O‘ZBEKISTON MILLIY STANDARTI

Vazn yo‘qotish uchun juda kam kaloriyali parhezlarda ishlatiladigan aralashmalar uchun standart

(CODEX STAN 203:2020, IDT)

Rasmiy nashr

O‘zbekiston standartlar instituti

Toshkent

STANDARTLAR INSTITUTI #IEDUXP1NZG - 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI

So‘zboshi

1 O‘zbekiston standartlar instituti tomonidan ISHLAB CHIQILDI.

2 O‘zbekiston standartlar institutining 2026-yildagi 21-iyuldagi 26/XSt-26-sonli buyrug‘i bilan TASDIQLANDI.

3 Ushbu standart CODEX STAN 203:2020 “Standard for formula foods for use in very low energy diets for weight reduction” xalqaro standartning matni bilan aynan o‘xshash.

4 DASTLABKI AMALGA KIRITILISHI

Ushbu milliy standartni va unga bo‘lgan o‘zgartishlarni O‘zbekiston hududida amalga kiritish, qayta ko‘rib chiqish yoki bekor qilish haqidagi axborot Standartlashtirish bo‘yicha milliy organning rasmiy veb-saytlari va standartlarning yillik axborot ko‘rsatkichlarda chop etiladi.

Ushbu standartni O‘zbekiston hududida rasmiy tarqatish mutlaq huquqi O‘zbekiston standartlar institutiga tegishli

STANDARTLAR INSTITUTI #IEDUXP1NZG - 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI

O‘zgartirishlar 2023

2023-yil dekabr oyida bo‘lib o‘tgan Codex Alimentarius komissiyasining qirq oltinchi sessiyasida qabul qilingan qarorlardan so‘ng, oziq-ovqat qo‘shimchalari ta‘minoti ushbu standartga o‘zgartirishlar kiritildi va oziq-ovqat qo‘shimchalari bo‘yicha barcha ta‘minotlarni GSFAga muvofiqlashtirish jarayoniga muvofiq Oziq-ovqat qo‘shimchalari uchun umumiy standartga (GSFA) (CXS 192-1995) kiritildi. 7-Qadoqlash bo‘limiga ham o‘zgartirishlar kiritildi.

Ushbu standartni talqin qilish yoki qo‘llashda tushunmovchiliklar yuzaga kelganda standartning asli yozilgan tillarining biridan foydalanish tavsiya etiladi.

STANDARTLAR INSTITUTI #IEDUXP1NZG - 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI

O‘ZBEKISTON MILLIY STANDARTI

Vazn yo‘qotish uchun juda kam kaloriyali parhezlarda ishlatiladigan aralashmalar uchun standart

Стандарт на смеси, используемые в очень низкокалорийных диетах для снижения массы тела

Standard for formula foods for use in very low energy diets for weight reduction

Amalga kiritish sanasi 01.08.2026 yil

1 Qo‘llanish doirasi

Ushbu standart 2-bo‘limda belgilanganidek, vaznni kamaytirish uchun juda past kaloriyali parhezlarda foydalanish uchun sun’iy oziq-ovqat mahsulotlariga nisbatan qo‘llaniladi. Ushbu oziq-ovqatlar maxsus tibbiy maqsadlar uchun mo‘ljallangan oziq-ovqatlar sifatida belgilanadi va o‘rtacha yoki og‘ir semizligi bo‘lgan shaxslar tomonidan tibbiy nazorat ostida ishlatilishi kerak. Retsept bo‘yicha sotish masalasi milliy darajada hal qilinishi kerak.

Ushbu standart an’anaviy taomlar ko‘rinishida taqdim etilgan oldindan qadoqlangan taomlarga taalluqli emas.

2 Ta‘rif

Juda kam kaloriyali parhezlarda ishlatiladigan aralashma - bu minimal miqdordagi uglevodlarni ta‘minlash va zarur ozuqa moddalariga bo‘lgan kunlik ehtiyojni qondirish uchun maxsus tayyorlangan, kaloriya miqdori 450-800 kkal bo‘lgan va yagona energiya manbai bo‘lib xizmat qiladigan oziq-ovqat mahsuloti.

3 Asosiy tarkibi va sifat omillari

Sotilgan mahsulot quyidagi tarkib va sifat omillariga muvofiq bo‘lishi kerak:

3.1 Kaloriya miqdori

Juda kam koloriyali parhezlar uchun mo‘ljallangan sun’iy ovqat, ko‘rsatmalarga muvofiq tayyorlanganda, yagona energiya manbai sifatida 450-800 kkal kunlik energiya iste’molini ta‘minlashi kerak.

3.2 Oziq moddalar tarkibi

3.2.1 Oqsil

Tavsiya etilgan kunlik ratsionda kamida 50 g oqsil mavjud bo‘lib, ozuqaviy qiymati oqsil hazm bo‘lishiga moslashtirilgan 1 aminokislota tezligiga to‘g‘ri keladi.

STANDARTLAR INSTITUTI #IEDUXP1NZG - 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI

Oqsil sifatini yaxshilash uchun faqat shu maqsadda zarur bo‘lgan miqdorda muhim aminokislotalar qo‘shilishi. Faqat L-shakldagi aminokislotalar va DL-metionindan foydalanishga ruxsat etiladi.

3.2.2 Yog‘lar

Juda past kaloriyali parhezda tavsiya etilgan kunlik ratsionda kamida 3 g linol kislotasi va 0,5 g α -linolen kislotasi mavjud bo‘lib, linol kislotasining α -linolen kislotasiga nisbati 5 dan 15 gacha oraliqda bo‘ladi.

3.2.3 Uglevodlar

Juda past kaloriyali parhezda tavsiya etilgan kunlik ratsionda kamida 50 g uglevodlar mavjud.

3.2.4 Vitaminlar va minerallar

Juda kam kaloriyali parhezlar tavsiya etilgan kunlik vitaminlar va minerallar iste'molining 100 % ta‘minlaydi. Quyida keltirilgan boshqa muhim ozuqa moddalari ham mavjud bo‘lishi mumkin.

Vitaminlar	
A vitamini	600 µg
D vitamini	2,5 µg
E vitamini	10 mg
C vitamini	30 mg
Tiamin	0,8 mg
Riboflavin	1,2 µg
Niatsin	11 mg
B6 vitamini	2 mg
B12 vitamini	1 µg
Folik kislota (monoglutamat hisobida)	200 µg

Minerallar	
Kaltsiy	500 mg
Fosfor	500 mg
Temir	16 mg
Yod	140 µg
Magniy	350 mg
Mis	1,5 mg
Rux	6 mg
Kaliy	1,6 g
Natriy	1 g

3.3 Ingrediyentlar

Juda past kaloriyali parhezlar inson iste’moli uchun yaroqli deb topilgan hayvon va/yoki o‘simlik oqsil tarkibiy qismlaridan va yuqoridagi 3.1 va 3.2-bo‘limlarda ko‘rsatilganidek, mahsulotning muhim tarkibiga erishish uchun zarur bo‘lgan boshqa tegishli tarkibiy qismlardan tayyorlanishi kerak.

STANDARTLAR INSTITUTI MEDOXFENZG - 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI

4 Oziq-ovqat qo‘shimchalari

Oziq-ovqat qo‘shimchalari uchun umumiy standartning (SXS 192-1995)[1] 1-jadvali va 2-jadvaliga muvofiq qo‘llaniladigan oziq-ovqat qo‘shimchalari 13.4 oziq-ovqat toifasida (Ozish va vaznni kamaytirish uchun parhez moddalar) yoki 3-jadval ro‘yxatiga muvofiq ushbu standartga muvofiq oziq-ovqat mahsulotlarida qo‘llash mumkin.

5 Ifloslantiruvchi moddalar

5.1 Pestitsid qoldiqlari

Mahsulot tayyor mahsulotning xom ashyosi yoki tarkibiy qismlarini ishlab chiqarish, saqlash yoki qayta ishlash jarayonida zarur bo‘lgan pestitsid qoldiqlari mahsulotda qolmasligini yoki texnik jihatdan muqarrar bo‘lgan hollarda, pestitsid qoldiqlari iloji boricha minimal darajaga tushirilishini va Pestitsid qoldiqlari bo‘yicha Kodeks qo‘mitasi tomonidan mahsulot uchun belgilangan maksimal qoldiq chegaralaridan oshmasligini ta‘minlash uchun yaxshi ishlab chiqarish amaliyotiga muvofiq alohida ehtiyotkorlik bilan tayyorlanishi kerak.

5.2 Boshqa ifloslantiruvchi moddalar

Mahsulot kelishilgan tahlil usullari bilan aniqlanganidek, gormon va antibiotik qoldiqlaridan xoli bo‘lishi va boshqa ifloslantiruvchi moddalardan, ayniqsa farmakologik faol moddalardan deyarli xoli bo‘lishi kerak.

6 Sanitariya va gigienik talablar

6.1 Mahsulot, iloji boricha, yaxshi ishlab chiqarish amaliyotiga muvofiq, kiruvchi aralashmalardan xoli bo‘lishi kerak.

6.2 Tegishli namunalar olish va tahlil usullaridan foydalangan holda o‘tkazilgan sinov natijalariga ko‘ra, mahsulot:

a) patogen mikroorganizmlardan xoli bo‘lishi kerak;

b) inson salomatligi uchun xavf tug‘dirishi mumkin bo‘lgan miqdorda mikroorganizmlarning hayotiy faoliyati natijasida hosil bo‘lgan moddalarni o‘z ichiga olmasligi kerak;

c) inson salomatligi uchun xavf tug‘dirishi mumkin bo‘lgan miqdorda boshqa zaharli yoki zararli moddalarni o‘z ichiga olmasligi kerak.

7 Qadoqlash

7.1 Mahsulot sanitariya, gigiena va boshqa oziq-ovqat xususiyatlarini saqlab turadigan idishlarga qadoqlanadi. Suyuq holda chiqarilganda, mahsulot issiqlik bilan ishlov beriladi va sterilligini ta‘minlash uchun germetik yopiq idishlarga qadoqlanadi.

7.2 Qadoqlash materiallari, shu jumladan, idishlar faqat xavfsiz va maqsadli foydalanish uchun mos bo‘lgan moddalardan tayyorlanadi. Codex Alimentarius komissiyasi qadoqlash materiallari sifatida ishlatiladigan har qanday bunday moddalar uchun standartni qabul qilgan hollarda, ushbu standart qo‘llaniladi.

STANDARTLAR INSTITUTI MILLIY FONDI - 25.09.2026 O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO‘JALIGI VAZIRLIGI

8 Idishni to‘ldirish

Iste’molga tayyor mahsulotlar uchun idishni to‘ldirish quyidagicha:

a) og‘irligi 150 g (5 unsiya) dan kam bo‘lgan mahsulotlar uchun kamida 80 % hajm;

b) og‘irligi 150–250 g (5–8 unsiya) bo‘lgan mahsulotlar uchun kamida 85 % hajm; va

c) og‘irligi 250 g (8 unsiya) dan ortiq bo‘lgan mahsulotlar uchun idishning suv hajmining kamida 90 %. Idishning suv hajmi - bu to‘liq to‘ldirilganda yopiq idish ushlab turadigan 20 °C haroratdagi distillangan suv hajmi.

9 Tamg‘alash

Maxsus parhez maqsadlar uchun qadoqlangan oziq-ovqat mahsulotlarini tamg‘alash va ularga qo‘yiladigan talablar bo‘yicha umumiy standartning (CXS 146-1985),[2] keyingi o‘rinlarda “Umumiy standart”, Maxsus tibbiy maqsadlar uchun qadoqlangan oziq-ovqat mahsulotlarini tamg‘alash va ularga qo‘yiladigan talablar bo‘yicha standartning (CXS 180-1991)[3] tegishli bo‘limlaridan tashqari quyidagi maxsus qoidalar qo‘llaniladi:

9.1 Mahsulot nomi “Juda past kaloriyali parhezlarda foydalanish uchun aralashma” bo‘lishi lozim.

9.2 Ingrediyentlar ro‘yxati

Ingrediyentlarning to‘liq ro‘yxati Umumiy standartning 4.2-bo‘limiga muvofiq e’lon qilinadi.

9.3 Ozuqaviy qiymat ko‘rsatmasi

9.3.1 Ozuqaviy qiymati yorliqda sotilgan 100 gramm yoki 100 ml oziq-ovqat uchun va tegishli hollarda iste’mol uchun tavsiya etilgan oziq-ovqatning belgilangan miqdori uchun e’lon qilinadi:

(a) kilokaloriyalarda (kkal) va kilojoullarda (kJ) ifodalangan kaloriya miqdori;

(b) oqsil, mavjud uglevodlar va yog‘ning grammlarda ifodalangan miqdori;

(s) 3.2.4-bo‘limda metrik birliklarda ifodalangan vitaminlar va minerallar miqdori;

(d) boshqa ozuqa moddalarining miqdori ham e’lon qilinishi mumkin.

9.3.2 Agar yog‘ kislotalari tarkibi yorliqda e’lon qilingan bo‘lsa, bu Oziqlanish yorlig‘i bo‘yicha ko‘rsatmalarga (CXG 2-1985)[4] muvofiq amalga oshirilishi kerak.

9.3.3 Bundan tashqari, ozuqaviy moddalar miqdori xalqaro miqyosda tan olingan ozuqaviy moddalarni iste’mol qilishning tavsiya etilgan sutkalik me’yoriga nisbatan foizlarda ko‘rsatilishi mumkin.

9.4 Saqlash muddatlarini ko‘rsatish

Minimal saqlash muddati Umumiy standartning 4.7.1-bo‘limiga muvofiq ko‘rsatiladi.

9.5 Saqlash shartlari

STANDARTLAR INSTITUTI #IEDUXP1NZG - 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI

9.5.1 Ochilmagan qadoqda

Mahsulot uchun maxsus saqlash shartlari, agar ular saqlash muddatiga tta’sir qilsa, yorliqda ko‘rsatiladi. Mahsulotning ochilgan qadoqlarini saqlash bo‘yicha ko‘rsatmalar yorliqda mahsulotning xususiyatlari va ozuqaviy qiymatini ochilgan qadoqda saqlab qolishini ta‘minlash uchun keltirilgan. Yorliqda mahsulot ochilgandan keyin saqlanmasligi yoki ochilgan iste’molchi qadoqlarida saqlanmasligi kerakligi haqida ogohlantirish bo‘lishi kerak.

9.6 Foydalanish bo‘yicha ma‘lumot

“Davolovchi ovqatlanishga ixtisoslashtirilgan oziq-ovqat mahsulotlarini yorliqlash va xususiyatlari to‘g‘risidagi bayonotlar standarti” (CXS 180-1991)[3] ning tegishli bo‘limlari talablariga qo‘shimcha ravishda quyidagi ma‘lumotlar keltirilgan:

- “semizlikni parhez bilan davolash uchun” degan bayonot yorliqda, oziq-ovqat nomiga yaqin joyda ko‘rsatilishi kerak;
- kundalik suyuqlikni yetarli miqdorda iste’mol qilishning muhimligi haqida bayonot; va
- tibbiy ko‘rsatmalarsiz, mahsulotni homilador yoki emizikli ayollar, go‘daklar, bolalar, o‘smirlar yoki qariyalar ishlatmasligi kerakligi haqida bayonot.

9.7 Qo‘shimcha qoidalar

Mahsulot faqat semizlikni parhez bilan davolash maqsadida tavsiya etilishi mumkinligi ko‘rsatilgan.

9.1 va 9.6-bo‘limlarda keltirilgan oziq-ovqat mahsulotining nomi va undan foydalanish ko‘rsatkichlari to‘g‘risidagi ma‘lumotlar iste’molchi tomonidan foydalanish uchun qadoq va/yoki xaltaning yorlig‘ida ko‘rsatilishi kerak. Yuqoridagi 9.6-bo‘lim va Maxsus tibbiy maqsadlar uchun oziq-ovqatlarni yorliqlash va bayonotlar standartining (CXS 180-1991)[3] 4.5-bo‘limiga muvofiq talab qilinadigan boshqa ma‘lumotlar qadoq va/yoki xalta yorlig‘ida ushbu omilga havola qilingan ilova varaqasida ko‘rsatilishi mumkin.

Izohlar

[1] FAO va JSST. 1995. Oziq-ovqat qo‘shimchalari uchun umumiy standart. Codex Alimentarius Standard, № CXS 192-1995. Codex Alimentarius Komissiyasi. Rim.

[2] FAO va JSST. 1985. Maxsus parhez maqsadlarida foydalanish uchun oldindan qadoqlangan oziq-ovqat mahsulotlarini etiketlash va ularga da‘vo qilish bo‘yicha umumiy standart. Codex Alimentarius Standard, № CXS 146-1985. Codex Alimentarius Komissiyasi. Rim.

[3] FAO va JSST. 1991. Maxsus tibbiy maqsadlar uchun oziq-ovqat mahsulotlarini etiketlash va ularga da‘vo qilish bo‘yicha standart. Codex Alimentarius Standard, № CXS 180-1991. Codex Alimentarius Komissiyasi. Rim.

[4] FAO va JSST. 1985. Oziq-ovqat mahsulotlarini etiketlash bo‘yicha ko‘rsatmalar. Codex Alimentarius Ko‘rsatmasi, № CXG 2-1985. Codex Alimentarius Komissiyasi. Rim.

STANDARTLAR INSTITUTI #IDQUXDANZG — 25.09.2026 O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI QISHLOQ XO'JALIGI VAZIRLIGI