

Linjaus

# Kestävän ruokavalion edistäminen

Lidl Suomi • Päivitetty 1.2.2024



KOHTI  
PAREMPAA  
HUOMISTA



# Sisältö

<b>Vastuumme kestävästä ruokavaliosta</b>	<b>2</b>
<b>Taustaa kestäväälle ruokavaliolle</b>	<b>4</b>
<b>Sitoutumisemme kestäväen ruokavalion edistämiseen</b>	<b>7</b>
<b>Sanasto</b>	<b>29</b>
<b>Lähteet &amp; linkit</b>	<b>31</b>

# Vastuumme kestävästä ruokavaliosta



## Suhtautumisemme vastuullisuuteen

Lidlille vastuullisuus on keskeinen strateginen painopiste, jonka avulla pyrimme turvaamaan tulevaisuuden liiketoimintaa. Kannamme vastuuta siellä, missä Lidlin toiminta vaikuttaa ihmisiin ja ympäristöön.

Toimimalla vastuullisesti pidämme kiinni laatulupauksestamme joka päivä ja turvaamme liiketoimintamme tulevaisuutta. Tätä taustaa vasten olemme kehittäneet yritys vastuustrategian, joka antaa vastuullisuustyöllemme selkeän suunnan. Lidlissä kannamme vastuun ympäristöstä ja ihmisistä. Käytännössä toteutamme vastuullisuutta kuudella strategisella painopistealueella: Teemme konkreettisia tekoja, joiden tavoitteena on ilmaston suojeleminen, luonnon monimuotoisuuden kunnioittaminen, vuoropuhelu sidosryhmien kanssa, terveyden edistäminen, reilu toiminta ja luonnonvarojen suojeleminen.

### Kohti parempaa huomista: Kestävä ruokavalio

Suomessa Lidlillä on tällä hetkellä yli 200 myymälää ja tavoitamme miljoonia asiakkaita ja vaikutamme lukuisilla tuotteillamme heidän ruokavalioonsa. Koska elintarviketuotanto tuo mukanaan myös negatiivisia sosiaalisia ja ekologisia vaikutuksia, haluamme vähentää näitä vaikutuksia ja tarjota asiakkaillemme mahdollisuuden terveelliseen ja kestäväan elämäntapaan. Kestävä ruokavalio ei vaikuta positiivisesti ainoastaan terveyteen, vaan sillä on positiivisia vaikutuksia myös moniin muihin vastuullisuusstrategiamme painopistealueisiin.



# Taustaa kestäväälle ruokavaliolle



## Planetaarinen ruokavalio

Vuonna 2017 Lidl julkaisi ensimmäisenä päivittäistavarakauppana laajan sokerin ja suolan vähentämisstrategian sekä tavoitteet omien tuotemerkkien valikoiman sisältämille jäämille, vierasaineille ja lisäaineille.

Lähes viisi vuotta myöhemmin ravitsemuksen aihealue on muuttunut edelleen. Yksittäisen ihmisen terveyden ohella on tänä päivänä kiinnitettävä huomiota myös siihen, miten vuonna 2050 ruokitaan maailmanlaajuisesti 10 miljardia ihmistä maapallon kriittisen kantokyvyn puitteissa tulevaisuuden kannalta kestävästi.

Ruoantuotannon vaikutus ympäristöömme tulee aina vain selvemmäksi ja ajankohtaisemmaksi. Ruoka vaatii nykyään 55 prosenttia planeettamme biokapasiteetista – eli yli puolet maapallosta.<sup>1</sup> Maailman ylikulutuspäivä (Earth Overshoot Day) oli vuonna 1970 vielä 31. joulukuuta – vuonna 2022 se oli jo 28. heinäkuuta. Ympäristön ohella ruokavaliollamme on myös suuri vaikutus terveyteemme. Terveellisellä ruokavaliolla Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa voitaisiin estää kolmannes ennenaikaisista kuolemantapauksista.<sup>2</sup> Lisääntyvästä tietoisuudesta huolimatta ravintotottumukset eivät ole muuttuneet merkittävästi Euroopassa ja Yhdysvalloissa. Edelleen noin 65 prosenttia väestöstä on ylipainoista tai erittäin ylipainoista.<sup>3</sup>

Seurauksena on pitkälti vakiintuneita kansantauteja kuten diabetes, valtimotauti, sairaaloinen lihavuus, sydän- ja verisuonitaudit ja aivoveritulpat.

Samanaikaisesti kaksi kolmasosaa kuluttajista Euroopan unionissa haluaa syödä terveellisemmin ja kestävämmin.<sup>4</sup> Suomessa Lidl on ollut vuodesta 2015 mukana elintarvikealan ravitsemussitoumuksessa, jossa tavoitteena on vähentää suolan, sokerin ja kovan rasvan määrää elintarvikkeissa. Kaikille yrityksille ja yhteisöille avoin kansallinen sitoumus osoittaa tahtoa tiedostavampaan ja kestävämpään ruokavalioon.

<sup>1</sup> Earth Overshoot Day: Earth Overshoot Day 2022: Ecuadorin ympäristöministeri kutsuu toimintaan: ”Käyttäkäämme ekologista vahvuuttamme tulevaisuuden rakentamisessa”, 2022.

<sup>2</sup> Global Nutrition Report: What we eat matters: Health and environmental impacts of diets worldwide, 2021.

<sup>3</sup> EAT Lancet Commission: Food, Planet, Health, 2021.

<sup>4</sup> European Commission: Making our food fit for the future – Citizen’s expectations, 2020.

### Mitä on kestävä ja terveellinen ruokavalio?

EAT Lancet -komissio loi vuonna 2019 planetaarisella ruokavaliolla (PHD) tieteellisen pohjan maailmanlaajuiselle ruokavaliion muutokselle<sup>5</sup>. Se laadittiin professori Johan Rockströmin koordinoimana yhdessä 16 maata edustaneiden 37 ravitsemuksen, terveystieteen, kestävä kehityksen, maatalouden ja politiikan alojen tieteilijän kanssa. Jos kaikki ihmiset noudattaisivat kasvispainotteista ja tasapainoista ruokavaliota, voitaisiin tutkimuksen mukaan vuonna 2050 ruokkia 10 miljardia ihmistä terveellisesti ilman, että planeettamme ylikuormittuu.

Tulevaisuuden ruokalista on pääasiassa kasvipohjainen, mutta myös pieni eläinkunnan tuotteiden osuus on edelleen mahdollinen. Vaikka planetaarinen ruokavalio on nykyään vielä teoreettinen malli, tarjoaa se ensimmäisen kerran kokonaisvaltaisen, konkreettisen ravitsemuskehityksen planeettamme kantokyvyn puitteissa. Nämä tieteeseen pohjautuvat tiedot ovat olennaisia tavoitteiden kannalta, jotka Lidl on asettanut kestävä ruokavaliion edistämiseksi.



\* Annetut määrät viittaavat suositeltuun päivittäiseen määrään, joka vastaa 2500 kilokalorin energiansaantia.

Lähde: Summary Report der EAT-Lancet-Kommission

<sup>5</sup> EAT Lancet Commission: Food, Planet, Health, 2021.

# Sitoutumisemme kestävän ruokavalion edistämiseen





## Sitoutumisemme kestävän ruokavalion edistämiseen

Kestävän ruokavalion linjauksella vaikutamme useisiin meille tärkeisiin aihealueisiin: elintarviketurvallisuuteen, terveelliseen ravitsemukseen, ekologiseen ja sosiaaliseen kestävyteen sekä läpinäkyvyyteen.

Elintarviketurvallisuus muodostaa kestävän ruokavalion strategiamme perustan ja on siten edellytys muiden pilarien tavoitteiden toteutumiselle. Terveellisen ravitsemuksen tavoitteena on valikoiman ravintofysiologisten ominaisuuksien parantaminen. Ekologinen ja sosiaalinen kestävyys kuvaa ympäristön ja ihmisten näkökulmasta oikeudenmukaisen ruokavalion koostumuksen planetaaristen rajojen puitteissa ja eläinten hyvinvoinnin huomioiden. Läpinäkyvyys ja asiakasviestintä ovat avain aikaisempaa tiedostavampiin ostopäätöksiin.

Näiden pilarien kautta kehitämme jatkuvasti omien tuotemerkkiemme valikoimaa ja mahdollistamme asiakkaillemme turvallisten, kestävien, terveellisten ja edullisten tuotteiden ostamisen.



# Terveellisen ruokavalion edistäminen

## Toimintatapamme

Kuluttajien tietoisuus terveellisemmästä ja kestävämmästä ruokavaliosta kasvaa. EU:n laajuisen tutkimuksen mukaan 70 prosenttia haastatelluista kuluttajista ilmoitti, että terveellinen ruokavalio on tärkein tekijä kestäväen elämäntavan kannalta.<sup>6</sup> Terveellisessä ruokavaliossa on ensisijaista hedelmien, vihannesten ja ravintokuitujen kulutuksen lisääminen ja suolan, sokerin ja tyydyttyneiden rasvahappojen vähentäminen. Omien merkkien tuotteilla Lidl tarjoaa asiakkailleen laajan elintarvikevalikoiman terveelliseen elämäntapaan. Lisäksi kehitämme jatkuvasti valikoimaamme edelleen uusimpien tieteellisten tulosten perusteella.

Noudatamme kokonaisvaltaista toimintatapaa sokerin, suolan, tyydyttyneiden rasvahappojen, energiasisällön, aromien ja säilöntä- ja väriaineiden vähentämiseksi. Samalla lisäämme vaihteittain omien tuotemerkkijemme täysjyväosuutta samoin kuin täysjyvätuotteiden valikoimaa sekä kasvipäristen proteiiniinlähteiden osuutta. Painopisteemme on lapsissa, sillä ruokailutottumukset opitaan lapsuudessa. Maailman terveysjärjestön (WHO) suosituksen mukaisesti emme mainosta enää tammikuusta 2023 lähtien lapsille elintarvikkeita, joissa tyydyttyneiden rasvahappojen, sokerin ja suolan osuus on liian suuri.

Asiantuntijamme tarkastavat jatkuvasti omien tuotemerkkijemme valikoimaa. Parannamme yhteistyössä tavarantoimittajiemme kanssa tuotteidemme ravitsemussisältöä siten, että siinä huomioidaan kaikki ravitsemusfysiologian näkökohdat. Pidämme silmällä myös energiasisältöä. Näin voidaan estää, että elintarvikkeen sokeripitoisuutta vähennettäessä rasvapitoisuutta ei samalla lisätä, mistä olisi lopulta seurauksena, että tuotteessa on yhtä paljon tai jopa enemmän kaloreita. Tätä varten olemme kehittäneet ravintoarvoprofiileja, jotka määräytyvät WHO:n suosituksen ja osittain tiukempien kansallisten säännösten mukaan (katso lisätietoja s. 12 WHO:n suositus).

Asiakkaidemme toiveet ja tarpeet ovat aina toimintamme keskipisteessä. Ruokatuotteen tärkein ominaisuus on maku. Sen vuoksi huomioimme tuotekehityksessä asiakaspalautteet ja teemme tarvittaessa muutoksia valikoimaan ja resepteihin yhteistyössä tavarantoimittajiemme kanssa.

<sup>6</sup> European Commission: Making our food fit for the future – Citizen's expectations, 2020.

## Terveellisten elintarvikkeiden lapsille suunnattu markkinointi

Ylipainoisten koululaisten määrä on kasvanut EU:ssa 20 vuoden ajan.<sup>7</sup> Viestintävälineitä käyttävät lapset ja nuoret Saksassa näkevät päivittäin vähintään 15 mainospottia tai mainosta epäterveellisistä elintarvikkeista. Niistä 92 prosenttia on pikaruokaa, välipalojen ja makeisten mainontaa.<sup>8</sup> Toisin kuin aikuiset, lapset eivät kyseenalaista mainosviestejä, mikä saa heidät haluamaan mainostettua tuotetta entistä enemmän.

Koska lapsuusiän väärä ruokavalio lisää ruokavaliosta johtuvien sairauksien riskiä aikuisiässä, on terveellisten elintarvikkeiden mainonta ja epäterveellisten elintarvikkeiden mainonnasta luopuminen 14. ikävuoteen asti keskeistä terveydelle.<sup>9</sup>

Kansalais- ja kuluttajansuojajärjestöjen ohella EU:ssa myös Euroopan kuluttajaliitto (BEUC) vaatii epäterveellisten elintarvikkeiden lapsille suunnatun mainonnan kieltämistä.<sup>10,11</sup>

Tämän vuoksi olemme asettaneet itsellemme seuraavat tavoitteet:

### Tavoitteemme lapsiin vetoavassa markkinoinnissa

1. Tästä lähtien edistämme lasten terveellisemmän ja kestävämmän ruokavalion markkinointia.
2. Vuodesta 2023 alkaen emme enää harjoita lapsille suunnattua epäterveellisten elintarvikkeiden mainontaa omien tuotemerkkien osalta. Tähän sisältyy mainonta televisiossa, radiossa, sosiaalisessa mediassa ja mainoslehdissä.
3. Vuoden 2025 loppuun mennessä myymme omien tuotemerkkien osalta lapsiin vetoavissa pakkauksissa ainoastaan sellaisia elintarvikkeita, jotka täyttävät terveellisiä<sup>12</sup> elintarvikkeita koskevat WHO:n kriteerit. Epäterveellisistä tuotteista lapsiin vetoavat ulkoasut poistetaan vaiheittain. Poikkeukset: joulun, pääsiäisen ja halloweenin erätuotteet.

Lapsille suunnattujen tuotteiden määrittelemisessä terveelliseksi tai epäterveelliseksi noudatamme WHO:n kriteerejä.

<sup>7</sup> World Health Organization: Digital food environments, 2021.

<sup>8</sup> Hampurin yliopisto Kindermarketing für ungesunde Lebensmittel in Internet und TV, 2021.

<sup>9</sup> Verbraucherzentrale Bundesverband: Lebensmittel mit Kinderoptik und deren Bewerbung, 2021.

<sup>10</sup> The European Consumer Organisation: Food marketing to children needs rules with teeth, 2021.

<sup>11</sup> Foodwatch: Lehdistö tiedote Marktcheck, 2015.

<sup>12</sup> Kaikki elintarvikkeet, joiden ravintoarvotiedot (esim. Suola, sokeri, tyydyttyneet rasvahapot) noudattavat WHO:n ravintoarvoprofiilia, katsotaan terveellisiksi elintarvikkeiksi.

Kaikki elintarvikkeet, jotka ovat WHO:n ravintoarvoprofiilin mukaisia, katsotaan terveellisiksi elintarvikkeiksi, ja niitä saa mainostaa lapsille tarkoitettussa ympäristössä. Joulu, pääsiäinen ja halloween ovat erityisiä juhlapäiviä lapsen elämässä, eivätkä määritä sen vuoksi jokapäiväistä ravitsemuskäyttäytymistä. Niinpä olemme määritelleet ne poikkeuksiksi. Esimerkiksi suklaajoulupukki ja pääsiäismunat ovat kulttuurillisia symboleja, joita emme halua kieltää lapsilta.

### WHO:n suositus

Maailman terveysjärjestö (WHO) on määritellyt nimenomaan lasten terveellistä ja epäterveellistä ruokavaliota varten kehitetyn elintarvikkeiden arviointityökalun. Ravintoarvoprofiilissa elintarvikkeet jaotellaan 17 kategoriaan ja määritellään ravintoainekoostumuksen raja-arvot, joiden ylittyessä ei saa olla lapsille suunnattua jälkimarkkinointia.

Arviointikriteerit koskevat elintarvikkeen kokonaisrasva- ja kokonaissokeripitoisuutta, tyydyttyneitä rasvoja, lisättyä sokeria ja makeutusaineita, suolaa ja energiasisältöä.

### Elintarvikkeiden luokittelu lapsille WHO:n ravintoarvoprofiilin mukaan



## Enemmän ravintokuituja täysjyvistä

Täysjyväpitoinen ruokavalio on terveyden kannalta avainroolissa ja eurooppalaisissa ruokavaliomalleissa tärkein perusta terveelle ikääntymiselle.<sup>13</sup>



Täysjyvätuotteiden sisältämien jyvän kuorikerrosten ansiosta niissä on enemmän ravintokuitua, toissijaisia kasviaineita, kivennäisaineita (sinkki, rauta, magnesium) ja vitamiineja (B1, B2, foolihapot) kuin jauhetuissa valkojauhotuotteissa. Ravintokuidut eivät hajoa meissä ihmisissä, mutta muodostavat ravintoperustan suolistobakteereillemme. Suolistobakteerien vaikutuksesta ravintokuidut käyvät, mikä puolestaan parantaa suoliston terveyttä.

<sup>13</sup> University of Washington: Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study, 2017.

Tämä pienentää diabeteksen sekä sydän- ja verisuonisairauksien terveystarvet ja vaikuttaa positiivisesti elinikään.<sup>14</sup>

### Tavoitteemme ravintokuitujen lisäämiseksi

1. Analysoimme vuoden 2023 loppuun mennessä, millä tuotteilla voimme laajentaa täysjyvävaihtoehtojen valikoimaa.
2. Vuoteen 2025 mennessä lisäämme vaiheittain täysjyväosuutta Lidl:n omien merkkien tuotteissa.
3. Vuoteen 2025 mennessä lisäämme läpinäkyvyyttä merkitsemällä vaiheittain tuotteiden ravintoarvotaulukkoon ravintokuitupitoisuuden.

<sup>14</sup> Geng Zong, Alisa Gao, Frank B. Hu, Qi Sun: Whole Grain Intake and Mortality From All causes, Cardiovascular Disease, and Cancer: A Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies, 2016.

## Enemmän terveellisiä rasvoja ja öljyjä

Aikaisemmin tasaisesti lisääntyneen eläinkunnan tuotteiden kulutuksen myötä on myös tyydyttyneiden rasvahappojen osuus ruokavaliossamme noussut EU:ssa.<sup>15</sup> Liiallinen kulutus lisää sydän- ja verisuonitautien riskiä, mikä on kuolinsyy numero yksi Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa.<sup>2 16</sup> Tyydyttymättömät rasvahapot, kuten Omega-3, ovat pääasiassa kasvipäisiä ja ehkäisevät sydän- ja verisuonisairauksia.<sup>17</sup> Olemme asettaneet tavoitteeksemme parantaa jatkuvasti rasvojen ja öljyjen laatua omien tuotemerkkien tuotteissa. Toteutamme tämän lisäämällä tyydyttymättömiä rasvahappoja ja vähentämällä tyydyttyneitä rasvahappoja. Lisäksi kiinnitämme huomiota siihen, että rasvojen ja öljyjen hankintapaikat ovat mahdollisimman vastuullisia. Jos tuotteen rakenne tai muu fyysikaalinen ominaisuus edellyttää jähmeää öljyä, suosimme kasvirasvoja. Kovetettuja kasvirasvoja voidaan käyttää, kunhan kyse on kokonaan kovetetuista rasvoista. Osittain kovetettuihin kasvirasvoihin sisältyy riski saada terveydelle haitallisia transrasvahappoja, eikä niitä sen vuoksi enää käytetä.<sup>18</sup>

### Tavoitteemme terveellisten rasvojen ja öljyjen osalta

Parannamme omien tuotemerkkien rasvojen ja öljyjen laatua ravitsemusfysiologian ja vastuullisuuden näkökulmasta. Tämän vuoksi tarkastamme kaikkien omien tuotemerkkien tuotteiden osalta, onko kasviöljyjä mahdollisesti tarpeen vaihtaa. Tässä yhteydessä suosimme Euroopassa tuotettua kasviöljyä. Näin lisäämme vuoteen 2025 mennessä jatkuvasti tyydyttymättömien rasvahappojen osuutta omista tuotemerkeistämme.

Vastuullisimman valinnan tavoitteen perusteella punnitaan, käytetäänkö vastuullisesti sertifioitua palmuöljyä vai kokonaan kovetettua kasvirasvaa.

<sup>15</sup> European Environment Agency: Consumption of meat, dairy, fish and seafood, 2017.

<sup>16</sup> Eurostat – Statistics Explained: Causes of death statistics, 2022.

<sup>17</sup> MD Dr PH Dariush Mozaffarian: Dietary fat, 2022.

<sup>18</sup> World Health Organization: Nutrition – Trans fat, 2018.

### Mitä palmuydinöljy on ja miten Lidl menettelee sen kanssa?

Öljypalmu, josta saadaan palmuöljyä, on erityisen tuottoisa kasvi, joka vaatii muihin öljykasveihin verrattuna selvästi vähemmän kasvutilaa. Koostumuksensa ansiosta palmuöljyä ei tarvitse kovettaa moniin käyttötarkoituksiin kuten muita kasviöljyjä. Nämä ominaisuudet tekevät palmuöljystä käytetyimmän kasviöljyn maailmanlaajuisesti. Öljypalmua kasvatetaan kuitenkin erittäin herkillä trooppisilla viljelyalueilla.<sup>19</sup>

Lidlille on tärkeää tehdä kauppaa vastuullisesti niin, että sademetsiä ja luonnon monimuotoisuutta suojellaan ja että se hyödyttää paikallista väestöä. Lidlin omien tuotemerkkien tuotteissa käytetyllä palmuydinöljyllä on sen vuoksi ollut jo vuodesta 2018 lähtien aina vastuullisuussertifiointi. Lisäksi teemme tiivistä yhteistyötä tunnettujen aloitteiden ja sertifiointijärjestöjen kuten Round Table on Sustainable Palm Oil (RSPO), Reilu kauppa, luomu, Rainforest Alliance ja Forum for Sustainable Palm Oil -foorumin (FONAP) kanssa.

Lisätietoja löytyy julkaisustamme [Linjaus kestävän palmuöljyntuotannon edistämiseksi](#).

### Yhden öljytonnin tuottamiseen tarvittava pinta-ala



<sup>19</sup> WWF: Auf der Ölspur: Berechnungen zu einer palmölfreieren Welt, 2016.

## Vähemmän sokeria ja suolaa

Suomessa kulutetaan henkilöä kohden vuosittain keskimäärin noin 28 kg sokeria<sup>20</sup> – terveellistä olisi WHO:n arvion mukaan enintään 9 kg.<sup>21</sup> Samoin kulutetaan EU:ssa henkilöä kohden vuosittain keskimäärin n. 3,5 kg<sup>22</sup> suolaa – terveellistä olisi WHO:n mukaan enintään 1,8 kg.<sup>23</sup> Sokerin liiallinen kulutus johtaa ylipainoon ja lisää diabeteksen riskiä, kun taas suolan liiallinen kulutus lisää sydän- ja verisuonitautien kuten aivoverenkiertohäiriöiden riskiä.<sup>24</sup>

### Tavoittemme sokerin ja suolan vähentämiseksi

Tavoitteenamme on vähentää omissa tuotemerkeissämme lisätyn sokerin ja suolan keskimääräistä pitoisuutta 20 prosentilla.

Vuodesta 2015 olemme olemme saavuttaneet seuraavat tulokset:

Omamerkkituotteisiin lisättyä sokeria on vähennetty lähes 10 % ja suolaa lähes 7 %.

<sup>20</sup>

Ruokatieto yhdistys ry:n Tietohaarukka: Tilastotietoa ruokaketjusta 2022 julkaisu sivulla 6.

<sup>21</sup> World Health Organization: WHO calls on countries to reduce sugars intake among adults and children, 2015.

<sup>22</sup> Loreen Kloss, Julia Meyer, Lutz Graeve, Walter Vetter: Sodium intake and its reduction by food reformulation in the European Union – A Review, 2015.

<sup>23</sup> World Health Organization: Salt Intake, 2022.

## Sokerilajeissa on eroja

Elintarvikkeiden isoglukoosi liitetään ylipainoon ja rasvamaksasairauksiin. Uudet ravitsemusfysiologiset arvioinnit osoittavat kuitenkin, että tätä oletusta ei ole vahvistettu ja että isoglukoosi vaikuttaa ihmisen terveyteen toisin kuin muut sokerit.<sup>25</sup>

## Sokeria ei korvata makeutusaineilla

Sokeria vähentämällä haluamme totuttaa asiakkaamme vähitellen omien tuotemerkkiemme vähemmän makeaan makuun. Tässä yhteydessä emme korvaa sokeria makeutusaineilla, koska makeutusaineita sisältävät elintarvikkeet totuttavat makeaan voimakkaalla makeudellaan. Tällöin sokeripitoista väärää ruokavaliota suosittaisiin entistä enemmän ja terveellisten elintarvikkeiden kuten hedelmien ja vihannesten kulutus vähenisi. Lisäksi vähennämme fruktoosia fruktoosin ja fruktoosi-glukoosisiirapin muodossa tuotteissamme, koska suuren fruktoosinsaannin epäillään olevan riskitekijä ylipainon ja rasvamaksasairauksien syntymisessä.<sup>26</sup>

<sup>24</sup> World Health Organization: Diabetes, 2022.

<sup>25</sup> Max Rubner-Institut: Ernährungsphysiologische Bewertung und Auswirkungen des Isoglukosekonsums auf die menschliche Gesundheit, o.J.

<sup>26</sup> James J DiNicolantonio, Ashwin Subramonian, James H O'Keefe: Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis, 2017.

<sup>26</sup> James J DiNicolantonio, Ashwin Subramonian, James H O'Keefe: Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis, 2017.



Sokerilla makeutettujen tuotteiden ohella tarjoamme myös vähäsokerisempia ja sokerittomia vaihtoehtoja, jotka sisältävät makeutusaineita. Vähäsokerisemmilla ja sokerittomilla elintarvikkeilla tavoitamme asiakkaat, jotka haluavat kuluttaa vähemmän energiaa sisältäviä elintarvikkeita, mutta eivät halua luopua tutusta makeudesta.

#### **Tavoitteemme sokerien osalta**

Vältämme jatkossakin mahdollisuuksien mukaan fruktoosi-glukoosiiirappia ja fruktoosia, jos niitä käytetään ensisijaisesti makeuttamiseen.

## Vähemmän lisäaineita – lyhyitä ainesosaluetteloita

Lisäaineet ovat aineita, joita on lisätty elintarvikkeisiin teknisistä syistä. Säilöntäaineet, esimerkiksi makkarassa, suojaavat mikrobien aiheuttamalta pilaantumiselta.

Tieteellisissä tuloksissa ja kuluttajakeskuksissa pyritään yleisesti ja erityisesti lasten kohdalla saamaan kuluttajat luopumaan pitkälle käsitellyistä tuotteista, joissa on tiettyjä lisäaineita.<sup>27</sup> Lisäksi monet kuluttajat suhtautuvat kriittisesti lisäaineisiin.<sup>28</sup> Tämän vuoksi työskentelemme jatkuvasti lisäaineiden vähentämiseksi omissa tuotemerkeissämme.

## Väriaineet

Myös väriaineista luovumme tulevaisuudessa omissa tuotemerkeissä niin pitkälle kuin mahdollista. Periaatteessa pidämme parempana värjääviä elintarvikkeita, joiden kohdalla on kyse elintarvikkeen ainesosista, kuten esimerkiksi punajuuri, kuin elintarvikkeiden väriaineita. Jo vuodesta 2009 alkaen emme ole käyttäneet atsovärejä elintarvikkeissa lukuun ottamatta joitakin alkoholijuomia. Vuodesta 2018 lähtien emme ole käyttäneet kinoliinikeltaista emmekä vihreää S-väriainetta.

<sup>27</sup> Leonie Elizabeth, Priscila Machado, Marit Zinöcker, Phillip Baker, Mark Lawrence: Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review, 2020.

## Aromit

Liian aromatisoidut elintarvikkeet voivat saada aikaan sen, että juuri lapset oppivat väärin, miltä luonnolliset elintarvikkeet tavallisesti maistuvat. Niinpä aromien kohtuullinen käyttö on meille tärkeää. Kun aromeja käytetään, suositaan aromiuutteita tai luonnollisia aromeja, joita saadaan nimen mukaisesta elintarvikkeesta.

## Aromit vegaanisissa korviketuotteissa

Poikkeuksen aromien käytössä muodostavat vegaaniset korviketuotteet, joiden maun on tarkoitus muistuttaa eläinperäistä tuotetta. Näissä tuotteissa voimme tietoisesti käyttää keinotekoisia aromeja, koska luontaisia aromeja käyttäen tuote ei enää olisi täysin kasviperäinen.

## Vitamiointi ja mineralisointi

Monipuolisesta ruokavaliosta saadaan, muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta, riittävästi kaikkia vitamiineja ja mineraaleja. Ravintolisien käytölle esiintyy yleensä tarvetta vain tietyillä ihmisryhmillä (esim. raskaana olevat tai tupakoitsijat) tai tietyistä sairauksista kärsivillä ihmisillä. Kaikissa muissa henkilöryhmissä vitamiinoidujen ja mineralisoitujen elintarvikkeiden liiallisella käytöllä voi yksittäistapauksissa olla negatiivisia vaikutuksia terveyteen. Siksi lisäämme vitamiineja ja mineraaleja vain valikoituihin tuotteisiin, kuten monivitaminijuomiin (vitamiinit), urheilujuomiin, lihankorviketuotteisiin (B12-vitamiini), maitoihin (D-vitamiini), kasvipohjaisiin maidon

<sup>28</sup> Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit: Eurobarometer Spezial 354: Lebensmittelrisiken, 2010.

korvaaviin tuotteisiin (kalsium), margariineihin ja jodioituun ruokasuolaan.

### **Säilöntäaineet**

Tavoitteenamme on vähentää säilöntäaineiden käyttöä mahdollisimman paljon tai välttää sitä kokonaan edellyttäen, että se ei heikennä elintarvikkeiden turvallisuutta.

#### **Tavoitteemme lisäaineiden vähentämiseksi**

1. Luonnollisten ainesosien suosiminen lisäaineiden sijaan.
2. Väriaineiden vähentäminen ja atsovärien, kinoliinikeltaisen ja vihreän S-väriaineen käytön lopettaminen.
3. Aromien kohtuullinen käyttö – myös vegaanisissa korviketuotteissa.
4. Lisättyjen vitamiinien ja mineraalien harkittu käyttö.
5. Säilöntäaineiden vähentäminen tai niistä luopuminen elintarviketurvallisuus huomioiden.

# Kestävän ruokavalion edistäminen

## Toimintatapamme

Tulevaisuuden kestävä ruokavalion tulisi olla planetaarisen ruokavalion mukaisesti pääasiassa kasvipainotteista ja lihan ja maitotuotteiden kohtuullista kulutusta. Tällä hetkellä eläinperäisten tuotteiden osuus on

- noin 20 prosenttia maailman kasvihuonekaasupäästöistä<sup>29</sup>
- 80 prosenttia maailman maatalouden maankäytöstä<sup>30</sup>
- 40 prosenttia maailman aarniometsien metsäkadosta<sup>31</sup>
- 30 prosenttia maailman makeanveden käytöstä<sup>32</sup>

Tavoitteenamme on lisätä kasvipohjaisten proteiininlähteiden osuutta ja vähentää samalla raaka-aineiden toimitusketjujen negatiivisia ekologisia ja sosiaalisia vaikutuksia. Helpottaaksemme kestävämmän ruokavalion elintarvikkeiden valintaa lisäämme vegaanisten ja kasvipohjaisen tuotteiden valikoiman kehittämisen ohella elintarvikkeiden kausittaista ja alueellista tarjontaa – mahdollisuuksien mukaan myös luomutuotteissa.

Elintarvikkeiden osalta toimimme hedelmien ja vihannesten, soijan, palmu(ydin)öljyn, kahvin, teen, kaakaon, riisin, pähkinöiden, lihan kalan ja äyriäisten kestävä tuotannon puolesta. Lisätietoja löytyy kohdasta

<sup>29</sup> Food and Agriculture Organization of the United Nations: GLEAM 2.0 Assessment of Greenhouse gas emissions and mitigation potential, 2017.

<sup>30</sup> Statista: Distribution of land use for food production worldwide as of 2019, 2021.

<sup>31</sup> Our World in Data: Cutting down forests: what are the drivers of deforestation?, 2021.

## [Raaka-ainelinjauksemme](#)

Ruokahävikkiä on vähennettävä, jotta ravinto olisi tulevaisuudessa vielä kestävämpää. Kolmasosa maailmassa tuotetuista elintarvikkeista ei päädy tutkimusten mukaan koskaan ruokalautaselle.<sup>33</sup> Tämän vuoksi panostamme monilla toimenpiteillä ruokajätteen vähentämiseen (katso sivu 22).

<sup>32</sup> P.W. Gerbens-Leenes, M.M. Mekonnen, A.Y. Hoekstra: The water footprint of poultry, pork and beef: A comparative study in different countries and production systems, 2013.

<sup>33</sup> Maailman ruokaohjelma: 5 facts about food waste and hunger, 2020.

## Kestävä valikoiman kehittäminen

Ilmastonmuutoksen, luontokadon ja niiden aiheuttamien ihmisten työ ja elinolosuhteisiin kohdistuvien seurausten vuoksi meillä ruokakauppana on iso vastuu kestävästä kehityksestä ja taloudellisesta toiminnasta planeettamme kantokyvyn puitteissa. Kohtaamme tämän haasteen jatkuvasti kehittäessämme laajan valikoimamme vastuullisuustavoitteita tieteeseen pohjautuen. Konkreettisesti tämä tarkoittaa Lidlille jatkuvaa nykyisten tuotteiden parannusprosessia ja uusien, kestävämpien vaihtoehtojen kehittämistä. Siksi teemme tiiviisti yhteistyötä uskottavien sertifiointijärjestelmien, aloitteiden ja kumppanien kanssa tieteessä, yhteiskunnassa ja politiikassa. Lidl oli vuonna 2007 ensimmäinen kauppaketju, jolla oli oma tuotemerkki Reilun kaupan elintarvikkeille.

1. **Kestävän valikoiman tavoitteemme** Sertifioimme kriittiset raaka-aineet tunnettujen standardien mukaisesti ja sitoudumme aloitteisiin ja projekteihin. Kaikki raaka-aineita koskevat tavoitteemme ovat nähtävissä [Raaka-ainelinjauksessamme](#).

## Enemmän kasvipohjaisia proteiininlähteitä

Haluamme tarjota asiakkaillemme mahdollisimman laajan valikoiman paikallisesti tuotettuja ja sesongin mukaisia elintarvikkeita kasviperäiseen ruokavalioon. Tätä varten laajennamme omien merkkien valikoimaa jatkuvasti seuraavan proteiinistrategian mukaisesti.

### Tavoitteemme kasviperäisten proteiininlähteiden lisäämiseksi

1. Tilikaudesta 2023 alkaen luomme läpinäkyvyyttä eläinperäisten proteiininlähteiden osuuteen kasviperäisiin proteiininlähteisiin verrattuna. Lisäksi tuomme tulevaisuudessa vastuullisuusraportissamme esiin eläinperäisten proteiininlähteiden osuuden kasviperäisiin proteiininlähteisiin verrattuna.
2. Proteiinistrategia: Vuoteen 2025 mennessä laajennamme kasvipohjaisten proteiininlähteiden osuutta valikoimassamme ottamalla valikoimaamme uusia tuotteita, jotka tukevat kasvipohjaista ruokavaliota. Näitä ovat palkokasvit, pähkinät sekä lihan ja maitotuotteiden kasvipohjaiset korvikkeet

Vuodesta 2019 Lidl Suomi on tarjonnut omalla tuotemerkillä vegaanisia ja kasvipohjaisia Vemondo-tuotteita. Osittain puhtaasti kasvistuotteilla emme halua puhutella ainoastaan vegaaneja tai kasvissyöjiä vaan rakentaa kaikille asiakkaille sillan kasvispainotteisempaan ruokavalioon.

Tällä hetkellä vakituksessa valikoimassamme on 20 Vemondo-tuotetta. Laajennamme jatkuvasti vegaani- ja kasvistuotteiden valikoimaa ja kehitämme tuotteiden makua, ulkonäköä, koostumusta, ravitsemusfysiologiaa ja kestävyyttä.

## Ruokahävikin vähentäminen

Arvioiden mukaan maailmassa syntyy vuosittain noin 1,3 miljardia tonnia elintarvikejätteitä.<sup>34</sup> Euroopan maissa n. 53 prosenttia hävikistä kertyy kulutuksesta ja 30 prosenttia tuotannosta, varastoinnista ja jatkokäsittelystä. Ravintoloissa kertyy n. 12 prosenttia ja (tukku)kaupasta n. 5 prosenttia vuosittaisesta elintarvikehävikistä.<sup>35</sup> Suomalaisessa elintarvikeketjussa ruokahävikkiä syntyy noin noin 360 miljoonaa kiloa vuosittain, mikä tarkoittaa 65 kiloa asukasta kohden. Lähes 34 prosenttia tästä syntyy kotitalouksissa, elintarviketeollisuuden osuuden ollessa noin 23 prosenttia ja ruokakaupan noin 15 prosenttia. Ravintoloiden osuus hävikistä Suomessa on noin 17 ja alkutuotannon noin 11 prosenttia.<sup>36</sup> Hävikki vaikuttaa suoraan resurssien käyttöön (viljelyala, vesi, biodiversiteetti) ja kasvihuonekaasupäästöihin. Elintarvikejätteiden vähentämisellä on näin ollen automaattisesti positiivinen vaikutus ilmastoon, viljelyalan käyttöön ja resurssitehokkuuteen.

### Tavoitteemme ruokajätteen vähentämiseksi

Matkalla Zero Waste -tavoitteeseen Lidl on sitoutunut kansainvälisesti puolittamaan ruokahävikkinsä vuoteen 2030 mennessä. Suomessa Lidlin ruokakiloista hävikin osuus oli vuonna 2021 1,3 prosenttia.

<sup>34</sup> J. Aulakh, A. Regmi: Post-harvest food losses estimation: development of consistent methodology, 2013.

<sup>35</sup> Research Gate: Estimates of European food waste levels, 2016.

<sup>36</sup> Luonnonvarakeskus: <https://projects.luke.fi/ruokahavikkiseuranta/tuloksia/>

Tämän tavoittamiseksi panostamme tilausjärjestelmiin, tehokkaiisiin toimitusketjuihin, lyhyisiin kuljetusreitteihin, katkeamattomiin kylmäketjuihin, tuoreustarkastuksiin, varaston valvontaan, hävikkialennuksiin ja asiakkaiden hävikkitietoisuuden lisäämiseen.

Myymme tuotteita 30 prosentin alennuksella hyvissä ajoin ennen viimeistä myyntipäivää, jotta asiakkaillamme on hyvin aikaa käyttää tuote, eikä hävikki siirry kaupasta koteihin. Lisäksi myymme syöntikelpoisia, mutta myyntikriteerimme alittavia hedelmiä ja vihanneksia, sekä yön yli levänneitä paistopistetuotteita edullisesti nk. hukka-alessa. Vuonna 2021 hukka-alen avulla pelastettiin lähes 6 miljoonaa kiloa ruokaa hävikiltä. Vuoden 2022 lopulla otimme käyttöön uuden hävikin torjuntaan tähtäävän alennuskäytännön: Viimeisenä myyntipäivänä asiakkaamme voivat ostaa tuotteita 50 prosentin alennuksella.

Edelleen käyttökelpoiset muttei enää myyntiin kelpaavat tuotteet Lidl luovuttaa ruoka-apua jakavien yleishyödyllisten järjestöjen käyttöön voimassa olevat määräykset huomioiden. Suomessa Lidl on tehnyt pitkään yhteistyötä useiden paikallisten ruoka-apua jakavien yhteistyökumppanien kanssa.



# Merkintöjen, läpinäkyvyyden ja luotettavuuden varmistaminen

## Toimintatapamme

Tuotteiden läpinäkyvillä merkinnöillä haluamme tehdä asiakkaillemme mahdolliseksi tietoisien ostopäätöksen. Tämän vuoksi käytämme omien tuotemerkkien tuotteissa tunnettuja, kolmannen osapuolen todentamia merkintöjä ja sertifikaatteja. Lisäksi viestimme kotiin jaettavissa mainoslehtisissä, verkkosivuillamme, vastuullisuusraportissamme ja muissa tiedotuskanavissa asiakkaillemme tuotteidemme vastuullisuudesta.

Kiinnitämme tuotteissamme huomiota yksinkertaisempiin terveyttä, vastuullisuutta ja eläinten hyvinvointia koskeviin merkintöihin.

Ravitsemusfysiologisten ominaisuuksien osalta käytössä on Sydänmerkki. Tuotantoeläinten hyvinvoinnin läpinäkyvyyden varmistamiseksi käytämme kolmiportaista kolmannen osapuolten myöntämiin auditointeihin perustuvaa merkintää.

## Vastuullisuusmerkintä

Voidaksemme tarjota asiakkaillemme käytännöllisen ja helposti ymmärrettävän vastuullisuusmerkinnän tuotteisiin, Lidl on kansainvälisesti kartoittanut Eco-Score-merkinnän toimivuutta ja testannut sitä valituissa myymälöissä useammassa maassa. Eco-Scoren laskentamenetelmä koostuu kahdesta osasta: Tuotteen ympäristövaikutuksista Product Environmental Footprint -perusteella (PEF), sekä vastuullisuuskriteereistä (esim. pakkaus).

### Tavoitteemme yhtenäisen vastuullisuusmerkinnän osalta

Haluamme vaikuttaa siihen, että EU-tasolla luotaisiin yhtenäinen vastuullisuusmerkintä lähitulevaisuudessa



## Sydänmerkki: Parempi valinta



Sydänmerkki on kotimainen tuotteen ravitsemuksellisesta laadusta kertova merkki. Sydänmerkki-tuote on terveellisempi valinta omassa tuoteryhmässään. Sydänmerkin voivat saada tuotteet, joissa rasvan laatu on hyvää eli pehmeää, suolan ja sokerin määrä on maltillinen ja kuitua reilusti.

Tavoitteenamme on, että mahdollisimman moni oman merkin tuote täyttäisi Sydänmerkin kriteerit.

### **Tavoitteemme ravintoarvomerkinnän osalta**

Vaiheittainen Sydänmerkin lisääminen omiin tuotemerkkeihin

## Eläinten hyvinvointimerkintä

Tuotantoeläinten hyvinvointi ja suojelu on monille kuluttajille tärkeää. Jotta asiakkaamme saisivat tästä läpinäkyvästi tietoa, käytämme eläinten hyvinvoinnista kertovaa merkintää. Welfare Quality -merkintä kertoo, että eläinten hyvinvointi on todettu ulkopuolisen auditoijan toimesta. Pyrimme edistämään eläinten hyvinvoinnista kertovien merkintöjen kehitystä ja merkintöjen kehittyessä lisäämään niitä pakkauksiin yhä laajemmin.

# Elintarviketurvallisuuden tarjoaminen

## Toimintatapamme

Elintarviketurvallisuus on tiedostavan syömisen strategiamme perusta ja siten tärkein ohjenuoramme. Lidlin laadunvalvonta alkaa luotettavien tavarantoimittajien valinnasta. Kaikilla omilla tuotemerkeillämme tuotteita valmistavilla tuotantolaitoksilla on elintarviketurvallisuuden IFS- (International Featured Standard) tai BRC- (British Retail Consortium) -sertifikaatti. Teetämme tuotantolaitoksiin myös säännöllisiä ennalta ilmoittamattomia auditointeja ulkopuolisella puolueettomalla tarkastajalla ja kehitämme valmistus- ja tuotantomenetelmiä yhteistyössä tavarantoimittajien kanssa.

## Taattua laatua – Lidlin omia tuotemerkkejä testataan tehokkaasti

Oman merkin elintarvikkeiden turvallisuuden, vaatimustenmukaisuuden ja laadun takaamiseksi teetämme tuotteillemme akkreditoituissa tutkimuslaitoksissa säännöllisesti ja riskiperusteisesti kattavia myyntikelpoisuustutkimuksia. Tuotteista testataan kemiallisia, mikrobiologisia, fysikaalisia ja aistinvaraisia ominaisuuksia sekä tarkastetaan pakkausmerkintöjen vaatimustenmukaisuus. Lisäksi tuoteryhmistä vastaavat ostajat yhdessä laadunvalvontaosaston asiantuntijoiden kanssa tarkastavat tuotteiden aistinvaraisen laadun säännöllisesti maistamalla tuotteita. Laadunvalvontaa täydennetään vielä säännöllisillä kuluttajatutkimuksilla, joilla varmistetaan, että tuotteemme maistuvat myös kuluttajille. Myös laadunvalvontaosastomme laatu on varmistettu ulkopuolisen

sertifiointilaitoksen toimesta. Lidl Suomen laadunvalvontaosastolla on Kiwa Inspecta Sertifionti Oy:n myöntämä ISO 9001:2015 sertifikaatti. Sertifikaatti takaa, että laadunvalvontaosastomme kaikkine prosesseineen ja toimintoineen täyttää standardin DIN ISO 9001:2015 mukaiset vaatimukset.

## Tiukemmat raja-arvot

Lidl on aktiivisesti sopinut yhdessä tavarantaoimittajiensa kanssa monille ei-toivotuille aineille sisäiset raja-arvot jo ennen kuin EU-tasolla on ollut lakisääteisiä raja-arvoja. Tällaisia aineita ovat esimerkiksi akryyliamidi, 3-MCPD, mineraaliöljyjen hiilivedyt, pyrrolitsidiini- ja tropaanialkaloidit ja transrasvahapot. Emme seuraa vain elintarvikelainsäädäntöä vaan pidämme silmällä myös uusia tieteellisiä tutkimustuloksia. Olemme tiiviissä vuorovaikutuksessa riippumattomien tarkastuslaitosten asiantuntijoiden kanssa. Välitämme varmennettua tietoa tavarantaoimittajillemme asettamalla tuotteiden laadulle lainsäädäntöä tiukempia vaatimuksia ja valvomme sen jälkeen niiden noudattamista.

### Tavoitteemme ei-toivottujen aineiden osalta

Jäämien vähentäminen selvästi alle lainsäädännön raja-arvojen. Lisäksi aikaisemmat tavoitteet ovat edelleen voimassa.

## Kasvinsuojeluaineiden vähentäminen

Kasvinsuojeluaineita käytetään kasvien ja kasvituotteiden suojaamiseksi sairauksilta kuten sieni- tai tuholaisvahingoilta. Käyttöön voi liittyä riskejä luonnon monimuotoisuudelle ja ihmisen terveydelle. Tällä perusteella sekä eurooppalaisessa Farm to Fork -strategiassa että luonnon monimuotoisuutta koskevassa EU:n strategiassa vaaditaan vuoteen 2030 kemiallisten torjunta-aineiden vähentämistä 50 prosentilla. Meillä Lidlillä on ollut jo kauan tavoitteita kasvinsuojeluaineiden vähentämiseksi, jotka ylittävät pitkälti nykyiset eurooppalaiset määräykset.

### Tavoitteemme torjunta-aineiden vähentämiseksi

1. Elintarvikkeiden tarjoaminen mahdollisimman pitkälle ilman torjunta-ainejäämiä.
2. Tuotteissa saa olla tehoainejäämiä enintään kolmanneksen lain sallimasta enimmäispitoisuudesta.
3. Kaikkien tehoainejäämien yhteenlaskettu määrä saa olla yhteensä vain enintään 80 % lain sallimasta enimmäismäärästä.
4. Havaittavia jäämiä saa olla yhteensä enintään neljästä tehoaineesta.



## YLEISKATSAUS KESTÄVÄN RUOKAVALION LINJAUKSEEN

### TAUSTA:

Ravintojärjestelmien vaikutus ympäristöömme tulee aina vain selvemmäksi ja ajankohtaisemmaksi. Ruoantuotanto vaatii tänä päivänä 55 % planeettamme biokapasiteetista, eli yli puolet maapallolta.<sup>1</sup> Ympäristön lailla ruokavaliolamme on suuri vaikutus terveyteemme. Euroopassa ja Pohjois-Amerikassa kolmasosa ennenaikaisista kuolemantapauksista voitaisiin estää terveellisellä ruokavaliolla.<sup>2</sup>

### HAASTE: KESTÄVÄ JA TERVEELLINEN RUOKAVALIO

Planetaarinen ruokavalio luo tieteellisen perustan maailmanlaajuiselle ruokavalion muutokselle<sup>3</sup>. Jos kaikki ihmiset noudattaisivat kasvispainotteista ruokavaliota, voitaisiin vuonna 2050 ruokkia 10 miljardia ihmistä terveellisesti ilman, että planeettamme ylikuormittuu.

### TAVOITE:

Tavoitteemme on tarjota **vuoteen 2025 mennessä paras valikoima terveelliseen ja kestäväan elämäntapaan**. Tässä kaikessa lähtökohtana on elintarviketurvallisuus. Haluamme tukea terveellisemmän ja kestävämmän ruokavalion tavoitteilla ravitsemusjärjestelmien muutosta.

<sup>1</sup> <https://www.overshootday.org/newsroom/press-release-july-2022-german/>

<sup>2</sup> <https://globalnutritionreport.org/reports/2021-global-nutrition-report/health-and-environmental-impacts-of-diets-worldwide/>

<sup>3</sup> [https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet\\_Commission\\_Summary\\_Report.pdf](https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf)

## ELINTARVIKETURVALLISUUS



### EI-TOIVOTTUJEN AINEIDEN VÄHENTÄMINEN

Jatkuvasti Selvästi määräysten ulkopuolella olevien epäpuhtauksien ja jäämien vähentäminen

### KASVINSUOJELUAINEIDEN VÄHENTÄMINEN

Jatkuvasti Elintarvikkeiden tarjoaminen mahdollisimman pitkälle ilman torjunta-ainejäämiä

Tehoainejäämien vähentäminen enintään kolmannekseen lain enimmäispitoisuudesta

Kaikkien tehoainejäämien prosentuaalinen käyttöaste enintään 80 % lain enimmäismäärästä

Elintarviketta kohden enintään neljä tehoainejäämiä havaittavissa

## TERVEELLINEN RUOKAVALIO



### LAPSILLE SUUNNATTU MARKKINOINTI

Heti Edistämme lasten terveellisen ja kestäväan ruokavalion markkinointia

Vuodesta 2023 alkaen Omien tuotemerkkien epäterveellisiä elintarvikkeita ei markkinoida lapsille

Vuoden 2025 loppuun mennessä Lapsille suunnattuja markkinoimia ainoastaan omien tuotemerkkien tuotepakkauksissa, jotka täyttävät WHO-kriteerit.  
Poikkeus: Joulukorvat, pääsiäinen, halloween

### TÄYSJYVÄ & RAVINTOKUIDUT

Vuoden 2023 loppuun mennessä Täysjyvävaihtoehtojen laajentamisen valikoima-analyysi

Vuoteen 2025 mennessä Täysjyväosuuden vaiheittainen lisääminen omilla tuotemerkeissä

Läpinäkyvyys ilmoittamalla ravintokuitupitoisuus omilla tuotemerkeissä

### TERVEELLISET RASVAT JA ÖLJYT

Jatkuvasti Korkealaatuisten ja kestävien kasviöljyjen osuuden lisääminen omien tuotemerkkien myyntituotteissa, mieluiten alueellisilta toimittajilta

### SOKERIN JA SUOLAN VÄHENTÄMINEN

Vuoteen 2025 mennessä Lisätyn sokerin ja suolan keskimääräisen pitoisuuden vähentäminen 20 % omilla tuotemerkeissä

### LISÄAINEET

Jatkuvasti Luonnollisten ainesosien käyttäminen elintarvikkeiden lisäaineiden sijaan

Väriaineiden vähentäminen ja atsovärien, kinoliinikeltaisen ja vihreän S-väriaineen käytön lopettaminen

Aromien kohtuullinen käyttö, myös vegaaneissa korvaustuotteissa

Harkittu lisättyjen vitamiinien ja mineraalien käyttö

Säilöntäaineiden käytön vähentäminen ja lopettaminen huomioimalla elintarviketurvallisuus

## PLANETAARINEN RUOKAVALIO



### KASVIPOHJAISET PROTEIINILÄHTEET

Tilikaudesta 2023 alkaen Proteiini-strategia: Läpinäkyvyys eläinperäisten proteiinilähteiden osuudesta verrattuna kasviperäisiin proteiinilähteisiin vastuullisuusraportissa

Vuoteen 2025 mennessä Kasviperäisten proteiinilähteiden osuuden lisääminen Lidlin valikoimassa

### KESTÄVÄ VALIKOIMAN KEHITTÄMINEN

Jatkuvasti Ostopolitiikan mukaiset raaka-ainetavoitteet

### RUOKAHÄVIKIN VÄHENTÄMINEN

Vuoteen 2030 mennessä Ruokahävikin puolittaminen kansainvälisesti

## LÄPINÄKYVYYS JA ASIAKASVIESTINTÄ



### SYDÄNMERKKI

Jatkuvasti Lisäämme Sydänmerkillä varustettuja tuotteita valikoimaamme

### ELÄINTEN HYVINVOINTI

Jatkuvasti Lisäämme eläinten hyvinvoinnista kertovia merkintöjä tuotteisiimme.

# Sanasto



# Sanasto

<b>Energiasisältö</b>	Elintarvikkeen energiasisältö 100 grammaa kohti. Se lasketaan kaloreina (kcal) tai kilojouleina (kJ). Elintarvikkeissa, joiden vesi- ja ravintokuitupitoisuus on suuri, kuten useimmat hedelmät ja vihannekset, on tavallisesti pieni energiasisältö. Tuotteissa, jotka sisältävät paljon sokeria, rasvaa ja tärkkelystä, on sitä vastoin suuri energiasisältö. <sup>37</sup>
<b>Glukoosi-fruktoosisiirappi</b>	Sokerisiirappi, jota valmistetaan tärkkelyspitoisista kasveista kuten maissi, peruna tai vehnä. Glukoosi-fruktoosisiirapin fruktoosipitoisuus (hedelmäsokeri) 5–50 prosenttia. Tämä siirappi on erittäin makeaa, mutta sitä käytetään usein myös liukoisuuden parantamiseen tai koostumuksen parantamiseen. Liian suuresta fruktoosin kulutuksesta voi olla seurauksena voimakkaan ylipainon, diabeteksen, aineenvaihduntahäiriöiden ja sydän- ja verenkiertosairauksien lisääntynyt riski. <sup>38</sup>
<b>Sydänmerkki</b>	Sydänmerkistä tunnistaa elintarvikkeen, joka on terveellisempi valinta omassa tuoteryhmässään. Merkki auttaa tunnistamaan tuotteet, joissa rasvan laatu on hyvää eli pehmeää, suolan ja sokerin määrä on maltillinen ja kuitua reilusti.

<sup>37</sup> Saksan ruoka- ja maatalousministeriö BMEL: Kompass Ernährung, 2019.

<sup>38</sup> VGMS: Glukose-Fruktose-Sirup, o. J.

# Lähteet & linkit





## Lähteet ja linkit

Asa Stenmarck, Carl Magnus Jensen, Tom Quedstedt/Research Gate:  
**Estimates of European food waste levels, 2016**

[https://www.researchgate.net/figure/Split-of-EU-28-food-waste-in-2012-by-sector-includes-food-and-inedible-parts-associated\\_fig1\\_301216380](https://www.researchgate.net/figure/Split-of-EU-28-food-waste-in-2012-by-sector-includes-food-and-inedible-parts-associated_fig1_301216380)

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Saksan ruoka- ja maatalousministeriö (BMEL):  
**Kompass Ernährung, o. J.**

<https://www.bmel.de/DE/service/publikationen/kompass-ernaehrung/kompass-ernaehrung.html>

(Viitattu: 6.10.2022)

---

Saksan ruoka- ja maatalousministeriö (BMEL):  
**Nutri-Score, o. J.**

[https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittel-kennzeichnung/freiwillige-angaben-und-label/nutri-score/nutri-score\\_node.html](https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittel-kennzeichnung/freiwillige-angaben-und-label/nutri-score/nutri-score_node.html)

(Viitattu: 20.4.2022)

---

Dr. med. Peter von Philipsborn/Verbraucherzentrale Bundesverband:  
**Lebensmittel mit Kinderoptik und deren Bewerbung, 2021**

[https://www.vzbv.de/sites/default/files/downloads/2021/02/16/vzbv\\_philipsborn\\_bericht\\_kindermarketing\\_2021-02.pdf](https://www.vzbv.de/sites/default/files/downloads/2021/02/16/vzbv_philipsborn_bericht_kindermarketing_2021-02.pdf)

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Global Footprint Network:  
**Earth Overshoot Day 2022: Ecuadorin ympäristöministeri kutsuu toimintaan: „Käyttäkäämme ekologista vahvuuttamme tulevaisuutemme rakentamiseen“, 2022**

<https://www.overshootday.org/newsroom/press-release-july-2022-german/>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

EAT Lancet Commission:  
**Food, Planet, Health, 2021**

[https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet\\_Commission\\_Summary\\_Report.pdf](https://eatforum.org/content/uploads/2019/07/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf) (viitattu: 6.10.2022)

---

Emma Calvert / Euroopan kuluttajajärjestö:  
**Food marketing to children needs rules with teeth, 2021**

[https://www.beuc.eu/sites/default/files/publications/beuc-x-2021-084\\_food\\_marketing\\_to\\_children\\_needs\\_rules\\_with\\_teeth.pdf](https://www.beuc.eu/sites/default/files/publications/beuc-x-2021-084_food_marketing_to_children_needs_rules_with_teeth.pdf)

(Viitattu: 6.10.2022)

---

Euroopan elintarviketurvallisuusviranomainen:  
**Eurobarometer Spezial 354: Lebensmittelrisiken, 2010**

[Eurobarometer Summary \(saksankielinen\) \(europa.eu\)](https://ec.europa.eu/eurobarometer/surveys/trends/354)

(Viitattu: 6.10.2022)

---

European Commission:  
**Impact Assessment Report, 2022**

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX%3A52022SC0085>

(Viitattu: 6.10.2022)

---

European Commission:  
**Making our food fit for the future – Citizen expectations, 2020**

<https://europa.eu/eurobarometer/api/deliverable/download/file?deliverableId=73867>

(Viitattu: 6.10.2022)

---

European Environment Agency:  
**Consumption of meat, dairy, fish and seafood, 2017**

<https://www.eea.europa.eu/data-and-maps/indicators/13.2-development-in-consumption-of/assessment-1>

(Viitattu: 06.10.2022)

Eurostat – Statistics Explained:  
**Causes of death statistics, 2022**

[Causes of death statistics - Statistics Explained \(europa.eu\)](#)

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Food and Agriculture Organization of the United Nations:  
**GLEAM 3.0 Assessment of greenhouse gas emissions and mitigation potential, 2017**

<https://www.fao.org/gleam/results/en/>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Foodwatch – die Essensretter:  
**Pressemitteilung – Marktcheck: Comic-Figuren werben fast ausschließlich für Junkfood – „Biene Maja“ und „Wickie“ verleiten Kinder zu ungesunder Ernährung, 2015**

<https://www.foodwatch.org/de/pressemitteilungen/2015/pressemitteilung-marktcheck-comic-figuren-werben-fast-ausschliesslich-fuer-junkfood-biene-maja-und-wickie-verleiten-kinder-zu-ungesunder-ernaehrung/>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Geng Zong, Alisa Gao, Frank B. Hu, Qi Sun:  
**Whole Grain Intake and Mortality From All Causes, Cardiovascular Disease, and Cancer: A Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies, 2016**

<https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/CIRCULATIONAHA.115.021101>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

George A Bray, Samara Joy Nielsen, Barry M Popkin/The American Journal of Clinical Nutrition:  
**Consumption of high-fructose corn syrup in beverages may play a role in the epidemic of obesity, 2022**

<https://www.efsa.europa.eu/en/topics/topic/food-additive-re-evaluations>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Global Nutrition Report:  
**What we eat matters: Health and environmental impacts of diets worldwide, 2021**

<https://globalnutritionreport.org/reports/2021-global-nutrition-report/health-and-environmental-impacts-of-diets-worldwide/>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

Hannah Ritchie/Our World in Data:  
**Cutting down forests: what are the drivers of deforestation?, 2021**

<https://ourworldindata.org/what-are-drivers-deforestation>

(Viitattu: 06.10.2022)

---

J. Aulakh, A. Regmi:  
**Post-harvest food losses estimation: development of consistent methodology, 2013**

(Viitattu: 06.10.2022)

---

James J DiNicolantonio, Ashwin M Subramonian, James H O`Keefe:  
**Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis, 2017**

[Added fructose as a principal driver of non-alcoholic fatty liver disease: a public health crisis | Open Heart \(bmj.com\)](#)

(Viitattu: 6.10.2022)

---

Leonie Elizabeth, Priscila Machado, Marit Zinöcker, Phillip Baker,  
Mark Lawrence:  
**Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review, 2020**

[Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review - PMC \(nih.gov\)](#)  
(Viitattu: 6.10.2022)

Loreen Kloss, Julia Meyer, Lutz Graeve, Walter Vetter:  
**Sodium intake and its reduction by food reformulation in the European Union – A review, 2015**

[\(PDF\) Sodium intake and its reduction by food reformulation in the European Union – A review \(researchgate.net\)](#)  
(Viitattu: 6.10.2022)

Luonnonvarakeskus:

**Ruokahävikkiseuranta, tuloksia**

<https://projects.luke.fi/ruokahavikkiseuranta/tuloksia/>  
(Viitattu 16.1.2023)

Max-Rubner-Institut:

**Ernährungsphysiologische Bewertung und Auswirkungen des Isoglukosekonsums auf die menschliche Gesundheit, o.J.**

[Isoglukose Ernährungsphysiologische Bewertung.pdf \(bund.de\)](#)  
(Viitattu: 6.10.2022)

MD Dr PH Dariush Mozaffarian:

**Dietary fat, 2022**

<https://www.uptodate.com/contents/dietary-fat>  
(Viitattu: 6.10.2022)

Organisation for Economic Co-operation Development:  
**Agricultural Outlook 2021-2030, 2022**

[https://www.oecd-ilibrary.org/agriculture-and-food/sugar-projections-consumption-per-capita\\_4ad4cf3a-en](https://www.oecd-ilibrary.org/agriculture-and-food/sugar-projections-consumption-per-capita_4ad4cf3a-en)  
(Viitattu: 6.10.2022)

PD Dr. Tobias Effertz/Universität Hamburg:

**Kindermarketing für ungesunde Lebensmittel in Internet und TV, 2021**

<https://www.bwl.uni-hamburg.de/irdw/dokumente/kindermarketing2021effertzunihh.pdf>  
(Viitattu: 6.10.2022)

Prof Christopher J L Murray/University of Washington:

**Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study, 2017**

[Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017 - PMC \(nih.gov\)](#)  
(Viitattu: 6.10.2022)

P.W. Gerbens-Leenes, M.M. Mekonnen, A.Y. Hoekstra:

**The water footprint of poultry, pork and beef: A comparative study in different countries and production systems, 2013**

[https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212371713000024?\\_ga=2.8553269.1801499850.1659819119-2140775266.1659819118](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212371713000024?_ga=2.8553269.1801499850.1659819119-2140775266.1659819118)  
(Viitattu: 6.10.2022)

Statista:

**Distribution of land use for food production worldwide as of 2019, 2021**

<https://www.statista.com/statistics/1260751/global-land-footprint-of-food-production-by-type/>  
(Viitattu: 6.10.2022)

Verband der Getreide-, Mühlen-, und Stärkewirtschaft (VGMS) e.V.:  
**Glukose-Fruktose-Sirup, o. J.**

<https://www.vgms.de/staerkeindustrie/lebensmittel/staerkebasierte-zucker/glukose-fruktose-sirup>  
(Viitattu: 6.10.2022)

World Health Organization:  
**Diabetes, 2022**

[Diabetes \(who.int\)](#)  
(Viitattu: 6.10.2022)

World Food Programme:  
**5 facts about food waste and hunger, 2020**

<https://www.wfp.org/stories/5-facts-about-food-waste-and-hunger>  
(Viitattu: 6.10.2022)

World Health Organization:  
**Digital food environments, 2021**

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342072/WHO-EURO-2021-2755-42513-59052-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>  
(Viitattu: 6.10.2022)

World Health Organization:  
**Nutrition: Trans fat, 2018**

<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/nutrition-trans-fat>  
(Viitattu: 6.10.2022)

World Health Organization:  
**Salt Intake, 2022**

<https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/3082>  
(Viitattu: 6.10.2022)

World Health Organization:  
**WHO calls on countries to reduce sugars intake among adults and children, 2015**

<https://www.who.int/news/item/04-03-2015-who-calls-on-countries-to-reduce-sugars-intake-among-adults-and-children#:~:text=A%20new%20WHO%20guideline%20recommends,would%20provide%20additional%20health%20benefits>  
(Viitattu: 6.10.2022)

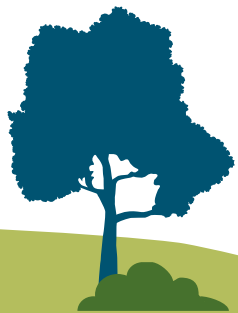
World Health Organization:  
**WHO Regional Office for Europe nutrient profile model, 2015**

[https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0005/270716/Nutrient-children\\_web-new.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0005/270716/Nutrient-children_web-new.pdf)  
(Viitattu: 6.10.2022)

WWF:

**Auf der Ölspur: Berechnungen zu einer palmölfreieren Welt, 2016**

[WWF-Studie Auf der Ölspur.pdf](#)  
(Viitattu: 6.10.2022)



## Yhteystiedot

Lidl Suomi  
PL 500  
FI-02201 Espoo

media@lidl.fi

## Lisätietoja vastuullisuudesta

[lidl.fi/vastuullisuus](https://lidl.fi/vastuullisuus)

## Tekijänoikeushuomautus

Tämän asiakirjan sisältö (mm. tekstit, kaaviot, kuvat, logot jne.) sekä itse asiakirja on suojattu tekijänoikeudellisesti. Tätä dokumenttia ja/tai sen sisältöjä ei saa jakaa edelleen, muokata, julkaista, kääntää tai kopioida ilman kirjallista lupaa Lidliltä.

© Lidl Suomi