

Fogyasztói magatartás vizsgálata a tápértékjelöléssel kapcsolatban és készételek NutriScore-jának vizsgálata

Farkas Zsófia Diána

Élelmiszerbiztonsági és -minőségi mérnöki, mesterképzés (MSc), levelező

Élelmiszerkémia és Analitika Tanszék

Belső témavezető: Dr. Abrankó László

A NutriScore egy 2017-ben létrehozott tápértékjelölő rendszer, mely a fogyasztók egyszerűbb és gyorsabb tájékoztatására hivatott. Az utóbbi egy évben hazánkban is egyre több terméken látható ez a jelölés. A dolgozatomban szerettem volna felmérni kérdőíves megkérdezés keretében, hogyan áll a lakosság a NutriScore-rendszerhez. A válaszok alapján úgy találtam, hogy a bevezetőmben leírt és általam észleltek azok valid meglátások: tényleg elindultunk egy jó irányba és az emberek szeretnének egészségesebben élni. Még a NutriScore-t nem ismerik igazán, de a tápértékjelölés, az összetevők nagy szerepet játszanak abban, hogy milyen élelmiszereket vásárolnak meg.

Egy táplálkozási napló keretében táplálkozási szokásokat vizsgáltam és azt, hogyan alakul a NutriScore az elfogyasztott komplexebb ételek esetében, legyen szó egy kakaóról, szendvicről vagy valamilyen főételről. Ennek kapcsán egyéb ételek NutriScore-ját is elemeztem. Habár a NutriScore figyelembe veszi a táplálkozási ajánlásokat én azt tapasztaltam, hogy nem ad teljesen pontos tájékoztatást a jelenlegi algoritmus. Nehézségnek élttem meg a készételek NutriScore-jának kiszámítását. Arra jutottam, hogy ilyen formában a házikészítésű ételek NutriScore-ját bizonyosan megállapítani nem lehet, hiszen nincs egy mindenki által elfogadott és használt standard. A szokásos magyar konyha ételeinek NutriScore-ja nem túl kedvező. Ugyanakkor arra jutottam, hogy jó NutriScore-ral rendelkező, az egészséges táplálkozás alapját képező alapanyagokból ugyanaz az étel elkészíthető olyan formában, hogy az jó NutriScore pontot kapjon, de olyan formában is, hogy egy rosszabbat. Ez a mi ételkészítési ismereteinktől, tudásunktól függ.

Jelenleg a régi algoritmust használtam a számításokhoz, az elmúlt időszakban született módosítások talán már pontosabban fogják meghatározni 1-1 termék NutriScore-ját. Ugyanakkor az ételek és készételek elemzése során tapasztaltak alapján azt gondolom, hogy habár ez egy nagyon jó segítség a hétköznapiakban, van még rajta mit csiszolni. Nem minden esetben tükrözi hűen az ételek NutriScore-ját, megtévesztő lehet.