



Miljø- og Fødevareministeriet
Fødevarestyrelsen

VEJLEDENDE MÅL FOR SALT I FØDEVARER

SALTLISTEN



18.09.2018

Indholdsfortegnelse

DANSKERNES INDTAG AF SALT SKAL REDUCERES	4
PRÆMIS FOR ARBEJDET MED AT REDUCERE SALTINDHOLDET	4
OM SALTLISTEN	5
FØDEVAREKATEGORIER	5
BENCHMARK	6
MONITORERING AF INITIATIVERNE I SALTPARTNERSKABET	6
SALTPARTNERSKABET	6
VEJLEDENDE MÅL FOR SALT I FØDEVARER, SALTLISTEN	7

1. MORGENMADSPRODUKTER	8
1.1. Müsli	8
1.2. Andre morgensmadsprodukter	8
2. BRØD	8
2.1. Rugbrød	8
2.2. Hvedebrød	8
2.3. Fuldkornshvedebrød	8
2.4. Knækbrød	9
2.5. Brød med fyld	9
3. FINERE BAGVÆRK	9
3.1. Kager/skærekager, småkager, wienerbrød, vafler, muffins og lignende	9
3.2. Frugttærter	9
3.3. Søde kiks	9
3.4. Krydrede/ saltede kiks	9

4. MEJERIPRODUKTER	9
4.1. Gule oste	9
4.1.1. Bløde oste	9
4.1.2. Hårde oste	9
4.1.3. Mozzarella m.v.	9
4.2. Frisk ost	10
4.2.1. Flødeost, naturel	10
4.2.2. Flødeost, krydrede	10
4.2.3. Flødeost, søde	10
4.2.4. Frisk mozzarella	10
4.2.5. Hytteost	10
4.3. Skimmeloste	10
4.3.1. Danablue	10
4.3.2. Øvrige skimmeloste (> 2 kg)	10
4.3.3. Øvrige skimmeloste (< 2 kg)	10
4.4. Forarbejdede oste	10
4.4.1. Smelteoste	10
4.4.2. Andre forarbejdede oste	10
4.5. Hvide oste	10
4.6. Smør	10
4.7. Margarine og blandingsprodukter	10
5. FISK ELLER SKALDYR	11
5.1. Paneret fisk	11
5.2. Marineret fisk	11
5.3. Røget fisk	11
5.4. Gravadv fisk	11
5.5. Konserves og convenience	11
5.5.1. Fiskekonserves og convenience	11

5.5.2. Skaldyr konserves og convenience	11	8. FÆRDIGRETTER	13
5.5.2.1. Skaldyr konserves og convenience på køl.	11	8.1. Færdigretter på frost	13
5.5.2.2. Skaldyr konserves og convenience på frost	11	8.1.1. Pizza og forårsruller	13
6. KØD	11	8.1.2. Spiseklare supper	13
6.1. Finhakket (farser), varmebehandlet	11	8.1.3. Middagsretter	13
6.1.1. Middagspølser	11	8.2. Færdigretter på køl	13
6.1.2. Pålægspølser	11	8.3. Færdigretter uden for køl	13
6.1.3. Frikadeller, kødboller og lignende	11	9. KONSERVES	13
6.2. Hele stykker af kød samt udskivede stykker af produkterne, varmebehandlet	12	9.1. Bønner i sauce	13
6.2.1. Fjerkrækød	12	9.2.1. Grønsagsskoneserves	13
6.2.2. Svine- og oksekød	12	9.2.2. Særlige saltede grønsagsskoneserves	13
6.3. Hele stykker af kød samt udskivede stykker af produkterne, ikke varmebehandlet	12	10. KARTOFFELPRODUKTER	14
6.3.1. Bacon	12	10.1. Pulverkartoffelmos, som tilberedt produkt	14
6.3.2. Røget skinke, røget hamburgerryg og lignende	12	10.2. Andre forarbejdede kartoffelprodukter	14
6.4. Postej og paté	12	10.3. Kartoffelsalater	14
6.5. Tilberedt kød	12	11. DRESSING	14
6.5.1. Kød tilsat lage, ikke varmebehandlet	12	11.1. Mayonnaise- og cremefraichedressinger samt olie- og eddikedressinger	14
6.5.1.1. Kyllingekød	12	11.1.1. Ikke fedtreduceret mayonnaise- og cremefraichedressinger	14
6.5.1.2. Andre typer kød	12	11.1.2. Fedtreduceret mayonnaise- og cremefraichedressinger samt olie- og eddikedressinger	14
6.5.2. Andet tilberedt kød, ikke varmebehandlet	12	11.2. Ketchup	14
7. PÅLÆGSSALATER	12	11.3. Sennep	14
7.1. Pålægssalater med kød	12	11.4. Bouillon, som tilberedt	14
7.2. Pålægssalater med fisk eller skaldyr	12		
7.3. Pålægssalater med grønsager, toppingsalater	12		

12. SAUCER OG MARINADER	14
12.1. Sauce	14
12.2. Pesto, engelsk sauce og lignende	14
12.3. Soya sauce, fiskesauce, østerssauce og lignende	14
12.4. Marinader	14
13.SNACKS	15
13.1. Standard kartoffelchips	15
13.2. Ekstruderet snacks	15
13.3. Ekspanderet snacks (pellet)	15
13.4. Saltede nødder	15
13.5. Andet saltet snacks	15
14. KONFEKTURE	15
14.1. Lakrids	15
14.2. Bolsjer, stærke	15
15. DRIKKEVARER	15
15.1. Vand, læskedrikke, iste, sportsdrikke og lignende	15
15.2. Instant drikke, som tilberedt produkt	15
SALTLISTEN OMFATTER PT FX IKKE	16



DANSKERNES INDTAG AF SALT SKAL REDUCERES

Der er gennem de senere år blevet opbygget solid videnskabelig dokumentation for, at et højt saltindtag er skadeligt for befolkningens sundhed. Især er der stærk evidens for, at et højt indtag af salt forårsager øget blodtryk, hvilket er en af de vigtigste risikofaktorer for hjerte-karsygdomme og for tidlig død.

Danskerne får ligesom de fleste andre forbrugere i den vestlige verden for meget salt fra kosten. Befolkningerne får imidlertid størstedelen af saltet fra industrielt producerede fødevarer og snacks. En frivillig reduktion af saltindholdet i alle fødevarer, hvor det ikke er i konflikt med fødevarerens sikkerhed, er derfor prioriteret både i det fælles EU-program om saltreduktion og i de enkelte medlemslande. Producenterne møder derfor krav om at have mindre salt i produkterne både til hjemmemarkeder og til eksport. Producenter af kødprodukter, ost, færdigretter, morgenmadscerealier og brød har siden 2009 arbejdet for at opnå mål i henhold til det fælles EU-program om at reducere saltindholdet i fødevarer med 16 % over 4 år.

PRÆMIS FOR ARBEJDET MED AT REDUCERE SALTINDHOLDET

Producenternes præmis for at arbejde med saltreduktion i fødevarerne er af både teknisk og markeds-mæssig karakter. Fødevarerens sikkerhed må ikke kompromitteres, og saltreducerede fødevarer med et vist markeds-mæssigt fodfæste bør prioriteres højest. Producenterne opfordres til at tage den del af ansvaret for at nedbringe danskernes indtag af salt, som det på den baggrund er muligt. Salt har mange funktionelle egenskaber i fødevarer ud over at bidrage til smagen. Således har salt betydning for mange produkters tekstur, f.eks. krummestrukturen af brød eller fastheden af ost. Salt har også betydning for fødevarernes holdbarhed. Ved reduktion af salt i f.eks. hvedebrød er smagen det første problem. Herefter kan stabilitet blive et problem, og til sidst kan også holdbarheden blive et problem.

Med den moderne køleteknologi og hygiejniske standard har saltet mindre betydning som konservering end før i tiden, og der kan med den baggrund arbejdes på at nedsætte saltindholdet i de fleste produkter. Dette skal ske under hensyntagen til fødevarernes sikkerhed, teknologi og smag. En reduktion af saltindholdet i fødevarerne stiller derfor krav om at forholde sig til såvel fødevarernes smag, teknologiske egenskaber som mikrobiologi i udviklingsarbejdet, og det kan være teknologisk kompliceret.

OM SALTLISTEN

Saltlisten består af vejledende mål for indhold af salt i 15 fødevarer kategorier og 77 underkategorier. Det er en vejledning til producenter om, hvilke mål for indhold af salt i produkterne, der arbejdes hen imod til november 2013. Saltlisten er udarbejdet af en arbejdsgruppe under Saltpartnerskabet¹ og er en del af den danske strategi for at nedbringe danskernes daglige saltindtag. Det er målet, at der som minimum opnås en reduktion på 16 % i fødevarer-grupperne, brød, ost, færdigretter, kødprodukter og morgenmadscerealier svarende til den fastsatte benchmarking i EU. Listen kan derfor ses som et inspirationsværkstøj til industrien. Den viser, hvad andre produkter indenfor samme kategori kan holde sig under, når det handler om ind-

hold af salt og kan således fungere som inspiration for producenterne i forhold til, hvad de på frivillig basis kan arbejde hen imod at opfylde som led i deres udviklingsarbejde frem til november 2013.

Saltlisten er udviklet med udgangspunkt i en tilsvarende liste fra England, men tilpasset danske forhold. Der har således været en løbende drøftelse af, hvad den mest hensigtsmæssige opdeling af fødevarer kategorier er, samt det datagrundlag og den metode der ligger til grund for fastsættelse af de vejledende mål, som saltlisten indeholder.

FØDEVAREKATEGORIER

Der er udarbejdet vejledende mål for stort set alle fødevarer, for på den måde at opnå at forbrugerne, uanset hvad de spiser, vil blive vænnet til, at der er mindre salt i produkterne. Derfor er fødevarer, som spises i små mængder, taget med på listen, uanset at den pågældende fødevarer isoleret set ikke har væsentlig betydning for befolkningens samlede saltindtag. Det samme gælder produkter, der i dag er karakteriseret ved et højt indhold af salt, f.eks. saltlakrids og soyasovs. Fødevarer med et lavt indhold vil kunne bidrage væsentligt, hvis der spises meget af det, hvilket fx er tilfældet med brød. Indenfor de enkelte fødevarergrupper er det særlig vigtigt, at der er fokus på de produkter, der er store på det danske marked og dermed indgår ofte i danskernes kost.

Man ved fra forskning i udvikling af smagspræferencer, at forbrugernes præference for den salte smag på den måde kan ændre sig, således at de med tiden vil foretrække en mindre salt smag. Det kan forventes, at der

med produktudvikling og nogen tilvænning hos forbrugerne kan ske en væsentlig reduktion i saltindholdet, uden at det påvirker smagsoplevelsen. Det er vigtigt, at tilvænning og dermed produktudvikling sker gradvis og i flere tempi. De fleste studier peger på, at det tager ca. 8-12 uger at vænne sig til mindre salt. Det er dog ikke muligt at sige, hvor langt man kan gå ned i saltindhold, uden det påvirker smagsoplevelsen.

For ikke at gøre listen alt for omfattende har man valgt at gøre fødevarer kategorierne så brede som muligt. Det betyder så også, at de ikke fuldt ud afspejler kompleksiteten og variationerne i produktions- og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres sikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte mål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt.

¹ Saltpartnerskabet er et samarbejde mellem følgende parter under ledelse af Fødevarestyrelsen: Bager- og Konditormestre i Danmark, Center for Klinisk Forskning og Forebyggelse, COOP, Dansk Erhverv, Dansk Hypertensionsselskab, DI Fødevarer, Diabetesforeningen, DSK, Forbrugerrådet TÆNK, FødevarerDanmark, Gigtföreningen, Hjernesagen, Hjerteforeningen, HORESTA, Kost- og Ernæringsforbundet, Kræftens Bekæmpelse, Landbrug og Fødevarer, Lidl og Salling Group.

BENCHMARK

De vejledende mål, der er fastsat i saltlisten, er beregnet som 40 % fraktilen af de data for aktuelt saltindhold, som er meldt ind fra branchen i de pågældende fødevarekategorier på det tidspunkt, hvor listen blev lavet. Det betyder i teorien, at 40 % af produkterne allerede har et saltindhold under de vejledende mål, mens 60 % ligger over de vejledende mål. De pågældende mål er ikke vægtede i forhold til fødevarernes volumen på markedet. Det har ikke i alle tilfælde været muligt at indhente tilstrækkeligt med data, hvorfor data ikke er repræsentative for det danske marked. Derfor har der i visse tilfælde været behov for at tilpasse målene, hvor f.eks. få data ikke har givet tilstrækkeligt sikkert grundlag for entydigt at fastsætte mål, ligesom nogle mål er blevet fastsat ud fra et yderst begrænset kendskab til indholdet af salt i de pågældende danske fødevarer. Derfor har målene i listerne i England også i nogle tilfælde haft betydning for fastlæggelse af de danske mål.

MONITORERING AF INITIATIVERNE I SALTPARTNERSKABET

Saltlisten er et blandt flere initiativer, som har til formål at sænke danskerens indtag af salt. Sammen med andre initiativer, som skal sætte betydningen af salt for befolkningssundheden på dagsordenen, indgår saltlisten som ét element i den samlede indsats. Andre elementer er at reducere saltindholdet i kantinemad og i udespisningen samt at øge forbrugernes og de mad- og sundhedsprofessionelles opmærksomhed på salt, ligesom en bedre mærkning af fødevarernes indhold af salt er elementer i den samlede indsats. Et monitoreringsprogram er en meget vigtig del af strategien for at reducere befolkningens indtag af salt. Dette iværksættes både i forhold til saltindholdet i produkterne og i forhold til borgernes faktiske saltindtag, målt som udskillelse af salt i urinen.

SALTPARTNERSKABET

Partnerskabet blev etableret i 2011 med repræsentanter fra myndigheder, sundheds- og forbrugerorganisationer samt fødevarerhvervets brancheforeninger. Formålet med partnerskabet er at forbedre folkesundheden. Partnerskabets vision er at nedsætte det daglige saltindtag med 3 g og forebygge især hjertekarsygdomme, men også andre sygdomme. I Danmark er indtaget i gennemsnit på ca. 9-11 g pr. dag for mænd og ca. 7-8 g for kvinder, hvor anbefalingen fra WHO og

De Nordiske Næringsstofanbefalinger er på 5-6 g. Når det lykkes at reducere saltindtaget med i gennemsnit 3 g pr. dag, vil man kunne reducere forekomsten af hjerte-karsygdomme med 5-15 % og samtidig spare samfundet for en sundhedsudgift på 1-2 mia. kr. årligt. Et vigtigt indsatsområde er at reducere salt i færdigpakkede fødevarer, hvorfor det er glædeligt, at erhvervet vil bidrage til denne indsats ved på frivillig basis at arbejde mod de vejledende mål.



VEJLEDENDE MÅL FOR SALT I FØDEVARER, SALTLISTEN

Formålet med listen er at inspirere producenterne til at arbejde for et lavere indhold af salt i alle produkter til gavn for folkesundheden. For ikke at gøre listen for detaljeret er nogle fødevarekategorier brede, hvilket betyder, at de ikke altid afspejler kompleksiteten og variationerne i produktion og fremstillingsmetoder, og at ikke alle produkter indenfor en given kategori vil kunne produceres fødevarerikkerhedsmæssigt forsvarligt med et saltindhold svarende til de fastsatte mål eller uden at ændre karakter på en for forbrugerne uacceptabel måde. Det kan betyde, at ikke alle fødevarer inden for en given kategori kan blive reduceret i salt svarende til det vejledende mål. Omvendt vil der også være produkter, der allerede i dag produceres med et lavere indhold af salt end målet, og som det stadig er muligt at reducere yderligere i salt.

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
1. MORGENMADSPRODUKTER	1.1. Müsli Inkluderer alle müsli produkter med/uden nødder, tørret frugt samt iblandet ekstruderede produkter. Havregryn er ikke tilsat salt og er ikke omfattet	0,3 g salt
	1.2. Andre morgenmadsprodukter F.eks. cornflakes, rugfras, cocopops - med/uden tørret frugt	1,0 g salt
2. BRØD For brødblandinger gælder de vejledende mål de færdigtilberedte brød	2.1. Rugbrød Inkluderer alle slags rugbrød som rådej, delvis bagt og friskbagt	1,2 g salt
	2.2. Hvedebrød Inkluderer alle slags hvedebrød som rådej, delvis bagt og friskbagt. F.eks. fransk-, toast-, ciabatta- og nanbrød, flute, burgerboller, pølsebrød, kernebrød samt sødt brød som kanelboller, boller med rosiner og lignende. Ekskluderer brød med fyld som f.eks. ost, oliven, soltørrede tomater osv. (kategori 2.5)	1,1 g salt
	2.3. Fuldkornshvedebrød Inkluderer alle slags fuldkorns hvedebrød som rådej, delvis bagt og friskbagt. F.eks. fransk-, toast-, ciabatta- og nanbrød, flute, burgerboller, pølsebrød, kernebrød samt sødt brød som kanelboller, boller med rosiner og lignende. Ekskluderer brød med fyld som f.eks. ost, oliven, soltørrede tomater osv. (kategori 2.5)	1,1 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
	2.4. Knækbrød Inkluderer alle slags knækbrød. Ekskluderer produkter tilsat ingredienser/fyld (kategori 2.5)	1,3 g salt
	2.5. Brød med fyld Inkluderer alle brød/boller/knækbrød med fyld som f.eks. ost, oliven, soltørrede tomater, kød og lignende	1,3 g salt
3. FINERE BAGVÆRK For kageblandinger gælder de vejledende mål de færdigtilberedte kager	3.1. Kager/skærekager, småkager, wienerbrød, vafler, muffins og lignende	0,6 g salt
	3.2. Frugttærter	0,2 g salt
	3.3. Søde kiks	0,6 g salt
	3.4. Krydrede/ saltede kiks	1,8 g salt
4. MEJERIPRODUKTER	4.1. Gule oste 4.1.1. Bløde oste Inkluderer bløde oste med <29 % protein f.eks. Danbo 20+, 30+ og 45+, Havarti 60+ og 55+, som skæreoost, skiveost eller revet	1,7 g salt
	4.1.2. Hårde oste Inkluderer hårde oste med højt indhold af protein f.eks. Kadett 20+, Emmentaler 45+, Cheddar 50+, som skæreoost, skiveost eller revet	1,5 g salt
	4.1.3. Mozzarella m.v. Fast og revet mozzarella samt pizzatop produkter, hvor mælkefedtet er udskiftet med vegetabilsk fedt. Ekskluderer frisk mozzarella	1,4 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
	4.2. Frisk ost	0,8 g salt
	4.2.1. Flødeost, naturel	
	4.2.2. Flødeost, krydrede	1,2 g salt
	4.2.3. Flødeost, søde	0,6 g salt
	4.2.4. Frisk mozzarella	0,5 g salt
	4.2.5. Hytteost	0,8 g salt
	4.3. Skimmeloste	3,1 g salt
	4.3.1. Danablue	
	4.3.2. Øvrige skimmeloste (> 2 kg)	2,3 g salt
	4.3.3. Øvrige skimmeloste (< 2 kg)	1,7 g salt
	4.4. Forarbejdede oste	3,5 g salt
	4.4.1. Smelteoste	
	4.4.2. Andre forarbejdede oste Inkluderer f.eks. "pizzatop" som revet ost tilsat smelteprodukt og kartoffelstivelse (ikke kun som antiklump) og "toastost" som skiveskåret smelteost	1,3 g salt
	4.5. Hvide oste F.eks. hvis blød ost i tern og lignende	3,0 g salt
	4.6. Smør	1,2 g salt
	4.7. Margarine og blandingsprodukter Inkluderer alle margariner og smørbare produkter, som indeholder olie, f.eks. solsikke-, olivenolie, beriget smørmælk osv.	1,0 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
5. FISK ELLER SKALDYR	5.1. Paneret fisk	1,0 g salt
	5.2. Marineret fisk	3,0 g salt
	5.3. Røget fisk	3,0 g salt
	5.4. Gravad fisk	3,3 g salt
	5.5. Konserves og convenience 5.5.1. Fiskekonserves og convenience Inkluderer alt konserveret fisk i olie, vand, saltlage, tomat osv. F.eks. tun, makrel, laks, sardin, blæksprutte, kaviar, torskerogn samt convenience produkter såsom frisk fars og fiskefrikadeller	1,0 g salt
	5.5.2. Skaldyr konserves og convenience 5.5.2.1. Skaldyr konserves og convenience på køl. Inkluderer alt konserveret skaldyr i olie, vand, saltlage, tomat osv. F.eks. rejer, kammuslinger samt convenience produkter.	2,0 g salt
	5.5.2.2. Skaldyr konserves og convenience på frost Inkluderer alt konserveret skaldyr i olie, vand, saltlage, tomat osv. F.eks. rejer, kammuslinger samt convenience produkter.	1,5 g salt
6. KØD For kødkategorien er de vejledende mål for salt baseret på total natrium i produkterne, dvs. at også andre natriumkilder end NaCl medregnes.	6.1. Finhakket (farser), varmebehandlet	
	6.1.1. Middagspølser F.eks. wienerpølse, frankfurter og lignende	2,3 g salt
	6.1.2. Pålægspølser F.eks. kødpølser, røget medister og lignende	2,3 g salt
	6.1.3. Frikadeller, kødboller og lignende	1,6 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
	6.2. Hele stykker af kød samt udskivede stykker af produkterne, varmebehandlet 6.2.1. Fjerkrækød F.eks. kyllingebryst, kalkunbryst og lignende	2,7 g salt
	6.2.2. Svine- og oksekød F.eks. skinke, hamburgerryg, rullepølse, kamsteg og lignende	3,0 g salt
	6.3. Hele stykker af kød samt udskivede stykker af produkterne, ikke varmebehandlet 6.3.1. Bacon	2,4 g salt
	6.3.2. Røget skinke, røget hamburgerryg og lignende	3,0 g salt
	6.4. Postej og paté	1,9 g salt
	6.5. Tilberedt kød 6.5.1. Kød tilsat lage, ikke varmebehandlet 6.5.1.1. Kyllingekød F.eks. kyllingebryst, kyllingefilet og lignende	0,8 g salt
	6.5.1.2. Andre typer kød F.eks. svinekød	1,3 g salt
	6.5.2. Andet tilberedt kød, ikke varmebehandlet F.eks. overfladekrydret kød og lignende.	1,5 g salt
7. PÅLÆGSSALATER	7.1. Pålægssalater med kød	1,6 g salt
	7.2. Pålægssalater med fisk eller skaldyr	1,2 g salt
	7.3. Pålægssalater med grønsager, toppingsalater	1,0 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
8. FÆRDIGRETTER	8.1. Færdigretter på frost 8.1.1. Pizza og forårsruller	1,4 g salt
	8.1.2. Spiseklare supper	1,0 g salt
	8.1.3. Middagsretter Inkluderer kyllinge-, fiske-, kød - og vegetarretter	0,8 g salt
	8.2. Færdigretter på køl Inkluderer spiseklare supper samt kyllinge -, fiske-, kød - og vegetarretter	1,0 g salt
	8.3. Færdigretter uden for køl Middagsretter Inkluderer f.eks. konserver, spiseklare supper samt pulver retter som tilberedt	0,9 g salt
	9. KONSERVES	9.1. Bønner i sauce
9.2. Grønsagskonserver 9.2.1. Grønsagskonserver Inkluderer alle konserverede grønsager. Ekskluderer forarbejdede ærter (lufttørrede ærter) og surkål (hvidkål) samt særlige saltede grønsagskonserver (kategori 9.3.2.)		0,7 g salt
9.2.2. Særlige saltede grønsagskonserver Inkluderer særlige saltede grønsagskonserver som f.eks. soltørrede tomater, oliven, chili og jalapenos		3,7 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
10. KARTOFFELPRODUKTER	10.1. Pulverkartoffelmos, som tilberedt produkt	0,3 g salt
	10.2. Andre forarbejdede kartoffelprodukter Inkluderer frosne ovnklare krydrede kartofler og færdigkogte i glas. Ekskluderer færdigretter	1,0 g salt
	10.3. Kartoffelsalater	1,1 g salt
11. DRESSING For boullion og lignende gælder de vejledende mål produktet i ikke koncentreret form	11.1. Mayonnaise- og cremefraichedressinger samt olie- og eddikedressinger 11.1.1. Ikke fedtreduceret mayonnaise- og cremefraichedressinger	1,6 g salt
	11.1.2. Fedtreduceret mayonnaise- og cremefraichedressinger samt olie- og eddikedressinger	1,8 g salt
	11.2. Ketchup	1,8 g salt
	11.3. Sennep	3,4 g salt
	11.4. Boullion, som tilberedt	0,9 g salt
12. SAUCER OG MARINADER	12.1. Sauce Pasta-, mornay-, bearnaise-, whiskey-, hollandaise-, karrysauce og lignende, der er færdigblandede og blot skal varmes op. Dvs. både saucer som er ingredienssauce (blandes i ret) og tilbehørssauce ("dyp"-sauce, der spises som de er, som tilbehør til kød og kartofler/pasta/ris eller lignende).	1,1 g salt
	12.2. Pesto, engelsk sauce og lignende	2,7 g salt
	12.3. Soya sauce, fiskesauce, østerssauce og lignende	13 g salt
	12.4. Marinader	6,7 g salt

Hovedproduktkategori	Underkategorier	Vejledende mål for saltindhold november 2013 (g salt per 100 g)
13. SNACKS	13.1. Standard kartoffelchips Inkluderer standard kartoffelchips i alle smagsvarianter	1,7 g salt
	13.2. Ekstruderet snacks Inkluderer ekstruderet snacks i alle smagsvarianter. F.eks. ostepops, osterejer, popcorn og lignende	2,3 g salt
	13.3. Ekspanderet snacks (pellet) Inkluderer alt ekspanderet snacks, f.eks. skaller med rejesmag, baconsmag, skruer	2,8 g salt
	13.4. Saltede nødder	1,2 g salt
	13.5. Andet saltet snacks Inkluderer f.eks. saltstænger, rugstænger og lignende	2,2 g salt
14. KONFEKTURE	14.1. Lakrids Inkluderer både sød og saltet lakrids	0,8 g salt
	14.2. Bolsjer, stærke	1,7 g salt
15. DRIKKEVARER* Med hensyn til 10.1 er målet sat for at forhindre, at der på sigt kommer mere salt i f.eks. læskedrikke og vand. For sportsdrikkenes vedkommende er de inkluderet for at forebygge tilsætning af natrium med ikke fysiologisk formål som f. eks. de godkendte elektrolytberigede.	15.1. Vand, læskedrikke, iste, sportsdrikke og lignende. Elektrolytberigede godkendte sportsdrikke er undtaget	30 mg natrium
	15.2. Instant drikke, som tilberedt produkt Inkluderer instant chokoladedrikke, instant cappuccino eller instant cafe latte	25 mg natrium

SALTLISTEN OMFATTER PT FX IKKE:

- Is og desserter
- Pålægssky
- Remoulade og mayonnaise
- Frosne grønsagsblandinger, dog konserveres jf. 9.1 og 9.2.
- Tarteletter
- Pasta hverken med eller uden fyld
- Mel, gryn og ris
- Grød og grødpulver
- Mælk og syrnede produkter, herunder kakaomælk dog visse instant drikke jf. 10.2
- Olier - smør og blandingsprodukter er omfattet jf. 4.6 og 4.7

