

Tiedätkö mitä haukkaat? – Katso pakkausmerkinnöistä -opas johdattaa hyviin elintarvikevalintoihin

Tutkimusten mukaan kuluttajat haluavat elintarvikepakkauksiin ravitsemusta koskevia merkintöjä, mutta harva osaa tai ehtii hyödyntää niitä ostotilanteessa.

Kaupan elintarvikevalikoimista yli 90 % on pakattuja tuotteita, joten elintarvikkeiden pakkauslukutaidolla on terveydelle suuri merkitys. Nykyistenkin merkintöjen perusteella voi tehdä päätelmiä tuotteen terveellisyydestä.

Suomen Kuluttajaliitto on yhteistyössä Elintarviketeollisuusliiton kanssa tehnyt ”Tiedätkö mitä haukkaat -katso pakkausmerkinnöistä ”-oppaan, jossa tutustutaan mm. ravintosisältötaulukkoon, aineosaluetteloon ja ravitsemusväitteisiin. Oppaassa havainnollistetaan konkreettisella tavalla annoskoon vaikutusta energiansaantiin. Tärkeä osa opasta on uuden elintarvikepakkauksiin yleistyvän GDA -merkinnän havainnollistaminen esimerkein.

Opasta voi tilata postitusmaksua ja käsittelykuluja vastaan osoitteessa www.kuluttajaliitto.fi/pakkausmerkinnat . Opas löytyy sivuilta myös pdf-muodossa.