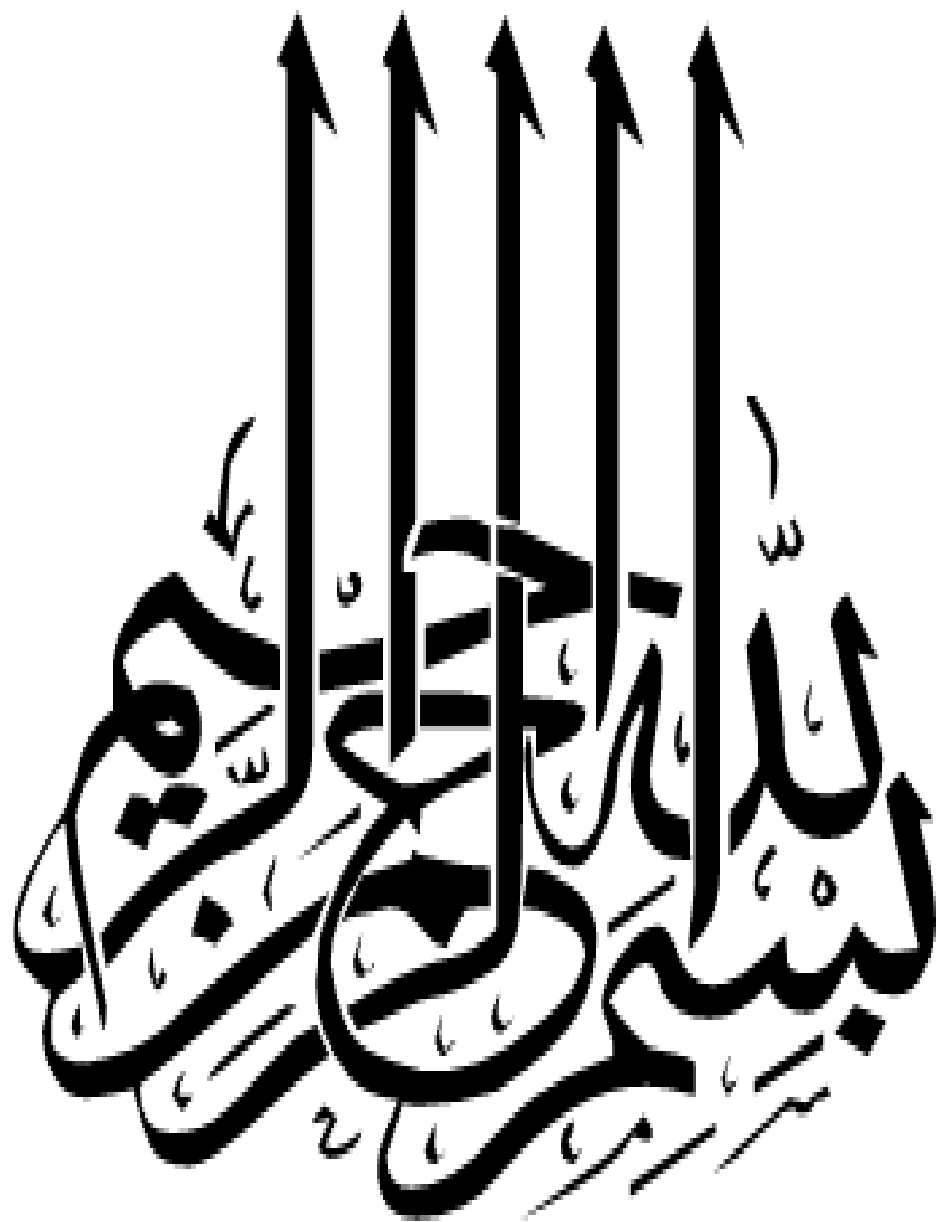


## استانداردهای ملی تجدیدنظرشده

### با رویکرد سلامتی

معاونت نظارت بر اجرای استاندارد  
دفتر نظارت بر استاندارد صنایع غذایی،  
آرایشی، بهداشتی و حلال



## مقدمه

همانگونه که مستحضرید، براساس ماده ۳ قانون اصلاح قوانین و مقررات موسسه استاندارد و تحقیقات صنعتی ایران مصوب ۱۳۷۱/۱۲/۲ مجلس شورای اسلامی، تنها مرجع رسمی تعیین، تدوین و نشر استانداردهای ملی (رسمی)، سازمان ملی استاندارد ایران می باشد. این سازمان نیز در راستای انجام وظایف قانونی خویش و به منظور نیل به اهداف تعیین شده از سوی شورای عالی سلامت که عبارتند از کاهش میزان چربی، قند و نمک در انواع فرآورده های غذایی و هم چنین کاهش میزان اسید چرب ترانس و اشباع در انواع روغن ها و چربی های خوراکی، با همکاری کلیه ذی نفعان (سازمان غذا و دارو، انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور، انجمن های صنفی صنایع) اقدام به بازنگری و تدوین برخی از استانداردها نموده است.

## فهرست مندرجات

صفحه	عنوان
۴	استانداردهای تجدیدنظر شده سلامت محور
۵	تعاریف
۱۰	روغن ها و چربی های خوراکی
۱۱	استانداردهای ملی تجدیدنظر شده مرتبط با روغن ها و چربی های خوراکی
۱۵	قند و شکر
۱۶	استانداردهای ملی تجدیدنظر شده مرتبط با قند و شکر
۱۸	نمک
۱۹	استانداردهای ملی تجدیدنظر شده مرتبط با نمک
۲۱	پیشنهادات
۲۳	پیوست اطلاعاتی الف
۲۴	پیوست اطلاعاتی ب
۲۵	پیوست اطلاعاتی پ

## استانداردهای تجدیدنظر شده سلامت محور

یکی از راه کارهای عمده کاهش مصرف نمک، شکر و اسیدهای چرب اشباع و ترانس مورد مصرف در روغن های موجود، بازننگری استاندارد ملی ایران مربوط می باشد به همین منظور سازمان ملی استاندارد در سال ۹۴ اقدام به بازننگری ۲۷ استاندارد ملی نمود، که فهرست آن به شرح جدول ۱ می باشد.

جدول ۱- فهرست استانداردهای تجدیدنظر شده سلامت محور

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	دبیر مربوطه
۱	کره گیاهی(مارگارین)	۱۴۳	هنگامه یوسف زاده
۲	مینارین	۱۰۵۰۰	هنگامه یوسف زاده
۳	روغن خوراکی مصرفی خانوار	۹۱۳۱	هنگامه یوسف زاده
۴	روغن سرخ کردنی	۴۱۵۲	هنگامه یوسف زاده
۵	روغن قنادی و آردی	۱۵۶-۱	هنگامه یوسف زاده
۶	نکتار مخلوط میوه	۳۶۸۸	سمیه کامران
۷	آب سیب تغلیظ شده	۲۶۸۷	سمیه کامران
۸	آب آلبالو	۳۰۳۲	سمیه کامران
۹	آب سیب	۳۶۵	سمیه کامران
۱۰	آب پرتقال	۵۰۷	سمیه کامران
۱۱	آب انار	۲۶۱۶	سمیه کامران
۱۲	آب آلبالو تغلیظ شده	۵۵۲۸	سمیه کامران
۱۳	نوشیدنی میوه ای	۲۸۳۷	سمیه کامران
۱۴	شربت زرشک	۶۸۰۴	سمیه کامران
۱۵	شربت آلبالو	۱۸۱۲	سمیه کامران
۱۶	نوشیدنی عرقیات بدون گاز	۱۱۰۷۷	سمیه کامران
۱۷	نوشابه گازدار	۱۲۵۰	هاشمه منزوی
۱۸	پودر کیک نیمه آماده	۶۹۴۹	هاشمه منزوی
۱۹	نان سوخاری	۲۲۰۳	مژگان مهربان راد
۲۰	رشته آشی و پلوئی	۲۰۱۸	مژگان مهربان راد
۲۱	سس گوجه	۲۵۵۰	شهره اکبری سلطانی
۲۲	کنسرو زیتون	۹۸۷	شهره اکبری سلطانی
۲۳	رب گوجه	۷۶۱	شهره اکبری سلطانی
۲۴	تخمه کدو فرآیند شده	۱۶۰۳۰	نقیسه عبادی

## جدول ۱- فهرست استانداردهای تجدیدنظر شده سلامت محور

(ادامه)

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	دبیر مربوطه
۲۵	تخمه هندوانه فرآیند شده	۱۶۰۲۹	نفیسه عبادی
۲۶	تخمه آفتابگردان فرآیند شده	۱۶۰۲۸	نفیسه عبادی
۲۷	پنیر تازه	۶۶۲۹	شهریار دبیریان

## تعاریف و اصطلاحات

### چربی

چربی های خوراکی موادی هستند که از مولکولهای تری اسیل گلیسرول تشکیل شده اند. این مولکول ها استرهای هستند از یک مولکول و سه مولکول اسید چرب تشکیل شده اند. چربی ها در دمای ۲۵ درجه سانتی گراد به شکل جامد می باشند.

### روغن

روغن های خوراکی موادی هستند که از مولکولهای تری اسیل گلیسرول تشکیل شده اند. این مولکول خود استر، یک مولکول گلیسرول و سه مولکول اسید چرب می باشند. روغن ها در دمای ۲۵ درجه سانتی گراد به شکل مایع می باشند.

### اسید چرب اشباع

نوعی اسید چرب که کلیه پیوندهای کربن به کربن آن را پیوند سیگما تشکیل داده است (پیوند دوگانه ندارند) مهم ترین آنها عبارت است از: لوریک، میریستیک، پالمیتیک و استئاریک.

### اسید چرب غیر اشباع

نوعی اسید چرب که در بعضی از پیوندهای کربن به کربن علاوه بر پیوند سیگما، پیوند پای نیز وجود دارد (پیوند دوگانه دارند). مهم ترین اسید چرب غیر اشباع عبارتند از: اولئیک، لینولئیک، لینولنیک و اروسیک.

### اسید چرب ترانس

نوعی از اسیدهای چرب غیر اشباع است که در آن زنجیرهای جانبی متصل به باند دوگانه در دو جهت مخالف قرار دارند. این نوع آرایش فضایی سبب فشردگی بیشتر اسیدهای چرب در شبکه کریستالی شده و به افزایش نقطه ذوب آن روغن یا چربی منجر خواهد شد. این اسید چرب در طبیعت به مقدار جزئی وجود داشته و در فرآیند

های صنعتی انواع روغن ها نظیر بی بو کردن و هیدروژناسیون نسبی (Partial hydrogenation) در فرآورده تشکیل می شود.

## اسیدهای چرب ضروری

اسیدهای چربی هستند که در بدن ساخته نمی شوند ، مانند: اسید لینولئیک و لینولنیک.

## کلسترول

یک ترکیب محلول در چربی که در فرآورده های چربی شیر و چربی حیوانی یافت می شود و بدن نیاز به آن دارد. بالا رفتن مقدار آن در خون باعث افزایش ریسک بیماریهای قلبی و عروقی می شود.

## مارگارین

عبارت است از ، امولسیون آب در روغن یا روغن در آب است، فاز آبی آن از آب یا شیر یا فرآورده های شیر و یا مخلوط آن ها ، فاز روغنی و یا چربی آن از روغن ها و چربی های گیاهی خوراکی مجاز و یا مخلوطی از آنها.

## مینارین

عبارت است از امولسیون آب در روغن، روغن در آب است، فاز آبی آن از آب یا شیر یا فرآورده های آن و یا مخلوط آنها (مطابق با جدول ۲) ، فاز روغنی و یا چرب آن از روغن ها و چربی های خوراکی مجاز با بیشینه ۴۰ درصد وزنی و یا مخلوطی از آنها، تشکیل می شود.

## روغن قنادی و آردی

عبارت است یک یا دو و یا چند نوع روغن گیاهی همگن و یکنواخت ، که برای بهبود مشخصات فیزیکی و شیمیایی لازم، برای فرآورده های حاوی انواع روغن قنادی و آردی، (شامل: فرآورده های آردی (نانوایی)، قنادی و غیر حرارتی، تولید می شود.

## روغن خوراکی مصرفی خانوار

روغنی است، که از پایه روغن های پالایش شده گیاهی مجاز، مانند: روغن های: سویا، آفتابگردان، کلزا، گلرنگ ، پنبه دانه، انواع پالم (به جز موارد ممنوع در استاندارد مربوطه)، بادام زمینی ، ذرت ، زیتون ، کنجد و همانند آنها و با استفاده از تکنیک های مختلف فرآیند از قبیل: هیدروژنه کردن ، استری کردن داخلی، تفکیک جزء به جزء، مخلوط کردن و کریستالیزاسیون، تهیه می شود .

## روغن سرخ کردنی

روغنی است متشکل از یک یا دو و یا چند روغن مجاز خوراکی که از نظر ویژگی ها برای سرخ کردن سطحی و عمیق مناسب باشد.

## نکتار مخلوط میوه ها

عبارت است از فرآورده ای تخمیر نشده که از اختلاط آب دو یا چند میوه یا سبزی، و یا از رقیق شدن آب میوه/سبزی تغلیظ شده (کنستانتره) آن ها، و یا پوره میوه ها، سبزیجات با آب آشامیدنی، تشکیل می شود.

## آب سیب تغلیظ شده

فرآورده است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که از تغلیظ آب سیب تهیه شده از میوه سالم و رسیده درخت سیب به روش های فیزیکی تا رسیدن به غلظت مطلوب به دست می آید.

## آب آلبالو

فرآورده است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که به روش فیزیکی از میوه سالم و رسیده آلبالو و یا از رقیق شدن آلبالوی تغلیظ شده (کنستانتره) با آب آشامیدنی بدست می آید.

## آب سیب

فرآورده است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که به روش فیزیکی از میوه سالم و رسیده سیب و یا از رقیق شدن آب سیب تغلیظ شده (کنستانتره) با آب آشامیدنی بدست می آید.

## آب پرتقال

فرآورده است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که به روش فیزیکی از میوه سالم و رسیده پرتقال و یا از رقیق شدن آب پرتقال تغلیظ شده (کنستانتره) با آب آشامیدنی بدست می آید.

## آب انار

فرآورده است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که به روش فیزیکی از میوه سالم و رسیده انار و یا از رقیق شدن آب انار تغلیظ شده (کنستانتره) با آب آشامیدنی بدست می آید.

## آب آلبالو تغلیظ شده



فرآورده است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که از تعلیظ آب آلبالو تهیه شده از میوه سالم و رسیده درخت آلبالو به روش های فیزیکی تا رسیدن به غلظت مطلوب به دست می آید.

نوشیدنی میوه ای

فرآورده ای است تخمیر نشده ولی قابل تخمیر که از اختلاط آب میوه یا تغلیظ شده آن، پوره میوه و قسمت های خوراکی میوه، از یک نوع میوه یا مخلوط انواع میوه ها با آب بدست می آید.

### شربت زرشک

فرآورده ای است که از اختلاط آب زرشک و یا آب زرشک تغلیظ شده و یا پوره زرشک با آب و شکر و یا شیرین کننده های مجاز بدست می آید.

### شربت آلبالو

فرآورده ای است که از اختلاط آب آلبالو و یا آب آلبالو تغلیظ شده با آب و شکر و یا شیرین کننده های مجاز بدست می آید.

### نوشیدنی عرقیات بدون گاز

فرآورده ای است که از اختلاط یک یا چند عرق گیاهی، آب آشامیدنی، شیرین کننده های مجاز خوراکی، افزودنی های مجاز خوراکی و قطعات گیاهی خوراکی پس از طی فرآیند حرارتی به دست می آید.

### نوشابه گازدار

فرآورده ای است که از اختلاط آب، گاز کربنیک، مواد افزودنی مجاز خوراکی، قند و یا سایر شیرین کننده های مجاز به دست می آید.

### نان سوخاری

فرآورده است، که مواد اصلی آن آرد گندم (یا آرد گندم همراه با آرد سایر غلات)، آب، روغن، شکر و یا سایر شیرین کننده های مجاز خوراکی، نمک خوراکی و خمیر مایه می باشد. این موارد طی مراحل تخمیر به شکل خمیر درآمده و پس از یک بار پخت به صورت بافت نرم با حفره های ریز و یکنواخت، برش زده شده و مجدداً برش ها حرارت داده می شوند، سپس به صورت نان های خشک، ترد و برشته در می آید.

## رشته آشی

فرآورده ای است، که از مخلوط کردن آرد گندم (نول و یا ستاره) ، آب، نمک خوراکی و یا بدون نمک خوراکی بدست می آید.

## رشته پلوئی

فرآورده ای است، که از مخلوط کردن آرد گندم (نول و یا ستاره) ، آب، نمک خوراکی و یا بدون نمک خوراکی تولید و خشک گردیده و سپس در دمای بالا تغییر رنگ (به رنگ قهوه ای) داده می شود، بدست می آید.

## زیتون شور

فرآورده ای است، که پس از آماده سازی (شیمیایی، طبیعی و اکسیداسیون)، طی عملیات لازم و با رعایت شرایط خوب ساخت، پس از اضافه کردن محلول آب نمک و اسیدی کننده های خوراکی مجاز (سرکه ، اسیدسیتریک، اسیدمالیک و اسید لاکتیک) و سایر مواد خوراکی لازم، در ظروف مناسب، بسته بندی شده و سپس فرایند پاستوریزاسیون، انجام می گیرد.

## سس گوجه فرنگی

فرآورده ای است که از آب تغلیظ شده میوه تازه ، رسیده و قرمز گوجه فرنگی که پوست و دانه آن گرفته شده و یا از رب رقیق شده گوجه فرنگی با افزودن مواد اصلی و اختیاری زیر و طی فرآیند حرارتی و پاستوریزاسیون به دست می آید .

## تخمه هندوانه، کدو و آفتابگردان فرآیند شده

فرآورده ای است که به کمک حرارت برشته شده و ضمن رعایت شرایط خوب ساخت، با افزودن ترکیباتی مانند نمک، ادویه پوشش داده شده و بعد از مراحل سرد و خشک کردن، بسته بندی شده و به طور مستقیم به مصرف خوراک انسان می رسد.

## پنیر تازه

پنیری است که پس از ساخت و فرآوری بدون زمان رسیدن و یا با دوره رسیدن کوتاه (حداکثر یک هفته)، آماده مصرف باشد.



## روغن ها و چربی های خوراکی

روغن و چربی های خوراکی یکی از اجزاء مهم رژیم غذایی در تامین انرژی دریافتی و ویتامین های محلول در چربی است. میزان و نوع چربی مصرفی، کیفیت چربی دریافتی همگی بر سلامت انسان اثر دارند. در چند دهه اخیر، الگوی کمی و کیفی چربی و روغن های خوراکی دریافتی، به عنوان یکی از منابع اصلی تامین چربی در رژیم غذایی و ارتباط آن با بیماری های مزمن، از مهمترین دغدغه های فکری محققان در حوزه تغذیه و سلامت بوده است. نتایج مطالعات اپیدمیولوژیک نشان داده است که مصرف مقادیر زیاد از انواع اسیدهای چرب اشباع و ترانس می تواند باعث افزایش خطر بیماری های قلبی - عروقی و برخی از انواع سرطان ها شود. مطالعات نشان داده اسیدهای چرب ترانس نسبت به اسیدهای چرب اشباع اثرات زیان بار تری در بر دارند. همچنین افزایش دریافت چربی موجب افزایش انرژی دریافتی و توده چربی بدن شده و در نهایت موجب اضافه وزن می شود که خود عامل خطر مستقل بیماری های مزمن است.

اسیدهای چرب ترانس در طی هیدروژناسیون روغن ها در فرآیند تولید روغن های گیاهی نیمه جامد (روغن خانوار) و جامد ایجاد می شوند. در مطالعه ای که اخیرا در زمینه اثر اسیدهای چرب ترانس (TFA) و خطر بیماری های قلبی - عروقی انجام شده نشان داده شده در صورتی که سهم انرژی دریافتی از اسیدهای چرب ترانس به میزان ۲٪ افزایش یابد، با افزایش ۲۳ درصدی بروز بیماری های قلبی - عروقی همراه خواهد بود. همچنین، پژوهش های اخیر در ارتباط با رژیم غذایی و بیماری های مزمن بر لزوم حذف اسیدهای چرب ترانس تولید شده صنعتی و به حداقل رساندن آن در رژیم غذایی و کاهش دریافت اسیدهای چرب اشباع تاکید دارند. بررسی روند تغییرات مصرف روغن و چربی های خوراکی بیانگر افزایش قابل توجهی در روغن مصرفی به ویژه در سه دهه گذشته در تمام کشورهای دنیا (به جز کشورهای آفریقایی) است.

روند عرضه و مصرف روغن‌ها و چربی‌های خوراکی در ایران نیز در چند دهه اخیر روند افزایشی داشته است. بر اساس اطلاعات طرح جامع مطالعات الگوی مصرف غذایی کشور در سال‌های ۱۳۷۵-۱۳۷۰ و ۱۳۸۱-۱۳۷۹، سرانه میانگین مصرف روغن‌ها و چربی‌های خوراکی (شامل انواع روغن‌های نباتی جامد و مایع) به ترتیب ۳۴ و ۴۰ گرم/نفر/روز گزارش شده است. در طی دهه گذشته اقدامات بسیاری در جهت تغییر ترکیب الگوی مصرف روغن‌های خوراکی در راستای ارتقاء سلامت جامعه در ایران بعمل آمده است. از جمله افزایش تولید روغن مایع و کاهش تولید روغن جامد، الزام کارخانه‌های تولید روغن به کاهش اسیدهای چرب ترانس به کمتر از ۱۰٪، ورود محصولات جدید به بازار مصرف شامل روغن مخصوص سرخ کردنی و انواع روغن‌های مخلوط اقدامات مثبتی بوده که از طرف مسئولین و تولید کنندگان انجام شده است.

## استانداردهای ملی ایران تجدیدنظر شده مرتبط با روغن‌ها و چربی‌های خوراکی

در راستای کاهش اسیدهای چرب اشباع و ترانس تاکنون تعداد ۵ استاندارد ملی ایران مطابق جدول ۲ تجدید نظر گردیده است .

جدول ۲- فهرست استانداردهای روغن تجدیدنظر شده

ردیف	نام استاندارد	شماره استاندارد	اولین سال تصویب	کمیته ملی اولیه	کمیته ملی جدید
۱	مارگارین	۱۴۳	۱۳۵۵	۹۹۱	۱۴۴۳
				۸۹/۱۰/۱۲	تجدیدنظر ۴
۲	مینارین	۱۰۵۰۰	۸۶	۶۶۰	۱۴۴۳
				۸۶/۱۰/۱	تجدیدنظر اول
۳	روغن آردی و قنادی (شورتنینگ)	۱۵۶-۱	۱۳۵۶	۱۳۳۵	۱۴۴۶
				۹۲/۱۲/۱۷	تجدیدنظر دوم
۴	روغن خوراکی مصرفی خانوار	۹۱۳۱	۸۶	۶۱۶	۱۴۴۵
				۸۶/۴/۲۳	تجدیدنظر اول
۵	روغن سرخ کردنی	۴۱۵۲	۱۳۷۴	۱۳۰۸	۱۴۴۷
				۸۹/۱۲/۱۶	تجدیدنظر اول
				تجدیدنظر دوم	۹۴/۷/۱۴

## تغییرات سلامت محور انجام یافته در استانداردهای روغن ها و چربی های خوراکی

### ۱- مارگارین

مطابق استاندارد ملی ۱۴۳ کره گیاهی (مارگارین) دارای انواع مایع، پخت و پز، پخشینه، سفره و قنادی و آردی می باشد.

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان اسیدهای چرب اشباع و ترانس در استاندارد کره گیاهی (مارگارین) مطابق جدول ۳ می باشد.

جدول ۳- تغییرات ایجاد شده استاندارد انواع کره گیاهی (مارگارین)

کره گیاهی (مارگارین)					
انواع	دامنه کاربرد	اسید چرب اشباع		اسید چرب ترانس	
		بازنگری شده	قدیم	بازنگری شده	قدیم
مایع	مصارف آشپزی و پخت و پز	-	-	۲	-
پخت و پز	مصارف پخت و پز	۳۷	۴۰	۱۰	-
پخشینه	مصرف مستقیم خانوار(بدون حرارت)	۳۵	۳۰	۵	-
	مصرف مستقیم بدون حرارت	۴۸	۴۰	۱۰	-
آردی و قنادی	امور صنف و صنعت	۶۵	-	۱۰	۵

### ۲- مینارین

مطابق استاندارد ملی ۱۰۵۰۰، مینارین دارای انواع مینارین و مینارین شیرین شده می باشد.

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان اسیدهای چرب اشباع و ترانس در استاندارد مینارین مطابق جدول ۴ می باشد.

جدول ۴- تغییرات ایجاد شده استاندارد انواع مینارین

مینارین					
اسید چرب ترانس		اسید چرب اشباع		دامنه کاربرد	انواع
بازنگری شده	قدیم	بازنگری شده	قدیم		
۲	۵	۳۰	۲۵	خانوار و صنف و صنعت	مینارین
	-	۵۰	-	خانوار و صنف و صنعت	مینارین شیرین شده
افزودن مینارین شده در استاندارد بازنگری شده.					

۳- روغن قنادی و آردی

مطابق استاندارد ملی مذکور، روغن قنادی و آردی دارای انواع آردی، قنادی و غیر آردی می باشد.

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان اسیدهای چرب اشباع و ترانس در استاندارد روغن قنادی و آردی مطابق جدول ۵ می باشد.

جدول ۵- تغییرات ایجاد شده استاندارد روغن قنادی و آردی

آردی و قنادی					
اسید چرب ترانس		اسید چرب اشباع		دامنه کاربرد	انواع
بازنگری شده	قدیم	بازنگری شده	قدیم		
۵	۱۰	۶۵	-	مصارف صنف و صنعت	آردی
					قنادی
					غیرآردی

#### ۴- روغن خوراکی مصرفی خانوار

مطابق استاندارد ملی مذکور، روغن خوراکی مصرفی خانوار دارای انواع خانوار و صنف و صنعت می باشد. تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان اسیدهای چرب اشباع و ترانس در استاندارد روغن خوراکی مصرفی خانوار مطابق جدول ۶ می باشد.

جدول ۶- تغییرات ایجاد شده استاندارد روغن مصرفی خانوار

روغن خوراکی مصرفی خانوار					
اسید چرب ترانس		اسید چرب اشباع		دامنه کاربرد	انواع
بازنگری شده	قدیم	بازنگری شده	قدیم		
۲	۱۰	۳۰	-	مورد مصرف در پخت و پز به غیر از سرخ کردن	خانوار
					صنف و صنعت

#### ۵- روغن سرخ کردنی

مطابق استاندارد ملی مذکور، روغن سرخ کردنی دارای انواع خانوار و صنف و صنعت می باشد.

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان اسیدهای چرب اشباع و ترانس در استاندارد روغن سرخ کردنی مطابق جدول ۷ می باشد.

جدول ۷- تغییرات ایجاد شده استاندارد سرخ کردنی

روغن سرخ کردنی					
اسید چرب ترانس		اسید چرب اشباع		دامنه کاربرد	انواع
بازنگری شده	قدیم	بازنگری شده	قدیم		
۲	۲	۳۰	-	مورد مصرف در سرخ کردن سطحی و عمیق	خانوار
		۴۵	-		صنف و صنعت



## قند و شکر

دریافت مقادیر بالای شکر همراه با افزایش خطر بروز بیماری های قلبی-عروقی، چاقی، دیابت، نقرس، کبد چرب، برخی از انواع سرطان ها، بیش فعالی و پوسیدگی دندان است. شکر، شکلی از کربوهیدرات است که یا به صورت طبیعی در برخی از مواد غذایی مانند میوه ها، شیر و لبنیات وجود دارد و یا شکر افزوده شده در فرآیند تهیه مواد غذایی است، نظیر انواع بیسکویت، کیک، نوشابه های گازدار، مربا، آب نبات، تافی، شربت ها (مانند شربت پرتقال و انبه) و غلات صبحانه. شکر به تنهایی فقط یک منبع انرژی بوده که ارزش تغذیه ای ندارد. در نشست های علمی اخیر، یکی از موضوعات مهم مورد بحث نوشابه های حاوی شکر افزوده شده هستند. شکر در نوشابه ها، به شکل محلول بوده و کاملاً جذب شده و کالری بالایی را وارد بدن می کند بدون آن که اثر سیرکنندگی را داشته باشد. رابطه میان چاقی و مصرف نوشابه های حاوی قند در بسیاری از جوامع معنی دار بوده و بعنوان ریسک فاکتور خاص چاقی کودکان، افزایش بروز چاقی در بزرگسالان شناخته شده است. به عبارت دیگر، افزایش دریافت قند های ساده مستقل از سایر عوامل دیگر، در بوجود آمدن چاقی و افزایش وزن و همچنین مهمترین عامل بوجود آورنده دیابت نوع II، پر فشاری خون و مقاومت به انسولین شود. سالانه ۲/۸ میلیون نفر در دنیا به دلیل اضافه وزن و یا چاقی می میرند. در صد شیوع چاقی بین سال های ۱۹۸۰-۲۰۰۸ در دنیا دو برابر شده است.

در دنیا، متوسط مصرف شکر و شربت ذرت با فرکتوز بالا ۷۰ گرم/نفر/روز (۱۷ قاشق چایخوری) است که نسبت به ۳۰ سال گذشته ۴۶٪ افزایش داشته است (در آن زمان ۴۸ گرم/نفر/روز بوده است) که معادل با ۲۸۰ کیلوکالری در روز می شود (چهار کیلو کالری به ازای هر یک گرم شکر). با این وجود، مصرف شکر در کشورهای مختلف متفاوت است. بالاترین میزان مصرف در آمریکا، برزیل، آرژانتین، استرالیا و مکزیک است که در این کشورها مقدار مصرف دو برابر میانگین جهانی است.



سازمان جهانی بهداشت (WHO) حداکثر ۵٪ انرژی دریافتی را از شکر آزاد توصیه کرده است. انجمن قلب امریکا در سال ۲۰۰۹ مصرف حداکثر ۶ قاشق چایخوری شکر افزوده شده در روز را برای زنان و در مردان ۹ قاشق چایخوری در روز شکر افزوده شده، را توصیه می کند.

## استانداردهای ملی ایران تجدیدنظر شده مرتبط با قند و شکر

در راستای کاهش قند در فرآورده های غذایی تعداد ۱۸ استاندارد ملی ایران مطابق جداول ۸، ۹ و ۱۰ تجدید نظر گردیده است. تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان قند در استاندارد انواع نوشیدنی ها مطابق جدول ۸ می باشد.

جدول ۸ - تغییرات ایجاد شده استاندارد انواع نوشیدنی ها

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	نктار مخلوط میوه	۳۶۸۸	نکتار مخلوط میوه ها - ویژگیها	بیشینه ۸/۵	بیشینه ۷/۵
۲	آب سیب تغلیظ شده	۲۶۸۷	آب سیب تغلیظ شده-ویژگی ها	بیشینه ۲۰	بیشینه ۱۰
۳	آب آلبالو	۳۰۳۲	آب آلبالو-ویژگی ها	بیشینه ۷	بیشینه ۵
۴	آب سیب	۳۶۵	ویژگی های آب سیب	بیشینه ۴/۵	بیشینه ۳/۵
۵	آب پرتقال	۵۰۷	آب پرتقال-ویژگی ها	بیشینه ۷	بیشینه ۶
۶	آب انار	۲۶۱۶	آب انار-ویژگی ها	بیشینه ۷	بیشینه ۵
۷	آب آلبالو تغلیظ شده	۵۵۲۸	آب آلبالو تغلیظ شده-ویژگی ها	فاقد حد مجاز	بیشینه ۵/۵
۸	نوشیدنی میوه ای	۲۸۳۷	نوشیدنی های میوه ای (بدون گاز) -ویژگیها	۸/۸	۷/۵
۹	شربت زرشک	۶۸۰۴	شربت زرشک-ویژگی ها و روشهای آزمون	کمینه ۶۰	بیشینه ۶۰
۱۰	شربت آلبالو	۱۸۱۲	شربت آلبالو-ویژگی ها و روشهای آزمون	کمینه ۶۰	بیشینه ۶۰
۱۱	نوشیدنی عرقیات بدون گاز	۱۱۰۷۷	نوشیدنی عرقیات بدون گاز-ویژگی ها و روشهای آزمون	کمینه ۹/۵	بیشینه ۸/۵
۱۲	نوشابه گازدار کولا	۱۲۵۰	نوشابه های گازدار- ویژگی ها	کمینه ۹/۵	بیشینه ۱۰
۱۳	نوشابه گازدار طعم دار رنگی			کمینه ۹	بیشینه ۱۰
۱۴	نوشابه گازدار بی رنگ			کمینه ۹/۵	بیشینه ۹

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان قند در استاندارد فرآورده های کنسرو شده مطابق جدول ۹ می باشد.

جدول ۹ - تغییرات ایجاد شده استاندارد فرآورده های کنسرو شده

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	سس گوجه	۲۵۵۰	ویژگیها و روشهای آزمون سس گوجه‌فرنگی (کچاپ)	بیشینه ۱۸	بیشینه ۱۵

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان قند در استاندارد غلات و فرآورده های آن شده مطابق جدول ۱۰ می باشد.

جدول ۱۰ - تغییرات ایجاد شده استاندارد غلات و فرآورده های آن

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	نان سوخاری	۲۲۰۳	ویژگی های نان سوخاری	کمینه ۴	بیشینه ۱۲
۲	پودر کیک نیمه آماده فراورده دارای کاکائو و یا قهوه	۶۹۴۹	غلات و فرآورده های آن - پودر کیک نیمه آماده - ویژگی ها و روشهای آزمون	کمینه ۳۶	بیشینه ۳۴
۳	پودر کیک نیمه آماده سایر				



## نمک

این روزها نمک در همه غذاها دیده می شود. غذاهای آماده، فست فود ها و تنقلاتی که مصرف می کنیم، همه حاوی مقادیر زیادی نمک در خود هستند؛ اغلب مردم از تاثیر نمک بر افزایش میزان فشار خون، آگاهند. مصرف نمک زیاد سبب پرفشاری خون شده و در نهایت به بیماری های قلبی و عروقی که عامل اول مرگ و میر در کشور است منجر می شود، نمک می تواند منجر به از دست دادن بیشتر آب توسط کلیه ها شود و این مساله افزایش پمپاژ خون را توسط قلب منجر شده و بدین ترتیب فشاری که به قلب می آید لحظه به لحظه بیشتر می شود.

سازمان جهانی بهداشت (WHO) در آستانه روز جهانی قلب (هفدهم تیرماه سال ۱۳۹۳) از کلیه کشورهای جهان خواست به منظور پیش گیری از روند رو به گسترش بیماری های غیرواگیر از جمله فشارخون بالا، بیماری های قلبی و عروقی، سرطان و پوکی استخوان، میزان مصرف نمک را که یکی از عوامل خطرزای مهم ابتلا به این بیماری ها می باشد تا سال ۲۰۲۵ به میزان ۳۰ درصد کاهش دهند. در حال حاضر، میزان سرانه مصرف نمک در کشور ۱۰-۱۲ گرم/نفر/روز برآورد شده است، که در مقایسه با مقدار توصیه شده سازمان جهانی بهداشت (یعنی کمتر از مقدار ۵ گرم در روز)، بیشتر است. کاهش مصرف نمک در حد ۵ گرم در روز، خطر بیماری های قلبی را ۱۸ درصد و خطر سکته مغزی را ۲۴ درصد کاهش می دهد.

## استانداردهای ملی ایران تجدیدنظر شده مرتبط با نمک

در راستای کاهش نمک فرآورده های غذایی، تعداد ۸ استاندارد ملی ایران مطابق جدول ۱۱، ۱۲، ۱۳ و ۱۴ تجدیدنظر و همچنین استاندارد ملی ایران شماره ۱۹۹۱۷ با عنوان "افزودنی های خوراکی در فرآورده های غذایی - حدود مجاز" تدوین گردیده است.

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان نمک در استانداردهای غلات و فرآورده های آن مطابق جدول ۱۱ می باشد.

### جدول ۱۱ - تغییرات ایجاد شده استانداردهای غلات و فرآورده های آن

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	رشته آشی	۲۰۱۸	رشته آشی و پلوئی-ویژگیها و روشهای آزمون	بیشینه ۵	بیشینه ۴/۵
۲	رشته پلوئی			بیشینه ۲	بیشینه ۱/۸
۳	نان سوخاری	۲۲۰۳	ویژگیهای نان سوخاری	فاقد حد مجاز	بیشینه ۱/۲
۴	پفک	۲۸۸۰	فرآورده های حجیم شده بر پایه بلغور و آرد غلات - ویژگی ها و روشهای آزمون	۱/۵	۱/۴
۵	نان سفید	۲۳۳۸	نان های حجیم- ویژگی ها و روش های آزمون	۱/۸	۱
۶	نان تیره			۱/۴	۱
۷	نان مخصوص			۱/۵	۱
۸	نان سبوس دار			فاقد حد مجاز	۱
۹	نان با آرد کامل			فاقد حد مجاز	۱
۱۰	نان شیرین			فاقد حد مجاز	۱

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان نمک در استانداردهای فرآورده های کنسرو شده مطابق جدول ۱۲ می باشد.

### جدول ۱۲ - تغییرات ایجاد شده استانداردهای فرآورده های کنسرو شده

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	زیتون شور	۹۸۷	زیتون شور - ویژگیها و روشهای آزمون	بیشینه ۵	بیشینه ۴
۲	سس گوجه	۲۵۵۰	ویژگیها و روشهای آزمون سس گوجه فرنگی (کچاپ)	۲/۵	۲
۳	رب گوجه	۷۶۱	کنسرو رب گوجه فرنگی- ویژگی ها و روش های آزمون	۲	۱/۵
۴	کنسرو ماهی ساردین	۳۳۰۴	کنسرو ماهی ساردین- ویژگی ها و روشهای آزمون	۲	۱/۵
۵	کنسرو ماهی کلیکا	۲۸۶۹	کنسرو ماهی کلیکا- ویژگی ها و روش های آزمون	۱-۲	۱/۵

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان نمک در استاندارد انواع تخمه ها مطابق جدول ۱۳ می باشد.

جدول ۱۳ - تغییرات ایجاد شده استانداردهای انواع تخمه ها

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	تخمه کدو فرآیند شده	۱۶۰۳۰	تخمه کدو فرآیند شده -ویژگیها و روشهای آزمون	بیشینه ۱۰	بیشینه ۵
۲	تخمه هندوانه فرآیند شده	۱۶۰۲۹	تخمه هندوانه فرآیند شده -ویژگیها و روشهای آزمون		
۳	تخمه آفتابگردان فرآیند شده	۱۶۰۲۸	تخمه آفتابگردان فرآیند شده -ویژگیها و روشهای آزمون		

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان نمک در استاندارد فرآورده لبنی مطابق جدول ۱۴ می باشد.

جدول ۱۴ - تغییرات ایجاد شده استاندارد فرآورده لبنی

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	پنیر تازه	۶۶۲۹	شیر و فرآورده های آن - پنیر تازه- ویژگی ها و روش های آزمون	بیشینه ۴	بیشینه ۳
۲	پنیر کاممبرت	۱۲۲۷۹	پنیر کاممبرت- ویژگیها و روشهای آزمون	۲/۵	۲
۳	پنیر رسیده در آب نمک	۲۳۴۴-۱	پنیر رسیده در آب نمک -ویژگی ها و روشهای آزمون	۳-۴/۵	بیشینه ۴/۵
۴	پنیر پیتزای پروسس	۱۳۵۲۶	شیر و فرآورده های آن- پنیر پیتزای پروسس - ویژگی ها و روش های آزمون	۱	۰/۸
۵	پنیر لاکتیکی	۱۳۸۶۳	پنیر لاکتیکی -ویژگی ها و روش های آزمون	۴	۳/۵
۶	ماست پروبیوتیک	۱۱۳۲۵	ماست پروبیوتیک -ویژگی ها و روش های آزمون	فاقد حد مجاز	افزودن نمک ممنوع است

تغییرات انجام شده به منظور کاهش میزان نمک در استاندارد فرآورده های غذایی سرخ شده و نیمه آماده مطابق

جدول ۱۵ می باشد.

جدول ۱۵- تغییرات ایجاد شده استاندارد فرآورده های غذایی سرخ شده و نیمه آماده

ردیف	نام فرآورده	شماره استاندارد ملی	عنوان استاندارد	قبل (درصد)	بعد (درصد)
۱	فلافل	۱۱۰۷۳	فلافل -ویژگیها و روش های آزمون	۱/۵	۱/۲

تدوین استاندارد ملی ایران شماره ۱۱۹۹۱۷:

یکی از راه کارهای عمده کاهش مصرف نمک، بازنگری استاندارد ملی ایران شماره ۱۹۹۱۷ با عنوان "افزودنی های خوراکی-میزان نمک خوراکی در فرآورده های غذایی- حدود مجاز" است. بنابراین، این استاندارد ملی با استفاده از حد مجاز/بیشینه حد مجاز نمک خوراکی افزوده شده در آخرین ویرایش استانداردهای ملی ایران فرآورده های غذایی و کشاورزی، تدوین شده است.

### پیشنهادات

در راستای اجرای صحیح مصوبات شورای عالی سلامت و جلوگیری از ناهماهنگی های اجرایی و بسترسازی به منظور تحقق مصوبات قابل دفاع فنی و کارشناسی از سوی شورای مذکور، موارد به شرح زیر پیشنهاد می گردد:

۱- ایجاد کمیته فنی مشترک فی مابین سازمان ملی استاندارد ایران و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، قبل از برگزاری جلسه شورای عالی سلامت، به منظور ارائه مستندات کاملا کارشناسی شده به شورای مذکور.

۲- ایجاد کمیته فنی اجرایی بعد از برگزاری جلسه شورای عالی سلامت، به منظور هماهنگی در اجرای صحیح مصوبات شورای مذکور.

## پیوست اطلاعاتی

### الف

#### استانداردهای تدوین شده برای انواع روغن پالم

در راستای حفظ کیفیت ، سلامتی و ایمنی در صنایع روغن ها و چربی های خوراکی و مطابق با استانداردهای بین المللی ذیربط ، به منظور تسهیل در واردات انواع روغن پالم مورد مصرف در واحدهای تولیدی انواع روغن های خوراکی ، با اجماع نظر اعضاء محترم کمیسیون فنی و کمیته ملی ذیربط استانداردهای ملی مربوط به انواع روغن پالم مورد تجدیدنظر قرار گرفته و استانداردهای ملی فوق به دو صورت RBD و پالایش نهایی شده به شرح زیر تفکیک شده است.

#### فهرست استانداردهای تجدیدنظر شده انواع روغن پالم

ردیف	نام استاندارد	شماره استاندارد	اولین سال تصویب	کمیته ملی اولیه	کمیته ملی جدید
۱	روغن هسته پالم (RBD)	۸۶۳۷-۱	-	۵۵۴	۱۴۲۸
				۸۴/۱۲/۲۴	۹۳/۱۲/۲۳
۲	روغن هسته پالم پالایش نهایی شده	۸۶۳۷-۲	-	۵۵۴	۱۴۸۲
				۸۴/۱۲/۲۴	۹۴/۱۱/۲۷
۳	روغن پالم (RBD)	۴۴۶۷-۱	۱۳۷۶	۱۰۳۸	۱۴۲۸
				۸۹/۱۲/۱۶	۹۳/۱۲/۲۳

چاپ اول	تجدیدنظر اول					
۹۴/۱۱/۲۷	۱۴۸۲	۸۹/۱۲/۱۶	۱۰۳۸	۱۳۷۶	۴۴۶۷-۲	روغن پالم پالایش نهایی شده
چاپ اول	تجدیدنظر اول					
۹۳/۱۲/۲۳	۱۴۲۸	۹۱/۵/۱۴	۱۱۵۹	۱۳۷۶	۴۴۶۶-۱	روغن پالم اولئین (RBD)
چاپ اول	تجدیدنظر اول					
۹۴/۱۱/۲۷	۱۴۸۲	۹۱/۵/۱۴	۱۱۵۹	۱۳۷۶	۴۴۶۶-۲	روغن پالم اولئین پالایش نهایی شده
چاپ اول	تجدیدنظر اول					
۹۳/۱۲/۲۳	۱۴۲۸	۷۶/۹/۵	۲۱۴	-	۴۴۶۵-۱	روغن پالم سوپر اولئین (RBD)
چاپ اول	چاپ اول					
۹۴/۱۱/۲۷	۱۴۸۲	۷۶/۹/۵	۲۱۴	-	۴۴۶۵-۲	روغن پالم سوپر اولئین پالایش نهایی شده
چاپ اول	چاپ اول					
۹۳/۱۲/۲۳	۱۴۲۸	۸۴/۱۲/۱۷	۵۵۹	-	۸۶۳۱-۱	روغن پالم استتارین (RBD)
چاپ اول	چاپ اول					
۹۴/۱۱/۲۷	۱۴۸۲	۸۴/۱۲/۱۷	۵۵۹	-	۸۶۳۱-۲	روغن پالم استتارین پالایش نهایی شده
چاپ اول	چاپ اول					

## پیوست اطلاعاتی

### ب

اساسنامه شورای عالی سلامت و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

ماده ۸

ماده ۸- شورای عالی سلامت و امنیت غذایی با وظایف زیر تشکیل می گردد:

الف- سیاست گذاری برای ارتقای سلامت و امنیت غذایی و سلامت مواد غذایی صادراتی

ب- بررسی و تصویب برنامه ها و تدابیر بخشی و فواخشی در اجرای سیاست های ناظر بر سلامت و امنیت غذایی

پ- تعیین و پایش شاخصهای اساسی سلامت و امنیت غذایی

ت- تصویب استانداردهای ملی پیوست سلامت برای طرحهای بزرگ توسعه ای

ث- تصویب برنامه اجرایی سامانه خدمات جامع و همگانی سلامت و امنیت غذایی

ج- تصویب سازوکارهای نظارتی و رسیدگی به گزارش های نظارتی

چ- ایجاد هماهنگی میان دستگاههای اجرایی مربوط

این نامه اجرایی این ماده مشتمل بر ترکیب اعضای شورا، تشکیلات و شرح وظایف تفصیلی بنا پیشنهاد مشترک سازمان مدیریت و برنامه ریزی کشور و وزارتخانه های بهداشت، درمان و آموزش پزشکی و جهاد کشاورزی تهیه می شود و حداکثر ظرف مدت شش ماه پس از ابلاغ این قانون به تصویب هیأت وزیران می رسد.



## پیوست اطلاعاتی

پ

نامه های ارسالی از سازمان غذا و دارو

شماره: ۶۵۵/۹۴۲۴۸  
تاریخ: ۱۳۹۴/۰۷/۰۴  
بست: دارو



جناب آقای دکتر هاشمی  
وزیر محترم بهداشت درمان و آموزش پزشکی

موضوع: صورت جلسه کمیته کشوری غنی سازی و بهینه سازی مواد غذایی

سلام علیکم:

احتراما به پیوست صورت جلسه کمیته کشوری غنی سازی و بهینه سازی مواد غذایی که در خصوص غنی سازی نان با آهن و اسید فولیک و ویتامین D و همچنین کاهش مصرف نمک و شکر در محصولات غذایی و آشنابندی تصمیم گیری بعمل آمده است جهت استحضار ایفاد می گردد.

دکتر رسول دیناروند  
معاون وزیر و رئیس سازمان غذا و دارو

از طریق شبکه پیام ارسال شد  
تاریخ: ۱۳۹۴/۷/۱۴

روپوشت

جناب آقای دکتر سماری معاون محترم بهداشت

و سلامت محترم سازمان استاندارد و تحقیقات صنعتی ایران

جناب آقای دکتر مجید حاجی فرجی رئیس محترم کمیته تحقیقات و تغذیه ای و صنایع غذایی کشور دانشگاه علوم پزشکی و خدمات

بهداشتی درمانی شهید بهشتی

سرکار خانم دکتر عبداللهی مدیر محترم دفتر بهبود تغذیه جامعه

جناب آقای دکتر حسینی مدیر کل محترم نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی و آرایشی و بهداشتی

جناب آقای دکتر رستگار رئیس مرکز آزمایشگاه های مرجع کنترل غذا و دارو

جناب آقای مهندس مرتضوی رئیس محترم کلون عالی انجمن های صنفی صنایع غذایی ایران



به نام خدا

### گزارش دومین جلسه کمیته کشوری غنی سازی مواد غذایی

کمیته کشوری غنی سازی مواد غذایی روز ۱۳۹۴/۵/۲۷ در سازمان غذا و دارو با حضور رئیس سازمان (آقای دکتر دیناروند)، معاون بهداشتی (آقای دکتر سپاری)، مدیر کل نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی، خوراکی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی (آقای دکتر حسینی)، مدیر کل آزمایشگاه های مرجع کنترل غذا و دارو (آقای دکتر رستگار)، مدیر دفتر بهبود تغذیه جامعه (خانم دکتر عبدالهی)، نمایندگان انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی کشور (آقای دکتر نیستانی)، سازمان ملی استاندارد ایران (خانم مهندس یوسف زاده)، و دفتر بهبود تغذیه جامعه (خانم دکتر صالحی) و اداره کل نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی، خوراکی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی (آقای دکتر اسکندری، خانم مهندس پوراحمد، خانم مهندس محمدی، خانم مهندس جوبکی، خانم مهندس تگلو و آقای مهندس فروزان) و نماینده کانون انجمن های صنایع غذایی (آقای مهندس مرتضوی) و مسئول برنامه های غنی سازی اداره کل نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی، خوراکی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی (خانم فولادی مقدم) برگزار شد.

بند اول: در این جلسه آیین نامه کمیته کشوری غنی سازی و بهینه سازی مواد غذایی مورد بازنگری قرار گرفت و پس از اصلاحات مورد نظر اعضا کمیته، مصوب شد.

• مقرر شد آیین نامه مذکور جهت تأیید و امضا مقام محترم وزارت ارسال شود.

بند دوم: در ادامه جلسه گزارش طرح تحقیقاتی ارزیابی اثربخشی غنی سازی نان با ویتامین D که با حمایت سازمان غذا و دارو و طبق مصوبه جلسه قبلی کمیته انجام شده بود توسط مجری طرح ارائه شد. بر اساس

میزان نمک در فرمولاسیون خود هستند. در پنیر های صنعتی میزان نمک از ۴ درصد به ۳ درصد و در نان از ۲ درصد به ۱/۸ درصد کاهش یافته است. گزارش ها نشان می دهد که بیشترین میزان دریافت نمک از طریق محصولات غذایی نان و پنیر است به همین منظور کاهش نمک در فرمولاسیون نان و پنیر در دستور کار سازمان غذا و دارو قرار دارد.

- مقرر شد حد مجاز نمک در نان مورد بازرنگری قرار گیرد و پایش مستمر نمک در نان با یک برنامه زمانبندی مشخص انجام شود و نتایج های که کمترین میزان نمک را استفاده می کنند مورد تشویق قرار گیرند و این پیشنهاد برای شورای عالی سلامت ارسال شود.
- مقرر شد از ابتدای آبان سال جاری (۹۴/۱۰/۱۱) میزان حد مجاز نمک در نان به ۱/۶ درصد کاهش یابد. همچنین نتایج های ملزم به استفاده از نمک تصفیه شده مجاز شوند.
- مقرر شد از ابتدای آبان سال جاری (۹۴/۱۰/۱۱) حد مجاز نمک در دوغ به ۰/۸ درصد کاهش یابد.
- مقرر شد از ابتدای آبان سال جاری (۹۴/۱۰/۱۱) حد مجاز نمک در رب گوجه فرنگی به ۱/۵ درصد کاهش یابد.

بند پنجم: گزارش کاهش مصرف شکر در محصولات غذایی ارائه شد. در حال حاضر ۱۵۶ واحد تولید کننده نوشابه گازدار و ۳۴۰ واحد تولید کننده نوشیدنی میوه ای در کشور مشغول فعالیت است. در سال در راستای کاهش مصرف شکر بازرنگری در ضوابط مربوطه انجام پذیرفته است. کاهش مصرف شکر در نوشابه های گازدار به حداکثر ۹ درصد بر اساس مصوبه کمیته فنی فلتونی اداره کل نظارت بر مواد غذایی و بهداشتی از دیگر مصوبات سازمان غذا و دارو است که در راستای ارتقا سلامت محصولات غذایی انجام شده است. همچنین در این خصوص واردات نوشابه های گازدار توسط سازمان غذا و دارو ممنوع شده است و کاهش مقدار شکر در نوشابه های انرژی زا از دیگر دستاوردهای این سازمان است.

- مقرر شد میزان قند در نوشیدنی‌ها در ضوابط و استانداردهای مربوطه به حداکثر مجاز (بجای حداقل مجاز که در استانداردها ذکر شده است) تغییر یابد و در مورد شیرهای طعم دار و دسر های لبنی و نوشیدنی های یخی تا تاریخ ۹۴/۱۰/۱ میزان ۱۰٪ از حداکثر سقف شکر موجود کاسته شود.

موضوع: بازنگری حدود مقادیر شاخصهای سلامت  
سلام علیکم:

با توجه به اهمیت شاخصهای منی در حوزه ایمنی و سلامت مواد غذایی و ارتقاء آنها و با هدف توسعه سلامت که لازم است در برگزیده غذای سالم برای اتحاد جامعه باشد به استحضار میرساند تعیین میزان مقادیر "حداقل" یا "کمینه" در استانداردهای مواد غذایی برای شاخصهایی مانند نمک، قند و چربی که مصرف بیش از حد آنها آسیب رسان به سلامت است، مغایر با سیاستهای وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در راستای کاهش مصرف آنها در برنامه های غذایی سالم تغذیه ای مصرف کنندگان میباشد.

با عنایت به برنامه ریزی های عملیاتی سازمان غذا و دارو جهت دستیابی به اهداف کوتاه مدت و بلند مدت و همگرایی در راستای سیاستهای وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی دستورفرمائید در کلیه استانداردهای محصولات غذایی و آشامیدنی بویژه گروه های غذایی زیر میزان نمک، قند و چربی به صورت "حداکثر" مجاز یا "بیشینه" ذکر گردد:

۱- نمک ( در محصولاتی مانند فرآورده های لبنی، فرآورده های گوشتی، ترشیجات و شوربجات، رب گوجه فرنگی، فرآورده های آردی، اسنک ها و غلات حجم شده )

۲- قند در محصولاتی مانند نوشابه ها، نوشیدنی های ميوه ای، فرآورده های شيريني و شکلات، مربا، زله و  
کميوت ميوه)

۳- چربي کل و اسيد هاي چرب ترانس ( در محصولاتی مانند کتسروه های گوشتي، فرآورده های لبني، فرآورده  
های گوشتي، اسنک ها، چيبس و غلات حجيم شده )

دکتر رسول ديناروند  
معاون وزير بهداشت سازمان غذا و دارو

