

Veiledende mål på gjennomsnittlig saltinnhold i matvarekategorier (saltlistene)

Kornvarer

Hovedkategori	Underkategori	Saltmål (g salt/100 g vare)
1. Fersk brød		0,9
2. Fryste bakervarer		1,0
3. Langtidsholdbare brødprodukter		1,0
4. Bagetter		1,1
5. Knekkebrød		0,9
6. Brød og knekkebrød med fyll <i>Inkluderer knekkebrød med salttopping</i>		1,2
7. Melmiks og kakemiks	7.1. Melmiks 7.2. Kakemiks	0,8
8. Frokostblandinger	8.1. Müsli 8.2. Andre frokostblandinger 8.2.1. <u>Naturell og smaksatt med bær/honning/yoghurt etc.</u> 8.2.2. <u>Smaksatt med kakao/sjokolade</u> 8.3. Grøt tørrvare 8.4. Cerealbarer	0,3 0,8* 0,7 0,6 0,3

* Saltmålet på 0,8 g/100 g varer er basert på at det største produktet i volum i denne kategorien er ekskludert. Dette forsvares med at dette produktet kompenserer et veldig lavt saltinnhold med et veldig høyt sukkerinnhold. Noe som gir et feil bilde av underkategorien «Andre frokostblandinger» når man beregner kategorigjennomsnittet.

Kjøttprodukter

Hovedkategori	Underkategori	Saltmål (g salt /100 g matvare)
9. Deiger		0,8
10. Hamburgere		0,9*
11. Farser		1,5
12. Pølser		1,6
13. Kjøttkaker, -boller og karbonader		1,6
14. Pålegg		1,8
15. Leverpostei, paté		1,5
16. Saltet, krydret, marinert kjøtt	16.1. Stikksaltede produkter 16.2. Krydret/marinert	1,2**
17. Saltet, røkt kjøtt	17.1. Bacon, sideflesk 17.2. Øvrige produkter (f.eks. sommerskinke)	2,1***
18. Spekepølser (norskproduserte)		5,0
19. Spekeskinke (norskproduserte)		7,5
20. Fenalår		8,5

* Saltinnholdet monitoreres i rå blanding/produkt

**16.1 og 16.2 er slått sammen til et felles mål for å følge kategoriene i uttrekk i Tradesolution

***17.1 og 17.2 er slått sammen til et felles mål for å følge kategoriene i uttrekk i Tradesolution

Vedlegg 2 til intensjonsavtale om tilrettelegging for et sunnere kosthold mellom matbransjen og helsemyndighetene.

Fiskeprodukter

Hovedkategori*	Underkategori	Saltmål (g salt /100 g vare)
21. Krydret, marinert fisk		0,7
22. Lettsaltet fisk		1,3
23. Fiskemat, fersk og frossen <i>Fiskeboller, fiskepudding, fiskekaker, fiskeburger, laksepaté.</i>		1,3
24. Panerte fiskeprodukter	24.1. Vanlig panering	0,7
	24.2. Tempura-type panering <i>(pga. bruk av natrium bikarbonat/bakepulver)</i>	1,0
25. Varm- og kaldrørkte fiskeprodukter av rød og hvit fisk <i>Gruppen omfatter røkelaks, gravlaks, varmrørkt makrell, kaldrørkt makrell, peppermakrell, varmrørkt skivet fiskefilet, kaldrørkt skivet fiskefilet m.fl.</i>	25.1. Kaldrørkte fiskeprodukter	3,0
	25.2. Varmrørkte fiskeprodukter	2,0
26. Skalldyr og bløtdyr	26.1. Reker i lake	2,3
	26.2. Andre produkter i lake	1,6
27. Fiskepålegg	27.1. Pålegg skivet	Fjernet**
	27.2. Pålegg halvkonserv fisk	
	27.2.1. <u>Gruppen omfatter, sursild, kryddersild.</u>	3,0
	27.2.2. <u>Ansjos, apetittsild</u>	7,3
	27.3. Pålegg hermetikk <i>Gruppen omfatter helkonserv som makrell i tomatsaus på boks, sardiner på boks, tunfisk i gelé eller vann, blåskjell på boks, rognprodukter m.fl.</i>	1,0
27.4. Konserverte rognprodukter og kaviar	27.4.1. <u>Kokt rogn</u>	1,3
	27.4.2. <u>Sukker/saltet rognprodukter - kaviar</u>	5,2
28. Klippfisk/saltfisk		Fjernet***

* Fiskerivarer dvs. saltvanns- eller ferskvannsdyr samt muslinger som ikke er tilsatt salt er ikke omfattet i saltlistene. Bearbejdede produkter som er sløyet, hodekappet, skåret i skiver, filetert og kvernet er heller ikke tatt med.

** 27.1 er fjernet da det ikke lenger finnes produkter på markedet som hører hjemme i den gruppen.

*** 28 er fjernet da denne gjaldt spiseklare produkter og som det ikke er mulig å monitorere.

Vedlegg 2 til intensjonsavtale om tilrettelegging for et sunnere kosthold mellom matbransjen og helsemyndighetene.

Meieri og spisefett

Hovedkategori	Underkategori	Saltmål (g salt/100 g vare)
29. Ost	29.1. Gul ost Bløte og harde oster, mozzarella	1,2
	29.2. Bløt umodnet ost	
	29.2.1. <u>Naturell</u>	0,8
	29.2.2. <u>Smaksatt</u>	0,9
	29.3. Cottage cheese	0,4
	29.4. Muggoster	
	29.4.1. <u>Hvit</u>	1,4
	29.4.2. <u>Blå</u>	2,4
29.5. Smelteoster	1,9	
29.6. Pultost	2,0	
29.7. Salat-oster (feta m.fl.)	2,4	
29.8. Analoge produkter <i>F.eks. «pizzatopping» som revet ost tilsatt smelteprodukter og potetstivelse (ikke kun som antiklumpmiddel) og «toast-ost» som skiveskåret smelteost.</i>	1,2	
30. Spisefett	30.1. Smør	1,0
	30.2. Margariner og smørblandede produkter	
	30.2.1. <u>Bordmargariner, fullfett</u> 30.2.2. <u>Bordmargariner, lett</u> 30.2.3. <u>Baking/steking margariner</u>	1,0

Andre matvarer

Hovedkategori	Underkategori	Saltmål (g salt/100 g vare)
31. Ferdigretter	31.1. Ferdigretter – Dypfryst	
	31.1.1. <u>Pizza med salttopping</u>	1,2
	31.1.2. <u>Pizza uten salttopping</u>	0,9
	31.1.3. <u>Wrap/rull</u>	1,1
	31.1.4. <u>Spiseklare supper</u>	0,8
	31.1.5. <u>Middags- og lunsjretter</u> <i>Panneretter, form/ovnsretter, gryteretter.</i>	0,8
	31.1.6. <u>Semiferdige retter</u> <i>Ferdigretter som ikke er beregnet å utgjøre et komplett måltid, men er ment som en komponent til middagen/lunsjen. (f.eks. pizzabunn, kjøtt/fisk i saus, vegetariske retter, kjøtterstattere, couscous, pilaff, falafel m.m.).</i>	1,2
	31.1.7. <u>Tilbehør</u>	
	31.1.7.1. Smaksatte potetprodukter (potetstappe, ovnspoteter, diverse grønnsaker o.l.).	0,6
	31.1.7.2. Wok grønnsaker	0,4
	31.2. Ferdigretter – På kjøll	
	31.2.1. <u>Spiseklare supper, kyllings-, fiske-, kjøtt- og vegetarretter</u>	0,8
	31.2.2. <u>Wraps/sandwich</u>	0,9
	31.2.3. <u>Middags- og lunsjretter</u> <i>Hurtig/porsjonsmiddag, pastaretter</i>	0,8
	31.2.4. <u>Semiferdige retter/ middagskomponenter</u> <i>Ferdigretter som ikke er beregnet å utgjøre et komplett måltid, men er ment som en komponent til middagen/lunsjen. (f.eks. pizzabunn, kjøtt/fisk i saus, vegetariske retter, kjøtterstattere, couscous, pilaff, falafel m.m.).</i>	1,2
	31.2.5. <u>Tilbehør</u> <i>Stappe/ stuing, grønnsakspanne.</i>	0,8
	31.2.6. <u>Grøt, ferdig tilberedt</u> <i>(spiseklar, uten tilbehør)</i>	0,3

Vedlegg 2 til intensjonsavtale om tilrettelegging for et sunnere kosthold mellom matbransjen og helsemyndighetene.

Hovedkategori	Underkategori	Saltmål (g salt/100 g vare)
31. Ferdigretter (vid).	31.3. Ferdigretter – Tørrvarer 31.3.1. <u>Middags- og lunsjretter</u> <i>Pastaretter, ovnsretter, småretter, gryteretter, måltidskit (spiseklar).</i>	0,8
	31.3.2. <u>Tilbehør</u> <i>Stappe/ stuing m.m.</i>	0,5
32. Dressing	32.1. Majones 32.1.1. <u>Fullfett majones</u> 32.1.2. <u>Lettmajones</u>	0,6 0,9
	32.2. Majonesbaserte dressinger, crème fraîche og olje- og eddikdressinger <i>Vinaigrettes, remulade m.m.</i>	1,6
	32.3. Ketchup	1,6
	32.4. Sennepe	1,1
	32.5. Dip (våt)	1,0
	33. Smakstilsetning og tilbehør	33.1. Buljong <i>Inkluderer alle former dvs. pulver, blokk/terning, gele samt flytende/fond.</i>
33.2. Krydderblandinger 33.2.1. <u>Meksikansk kryddermix (Taco mix m.fl.)</u> 33.2.2. <u>Andre kryddermix</u>		14 15
33.3. Dressingsbasis - Tørrvarer <i>Gruppen omfatter dressingmix og dip (spiseklar).</i>		1,0
34. Sauser og marinader		34.1. Sauser 34.1.1. <u>Sauser – Tilbehør</u> 34.1.2. <u>Middagssauser (pulver og spiseklare)</u> 34.1.3. <u>Tomatsaus/orientalsksaus</u> <i>Inkluderer pastasauser</i>
	34.2. Pesto	2,2
	34.3. Soyasaus, fiskesaus, østerssauce osv.	12,7
	34.4. Marinader/grillolje/glaze	6,3

* 34.1.1., 34.1.2. og 34.1.3. er slått sammen til et felles mål for å følge kategoriene i uttrekk i Tradesolution

Vedlegg 2 til intensjonsavtale om tilrettelegging for et sunnere kosthold mellom matbransjen og helsemyndighetene.

Hovedkategori	Underkategori	Saltmål (g salt/100 g vare)
35. Majonesbaserte salater	35.1. Påleggssalater	
	35.1.1. <u>med kjøtt</u>	1,2
	35.1.2. <u>med fisk eller skalldyr</u>	1,1
	35.1.3. <u>med grønnsaker/frukt</u>	0,8
	35.2. Tilbehørsalater	0,7
36. Snacks	36.1. Standard potetchips samt mais- og hvetebaserte chips <i>Inkluderer potetchips og matchips i alle smaksvariantene.</i>	1,3
	36.2. Ekstrudert snacks <i>Inkluderer ekstrudert snacks i alle smaksvariantene. F.eks. ostepops, popcorn og lignende.</i>	1,9
	36.3. Ekspanderte snacks (pellet) <i>Inkluderer alt ekspanderte snacks (f.eks. skjel med rekesmak, baconsmak, skruer m.m.).</i>	2,6
	36.4. Saltede nøtter	1,0
37. Fine bakverk	37.1. Kaker/småkaker, wienerbrød, vafler/muffins og lignende - Ferdigbakte	0,8
	37.2. Søte kjeks	0,7
	37.3. Krydrede og saltede/smørbrødkjeks	1,4
	37.4. Kaker – DYPFRYST	0,5
38. Hermetikk	38.1. Bønner i saus	0,6
	38.2. Grønnsakskonserves	
	38.2.1. <u>Grønnsakskonserves</u> <i>Inkluderer alle konserverte grønnsaker. Ekskluderer forarbeidede erter (lufttørket erter) og surkål, samt ekstra saltede grønnsaker (se. Kategori 38.2.2.).</i>	0,9
38.2.2. <u>Ekstra-saltede grønnsakskonserves</u> <i>Inkluderer ekstra saltede grønnsakskonserves som f.eks. soltørkede tomater, oliven, chili og jalapenos.</i>	3,3	