

Spēkā no 01.11.2001  
Spēkā esošs



Publicēts: Vēstnesis, 30.03.2001, nr. 52  
Publicēts: ZIŅOTĀJS, 17.05.2001, nr. 10

LATVIJAS REPUBLIKAS MINISTRU KABINETS

27.03.2001

Noteikumi nr. 144

Rīgā

**Obligātās nekaitīguma prasības diētiskajai pārtikai ar samazinātu enerģētisko vērtību un tās marķējumam**

---

Grozījumi: MK 18.02.2003. not. nr.84 (L.V., 20.febr., nr.28;  
Ziņotājs, 2003, nr.10)  
MK 14.11.2006. not. nr.929 (L.V., 17.nov., nr.185;  
Ziņotājs, 2007, nr.4)  
MK 02.10.2007. not. nr.663 (L.V., 5.okt., nr.161;  
Ziņotājs, 2007, nr.23)

---

(prot. Nr.13 22.§)

Izdoti saskaņā ar  
Pārtikas aprites uzraudzības  
likuma 4.panta otro un trešo  
daļu un 13.panta trešo daļu

1. Šie noteikumi nosaka obligātās nekaitīguma prasības diētiskajai pārtikai ar samazinātu enerģētisko vērtību, kura ir paredzēta izmantošanai svara samazināšanas diētās, kā arī tās marķējumam.

2. Diētiskā pārtika ar samazinātu enerģētisko vērtību (turpmāk – diētiskā pārtika) ir paredzēta īpašai lietošanai un tās specifiskā sastāva vai ražošanas procesa dēļ ir skaidri atšķirama no pārtikas ierastajam patēriņam. Diētiskā pārtika ir piemērota cilvēkiem ar liekā svara problēmām, un to pārdod ar attiecīgu norādi.

3. Diētiskajai pārtikai ir īpašs sastāvs, kas aizstāj visu ikdienas uzturu vai daļu no tā, ja to lieto atbilstoši ražotāja norādījumiem. Diētiskā pārtika iedalāma divās grupās:

- 3.1. pārtika vienas dienas uztura aizstāšanai;
- 3.2. pārtika vienas vai vairāku ēdienreīžu uztura aizstāšanai.

4. Ražotājs ir atbildīgs par to, lai diētiskā pārtika atbilstu šo noteikumu 1., 2. un 3.pielikumā norādītajām prasībām. Izplatītājam aizliegts piedāvāt tirgū diētisko pārtiku, kas neatbilst šo noteikumu 1. un 2.pielikumā norādītajām prasībām, bet ar 2004.gada 1.aprīli – arī šo noteikumu 3.pielikumā noteiktajām prasībām.

*(2003.gada 18.februāra MK noteikumu nr.84 redakcijā, kas stājas spēkā no 21.02.2003.)*

4.<sup>1</sup> Pievienojot diētiskajai pārtikai šo noteikumu 3.pielikumā minētos vitamīnus, minerālvielas, aminoskābes un citas uzturvielas, atļauts izmantot tikai tajā noteiktās šo uzturvielu ķīmiskās formas.

*(2003.gada 18.februāra MK noteikumu nr.84 redakcijā, kas stājas spēkā no 21.02.2003.)*

5. Diētisko pārtiku mazumtirdzniecībā atļauts realizēt tikai fasētā veidā.

6. Šo noteikumu 3.1.apakšpunktā minētās pārtikas visas atsevišķās sastāvdaļas tirdzniecībā izplata tikai vienā kopīgā ārējā iepakojumā.

7. Šo noteikumu 3.1.apakšpunktā minētās pārtikas tirdzniecības nosaukums ir "Dienas uztura aizstājējs svara samazināšanai", bet šo noteikumu 3.2.apakšpunktā minētās pārtikas tirdzniecības nosaukums – "Ēdienreizes uztura aizstājējs svara samazināšanai".

8. Diētiskās pārtikas marķējumā papildus pārtikas produktu marķēšanas noteikumos noteiktajām prasībām norādāma šāda informācija:

8.1. produkta enerģētiskā vērtība, izteikta kilodžoulos (kJ) un kilokalorijās (kcal), un skaitliski izteikts olbaltumvielu, ogļhidrātu un tauku saturs noteiktā patēriņam sagatavotā produkta daudzumā;

8.2. šo noteikumu 2.pielikumā minēto vitamīnu un minerālvielu skaitliski izteikts saturs noteiktā patēriņam sagatavotā produkta daudzumā;

8.3. šo noteikumu 3.2.apakšpunktā minētajai pārtikai – procentuālais vitamīnu un minerālvielu daudzums no normāla uztura ieteicamās dienas devas papildus šo noteikumu 8.2.apakšpunktā noteiktajam skaitliskajam daudzumam;

8.4. ja nepieciešams, - produkta sagatavošanas pamācība un brīdinājums par pareizas sagatavošanas nozīmi;

8.5. produkta iespējamā laktatīvā iedarbība, ja, lietojot produktu atbilstoši ražotāja norādījumiem, dienā tiek uzņemts vairāk nekā 20 g poliolu;

8.6. nepieciešamība uzņemt dienas devai adekvātu šķidrums daudzumu;

8.7. šo noteikumu 3.1.apakšpunktā minētajai pārtikai - norāde, ka produkts nodrošina dienā nepieciešamo uzturvielu daudzumu un bez ārsta uzraudzības produktu nedrīkst lietot ilgāk par trim nedēļām;

8.8. šo noteikumu 3.2.apakšpunktā minētajai pārtikai - norāde, ka produkts lietojams kā daļa no svara samazināšanas diētas un citi pārtikas produkti ir šādas diētas nepieciešama sastāvdaļa.

9. Diētiskās pārtikas marķējumā, noformējumā un reklāmā aizliegta norāde uz svara zaudēšanas ātrumu vai daudzumu, ko var panākt, lietojot šos produktus.

*(MK 02.10.2007. noteikumu nr.663 redakcijā)*

9.<sup>1</sup> *(Svītrots ar MK 02.10.2007. noteikumiem nr.663)*

9.<sup>2</sup> Noteikumu 3.pielikuma 1.13.6., 2.1.1., 2.1.10., 2.2.1., 2.2.11., 2.4.4., 2.4.7., 2.4.9., 2.5.1., 2.6.1., 2.7.1., 2.9.4., 2.11.1., 2.14.1. un 2.14.2.apakšpunkts ir spēkā līdz 2009.gada 31.decembrim.

*(MK 02.10.2007. noteikumu nr.663 redakcijā)*

10. Noteikumi stājas spēkā ar 2001.gada 1.novembri.

### **Informatīva atsauce uz Eiropas Savienības direktīvām**

*(2006.gada 14.novembra MK noteikumu nr.929 redakcijā)*

Noteikumos iekļautas tiesību normas, kas izriet no:

1) Padomes 1989.gada 3.maija Direktīvas 89/398/EEK par dalībvalstu tiesību aktu tuvināšanu attiecībā uz īpašas diētas pārtikas produktiem;

2) Eiropas Parlamenta un Padomes 1996.gada 19.decembra Direktīvas 96/84/EK, ar ko groza Direktīvu 89/398/EEK par dalībvalstu tiesību aktu tuvināšanu attiecībā uz īpašas diētas pārtikas produktiem;

3) Komisijas 1996.gada 26.februāra Direktīvas 96/8/EK par pārtikas produktiem, ko paredzēts izmantot svara samazināšanas diētām ar samazinātu enerģētisko vērtību;

4) Eiropas Parlamenta un Padomes 1999.gada 7.jūnija Direktīvas 1999/41/EK, ar ko groza Direktīvu 89/398/EEK par dalībvalstu tiesību aktu tuvināšanu attiecībā uz īpašas diētas pārtikas produktiem;

5) Komisijas 2001.gada 15.februāra Direktīvas 2001/15/EK par vielām, ko īpašā barošanas nolūkā var pievienot īpašas diētas pārtikas produktiem;

6) Komisijas 2006.gada 21.marta Direktīvas 2006/34/EK, ar ko groza pielikumu Direktīvā 2001/15/EK attiecībā uz dažu vielu iekļaušanu;

7) Komisijas 2004.gada 20.janvāra Direktīvas 2004/5/EK, ar ko groza Direktīvu 2001/15/EK, lai pielikumā iekļautu dažas vielas;

8) Komisijas 2004.gada 20.janvāra Direktīvas 2004/6/EK par atkāpēm no Direktīvas 2001/15/EK, lai atliktu dažu produktu tirdzniecības aizlieguma piemērošanu;

9) Komisijas 2007.gada 30.maija Direktīvas 2007/29/EK, ar ko groza Direktīvu 96/8/EK par to pārtikas produktu marķēšanu, noformēšanu un reklāmu, ko paredzēts izmantot svara samazināšanas diētām ar samazinātu

enerģētisko vērtību;

10) Komisijas 2007.gada 7.maija Direktīvas 2007/26/EK, ar ko groza direktīvu 2004/6/EK, lai pagarinātu tās piemērošanas laiku.

(Ar grozījumiem, kas izdarīti ar MK 02.10.2007. noteikumiem nr.663)

Ministru prezidents

A.Bērziņš

Labklājības ministrs

A.Požarnovs

1.pielikums  
Ministru kabineta  
2001.gada 27.marta  
noteikumiem Nr.144

**Obligātās nekaitīguma prasības diētiskajai pārtikai  
ar samazinātu enerģētisko vērtību**

Nr. p.k.	Enerģētiskā vērtība un sastāvs, mērvienības	Pārtikā vienas dienas uztura aizstāšanai		Pārtikā vienas vai vairāku ēdienreīžu uztura aizstāšanai	
		minimālais daudzums	maksimālais daudzums	minimālais daudzums	maksimālais daudzums
1.	Enerģētiskā vērtība, kJ (kcal)	3360 (800)	5040 (1200)	840 (200)	1680 (400)
2.	Olbaltum- vielas <sup>1, 2</sup> , g	-	125	-	-
		25 % no kopējās produkta enerģētiskās vērtības	50 % no kopējās produkta enerģētiskās vērtības	25 % no kopējās produkta enerģētiskās vērtības	50 % no kopējās produkta enerģētiskās vērtības
3.	Tauki,  arī linolēnskābe glicerīdu veidā, g	-  4,5	30 % no kopējās produkta enerģētiskās vērtības  -	-  1	30 % no kopējās produkta enerģētiskās vērtības  -
4.	Diētiskās šķiedrvielas, g	10	30	-	-
5.	Vitamīni un minerālvielas	šo noteikumu 2.pielikumā norādītais vitamīnu un minerālvielu daudzums		30 % no šo noteikumu 2.pielikumā norādītā vitamīnu un minerālvielu daudzuma vienas ēdienreizes uzturā <sup>3</sup>	

Piezīmes.

<sup>1</sup> Olbaltumvielu norma attiecas uz olbaltumvielām, kuru ķīmiskais indekss (vismazākā attiecība starp katras neaizstājamās aminoskābes daudzumu izmantojamajā olbaltumvielā un katras attiecīgās aminoskābes daudzumu salīdzināmajā olbaltumvielā) vienāds ar salīdzināmās olbaltumvielas<sup>4</sup> ķīmisko indeksu. Ja olbaltumvielas ķīmiskais indekss ir mazāks par salīdzināmās olbaltumvielas ķīmisko indeksu, minimālais olbaltumvielu daudzums produktā attiecīgi jāpalielina. Jebkurā gadījumā olbaltumvielas ķīmiskais indekss nedrīkst būt mazāks par 80 % no salīdzināmās olbaltumvielas ķīmiskā indeksa.

<sup>2</sup> Aminoskābju pievienošana atļauta tikai olbaltumvielu uzturvērtības uzlabošanai un tikai attiecībās, kādas nepieciešamas šim nolūkam.

<sup>3</sup> Kālija daudzums vienas ēdienreizes uzturā ir vismaz 500 mg.

<sup>4</sup> Salīdzināmās olbaltumvielas aminoskābju sastāvs:

Nr. p.k.	Aminoskābe	g/100 g olbaltumvielas
1.	Cistīns + metionīns	1,7
2.	Histidīns	1,6
3.	Izoleicīns	1,3
4.	Leicīns	1,9
5.	Lizīns	1,6
6.	Fenilalanīns + tirozīns	1,9
7.	Treonīns	0,9
8.	Triptofāns	0,5
9.	Valīns	1,3

Labklājības ministrs

A.Požarnovs

2.pielikums  
Ministru kabineta  
2001.gada 27.marta  
noteikumiem Nr.144

### **Vitamīnu un minerālvielu daudzums diētiskajā pārtikā ar samazinātu enerģētisko vērtību dienas uztura aizstāšanai**

Nr. p.k.	Vitamīni un minerālvielas, mērvienības	Daudzums
1.	A vitamīns, µg RE	700
2.	D vitamīns, µg	5

3.	E vitamīns, mg TE	10
4.	C vitamīns, mg	45
5.	Tiamīns, mg	1,1
6.	Riboflavīns, mg	1,6
7.	Niacīns, mg	18
8.	B <sub>6</sub> vitamīns, mg	1,5
9.	Folskābe, µg	200
10.	B <sub>12</sub> vitamīns, µg	1,4
11.	Biotīns, µg	15
12.	Pantotēnskābe, mg	3
13.	Kalcijs, mg	700
14.	Fosfors, mg	550
15.	Kālijs, mg	3100
16.	Dzelzs, mg	16
17.	Cinks, mg	9,5
18.	Varš, mg	1,1
19.	Jods, µg	130
20.	Selēns, µg	55
21.	Nātrijs, mg	575
22.	Magnijs, mg	150
23.	Mangāns, mg	1

Labklājības ministrs

A.Požarnovs

(MK 02.10.2007. noteikumu nr.663 redakcijā)

3.pielikums  
Ministru kabineta  
2001.gada 27.marta  
noteikumiem Nr.144

**Vitamīnu, minerālvielu, aminoskābju un citu uzturvielu atļautās ķīmiskās formas**

Nr. p.k.	Uzturvielas	Uzturvielu ķīmiskās formas

1	2	3
<b>1.</b>	Vitamīni	
1.1.	A vitamīns	
1.1.1.		retinols
1.1.2.		retinola acetāts
1.1.3.		retinola palmitāts
1.1.4.		beta-karotīns
1.2.	D vitamīns	
1.2.1.		ergokalciferols
1.2.2.		holekalciferols
1.3.	B <sub>1</sub> vitamīns	
1.3.1.		tiamīna hidrohlorīds
1.3.2.		tiamīna mononitrāts
1.4.	B <sub>2</sub> vitamīns	
1.4.1.		riboflavīns
1.4.2.		nātrija riboflavīna 5'-fosfāts
1.5.	niacīns	
1.5.1.		nikotīnamīds
1.5.2.		nikotīnskābe
1.6.	B <sub>6</sub> vitamīns	
1.6.1.		piridoksīna hidrohlorīds
1.6.2.		piridoksīna 5'-fosfāts
1.6.3.		piridoksīna dipalmitāts
1.7.	pantotēnskābe	
1.7.1.		kalcija D-pantotenāts
1.7.2.		nātrija D-pantotenāts
1.7.3.		dekspantenols
1.8.	folāti	
1.8.1.		pteroilmonoglutamīnskābe
1.8.2.		kalcija L-metilfolāts
1.9.	B <sub>12</sub> vitamīns	
1.9.1.		ciānkobalamīns
1.9.2.		hidroksokobalamīns
1.10.	biotīns	D-biotīns
1.11.	C vitamīns	
1.11.1.		L-askorbīnskābe
1.11.2.		nātrija L-askorbāts
1.11.3.		kalcija L-askorbāts
1.11.4.		kālija L-askorbāts
1.11.5.		L-askorbil-6-palmitāts
1.12.	K vitamīns	filohinons (fitomenadions)
1.13.	E vitamīns	

1.13.1.		D-alfa-tokoferols
1.13.2.		DL-alfa-tokoferols
1.13.3.		D-alfa-tokoferola acetāts
1.13.4.		DL-alfa-tokoferola acetāts
1.13.5.		D-alfa-tokoferola skābais sukcināts
1.13.6.		D-alfa-tokoferola polietilēnglikola-1000 sukcināts
<b>2.</b>	<b>Minerālvielas</b>	
2.1.	kalcijs (Ca)	
2.1.1.		kalcija aminoskābes helāts
2.1.2.		kalcija citrāti
2.1.3.		kalcija glicerofosfāts
2.1.4.		kalcija glukonāts
2.1.5.		kalcija hidroksīds
2.1.6.		kalcija hlorīds
2.1.7.		kalcija karbonāts
2.1.8.		kalcija laktāts
2.1.9.		kalcija oksīds
2.1.10.		kalcija pidolāts
2.1.11.		kalcija sulfāts
2.1.12.		ortofosforskābes kalcija sāls
2.2.	magnijs (Mg)	
2.2.1.		magnija aminoskābes helāts
2.2.2.		magnija acetāts
2.2.3.		magnija citrāti
2.2.4.		magnija glicerofosfāts
2.2.5.		magnija glukonāts
2.2.6.		magnija hidroksīds
2.2.7.		magnija hlorīds
2.2.8.		magnija karbonāts
2.2.9.		magnija laktāts
2.2.10.		magnija oksīds
2.2.11.		magnija pidolāts
2.2.12.		magnija sulfāts
2.2.13.		ortofosforskābes magnija sāls
2.3.	kālijs (K)	
2.3.1.		kālija bikarbonāts
2.3.2.		kālija citrāts
2.3.3.		kālija glicerofosfāts
2.3.4.		kālija glukonāts
2.3.5.		kālija hidroksīds
2.3.6.		kālija hlorīds
2.3.7.		kālija karbonāts
2.3.8.		kālija laktāts
2.3.9.		ortofosforskābes kālija sāls

2.4.	dzelzs (Fe)	
2.4.1.		divvērtīgās dzelzs citrāts
2.4.2.		divvērtīgās dzelzs fumarāts
2.4.3.		divvērtīgās dzelzs glukonāts
2.4.4.		divvērtīgās dzelzs hidroksīds
2.4.5.		divvērtīgās dzelzs karbonāts
2.4.6.		divvērtīgās dzelzs laktāts
2.4.7.		divvērtīgās dzelzs pidolāts
2.4.8.		divvērtīgās dzelzs sulfāts
2.4.9.		dzelzs aminoskābes helāts
2.4.10.		dzelzs bisglicināts
2.4.11.		elementārā dzelzs (karbonil+elektrolītiskā+ar ūdeņradi reducētā)
2.4.12.		trīsvērtīgās dzelzs amonija citrāts
2.4.13.		trīsvērtīgās dzelzs difosfāts (trīsvērtīgās dzelzs pirofosfāts)
2.4.14.		trīsvērtīgās dzelzs nātrija difosfāts
2.4.15.		trīsvērtīgās dzelzs saharāts
2.5.	varš (Cu)	
2.5.1.		vara aminoskābes helāts
2.5.2.		vara-lizīna komplekss
2.5.3.		vara karbonāts
2.5.4.		vara citrāts
2.5.5.		vara glukonāts
2.5.6.		vara sulfāts
2.6.	cinks (Zn)	
2.6.1.		cinka aminoskābes helāts
2.6.2.		cinka acetāts
2.6.3.		cinka citrāts
2.6.4.		cinka glukonāts
2.6.5.		cinka karbonāts
2.6.6.		cinka hlorīds
2.6.7.		cinka laktāts
2.6.8.		cinka sulfāts
2.6.9.		cinka oksīds
2.7.	mangāns (Mn)	
2.7.1.		mangāna aminoskābes helāts
2.7.2.		mangāna citrāts
2.7.3.		mangāna glicerofosfāts
2.7.4.		mangāna glukonāts
2.7.5.		mangāna karbonāts
2.7.6.		mangāna hlorīds
2.7.7.		mangāna sulfāts
2.8.	nātrijs (Na)	
2.8.1.		nātrija bikarbonāts

2.8.2.		nātrijs citrāts
2.8.3.		nātrijs glukonāts
2.8.4.		nātrijs hidroksīds
2.8.5.		nātrijs hlorīds
2.8.6.		nātrijs karbonāts
2.8.7.		nātrijs laktāts
2.8.8.		ortofosforskābes nātrijs sāls
2.9.	selēns (Se)	
2.9.1.		nātrijs selenāts
2.9.2.		nātrijs selenīts
2.9.3.		nātrijs hidrogenselenīts
2.9.4.		bagātināts raugs
2.10.	jods (J)	
2.10.1.		kālija jodīds
2.10.2.		kālija jodāts
2.10.3.		nātrijs jodīds
2.10.4.		nātrijs jodāts
2.11.	hroms (III) (Cr) un tā heksahidrāti	
2.11.1.		hroma aminoskābes helāts
2.11.2.		hroma hlorīds
2.11.3.		hroma sulfāts
2.12.	molibdēns (VI) (Mo)	
2.12.1.		amonija molibdāts
2.12.2.		nātrijs molibdāts
2.13.	fluors (F)	
2.13.1.		kālija fluorīds
2.13.2.		nātrijs fluorīds
2.14.	bors	
2.14.1.		borskābe
2.14.2.		nātrijs borāts
<b>3.</b>	<b>Aminoskābes, arī to nātrijs, kālijs, kalcija un magnija sāļi un hidrohlorīdi</b>	
3.1.		L-alanīns
3.2.		L-arginīns
3.3.		L-cisteīns
3.4.		cistīns
3.5.		L-fenilalanīns
3.6.		L-glutamīnskābe
3.7.		L-glutamīns
3.8.		glicīns
3.9.		L-histidīns
3.10.		L-leicīns
3.11.		L-lizīns
3.12.		L-lizīna acetāts
3.13.		L-metionīns

3.14.		L-ornitīns
3.15.		L-treonīns
3.16.		L-triptofāns
3.17.		L-tirozīns
3.18.		L-valīns
<b>4.</b>	<b>Karnitīns un taurīns</b>	
4.1.		L-karnitīns
4.2.		L-karnitīna hidrohlorīds
4.3.		L-karnitīna L-tartrāts
4.4.		taurīns
<b>5.</b>	<b>Nukleotīdi un to nātrija sāļi</b>	
5.1.		adenozīna 5'-fosforskābe
5.2.		citidīna 5'-monofosforskābe
5.3.		guanozīna 5'-fosforskābe
5.4.		inozīna 5'-fosforskābe
5.5.		uridīna 5'-fosforskābe
<b>6.</b>	<b>Holīns un inozīts</b>	
6.1.		holīns
6.2.		holīna hlorīds
6.3.		holīna bitartrāts
6.4.		holīna citrāts
6.5.		inozīts