

Ifd. Nr.	Lebensmittel-kategorie/ Lebensmittel/ Lebensmittelbestandteil	Zusammenhang zwischen Lebensmittel-kategorie/Lebensmittel/Lebensmittelbestandteil und der Gesundheit	Beispiele für ausformulierte gesundheitsbezogene Angaben	vom Meldenden Personengruppe, die von der Angabe erfasst werden, eingeschränkt auf ...	Bedingungen								
					Verzehrmenge des (Bezugs-) Lebensmittels			Dauer des Verzehrs/ Zeit bis Wirkung eintritt (im Klartext)	zulässige Höchstmenge		sonstige Bedingungen		
					Wert	Maßeinheit	ggf. Maß im Klartext		Wert	Maßeinheit			
II-148	Lactose	Regulation der Darmflora	Milchzucker wirkt sich positiv auf die Darmflora aus. Außerdem sorgt er für lang anhaltenden Energienachschub und fördert die Aufnahme von Calcium ins Blut.										
II-149	Lactose	Calciumaufnahme	Lactose unterstützt die Calciumaufnahme im Körper.										
II-150	Lactose (Monoprodukt, erzeugt aus Molke)	Kalziumaufnahme	Milchzucker fördert die Kalziumaufnahme.				Unter Berücksichtigung der Personen, die an Laktoseintoleranz leiden, werden maximal 3 Teelöffel (= 10 g) pro Tag empfohlen. Es wird angeraten, diese Menge über den Tag zu verteilen und in Verbindung mit einem Getränk bzw. einer Mahlzeit zu verzehren. Beg						
II-151	Lactose-Monohydrat	Lactose: Verdauung / Magen-Darm-Trakt	Lactose zum Erhalt der Darmflora/Lactose zur Unterstützung der Darmflora										
II-152	Polyole	Remineralisierung der Zähne	Polyole fördern die Remineralisierung der Zähne nach einer Mahlzeit.										