

Etiketlerde, Bakanlıktan alınan "takviye edici gıda onay numarası", üretici tarafından tüketilmesi tavsiye edilen günlük porsiyon miktarı, "Tavsiye edilen günlük porsiyonu aşmayın", "Takviye edici gıdalar normal beslenmenin yerine geçemez", "Çocukların ulaşamayacağı yerde saklayın", "İlaç değildir. Hastalıkların önlenmesi veya tedavi edilmesi amacıyla kullanılmaz", "Hamilelik ve emzirme dönemi ile hastalık veya ilaç kullanılması durumlarında doktorunuza danışın" ifadeleri bulunmalıdır.



Güncel bilgilendirme www.tarim.gov.tr

Onaylanan takviye edici gıdalar, bu gıdaları üreten ve ithal eden gıda işletmeleri, reklam ve tanıtımının yapılacağı alan adı ve/veya URL adresleri "Bakanlığımızın web sitesinde" yayınlanır.