

lfd. 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	
25	Gemüse / Blumenkohl / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
26	Gemüse / Brokkoli / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
27	Gemüse / Chinakohl / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
28	Gemüse / Feldsalat / beta-Carotin und Vitamin A	Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut und Schleimhäuten / Beta-Carotin und Vitamin A	Beta-Carotin trägt zur Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut- und Schleimhäuten bei.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
29	Gemüse / Grünkohl / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
30	Gemüse / Grünkohl / beta-Carotin und Vitamin A	Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut und Schleimhäuten / Beta-Carotin und Vitamin A	Beta-Carotin trägt zur Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut- und Schleimhäuten bei.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. 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	
31	Gemüse / Kaktusfeige / Vitamin C	Eisenaufnahme / Vitamin C	Vitamin C erleichtert die Eisenaufnahme im Körper.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
32	Gemüse / Kartoffeln / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
33	Gemüse / Kohlrabi / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
34	Gemüse / Kohlrabi / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
35	Gemüse / Lauch / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
36	Gemüse / Möhren, Rodelika, Möhren-Beta Sweet / beta-Carotin und Vitamin A	Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut und Schleimhäuten / Beta-Carotin und Vitamin A	Beta-Carotin trägt zur Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut- und Schleimhäuten bei.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. 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	
37	Gemüse / Petersilienwurzel / Vitamin B6	Immunsystem / Vitamin B6	Vitamin B6 beeinflusst das Immunsystem.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
38	Gemüse / Radieschen / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
39	Gemüse / Rambutan / Vitamin C	Eisenaufnahme / Vitamin C	Vitamin C erleichtert die Eisenaufnahme im Körper.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
40	Gemüse / Rettich / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
41	Gemüse / Rosenkohl / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
42	Gemüse / Rotkohl / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. Nr.	Lebensmittel-kategorie/ Lebensmittel/ Lebensmittelbestandteil	Zusammenhang zwischen Lebensmittel- kategorie/Lebensmittel/ Lebensmittelbe- standteil 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	
43	Gemüse / Rucola / beta-Carotin und Vitamin A	Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut und Schleimhäuten / Beta-Carotin und Vitamin A	Beta-Carotin trägt zur Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut- und Schleimhäuten bei.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
44	Gemüse / Spargel / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
45	Gemüse / Spinat / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
46	Gemüse / Spinat / beta-Carotin und Vitamin A	Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut und Schleimhäuten / Beta-Carotin und Vitamin A	Beta-Carotin trägt zur Regulierung des Wachstums und des Aufbaus von Haut- und Schleimhäuten bei.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
47	Gemüse / Tomaten / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
48	Gemüse / Weißkohl / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

Ifd. Nr.	Lebensmittel-kategorie/ Lebensmittel/ Lebensmittelbestandteil	Zusammenhang zwischen Lebensmittel- kategorie/Lebensmittel/ Lebensmittelbe- standteil 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	
49	Gemüse / Wirsing / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
50	Gemüse / Zucchini / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
51	Gemüse / Zuckerschoten / Vitamin C	Eisenaufnahme / Vitamin C	Vitamin C erleichtert die Eisenaufnahme im Körper.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
52	Obst / Persimon / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
53	Obst / Limette / Vitamin C	Bindegewebe, Knochen, Haut / Vitamin C	Vitamin C wird bei der Bildung von Kollagen benötigt, welches das Bindegewebe, die Knochen und die Haut aufbaut.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
54	Obst / Ananas / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. 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	
55	Obst / Apfel / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
56	Obst / Brombeeren / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
57	Obst / Cherimoya / Vitamin C	Bindegewebe, Knochen, Haut / Vitamin C	Vitamin C wird bei der Bildung von Kollagen benötigt, welches das Bindegewebe, die Knochen und die Haut aufbaut.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
58	Obst / Curuba / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
59	Obst / Grapefruit / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
60	Obst / Guave / Vitamin C	Bindegewebe, Knochen, Haut / Vitamin C	Vitamin C wird bei der Bildung von Kollagen benötigt, welches das Bindegewebe, die Knochen und die Haut aufbaut.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. 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	
61	Obst / Heidelbeeren / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
62	Obst / Himbeeren / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
63	Obst / Johannisbeeren (rote und schwarze) / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
64	Obst / Kaktusfeige / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
65	Obst / Kaktusfeige / Vitamin C	Bindegewebe, Knochen, Haut / Vitamin C	Vitamin C wird bei der Bildung von Kollagen benötigt, welches das Bindegewebe, die Knochen und die Haut aufbaut.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
66	Obst / Karambole / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. 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	
67	Obst / Kiwi / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
68	Obst / Kiwi Berries / Vitamin C	Bindegewebe, Knochen, Haut / Vitamin C	Vitamin C wird bei der Bildung von Kollagen benötigt, welches das Bindegewebe, die Knochen und die Haut aufbaut.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
69	Obst / Kumquat / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
70	Obst / Limequat / Vitamin C	Bindegewebe, Knochen, Haut / Vitamin C	Vitamin C wird bei der Bildung von Kollagen benötigt, welches das Bindegewebe, die Knochen und die Haut aufbaut.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
71	Obst / Litschi / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
72	Obst / Loquat / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

lfd. 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	
73	Obst / Mango / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
74	Obst / Orange / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
75	Obst / Papaya / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
76	Obst / Pomelo / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
77	Obst / Stachelbeeren / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
78	Obst / Süßkirschen / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.

Bei dieser Zusammenfassung handelt es sich um eine vereinfachte Darstellung. Daher sind stets die vorstehenden Bemerkungen zu beachten.

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	
79	Obst und Gemüse / Pastinaken / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.
80	Obst und Gemüse / Zitronen / Vitamin C	Unterstützung des Immunsystems / Vitamin C	Vitamin C unterstützt das Immunsystem, indem es sich in den weißen Blutkörperchen (Immunzellen) anreichert und die Zellen vor äußeren Einflüssen schützt.								Es werden nur die Nährstoffe beworben, die lt. Nährwertkennzeichnungsverordnung (Anlage 1) mindestens 15 Prozent der empfohlenen Tagesdosis in 100 g oder 100 ml enthalten.