

## **Lista produselor alimentare nerecomandate preșcolarilor și elevilor**

1. Produse alimentare cu conținut de zaharuri de 15g și mai mult la 100g produs (caramele, ciocolată, bezele, conuri de zahăr, rulouri de fructe, prăjituri de ciocolată și cremă, brâncă glazurată în ciocolată, caramel din porumb, alte produse similare).
2. Produse alimentare cu conținut de grăsimi de 20g și mai mult la 100g produs (chipsuri, hamburgeri, gogoși, sandwich, pizza, produse prăjite în friteuză, inclusiv pateuri, cartofi prăjiți în ulei, alte alimente preparate prin prăjire, maioneză, brânză topită, brânzeturi tartinabile cu conținut de grăsime peste 20% mezeluri, slănină de porc și de oaie, arahide și toate tipurile de nuci și alte produse similare).
3. Produse alimentare care conțin grăsimi hidrogenizate (margarina și alte produse similare preparate pe bază de grăsimi hidrogenizate).
4. Produse alimentare cu conținut de sare de 1,5g și mai mult la 100g produs (biscuiți sărați, covrigei sărați, sticksuri sărate, snacksuri, alune sărate, semințe sărate, brânzeturi sărate, alte produse similare).
5. Produse alimentare cu valoare energetică de 300 kcal și mai mult la 100g produs.
6. Produse alimentare cu adaos de aditivi alimentari (băuturi nealcoolice cu adaos de aditivi alimentari, băuturi pentru sportivi, produse de preparare rapidă, gume de mestecat).
7. Băuturi energizante (cafea sau alte produse similare).
8. Condimente: oțet, muștar, piper, hrean, ketchup, ardei iuți și alte produse similare.