

Udskriftsdato: 14. december 2025

BEK nr 1440 af 15/12/2009 (Historisk)

Bekendtgørelse om kosttilskud

Ministerium: Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri

Journalnummer: Fødevaremin.,
Fødevarestyrelsen, j.nr. 2009-20-2301-00263

Senere ændringer til forskriften

BEK nr 1320 af 11/12/2014 - BEK nr 1465 af 07/12/2015

Bekendtgørelse om kosttilskud¹⁾

I medfør af § 7, § 16, § 49, stk. 1, og § 60, stk. 3, i lov nr. 526 af 24. juni 2005 om fødevarer fastsættes:

Område og definitioner

§ 1. Denne bekendtgørelse omfatter kosttilskud. Kosttilskud kan kun sælges eller på anden måde overgives til forbrugeren i færdigpakket form.

Stk. 2. Bekendtgørelsen finder ikke anvendelse på lægemidler, jf. lægemiddellovens § 2.

§ 2. Ved kosttilskud forstås i denne bekendtgørelse fødevarer, der

- 1) har til formål at supplere den normale kost,
- 2) er koncentrerede kilder til næringsstoffer eller andre stoffer med en ernæringsmæssig eller fysiologisk virkning, alene eller kombinerede, og
- 3) markedsføres i dosisform, f.eks. kapsler, pastiller, tabletter, piller og andre lignende former, pulverbreve, væskeampuller, dråbedispenseringsflasker og andre lignende former for væsker og pulvere beregnet til at blive indtaget i mindre afmålte mængder.

Sammensætning

§ 3. Kun de vitaminer og mineraler, der er opført i bilag 1, kan anvendes til fremstilling af kosttilskud og kun i de mængder, der ligger indenfor grænseværdierne.

Stk. 2. Fødevarestyrelsen kan i særlige tilfælde, når forholdene taler herfor, meddele dispensation fra de i stk.1 nævnte grænseværdier.

§ 4. Kun de kilder til vitaminer og mineraler, der er anført i bilag 2 kan anvendes ved fremstilling af kosttilskud.

Stk. 2. For de stoffer, der er omfattet af denne bekendtgørelse, og for hvilke der er fastsat renhedskriterier i henhold til Positivlisten²⁾, gælder de i Positivlisten fastsatte renhedskriterier.

Anmeldelse

§ 5. Produkter, der ønskes markedsført som kosttilskud, skal anmeldes til den lokale fødevareregion. Anmeldelsen sker ved, at den ansvarlige for første afsætning i Danmark senest samtidig med markedsføring indsender en model af den mærkning, der anvendes for varen.

Stk. 2. For kosttilskud med andre indholdsstoffer end vitaminer og mineraler skal der herudover indsendes oplysning om produktets formål og sammensætning, herunder koncentrationsforhold og fremstillingsmetoder. For vegetabiliske og animalske kilder skal det desuden oplyses, hvilken del af planten eller dyret der er anvendt, samt ekstraktionsforhold.

Stk. 3. Tilsætningsstoffer, der anvendes i kosttilskud, skal være godkendt i henhold til reglerne i bekendtgørelse om tilsætningsstoffer til fødevarer.

Stk. 4. Alle ændringer i de anmeldte oplysninger samt tilbagetrækning af produkter fra markedet skal meddeles den lokale fødevareregion.

Mærkning og markedsføring

§ 6. Kosttilskud skal være forsynet med følgende oplysninger:

- 1) varebetegnelsen kosttilskud,
- 2) navnet på de kategorier af næringsstoffer eller stoffer, der kendetegner produktet, eller en angivelse af arten af disse næringsstoffer eller stoffer,
- 3) såvel det danske som det latinske navn, herunder author navn, for ingredienser bestående af droger,
- 4) den anbefalede daglige dosis,
- 5) en advarsel om ikke at indtage en højere dosis end den angivne anbefalede daglige dosis,

- 6) en angivelse af, at kosttilskud ikke bør træde i stedet for varieret kost,
- 7) en angivelse af, at produkterne bør opbevares uden for små børns rækkevidde, og
- 8) påskriften »Bør kun efter aftale med læge eller sundhedsplejerske anvendes af gravide eller børn under 1 år«, medmindre andet er fastsat af Fødevarestyrelsen, f.eks. i form af en dispensation.

Stk. 2. Kosttilskud skal herudover opfylde de generelle mærkningsbestemmelser.

Stk. 3. Fødevarestyrelsen kan i særlige tilfælde, når forholdene taler herfor, meddele dispensation fra stk.1, nr. 3.

§ 7. Mængden af de næringsstoffer eller stoffer med en ernæringsmæssig eller fysiologisk virkning, som kosttilskuddet indeholder, skal anføres i mærkningen i numerisk form. De enheder, der skal benyttes for vitaminer og mineraler, er anført i bilag 1.

Stk. 2. Mængden af de anførte næringsstoffer eller andre stoffer skal angives i forhold til den i mærkningen anbefalede daglige dosis.

Stk. 3. De i stk. 1 og 2 nævnte værdier skal være gennemsnitsværdier fastsat på grundlag af producentens analyse af produktet.

Stk. 4. Oplysninger om vitaminer og mineraler skal ligeledes angives i procent af de referenceværdier for anbefalet daglig tilførsel (ADT), der er anført i bilag 3. Procentdelen kan tillige angives grafisk.

Stk. 5. For de vitaminer og mineraler, anført i bilag 3, hvor der ikke er fastlagt ADT, anføres »ikke fastlagt« i stedet for procentdelen af ADT.

§ 8. Det er ikke tilladt ved mærkning og præsentation af samt reklame for kosttilskud at anføre eller antyde, at en afbalanceret og varieret kost generelt ikke kan give tilstrækkelige mængder næringsstoffer.

Straffebestemmelser

§ 9. Med bøde straffes den, der overtræder § 1, stk. 1, og §§ 2-8 i denne bekendtgørelse.

Stk. 2. Straffen kan stige til fængsel i indtil 2 år, hvis overtrædelsen er begået forsætligt eller ved grov uagtsomhed, og der ved overtrædelsen er

- 1) forvoldt skade på sundheden eller fremkaldt fare herfor, eller
- 2) opnået eller tilsigtet en økonomisk fordel for den pågældende selv eller andre, herunder ved besparelser.

Stk. 3. Der kan pålægges selskaber m.v. (juridiske personer) strafansvar efter reglerne i straffelovens 5. kapitel.

Ikrafttræden og overgangsbestemmelser

§ 10. Bekendtgørelsen træder i kraft den 1. januar 2010.

Stk. 2. Samtidig ophæves bekendtgørelse nr. 683 af 21. juli 2003 om kosttilskud.

Stk. 3. Kosttilskud, der opfylder kravene i bilag 3 til ADT for voksne samt børn fra 11 år og derover i bekendtgørelse nr. 683 af 21. juli 2003, kan sælges til og med den 30. oktober 2012.

Fødevarestyrelsen, den 15. december 2009

ESBEN EGEDE RASMUSSEN

/ Anette Flensborg

- ¹⁾ Bekendtgørelsen indeholder bestemmelser, der gennemfører Europa-Parlamentets og Rådets direktiv 2002/46/EF af 10. juni 2002 om indbyrdes tilnærmelse af medlemsstaternes lovgivninger om kosttilskud (EU-Tidende 2002, L 183, s. 51), som ændret ved Kommissionens forordning (EF) Nr. 1170/2009 af 30. november 2009 om ændring af Europa-Parlamentets og Rådets direktiv 2002/46/EF og Europa-Parlamentets og Rådets forordning (EF) nr. 1925/2006 for så vidt angår listerne over vitaminer og mineraler og former heraf, der kan tilsættes til fødevarer, herunder kosttilskud (EU-Tidende 2009, L 314, s. 36).

- 2) Positivliste. Fortegnelse over tilsætningsstoffer til fødevarer, Fødevarestyrelsen.

Bilag 1

Vitaminer og mineraler, der kan anvendes ved fremstilling af kosttilskud

Næringsstof	Minimumsindhold pr. anbefalet daglig dosis	Maksimumsindhold pr. anbefalet daglig dosis
Vitaminer		
Vitamin A (µg)	250	1500
Vitamin D (µg)	1,5	10
Vitamin E (mg)	3	41
Vitamin K (µg)	20	150
Vitamin C (mg)	20	90
Thiamin-B ₁ (mg)	0,5	2,25
Riboflavin-B ₂ (mg)	0,5	2,6
Niacin (mg)	5	30
Vitamin B6 (mg)	0,5	3
Folsyre (µg)	60	400
Vitamin B12 (µg)	0,5	9
Biotin (µg)	45	225
Pantothensyre (mg)	2	15
Mineraler		
Kalium		
Natrium		
Chlorid		
Calcium (mg)	250	1500
Phosphor (mg)	250	1500
Magnesium (mg)	90	600
Jern (mg)	4	27
Zink (mg)	4	22,5
Kobber (mg)	0,5	3
Mangan (mg)	1	5
Fluorid		
Selen (µg)	15	125
Chrom (µg)	15	125
Molybdæn (µg)	45	250
Jod (µg)	45	225
Bor (mg)		
Silicium (mg)		

Kilder til vitaminer og mineraler, der kan anvendes ved fremstilling af kosttilskud

<i>Næringsstof</i>	<i>Kilde</i>
VITAMINER	
<i>Vitamin A</i>	Retinol
	Retinylacetat
	Retinylpalmitat
	Betacaroten
<i>Vitamin D</i>	Cholecalciferol
	Ergocalciferol
<i>Vitamin E</i>	D- α -tocopherol
	DL- α -tocopherol
	D- α -tocopherylacetat
	DL- α -tocopherylacetat
	D- α -tocopherylsuccinat
	Blandede tocopheroler*
	Tocotrienoltocopherol**
<i>Vitamin K</i>	Phylloquinon (phytomenadion)
	Menaquinon***
<i>Vitamin B1 (Thiamin)</i>	Thiaminhydrochlorid
	Thiaminmononitrat
	Thiaminmonophosphatchlorid
	Thiaminpyrophosphatchlorid
<i>Vitamin B2 (Riboflavin)</i>	Riboflavin
	Riboflavin-5'-phosphat, natrium
<i>Niacin</i>	Nikotinsyre
	Nikotinamid
	Inositolhexanicotinat (inositolhexaniacinat)
<i>Pantothenasyre</i>	Calcium-D-pantothenat
	Natrium-D-pantothenat
	Dexpantothenol
	Pantethin
<i>Vitamin B6</i>	Pyridoxinhydrochlorid
	Pyridoxin-5'-phosphat
	Pyridoxal-5'-phosphat
<i>Folat</i>	Pteroylmonoglutaminsyre
	Calcium-L-methylfolat
<i>Vitamin B12</i>	Cyanocobalamin
	Hydroxycobalamin
	5'-deoxyadenosylcobalamin
	Methylcobalamin
<i>Biotin</i>	D-Biotin
<i>Vitamin C</i>	L-Ascorbinsyre
	Natrium-L-ascorbat

	Calcium-L-ascorbat****
	Kalium-L-ascorbat
	L-ascorbyl-6-palmitat
	Magnesium-L-ascorbat
	Zink-L-ascorbat
<i>MINERALER</i>	
	Calciumacetat
	Calcium-L-ascorbat
	Calciumbisglycinat
	Calciumcarbonat
	Calciumchlorid
	Calciumcitratmalat
	Calciumsalte af citronsyre
	Calciumgluconat
	Calciumglycerophosphat
	Calciumlactat
	Calciumpyruvat
	Calciumsalte af orthophosphorsyre
	Calciumsuccinat
	Calciumhydroxid
	Calcium-L-lysinat
	Calciummalat
	Calciumoxid
	Calcium-L-pidolat
	Calcium-L-threonat
	Calciumsulfat
	Magnesiumacetat
	Magnesium-L-ascorbat
	Magnesiumbisglycinat
	Magnesiumcarbonat
	Magnesiumchlorid
	Magnesiumsalte af citronsyre
	Magnesiumgluconat
	Magnesiumglycerophosphat
	Magnesiumsalte af orthophosphorsyre
	Magnesiumlactat
	Magnesium-L-lysinat
	Magnesiumhydroxid
	Magnesiummalat
	Magnesiumoxid
	Magnesium-L-pidolat
	Magnesiumkaliumcitrat
	Magnesiumpyruvat
	Magnesiumsuccinat
	Magnesiumsulfat

	Magnesiumtaurat
	Magnesiumacetyltaurat
	Ferrocarbonat
	Ferrocitrat
	Ferriammoniumcitrat
	Ferrogluconat
	Ferrofumarat
	Natriumferridiphosphat
	Ferrolactat
	Ferrosulfat
	Ferridiphosphat (ferripyrophosphat)
	Ferrisaccharat
	Jern (carbonyl + elektrolytisk + hydrogenreduceret)
	Ferrobisglycinat
	Ferro-L-pidolat
	Ferrophosphat
	Jern(II)taurat
	Cupricarbonat
	Cupricitrat
	Cuprigluconat
	Cuprisulfat
	Kobber-L-aspartat
	Kobberbisglycinat
	Kobber-lysin-complex
	Kobber(II)oxid
	Natriumjodid
	Natriumjodat
	Kaliumjodid
	Kaliumjodat
	Zinkacetat
	Zink-L-ascorbat
	Zink-L-aspartat
	Zinkbisglycinat
	Zinkchlorid
	Zinkcitrat
	Zinkgluconat
	Zinklactat
	Zink-L-lysinat
	Zinkmalat
	Zink-mono-L-methioninsulfat
	Zinkoxid
	Zinkcarbonat
	Zink-L-pidolat
	Zinkpicolinat

	Zinksulfat
	Manganoascorbat
	Mangan-L-aspartat
	Manganobisglycinat
	Manganocarbonat
	Manganochlorid
	Manganocitrat
	Manganogluconat
	Manganoglycerophosphat
	Manganopidolat
	Manganosulfat
	Natriumbicarbonat
	Natriumcarbonat
	Natriumchlorid
	Natriumcitrat
	Natriumgluconat
	Natriumlactat
	Natriumhydroxid
	Natriumsalte af orthophosphorsyre
	Kaliumbicarbonat
	Kaliumcarbonat
	Kaliumchlorid
	Kaliumcitrat
	Kaliumgluconat
	Kaliumglycerophosphat
	Kaliumlactat
	Kaliumhydroxid
	Kalium-L-pidolat
	Kaliummalat
	Kaliumsalte af orthophosphorsyre
	L-selenmethionin
	Selenberiget gær *****
	Selensyring
	Natriumselenat
	Natriumhydrogenselenit
	Natriumselenit
	Chrom(III)chlorid
	Chrom(III)lactat, trihydrat
	Chromnitrat
	Chrompicolinat
	Chrom(III)sulfat
	Ammoniummolybdat (molybdæn VI)
	Kaliummolybdat (molybdæn VI)
	Natriummolybdat (molybdæn VI)
	Calciumfluorid

	Kaliumfluorid
	Natriumfluorid
	Natriummonofluorophosphat
	Borsyre
	Natriumborat
	Cholinstabiliseret orthosiliciumsyre
	Siliciumdioxid
	Kiselsyre*****

* Alpha-tocopherol <20 %, beta-tocopherol <10 %, gamma-tocopherol 50-70 % og delta-tocopherol 10-30 %.

** Typisk indhold af individuelle tocopheroler og tocotrienoler:
- 115 mg/g alpha-tocopherol (101 mg/g minimum)
- 5 mg/g beta-tocopherol (<1 mg/g minimum)
- 45 mg/g gamma-tocopherol (25 mg/g minimum)
- 12 mg/g delta-tocopherol (3 mg/g minimum)
- 67 mg/g alpha-tocotrienol (30 mg/g minimum)
- <1 mg/g beta-tocotrienol (1 mg/g minimum)
- 82 mg/g gamma-tocotrienol (45 mg/g minimum)
- 5 mg/g delta-tocotrienol (<1 mg/g minimum).

*** Menaquinon forekommer primært som menaquinon-7 og i mindre omfang menaquinon-6.

**** Kan indeholde højst 2 % threonat.

***** Selenberiget gær, der er fremstillet ved dyrkning med forekomst af natriumselenit som selenkilde, og som i tørret form som markedsført højst indeholder 2,5 mg Se/g. Den fremherskende organiske selenforbindelse, der forekommer i gæren, er selenmethionin (60-85 % af det samlede ekstraherede selen i produktet). Indholdet af andre organiske selenforbindelser, herunder selencystin, må højst udgøre 10 % af det samlede ekstraherede selen. Indholdet af uorganisk selen må normalt højst udgøre 1 % af det samlede ekstraherede selen.

***** I form af kiselgel.

Bilag 3

Vitaminer og mineraler, som kan deklarereres, og den anbefalede daglige tilførsel (ADT)

Vitaminer	Børn 1-10 år	Voksne samt børn fra 11 år og derover
Vitamin A ¹⁾ (µg)	400	800
Vitamin D (µg)	10	5
Vitamin E ²⁾ (mg)	5	12
Vitamin K (µg)	30	75
Vitamin C (mg)	40	80
Thiamin (mg)	0,7	1,1
Riboflavin (mg)	0,8	1,4
Niacin ³⁾ (mg)	9	16
Vitamin B ₆ (mg)	0,8	1,4
Folsyre (µg)	75	200
Vitamin B ₁₂ (µg)	1	2,5
Biotin (µg)	8	50
Pantothensyre (mg)	2	6
Mineraler		
Kalium (mg)		2 000
Chlorid (mg)		800
Calcium (mg)	600	800
Phosphor (mg)	470	700
Magnesium (mg)	85	375
Jern (mg)	8	14
Zink (mg)	5	10
Kobber (mg)	0,34	1
Mangan (mg)	1,2	2
Fluorid (mg)		3,5
Selen (µg)	20	55
Chrom (µg)	11	40
Molybdæn (µg)	17	50
Jod (µg)	70	150

¹⁾ 1 retinolækvivalent (RE) = 1 µg retinol eller 2 µg β-caroten fra kosttilskud eller 12 µg β-caroten fra kosten.

²⁾ 1 alpha-tocopherolækvivalent (alpha-TE) = 1 mg D-alpha-tocopherol.

³⁾ 1 niacinækvivalent (NE) = 1 mg niacin eller 60 mg tryptophan.