

Rekenmethode Nutri-Score wordt verstrengd

nieuws

De rekenmethode om de Nutri-Score van een product te bepalen, wordt vanaf 1 januari strenger. In het totaal zullen 40 procent van alle producten impact ondervinden van de nieuwe rekenmethode, die rekening houdt met de meest recente voedingsaanbevelingen. Zo zal er meer rekening gehouden worden met het zout- en suikergehalte van producten. Bij dranken krijgt enkel nog water Nutri-Score A.

28 DECEMBER 2023

Jozefien Verstraete

Lees meer over:

voeding

voedingsdriehoek

gezondheid



Het label met de scores van A tot E werd in 2018 ingevoerd om via een etiket de consument te informeren hoe gezond een voedingsmiddel is. De Nutri-Score quoteert voedingsproducten op een schaal van -15 voor de 'meest gezonde' tot +40 voor de 'ongezondste'. In het huidige algoritme zijn calorieën, verzadigde vetzuren, de hoeveelheid zout, suiker, vezels, fruit, groenten en noten de voornaamste parameters.

Vorig jaar kreeg de Nutri-Score voor vaste voedingsmiddelen ook al een bijsturing om meer in lijn te liggen met nationale voedingsadviezen. Zo werd rood vlees toen strenger gequoteerd en gingen een aantal plantaardige oliën erop vooruit. Maar de voorbije maanden werd het systeem opnieuw grondig herzien. De manier waarop de scores worden berekend, werden aangepast zodat de Nutri-Score nauwer aansluit bij de Europese voedingsaanbevelingen.

Aanpassingen voeding

Er werd onder meer beslist om de drempel tussen categorie A en B met één punt te verstrengen. Daardoor komen minder producten in de meest gezonde categorie terecht. Er wordt ook meer rekening gehouden met het zout- en suikergehalte van producten en zullen er minder positieve punten voor eiwitten gegeven worden. Hierdoor zullen gesuikerde ontbijtgranen en gesuikerde yoghurt een slechtere Nutri-score krijgen. Daarnaast werden noten en zaden overgebracht van de categorie fruit en groenten naar die van vetten en oliën, en werd er een onderscheid ingevoerd tussen rood en verwerkt vlees enerzijds en gevogelte anderzijds. Ook in de categorie vis werd er een extra onderscheid toegevoegd zodat vette vis voortaan ook een betere score krijgt. Tot slot zal er ook een beter onderscheid worden gemaakt tussen vezelrijke volkorenproducten en geraffineerde producten. Volkorenbrood zal score A krijgen, geraffineerd brood score C.

Dranken

Verder zullen light frisdranken, die ook zoetstoffen bevatten, van nutriscore B naar C gaan. Dit omdat uit recente studies blijkt dat deze alternatieve zoetstoffen geen cruciaal gezondheidsvoordeel opleveren ten opzichte van traditionele suikers. Ook wordt de exclusieve positie van water in de verf gezet. Als enige drank die wordt aanbevolen door de internationale gezondheidsinstanties, krijgt water een A-label. Daarnaast zullen melk, op melk gebaseerde dranken en plantaardige dranken in de categorie 'dranken' worden ondergebracht. Voordien stonden die producten in de categorie van de algemene levensmiddelen.

De nieuwe rekenmethode geldt voor alle producten die vanaf 1 januari 2024 worden geproduceerd. Voor bestaande producten krijgen producenten nog tot eind 2025 tijd om de etiketten aan te passen. In de winkel zullen gedurende deze overgangperiode dus producten te vinden zijn met een oude Nutri-Score en nieuwe Nutri-Score.



Uitgelicht

Nutri-Score heeft vaak een omgekeerd effect

nieuws

De Nutri-Score beïnvloedt supermarktbezoekers niet altijd om de gezondste keuze te maken. Bij het kopen van hetzelfde product waarvan het ene Nutri-Score B heeft en het andere...

🕒 10 FEBRUARI 2023

[Lees meer](#)

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

[f](https://www.facebook.com/vilt.nieuws/) screenreader.visit us on our facebook page: <https://www.facebook.com/vilt.nieuws/>

[in](https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/) screenreader.visit us on our linkedin page: <https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/>

[@](https://www.instagram.com/vilt.nieuws) screenreader.visit us on our instagram page: <https://www.instagram.com/vilt.nieuws>

[X](https://x.com/vilt_nieuws) screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws

[butterfly](https://bsky.app/profile/viltnieuwbsky.social) screenreader.visit us on our bluesky page: <https://bsky.app/profile/viltnieuwbsky.social>

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |

[Privacy policy](#)

[Copyright](#)

[Cookie Policy](#)

[Cookie instellingen aanpassen](#)

Webdesign by Who Owns The Zebra