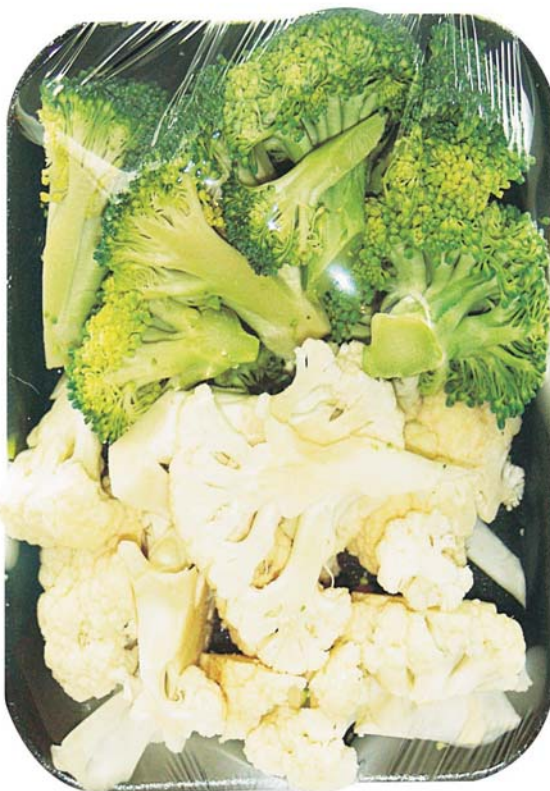




Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów

JAK KUPOWAĆ PRODUKTY ŻYWNOŚCIOWE - PORADNIK



Warszawa, marzec 2013 r.



Poradnik dla konsumentów

Każda informacja umieszczona czy to na opakowaniu żywności, czy to uwidoczniiona przy artykule kupowanym na wagę ma swoje znaczenie. To właśnie na tej podstawie powinniśmy się dowiedzieć co kupujemy i ile zapłacimy, ale nie tylko. Wszystkie wiadomości odnoszące się do produktów żywnościowych są przeznaczone dla nas, konsumentów i warto z nich świadomie korzystać. Powinniśmy pamiętać, że nie wszystkie są tak samo ważne, część z nich jest tylko pustym przekazem marketingowym, którego celem nierzadko jest ukrycie takich informacji o produkcie, które konsumenci postrzegają jako negatywne lub wywołanie wrażenia, że produkt należy do grupy bardziej cenionych, o lepszej jakości. Dlatego kupując artykuły spożywcze, zwłaszcza po raz pierwszy, zwracajmy uwagę na wszystkie dane, które podane są w oznakowaniu. Pamiętajmy, że informacje, które ma obowiązkowo podać przedsiębiorca nie są z reguły eksponowane na etykiecie, bywa, że pojawiają się napisane małą czcionką, w jednym bloku tekstu, zamieszczane z tyłu lub na spodzie opakowania a w przypadku żywności sprzedawanej luzem – dane takie są czasem pomijane, co wystawia jak najgorsze świadectwo o sprzedawcy łamiącym przepisy i podstawowe prawo konsumenta – prawo do informacji o nabywanym produkcie.

Przepisy odmiennie traktują obowiązki przedsiębiorców i uprawnienia konsumentów w odniesieniu do żywności w opakowaniach oraz produktów bez opakowań lub pakowanych w miejscu sprzedaży.

I. ŻYWNOSĆ W OPAKOWANIACH

Na każdym opakowanym środku spożywczym przeznaczonym dla konsumenta finalnego powinno znaleźć się, co najmniej sześć informacji:

1) NAZWA

Nazwa środka spożywczego powinna przede wszystkim odpowiadać jego składowi, a więc co zostało ujawnione w nazwie – powinno znaleźć się w opakowaniu.

Niektóre nazwy zarezerwowane są wyłącznie dla produktów szczegółowo zdefiniowanych w prawie żywnościowym np. masło (które może być wyprodukowane wyłącznie z tłuszczu mlecznego), oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia (której nie można mieszać z oliwą o niższej jakości, o ile nie poinformuje się o tym konsumenta), czy miód (który powinien spełniać odpowiednie wymagania jakościowe).

W pozostałych przypadkach nazwa nadana środkowi spożywczemu powinna być nazwą zwyczajową lub opisową albo nazwą sposobu użycia, umożliwiającą konsumentowi odróżnienie danego środka spożywczego od innych produktów (np. pasta kanapkowa z łososiem).

Nazwa środka spożywczego nie może być zastąpiona przez znak towarowy, markę lub nazwę handlową (wymyśloną).

Nazwie powinny towarzyszyć dane odnośnie sposobu wytwarzania to jest, czy produkt jest głęboko mrożony, sproszkowany, liofilizowany, wędzony itp.

Warto pamiętać

Szczególnie uważajmy na określenia „o smaku ...” pojawiające się w oznakowaniu. Przykładowo, „jogurt o smaku malinowym” może nie zawierać malin, tylko ich aromat, ale już „jogurt malinowy” musi mieć maliny w ilości nadającej wyrobowi charakterystyczne cechy. Jeśli zatem kupujemy jogurt o smaku malinowym – pamiętajmy, że jego smak nadany został przede wszystkim przez aromat.

2) WYKAZ SKŁADNIKÓW

Wykaz składników dostarcza nie tylko informacji o surowcach użytych do produkcji. Dowiemy się z niego również, którego składnika użyto więcej od innych, ponieważ wymienia się w nim składniki w porządku malejącym według masy.

Wykaz może być przydatny podczas dokonywania wyboru pomiędzy podobnymi produktami, np. śmietana może zawierać substancje dodatkowe bądź nie zawierać ich w ogóle, a w przypadku kielbasy można sprawdzić, czy jest cielęco-wieprzowa czy wieprzowo-cielęca (w tym pierwszym przypadku powinno być w niej więcej cielęciny, w drugim – wieprzowiny).

Warto pamiętać

W sytuacji, gdy jeden ze składników jest podstawowy dla danego produktu (np. zawartość mięsa w wędlinie) - w oznakowaniu powinniśmy znaleźć informację o procentowej zawartości tego konkretnego składnika. Tak samo będzie, kiedy określony składnik wystąpi w nazwie środka spożywczego lub jego obecność jest podkreślona w oznakowaniu (np. dla produktu „kisiel z kawałkami owoców” należy wskazać zawartość owoców).

Zwróćmy na to uwagę, ponieważ dzięki temu zauważymy istotne różnice jakościowe między produktami, nawet noszącymi tę samą nazwę, np. zawartość mięsa w parówkach może wynosić od 20 do 90 proc.

3) TERMIN PRZYDATNOŚCI DO SPOŻYCIA (np. „należy spożyć do ...”) i DATA MINIMALNEJ TRWAŁOŚCI (np. „najlepiej spożyć przed ...”),

Termin przydatności do spożycia żywności jest to termin, po upływie którego środek spożywczy traci przydatność do spożycia; termin ten jest podawany w przypadku środków spożywczych nietrwałych mikrobiologicznie, łatwo psujących się. W oznakowaniu należy poprzedzić go określeniem „należy spożyć do...”. Najczęściej spotkać go można na nietrwałych i łatwo psujących się produktach, jak przetworach mięsnych, czy nabiale.

Data minimalnej trwałości, którą znajdziemy przykładowo na mleku UHT, majonezach, żywności w puszkach, bakaliach czy mrożonkach, wskazuje, do kiedy prawidłowo przechowywany środek spożywczy zachowuje swoje właściwości. W oznakowaniu podaje się ją poprzedzoną określeniem „najlepiej spożyć przed” jeżeli jest określona datą dzienną, albo wyrażeniem „najlepiej spożyć przed końcem” w innych przypadkach.

Warto pamiętać

Starajmy się kupować żywność nie w ostatnim dniu zadeklarowanego terminu przydatności do spożycia lub daty minimalnej trwałości, ale w taki sposób, aby termin lub data były jak najdłuższe. Pamiętajmy, że ww. terminy trwałości przestają mieć znaczenie z chwilą kiedy otworzymy opakowanie – wówczas producent nie gwarantuje zachowania przez produkt deklarowanej jakości do końca wyznaczonego okresu.

- 4) **OZNACZENIE PRODUCENTA lub innego podmiotu wprowadzającego produkt do obrotu,**
- 5) **OZNACZENIE PARTII PRODUKCYJNEJ**
- 6) **INFORMACJA O ZAWARTOŚCI NETTO**

Warto pamiętać

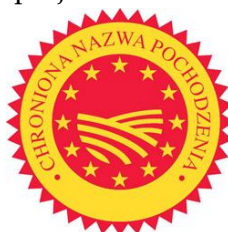
Nie należy sugerować się wielkością opakowania, tylko czytać informację o zawartości netto produktu.

7) INNE OZNAKOWANIE

Poza wskazanymi wyżej sześcioro obowiązkowymi wymogami w zakresie oznakowania każdej żywności opakowanej istnieje wiele dalszych, mających zastosowanie w zależności od grupy produktów, ich cech charakterystycznych i składu, przykładowo: napoje bezalkoholowe, czy oliwa z oliwek.

- Zgodnie z przepisami **sok** to produkt wytworzony wyłącznie z owoców lub warzyw, soku zagęszczonego i bez dodatku wody. Maksymalna zawartość cukru może wynieść w nim 150 g/l. **Nektar** – to mieszanka soku, wody i cukru lub miodu. Do soków i nektarów nie można dodawać konserwantów, czy barwników. **Napój** – zrobiony jest z soku, wody i cukru, jednak z reguły zawiera mniej soku niż nektar i może zawierać konserwanty. Czytajmy etykiety, ponieważ dość częstą praktyką stosowaną przez producentów jest ozdabianie głównej strony opakowania wizerunkami tylko wybranych owoców, które wchodzi w skład produktu. Np. nektar ze zdjęciem czarnej porzeczki może być mieszanką soków porzeczkowego i jabłkowego, a sok z wizerunkiem wiśni bywa sokiem wiśniowo-winogronowym.
- W przypadku **oliwy z oliwek** do wyboru mamy cztery rodzaje tego produktu różniące się jakością i walorami smakowymi i zapachowymi. Do najwyżej cenionych należy oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia (spotykana także pod nazwą ekstra oliwa z oliwek pierwszego tłoczenia, oliwa extra virgin lub extra vergine), w dalszej kolejności – oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia i oliwa z oliwek składająca się z rafinowanej oliwy z oliwek oraz oliwy z oliwek z pierwszego tłoczenia. Mniej ceniona jest oliwa z wyłoczyn oliwek, którą uzyskuje się w wyniku zmieszania oliwy uzyskanej z wyłoczyn (pozostałości z oliwek użytych do wyprodukowania oliwy z oliwek) i oliwy otrzymanej bezpośrednio z oliwek. Z tego powodu oliwa z wyłoczyn oliwek bywa nieuczciwie znakowana przez dystrybutorów przy użyciu obcojęzycznych nazw, takich jak „pomace olive oil”, „oliwa sansa”, „olio di sansa” „oliwa z oliwek pomace”, utrudniających konsumentom zorientowanie się, z jakim produktem mają do czynienia.

- **Jeśli produkty zawierają informację typu „niska zawartość tłuszczu”, „bez dodatku cukrów” itp.**, które są oświadczeniami żywieniowymi, powinny zawierać obowiązkowo dane na temat wartości odżywczej, która jest nieodłącznym elementem takich oświadczeń (najczęściej w formie tabelki z danymi o zawartości tłuszczu, cukrów itd.). Jest to istotne szczególnie dla osób stosujących różnego rodzaju diety, bowiem np. może się okazać, że jogurt smakowy o obniżonej zawartości tłuszczu zawiera duże ilości węglowodanów (cukrów).
- **Wiele produktów znakowanych jest w sposób sugerujący szczególne właściwości, np. grafika i słownictwo użyte na etykiecie nawiązują do natury i ekologii, tradycyjnych lub domowych metod produkcji, szczególnego miejsca pochodzenia itp.** Wybierając takie towary warto zachować ostrożność, gdyż nierzadko produkt taki nie różni się istotnie od innych. Przykładowo, w przypadku jaj kurzych pochodzących od kur hodowanych w klatkach spotyka się na opakowaniach grafikę przedstawiającą krajobrazy wiejskie lub kury wysiadujące jajka na ściółce. Aby uniknąć pomyłek, warto poszukać na opakowaniu podawanej obowiązkowo informacji o metodzie chowu niosek (jaja z chowu klatkowego, ściółkowego, na wolnym wybiegu lub ekologicznego). Warto też pamiętać, że oznakowaniem wskazującym na prawdziwą „ekologiczność” produktu jest zamieszczony na etykiecie specjalny symbol w kształcie liścia ułożonego z gwiazdek¹ (zob. ilustracja poniżej), zaś najbardziej wiarygodną gwarancję „tradycyjności” produktu lub specjalnego pochodzenia jest charakterystyczne logo ustanowione przez Unię Europejską z napisem – w zależności od rodzaju produktu – „chronione oznaczenie geograficzne”, „chroniona nazwa pochodzenia” i „gwarantowana tradycyjna specjalność”.



II. ŻYWNOŚCI BEZ OPAKOWAŃ LUB PAKOWANA PRZY SPRZEDAŻY

Produkty sprzedawane bez opakowań lub pakowane przy sprzedaży (tzw. produkty luzem) również muszą być odpowiednio oznakowane informacjami przeznaczonymi dla konsumentów. Zakres tych informacji jest jednak ograniczony w porównaniu do wymogów dla produktów opakowanych i sprowadza się w zasadzie wyłącznie do nazwy. Dodatkowe informacje dostarczane konsumentom są uzależnione od rodzaju produktów.

1) NAZWA

Wszystkie środki spożywcze oferowane luzem znakuje się nazwą. Podobnie jak w przypadku żywności opakowanej, nazwa ta musi być adekwatna do rodzaju produktu i umożliwić podjęcie świadomej decyzji zakupowej. Nie może być to sama nazwa fantazyjna,

¹ Logo umieszcza się obowiązkowo na środkach opakowanych wyprodukowanych w Unii Europejskiej, natomiast jest dobrowolne w przypadku ekologicznych produktów niepakowanych i importowanych.

jak np. „przysmaczek”. Oznakowanie powinno być czytelne i zrozumiałe dla nabywcy oraz umieszczone w widocznym miejscu.

2) DODATKOWE INFORMACJE

Dodatkowe informacje – oprócz nazwy – o produktach luzem wymagane są jedynie w przypadku kiedy zawierają one alergeny oraz w odniesieniu do niektórych grup towarowych, np. wędlin, produktów rybołówstwa, pieczywa, czy jaj. Takie informacje dodatkowe mogą służyć pomocą przy zakupie.

- **wszystkie produkty oferowane luzem** zawierające typowe składniki alergenne (m.in. zboża zawierające gluten, jaja, ryby, określone orzechy, nasiona soi, mleko, seler, gorczycę) powinny być oznakowane informacją w tym zakresie, w szczególności gdy obecność alergenu może nie być oczywista dla konsumentów;

- w przypadku **wędlin** sprzedawanych na wagę pamiętajmy, że obowiązkowo w oznakowaniu, czy wywieszce powinien być podany wykaz składników, czyli czego użyto do wytworzenia konkretnego wyrobu, w przypadku braku takich informacji uwidocznionych w miejscu sprzedaży – należy domagać się ich uwidocznienia, bo sklep nie może podawać jedynie nazwę wędliny i jego cenę, a już na pewno nie może powiedzieć konsumentowi, który chciałby się zapytać o skład wędliny, że był on na opakowaniu zbiorczym, które zostało wyrzucone;

Warto pamiętać

Pamiętajmy, że w przypadku kiedy kupujemy produkty na wagę okresy trwałości wyznaczone przez producenta przestają mieć znaczenie z chwilą otwarcia opakowania. Z tego względu warto się zapytać o okres trwałości określony przez producenta oraz datę, kiedy otwarto opakowanie zbiorcze sprzedawanej nam wędliny czy sera.

- sprzedawane w sklepie **ryby** żywe, świeże, schłodzone, mrożone, suszone, solone, wędzone oraz skorupiaki i mięczaki muszą być zaopatrzone w informację o: handlowym oznaczeniu gatunku (czyli nazwę polską i łacińską), metodzie produkcji (złowione w morzu, wodach śródlądowych lub wyhodowane), obszarze połowu (np. Morze Bałtyckie), a w przypadku wód śródlądowych i hodowli – powinna w oznakowaniu znaleźć się nazwa państwa (np. złowione lub wyhodowane w Polsce, Chinach, Chile);

- mrożone produkty **rybołówstwa** można kupić w glazurze (otoczce z lodu) lub bez niej, jeśli ryby sprzedawane są w glazurze, przedsiębiorca ma obowiązek podać informację o ilościowej zawartości glazury lub ryby w tym produkcie, należy zauważyć, że zawartość lodowej otoczki może się wahać od 5 do nawet 35 procent, warto korzystać z tych informacji, a w przypadku ich braku – domagać się ich uwidocznienia;

- **pieczywo** powinno być oznakowane w sposób umożliwiający konsumentom dokonanie właściwego wyboru, w szczególności konieczne jest używanie nazw, dzięki którym wiadome jest z czego wytworzono konkretny produkt, a więc nie np. „bułka wrocławska”, ale „bułka pszenna wrocławska”, istotną informacją dla konsumenta może być także i to, że wypieki przygotowywane są z ciasta mrożonego.

Warto pamiętać

Kupując produkty na wagę miejmy na uwadze, żeby unikać nabywania jej na zapas, szczególnie dotyczy to żywności nietrwałej, która łatwo się psuje.

- **jaja** kurze posiadają dwie klasy jakości: A (inaczej: „świeże”, przeznaczone do sprzedaży konsumentom) i B (dostarczane wyłącznie przemysłowi spożywczemu i niespożywczemu). Jaja świeże dzieli się według ich wagi na cztery klasy wagowe i odpowiednio oznacza jako XL (bardzo duże o masie ≥ 73 g), L (duże o masie od 63 g do 73 g), M (średnie o masie od 53 g do 63 g), S (małe o masie poniżej 53 g).

Jaja świeże powinny posiadać odpowiednio znakowane, na skorupie, na opakowaniach jednostkowych oraz w miejscu sprzedaży:

- na skorupie powinien znajdować się kod producenta, który składa się z kodu systemu utrzymania kur (w zależności od metody chowu: cyfra 0 oznacza chów ekologiczny, 1 – na wolnym wybiegu, 2 – ściółkowy, 3 – klatkowy), kodu państwa (np. PL dla Polski), weterynaryjnego numeru identyfikacyjnego (8 cyfr). Oznaczenie takie nie jest wymagane tylko w wyjątkowych przypadkach, w tzw. sprzedaży bezpośredniej (jej warunki regulują odrębne przepisy);
- opakowania jaj kurzych muszą posiadać na zewnętrznej powierzchni dobrze widoczne i czytelne oznaczenia dotyczące: kodu zakładu pakowania jaj, klasy jakości (np. „klasa A”), klasy wagowej (np. XL – bardzo duże), daty minimalnej trwałości, zaleceń przechowywania jaj po zakupie w warunkach chłodniczych, metody chowu kur wyrażonej słownie (np. „jaja z chowu klatkowego”). Na zewnętrznej lub wewnętrznej powierzchni opakowania powinno znajdować się objaśnienie znaczenia kodu producenta (tj. kodu umieszczonego na skorupie jaja);
- w miejscu sprzedaży jaja oferowane luzem powinny zostać opatrzone informacjami dla konsumenta o klasie jakości, klasie wagowej, metodzie chowu, dacie minimalnej trwałości oraz znaczeniu kodu producenta (uwidocznionego na skorupie jaj).

Warto pamiętać

Obowiązek oznakowania żywności nieopakowanej nie będzie spełniony, jeśli wymagane informacje będą przechowywane na zapleczu, w gablocie, w pudełku pod ladą, czy w inny sposób, który uniemożliwi nam zapoznanie się z nimi przed dokonaniem zakupu. Podobnie, jeśli nie będzie możliwa identyfikacja oznakowania z konkretnym produktem (np. w sytuacji sprzedaży kilku produktów o nazwie „szynka”).

III. EKSPOZYCJA I CENA

Nie tylko oznakowanie żywności może wprowadzać konsumentów w błąd, ale także **sposób ekspozycji produktu w sklepie**, bo może zmylić klientów co do rodzaju produktu, jaki kupują. Będzie to miało miejsce np. kiedy na regałach z masłem umieszczane będą margaryny i miksy tłuszczowe do smarowania, a których to opakowania będą łudząco podobne do masła, a ich nazwa rodzajowa będzie mało widoczna. W takiej sytuacji konieczne jest takie zorganizowanie sprzedaży, aby nie wprowadzać konsumentów w błąd, przykładowo rozdzielanie masła i miksów tłuszczowych innymi wyrobami – np. serami, czy jogurtami.

Kupując żywność warto przyjrzeć się również **warunkom jej przechowywania**. Na etykiecie większości środków spożywczych znajduje się zalecenie producenta co do sposobu przechowywania produktu (obowiązkowo w przypadku towarów oznakowanych terminem przydatności do spożycia i takich, których jakość zależy od warunków przechowywania). W szczególności należy zwrócić uwagę, czy półki z artykułami spożywczymi nie są wystawione na działanie promieni słonecznych oraz czy sprzedawca zapewnił odpowiednią temperaturę dla danego produktu, np. czy artykuły mleczarskie lub mięsne znajdują się w chłodniach, a zwłaszcza w przypadku, gdy temperatura przechowywania zalecana przez producenta wynosi poniżej 10°C. W przypadku produktów bez opakowań warto również zwrócić uwagę, czy sprzedawca zachował na półkach odpowiedni rozdział asortymentowy produktów spożywczych, tak by nie przechodziły obcym zapachem (np. sałatka jarzynowa zapachem rybnym) lub by produkty gotowe do spożycia nie stykały się z produktami przeznaczonymi do konsumpcji po obróbce cieplnej (np. wędliny z surowym mięsem).

W razie wątpliwości, należy sprawdzać, czy **cena uwidoczniona przy produkcie jest zgodna z ceną zakodowaną w czytniku cen i kasie fiskalnej**. Różnice na niekorzyść konsumenta są niedopuszczalne – jeżeli wywieszka cenowa wskazuje niższą cenę niż kasa, mamy prawo żądać niższej ceny sprzedaży.

IV. REKLAMACJA ŻYWNOŚCI

Należy pamiętać, że po stwierdzeniu złej jakości produktów spożywczych konsument ma prawo reklamacji u sprzedawcy, ale musi przestrzegać określonych² terminów zgłoszenia swoich zastrzeżeń:

- trzy dni od otwarcia opakowania produktu opatrzonego terminem przydatności do spożycia lub datą minimalnej trwałości,
- trzy dni od dnia sprzedaży w przypadku towaru sprzedawanego luzem.

W przypadku kłopotów z uznaniem reklamacji konsument może zwrócić się o pomoc do:

- Inspekcji Handlowej, której inspektoraty działają w każdym mieście wojewódzkim,
- miejskiego lub powiatowego rzecznika konsumentów,
- organizacji konsumenckich, np. Federacji Konsumentów, Stowarzyszenia Konsumentów Polskich.

Adresy wyżej wymienionych instytucji dostępne są na stronie internetowej UOKiK: www.uokik.gov.pl, w zakładce: *Konsument > Instytucje Konsumenckie*.

Warto pamiętać

Jeśli kupujemy produkty mrożone pamiętajmy, że najlepiej zapakować je do specjalnych toreb, aby – szczególnie w największe upały – nie rozmroziły się w drodze ze sklepu do domu.

² Por. rozporządzenie Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 30 stycznia 2003 r. w sprawie terminów zawiadomienia sprzedawcy o stwierdzeniu niezgodności towaru żywnościowego z umową (Dz. U. Nr 31, poz.258)



Po przyjeździe z zakupów powinniśmy z zakupioną żywnością postąpić w sposób zalecany przez producenta (przejrzemy informacje na opakowaniu) oraz zapewniający właściwy stan higieny, np. mięso powinniśmy zapakować oddzielnie, aby nie stykało się z innymi nieopakowanymi produktami. Pamiętajmy, aby w lodówce zachować odpowiednią segregację, aby zapach jednego produktu nie przenikał na drugi.