

Saltpartnerskapet 2015–2018 – Fremdrift og måloppnåelse

Først publisert: 11. juni 2019

Siste faglige endring: 11. juni 2019

Innhold

1. Forord	3
2. Sammendrag	4
3. Bakgrunn	5
4. Saltpartnerskapet 2015-2018	7
5. Datagrunnlag	11
6. Resultater	15
7. Oppsummering og konklusjon	31
8. Referanseliste	33
9. Vedlegg og PDF-versjon av rapporten ...	35

Forord

Verdens helseorganisasjon (WHO) anser reduksjon av saltinntak i befolkningen som et av de mest kostnadseffektive folkehelse tiltakene. Helsedirektoratet lanserte våren 2014 «Tiltaksplan salt 2014–2018» for å redusere saltinntaket i befolkningen. Målet i planen er en reduksjon på 15 prosent av saltinntaket innen 2018 og 30 prosent reduksjon innen 2025. Forpliktende samarbeid mellom myndigheter, matvarebransje og serveringsnæringen om saltreduksjon er et sentralt tiltak i planen for å redusere saltinnholdet i matvarer og servert mat.

Saltpartnerskapet mellom matvarebransje, serveringsbransje, FoU-miljøer, bransje- og interesseorganisasjoner og helsemyndigheter ble etablert høsten 2015. Målet for Saltpartnerskapet er å stimulere til et redusert innhold av salt i matvarer og servert mat, og økt bevissthet om salt og helse i befolkningen. Saltpartnerskapet ble innlemmet i Intensjonsavtalen for et sunnere kosthold da denne ble etablert i desember 2016. Det er bestemt at Saltpartnerskapet skal videreføres i perioden 2019–2021.

Denne rapporten presenterer måloppnåelse i Saltpartnerskapet 2015–2018, og danner et grunnlag for videreføring av arbeidet i perioden 2019–2021. Rapporten er utarbeidet av en redaksjonsgruppe nedsatt av styringsgruppen i Saltpartnerskapet.

Oslo, juni 2019

Henriette Øien
avdelingsdirektør

Sammendrag

Saltpartnerskapet er et samarbeid mellom matvarebransje, serveringsbransje, FoU-miljøer, interesseorganisasjoner og helsemyndigheter og startet i oktober 2015. Ved utløpet av partnerskapet i 2018 var det 91 deltagende aktører.

Det overordnede målet for Saltpartnerskapet har vært å iverksette arbeid med saltreduksjon i matvarer og servert mat, samt øke kunnskap om salt og helse i befolkningen for å bidra til 15 % reduksjon av saltinntaket til 8,5 g per dag innen 2018. Aktørene har på ulike måter bidratt for å nå den felles målsettingen. Gradvis reduksjon over tid og i fellesskap er nødvendig for å kunne endre smaksterskelen for salt.

For å ha konkrete mål og følge saltinnholdet i ulike matvarer over tid, er det utarbeidet lister med veiledende saltmål for i alt 100 matvarekategorier. Saltinnholdet er fulgt gjennom endringer i deklarererte verdier for salt ved hjelp av produkt databasen Tradesolution for ca. 7000 varelinjer i perioden 2016 til 2018. Databasen inkluderer alle matvarer på det norske markedet, uavhengig av om produsenter og leverandører er en del av Saltpartnerskapet eller ikke. Metoden for monitorering har vært en viktig leveranse i partnerskapsarbeidet.

Partene i matvarebransjen har i perioden arbeidet for å redusere saltinnholdet i egne varer. De veiledende målene for saltinnhold har vært en sentral rettesnor i arbeidet for gradvis saltreduksjon. Arbeidet med reduksjon av salt er ikke begrenset til partnerskapsperioden.

I serveringsbransjen er det samarbeidet om et pilotprosjekt for årlig innsamling av data for innkjøp av salt og mengde salt i produkter. Det er utviklet en «Saltskole» for å øke bevisstheten om saltets betydning for helsen og hvordan saltinnholdet i servert mat kan reduseres. Aktørene har gjennomført ulike saltreduksjonstiltak.

Helsemyndighetene og de frivillige organisasjonene har gjennomført kampanjer og andre medietiltak for å øke folks bevissthet rundt salt og helse, mens FoU-miljøene har bidratt med kunnskap om teknologiske løsninger for redusert saltinnhold i produkter.

Datagrunnlaget fra Tradesolution for årene 2016–2018 viser at gjennomsnittlig saltinnhold i ca. 40 % av matvarekategoriene ligger på eller under saltmålet. Vektet gjennomsnitt, der det er tatt hensyn til grossistvolum, viser at ca. 60 % av kategoriene er på eller under saltmålet. Dette indikerer at volumproduktene ligger noe foran i saltreduksjonsarbeidet enn produkter med lavere salgsvolum.

Resultater fra et analyseprosjekt for saltinnhold i 200 indikator matvarer som har foregått parallelt med Saltpartnerskapet, samsvarer med resultater fra Tradesolution for flere av matvarekategoriene.

Forbrukernes kunnskap om salt, helse og saltinnhold i matvarer er høy og lite endret i perioden 2015–2018, men det er fortsatt behov for stor oppmerksomhet på salt i kommunikasjonsarbeidet.

Befolkningens saltinntak i 2018 er ikke kjent, da det ikke foreligger nye forbruks- eller kostholdsundersøkelser siden de forrige undersøkelsene i 2010–2012. Det er således ikke mulig å gi en samlet vurdering av om partnerskapets overordnede målsetning er nådd.

Evalueringen fra aktørene i partnerskapet viser at arbeidet har vært drevet av partenes ønske om i fellesskap å bidra til bedre folkehelse. Et likeverdig samarbeid mellom bransje og myndigheter er motiverende og har gitt resultater på kort tid. Partene ønsker derfor å fortsette samarbeidet gjennom en ny partnerskapsperiode for 2019–2021. Det er arbeidet med å sette nye mål for ytterligere reduksjon av salt i matvarer og serverte retter.

Bakgrunn

Salt og helse

Sammenheng mellom inntak av salt, blodtrykk og risiko for hjerte- og karsykdommer er godt dokumentert. Økt risiko for kreft (bl.a. i magesekk) er også sett i sammenheng med salt som sådan, samt saltede og saltkonserverte matvarer (Nordic Council of Ministers, 2014).

WHOs handlingsplan (WHO, 2013) for forebygging av ikke-smittsomme sykdommer (Non-communicable diseases, NCD) inkluderer globale mål for reduksjon av ikke-smittsomme sykdommer og aktuelle risikofaktorer. Ett av målene er 30 prosent reduksjon i saltinntaket innen 2025, og dette ble inkludert i den nasjonale NCD-strategien (2013-2017) (Helse- og omsorgsdepartementet, 2013).

Salt består av natrium og klorid som er næringsstoffer som blant annet er nødvendige for regulering av kroppens væske- og elektrolyttbalanse, metabolisme, nerveimpulser og muskelkontraksjoner. Ca. 1,5 g salt per dag er angitt å være tilstrekkelig for de fleste voksne til å dekke behovet for natrium ved alminnelig fysisk aktivitet i et norsk klima (Nordic Council of Ministers, 2014).

Helsedirektoratet anbefaler en gradvis reduksjon av natriuminntaket til en mengde som tilsvarer 5 g salt (NaCl) per person per dag på lang sikt. Anbefalt nivå for befolkningens kosthold i et kortere tidsperspektiv, og til bruk ved planlegging, er 6 g salt per dag (tilsvarer 2,3 g natrium per dag) (Helsedirektoratet, 2014b).

Saltinntak og saltkilder i kosten

Anslått saltinntak i Norge er betydelig høyere enn anbefalt. Estimaten på saltinntak er basert på data fra den nasjonale kostholdsundersøkelsen Norkost 3 (2010-11) blant voksne, der gjennomsnittlig saltinntak fra mat ble beregnet til 6,3 g per dag for kvinner, og 9 g per dag for menn. Beregningene fra Norkost 3 viser at minst 80 % av mennene og over halvparten av kvinnene inntar mer enn 6 g salt om dagen (Helsedirektoratet, 2012). Det ble ikke innhentet systematisk informasjon om tilsetning av salt under matlaging eller ved bordet. Når det tas hensyn til dette, anslås saltinntaket i den norske befolkningen å være cirka 10 g per dag for menn og noe lavere for kvinner, med store individuelle variasjoner.

Norkost 3 og Statistisk sentralbyrås forbruksundersøkelse fra 2012 gir også data på saltkilder i kostholdet (Helsedirektoratet, 2018b). Disse undersøkelsene viser at omtrent tre fjerdedeler av det gjennomsnittlige saltinntaket kommer fra industribearbeidede matvarer og mat spist på serveringssteder. Kjøttprodukter, brød, sauser, pulver, krydder, fiskeprodukter, ost og spise fett er de største saltkildene.

Arbeid med saltreduksjon og forarbeid til Saltpartnerskapet

Norske helsemyndigheter har de siste 30 årene på ulike måter hatt dialog med matvarebransjen om saltreduksjon. Mange produsenter har også jobbet målrettet med saltreduksjon i sine matvarer over lengre tid. Introduksjonen av Nøkkelhullet i 2009 hadde til hensikt å stimulere til produktutvikling og flere produkter med lavere saltinnhold på markedet (se [Forskrift om frivillig merking av næringsmidler med Nøkkelhullet](#)) (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015).

I tillegg til å gi saltsmak i matvaren, har salt konserverende egenskaper og bidrar dermed til økt holdbarhet. Dette er viktig både av hensyn til mattrygghet og redusert matsvinn. Salt har også viktige funksjonelle og prosessstekniske egenskaper som er nødvendige for produktets kvalitet. Forskningsmiljøene i Saltpartnerskapet har i samarbeid med matvareindustri forsket på tekniske problemstillinger for saltreduksjon i matvarer, blant annet i prosjektene SALTO og en Sunnere matpakke.

Helsedirektoratet lanserte våren 2014 [Tiltaksplan salt 2014-2018](#) for å redusere saltinntaket i befolkningen (Helsedirektoratet, 2014b). Målet i planen er en reduksjon på 15 prosent av saltinntaket innen 2018 og 30 prosent reduksjon innen 2025. Med bakgrunn i Helsedirektoratets tiltaksplan var saltreduksjon tema på møtet i helseministerens næringslivsgruppe på matvareområdet våren 2014. Helseministeren ønsket at matvarebransjen skulle forplikte seg til et mål for saltreduksjon i matvarer. På et senere seminar, i regi av matbransjen, uttrykte bransjen selv et ønske om opprettelse av et saltpartnerskap i Norge på lik linje med Danmark (Fødevarestyrelsen) og England (CASH, 1996). Høsten 2014 presenterte matvarebransjen notatet «Felles innsats for å redusere saltinntaket med 15 % innen 2018» i helseministerens næringslivsgruppe (Helse- og omsorgsdepartementet, 2014a).

Helsedirektoratet inviterte i november 2014 ulike interessentgrupper fra matvare- og serveringsbransje, FoU-miljøer, nærings- og bransjeorganisasjoner og interesseorganisasjoner til samarbeid om redusert innhold av salt i matvarer og servert mat, og økt bevissthet om salt og helse i befolkningen. Arbeidet med utvikling av en samarbeidsavtale for et saltpartnerskap med mål om reduksjon av saltinnholdet i matvarer og servert mat, startet primo 2015. Det ble etablert en styringsgruppe, ledet av Helsedirektoratet, med deltakelse fra interessentene.

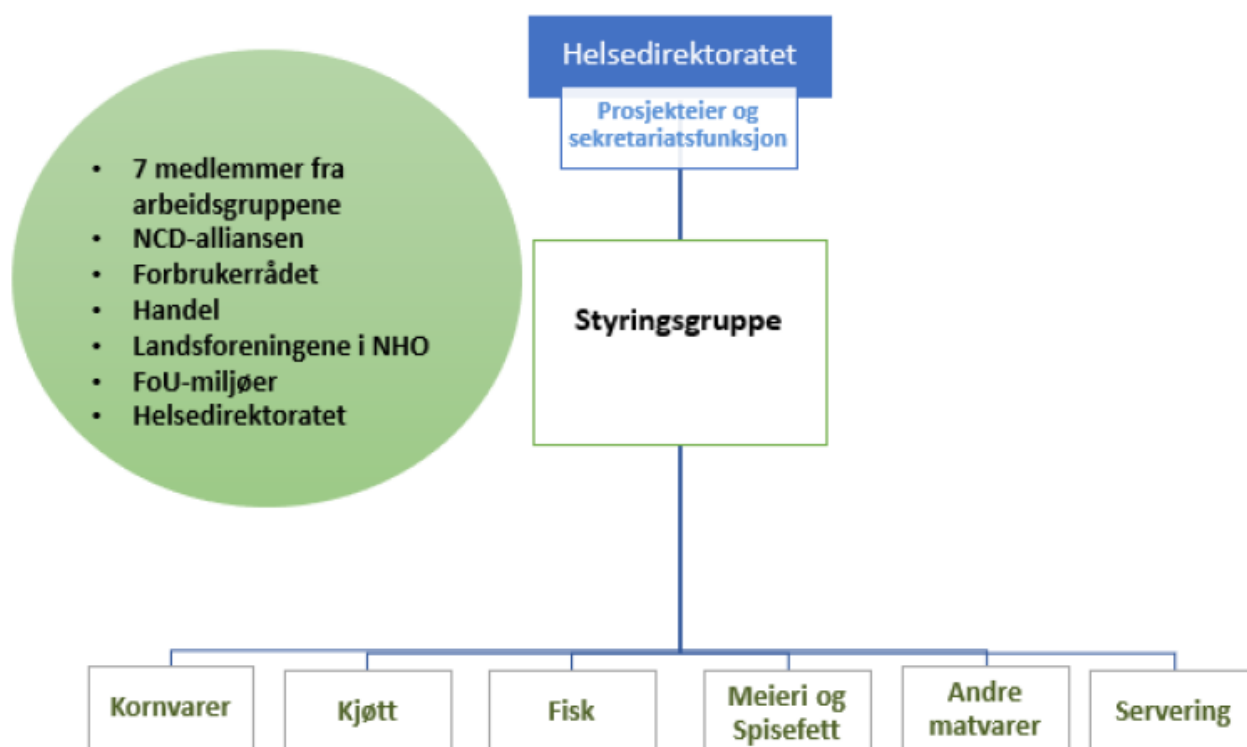
Saltpartnerskapet 2015-2018

2.1 Formål og organisering av Saltpartnerskapet

Saltpartnerskapet 2015–2018 trådte i kraft oktober 2015. Saltpartnerskapet er et samarbeid mellom matvarebransje, serveringsbransje, FoU-miljøer, interesseorganisasjoner og helsemyndigheter. [Samarbeidsavtalen for Saltpartnerskapet](#) ble signert av Helsedirektoratet ved helsedirektøren og av ledelsen hos avtalepartene (Helsedirektoratet, 2014a).

Det overordnede målet for Saltpartnerskapet er å iverksette arbeid med saltreduksjon i matvarer og servert mat for å nå målet om 15 % reduksjon av saltinntaket i befolkningen (til 8,5 g/dag) innen 2018, og 30 % (7,0 g/dag) innen 2025.

Da Saltpartnerskapet ble lansert oktober 2015, signerte 53 aktører avtalen. I perioden fra oktober 2015 til desember 2018 har antallet aktører økt til 91 (vedlegg 1). Av disse er 25 virksomheter kommet til via intensjonsavtalen om tilrettelegging for et sunnere kosthold (se kapittel 2.4).



Figur 1. Organisering av saltpartnerskapet

Partene er likeverdige aktører som har forpliktet seg gjennom en avtale. Arbeidet har vært organisert gjennom en styringsgruppe med Helsedirektoratet som prosjekteier og leder, samt seks arbeidsgrupper inndelt i Kornvarer, Kjøtt, Fisk, Meieri og Spisefett, Andre matvarer og Servering, som indikert i Figur 1. Styringslinjen går fra styringsgruppen, via lederne i arbeidsgruppene og til aktørene i den enkelte bransje. Arbeidsgruppene har bestått av partnere fra industri og handel, servering, bransje- og næringslivsorganisasjoner og forskningsmiljøer. Disse oppnevnte selv leder for egen gruppe. Lederen har vært gruppens representant i styringsgruppen og har organisert arbeidet i egen arbeidsgruppe. Styringsgruppen har i tillegg til arbeidsgruppelederne for de fem matvaregruppene, bestått av to representanter fra servering, to fra interesseorganisasjoner, en representant fra forskningsmiljøer, en representant fra handel, en fra nærings- og bransjeorganisasjoner, samt to fra Helsedirektoratet. Helsedirektoratet har i tillegg hatt sekretariatsfunksjonen.

Styringsgruppen har hatt ansvar for fremdrift og måloppnåelse, herunder å utarbeide og implementere et opplegg for monitorering og rapportering av resultater fra saltreduksjonsarbeidet. Det ble utarbeidet [årsrapporter om arbeidet i styringsgruppen og arbeidsgruppene for 2016](#) (Helsedirektoratet, 2017) og [2017](#) (Helsedirektoratet, 2018a).

WHO lanserte i 2016 [SHAKE The Salt Habit](#), et program for saltreduksjon basert på erfaringer fra arbeid med saltreduksjon rundt om i verden (WHO, 2016). Programmet består av et sett anbefalte verktøy (SHAKE) med et overordnet rammeverk, som inkluderer politisk forpliktelse, ledelse fra myndighetene, et tverrsektorielt partnerskap og påvirkning av beslutningstakere. Saltpartnerskapets organisering er i stor grad i tråd med anbefalingene i SHAKE-programmet.

2.2 Mål for saltinnhold i matvarer – saltlister

Arbeidsgruppene utarbeidet forslag til veiledende mål for saltinnhold i de enkelte matvare-kategoriene basert på matvarebransjens notat «Felles innsats for å redusere saltinntaket med 15 % innen 2018» (Helse- og omsorgsdepartementet, 2014b) og definerte selv kategoriinndelingen for saltmålene. I dette arbeidet ble det sett til saltkriterier for matvaregrupper i «Forskrift om frivillig merking av næringsmidler med Nøkkelhullet» (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015), og til målene i saltlistene i Danmark (Fødevarestyrelsen) og England (CASH, 1996). Forslag til veiledende mål i Saltpartnerskapets saltlister ble vurdert og godkjent i styringsgruppen før partnerskapsavtalen trådte i kraft.

De veiledende saltmålene representerer gjennomsnittlig saltinnhold i kategoriene og gir rom for variasjon i saltinnhold da mange av kategoriene er bredt sammensatt. I arbeidet med å sette saltmål ble produkter som utgjorde en vesentlig andel av omsetningen i volum valgt som utgangspunkt for arbeidet med å sette mål.

Saltlistene omfatter til sammen 100 matvarekategorier på hoved- og underkategorinivå med ett saltmål i hver kategori (Tabell 1). Komplette veiledende saltliste finnes i vedlegg til samarbeidsavtalen.

Tabell 1. Oversikt over matvarekategorier og antall saltmål i saltlistene (se vedlegg 2).

Kategorier	Antall kategorier og saltmål
Kornvarer	8 hovedkategorier, 12 saltmål
Kjøttprodukter	12 hovedkategorier, 14 saltmål
Fiskeprodukter	8 hovedkategorier, 15 saltmål
Meieri og spisefett	2 hovedkategorier, 12 saltmål
Andre matvarer	8 hovedkategorier, 47 saltmål

2.3 Saltpartnerskapets leveranser

Partnerskapets samarbeidsområder og leveranser omhandler fire hovedområder:

Reduksjon av saltinnholdet i matvarer

Partene i matvarebransjen skal arbeide for at saltinnholdet i matvarekategoriene ligger på eller under veiledende saltmål som er anført i saltlistene.

Reduksjon av saltinnholdet i servert mat (kantiner, restauranter, KBS [1])

Partene skal arbeide for kompetanseheving av personell og bevisstgjøring av kunder.

Kunnskaps – og kompetansespredning

Partene skal arbeide for å øke bevisstheten og kunnskapen om saltets betydning for folkehelsen til forbrukere, helsepersonell, produsenter og tilbydere av mat og andre formidlere av ernæringsinformasjon, og stimulere til økt forskning på saltreduksjon og produktutvikling.

Monitorering av innsatsen

Partene skal utarbeide og implementere et felles system for å følge saltinnholdet i matvarekategorier, drikker og retter, samt følge utviklingen av kunnskap, holdning og etterspørsel etter matvarer med mindre salt i bransjene og i befolkningen.

Partenes roller og bidrag i Saltpartnerskapet er beskrevet i samarbeidsavtalen. Konkret har dette blant annet betydd følgende for partene:

Matvareindustri og handel:

- delta i utarbeidelse av veiledende saltmål
- følge opp og innrapportere data i Tradesolution (TS)
- arbeide med å redusere saltinnholdet i egne produkter

Nærings- og bransjeorganisasjoner[2]

- rekruttere virksomheter til partnerskapet
- koordinere arbeid og drive informasjon- og kompetansespredning blant egne medlemmer
- følge opp arbeidsprosesser, inkludert metodikk for monitorering

Serveringsbransje:

- fastsette krav til lavere saltinnhold ved innkjøp/anbud og ved tilberedning av mat som serveres
- følge opp kompetanseheving om saltreduksjon hos kokker og andre som lager og tilbyr mat
- markedsføre produkter, menyer etc. med lavere saltinnhold

NCD-alliansen[3] :

- gi innspill til arbeidsprosessen
- veilede forbrukere om helseeffektene av salt og bidra med å spre Helsedirektoratets saltkampanjer i sosiale medier og gjennomføre kommunikasjonsaktiviteter

Forbrukerrådet:

- gi innspill til arbeidsprosessen
- bidra til utarbeidelse og oppfølging av felles system for monitorering av saltmålene

Forskningsmiljøer[4]:

- bidra til kunnskap om saltreduksjon i produktutvikling
- gjennomføre kompetanseoverføring gjennom seminar om saltreduksjonsarbeid
- bidra med kompetanse i arbeidsgruppene

Helsedirektoratet:

- lede arbeidet og inneha sekretariatsfunksjon
- overvåke kunnskap og holdninger til salt i befolkningen og utviklingen av saltinnhold i mat, samt bidra til overvåking av saltinntaket i befolkningen

- kommunisere om salt og helse til befolkningen gjennom kampanjer og presse
- medvirke til oppmerksomhet om partnerskapet nordisk og internasjonalt

Styringsgruppen har i perioden fulgt opp og koordinert arbeidet med:

- Monitorering av saltinnholdet i matvarer. Styringsgruppen nedsatte juni 2016 en arbeidsgruppe med representanter fra Helsedirektoratet, representant fra landsforeningene i NHO, handelen og produsentene for å vurdere datagrunnlaget for saltinnhold fra databasen Tradesolution (TS).
- Justering av saltmål (to kategorier i henholdsvis kornvarer og fiskeprodukter og en kategori i spise fett).
- Monitorering av saltreduksjon i serveringsbransjen.
- Søknad til Forskningsrådet om midler til nettverksstøtte for erfaringsutveksling og kompetanseheving om saltreduksjon i matvarer (SaltNett). SaltNett har hatt som mål å fungere som en kunnskapsplattform for matvarebransjen, helsemyndigheter, FoU og andre bransje- og interesseorganisasjoner.
- Nytte-risikovurdering av bruk av KCI som salterstatter.
- Nyhetsbrev om Saltpartnerskapet til alle aktørene.
- Utredning om videreføring av Saltpartnerskapet etter 2018.

2.4 Saltpartnerskapet og intensjonsavtalen om sunnere kosthold

I 2016 inngikk myndighetene og matvarebransjen [Intensjonsavtale om tilrettelegging for et sunnere kosthold](#). Reduksjon i saltinntaket er ett av innsatsområdene, i tillegg til reduksjon i inntak av sukker og mettet fett og mål om å fremme inntak av frukt, bær og grønnsaker, grove kornprodukter og fisk og sjømat (Helse- og omsorgsdepartementet, 2016). Saltpartnerskapet utgjør saltarbeidet i intensjonsavtalen. 31 av aktørene i Saltpartnerskapet er kun med i partnerskapet, og ikke tilsluttet intensjonsavtalen.

[1] Kiosk, bensin og servicehandel

[2] NHO Mat og Drikke, NHO Handel og Service, NHO Reiseliv, Animalia, Sjømat Norge, Opplysningskontoret for brød og korn, Kjøtt- og fjørfebransjens Landsforbund, Sjømatbedriftene og Virke

[3] Nasjonalforeningen for folkehelsen, Kreftforeningen, LHL, og Diabetesforbundet

[4] Nibio, Nofima, SINTEF Fiskeri og havbruk

Datagrunnlag

For å vurdere Saltpartnerskapets arbeid og måloppnåelse er det benyttet flere kilder til data:

- Monitorering av saltinnhold i matvarene ved databasesystemet Tradesolution
- Serveringsbransjens egenrapportering på tiltak
- Kartlegging av aktørenes erfaringer med deltakelse i Saltpartnerskapet
- Kartlegging av forbrukerens kunnskap om salt og helse

Som et supplement til ovennevnte kilder er det tatt med resultater fra et analyseprosjekt på saltinnhold i utvalgte matvarer i Norge i perioden 2014 til 2018.

3.1 Monitorering av saltinnhold i matvarer

Krav til merking av næringsinnhold i matvarer følger av [Matinformasjonsforskriften fra desember 2014](#) (basert på forordning EU nr. 1169/2011). Ifølge forskriften ble det fra desember 2016 obligatorisk å deklare alt natrium i produktene som salt (Departementene, 2014). Det var tidligere frivillig å merke saltinnholdet i matvarer i Norge. Deklarerte verdier for saltinnhold på næringsmidler kan være basert på analyserte og beregnede data fra flere kilder, slik som offisielle matvaretabeller, innhold av salt i råvarer og ingredienser og/eller analyser av innhold av natrium.

Tradesolution

Produktdatabasen for dagligvare- og serverings-markedet i Tradesolution (TS)[5] ble valgt som system for monitorering, fordi alle som selger matvarer, må registrere næringsinnholdet, inkludert salt, for egne produkter i denne databasen. Det har vært et kontinuerlig arbeid i partnerskapet siden 2015 for å få fram best mulig metodikk for monitorering av saltinnhold gjennom TS. Kvaliteten på dataene fra TS er avhengig av at produsentene oppdaterer næringsinnholdet på produktene i databasen, så snart endringer foreligger.

For å få en indikasjon på hvor mye saltreduksjon i matvarene har å si for inntaket i befolkningen, ønsket man å vekte saltinnhold i forhold til salgsvolum ved å benytte data fra Nielsen Norge. Det viste seg at det ikke var mulig å koble data fra disse registrene sammen. Volumdata på grossistnivå i TS databasen er derfor benyttet for å beregne vektet gjennomsnittlig saltinnhold i matvarekategoriene. Ikke alle matvarer som omsettes i butikk, går via grossist. For matvarer som ferske brød og enkelte av handelens egne merkevarer, er grossistdataene supplert med innrapporterte salgsvolumer fra produsenter og handel.

En hovedutfordring ved å bruke data fra TS, er enkelte forskjeller i varegruppeinndeling mellom saltlistene og TS databasen. Saltlistene omfatter til sammen 100 matvarekategorier på hoved- og underkategorinivå med hvert sitt saltmål. I dataene fra TS er matvarekategoriene i saltlistene slått sammen til 38 matvarekategorier, som hovedsakelig omfatter hovedkategorinivåene i saltlistene. Av de 38 kategoriene er det 21 kategorier med ett saltmål, og seks kategorier med to saltmål. De øvrige kategoriene omfatter fra tre til 16 underkategorier i saltlistene med ulike saltmål. TS-dataene kan benyttes til å vurdere i hvilken grad målene i saltlistene er nådd for de 27 kategoriene med ett eller to saltmål, og til å følge utviklingen i saltnivået i perioden 2016–2018.

Den samlede vurderingen er at dette er godt nok til å følge utviklingen i saltnivået i matvarer, da disse kategoriene representerer store saltkilder i kostholdet. Det vil også kunne gi noe indikasjon på endringer som kan ha betydning for saltinntaket i befolkningen. For kategorier med mange og sprikende saltmål, som for eksempel gruppen Andre matvarer med 47 saltmål, er TS-data ikke egnet til å vurdere i hvilken grad saltmålene er nådd for den enkelte kategorien, men de kan si noe om utvikling i saltinnholdet over tid.

Første datauttak fra TS ble gjort i juli 2016, andre uttak i oktober 2016, tredje uttak i oktober 2017 og fjerde uttak i oktober 2018. Dataene i første og andre uttak var sammenfallende, og uttaket i juli 2016 ble valgt som første målepunkt for å få data så tidlig som mulig i perioden. Uttaket i oktober 2016 inngår ikke i rapporten. Vektete gjennomsnittsverdier foreligger for tredje og fjerde uttak. Datauttakene inkluderer rundt 9000 produkter i 2018.

TS-dataene som vises i den foreliggende rapporten, er basert på gjennomsnittlig saltinnhold i 70 % av de største produktene, målt i grossistvolum. Dette utgjør ca. 7000 varelinjer. For hver kategori vises antall produkter, gjennomsnittlig og vektet gjennomsnittlig saltinnhold, veiledende saltmål og antall produkter innenfor og utenfor saltmålene (se vedlegg 3).

Mange matvareprodusenter jobbet med saltreduksjon i årene før 2016. Første uttak fra TS representerer derfor ikke et nullpunkt for måling av saltreduksjon i Saltpartnerskapet. Matvarer i TS databasen omfatter både norske og importerte produkter, og inneholder data for produkter fra alle virksomheter innen en kategori, uavhengig av deltakelse i Saltpartnerskapet. Mange norske aktører deltar i Saltpartnerskapet, mens det er svært få utenlandske virksomheter som har signert avtalen.

Analyser av saltinnhold i utvalgte matvarer 2014-2018

Ett av tiltakene i [Tiltaksplan salt 2014–2018](#) var å monitorere endringer i saltinnhold i matvarer ved å følge utvalgte indikatormatvarer i perioden 2014-2018. Havforskningsinstituttet (HI) har på oppdrag fra Helsedirektoratet og Mattilsynet gjennomført analyseprosjektet «[Analyser av saltinnhold i utvalgte matvarer i Norge 2014–2018](#)» (Havforskningsinstituttet, 2019). Målsetting var å fremskaffe analysedata for natrium (salt) for å følge utviklingen i saltinnhold i utvalgte matvarer over tid, sammenligne mot veiledende mål i Saltpartnerskapets saltlister og å fremskaffe data til matvaretabellen. Analysert natrium-konsentrasjon i matvarene ble multiplisert med 2,5 for å omregne til salt. Måleusikkerheten for natriumanalysen er $\pm 15\%$.

Helsedirektoratet besluttet å ha et utvalg på ca. 200 matvarer som skulle utgjøre et sett indikatormatvarer i perioden 2014-2018. Ved utvelgelsen av matvarekategorier ble det tatt utgangspunkt i de største saltkildene i kostholdet. Matvarekategorier som ble valgt ut var kornvarer, kjøttprodukter, fiskeprodukter, meieri og spisefett, ferdigretter, sauser og majonesbaserte salater. Prinsipper i utvelgelsen av indikatormatvarene innenfor disse kategoriene var å inkludere volumprodukter, ulike merkevarer, kjedenes egne merkevarer, produkter med lavere pris og enkelte matvarer med lavere fettinnhold.

Dette analyseprosjektet inngår ikke som en del av monitoreringen i Saltpartnerskapet og vurdering av måloppnåelsen, men er et supplement for å beskrive utviklingen i saltinnhold over tid i matvaregrupper.

For å se på endring i saltinnhold over tid, omtales i foreliggende rapport kun produkter som er analysert både i 2014-15 og i 2018, og der det er mer enn seks produkter i kategorien. Analyseresultatene ses også opp mot saltmålene, som et tillegg til datauttakene fra TS. Her er totalutvalg av matvarer i hver kategori brukt som utgangspunkt.

3.2 Rapportering i serveringsbransjen

Data for omsetning i serveringsbransjen er ikke inkludert i TS. Serveringsgruppen har utviklet en rapporteringsmal for kvalitative indikatorer for å følge effekten av saltreduksjonsarbeidet (se vedlegg 4). Det er også igangsatt et utviklingsarbeid for rapportering på kvantitative indikatorer. Resultater fra dette arbeidet vil først foreligge i løpet av neste avtaleperiode.

3.3 Kartlegging av aktørenes erfaringer med Saltpartnerskapet

Fafo[6] fikk i oppdrag å kartlegge partenes oppfatning, opplevelse og erfaring med deltakelse i Saltpartnerskapet 2015–2018. Det ble benyttet to ulike web-baserte spørreskjema. Det ene ble sendt til 53 produsenter, og det andre til de 34 andre avtalepartnerne. Aktørene i handelen var også inkludert i undersøkelsen blant produsentene. Skjemaet til produsentene inneholdt blant annet spørsmål om produktutvikling og optimalisering av eksisterende produkter og bruk av saltlistene, mens skjemaet til de andre blant annet inkluderte spørsmål om fokus på saltinnhold ved innkjøp, rekruttering av partnere og kompetanseheving. Formålet med undersøkelsen var å kartlegge motivasjon, tiltakene og partnernes ønsker for videre aktiviteter (Fafo, 2019).

3.4 Kartlegging av forbrukernes kunnskap og holdninger

Helsedirektoratet har i perioden 2015–2018 årlig kommunisert om salt og helse til befolkningen både gjennom kampanjer og i presse. Målet har vært å øke kunnskapen om konsekvenser for helsen ved høyt inntak av salt, de viktigste kildene til salt i kostholdet, samt synliggjøre hvilke grep folk selv kan gjøre for å redusere saltinntaket. Det har også vært et ønske at satsingen skal bidra til økt etterspørsel av produkter med mindre salt.

Opinion gjennomfører årlig på oppdrag for Helsedirektoratet en forbrukerundersøkelse for å følge utviklingen av befolkningens kunnskap om kostrådene, nøkkelhullet og salt og helse. Ipsos MMI gjennomfører undersøkelsen Norske Spisefakta hvert annet år, som blant annet kartlegger i hvilken grad forbrukerne er opptatt av salt. Opinions undersøkelser fra 2015 til 2018 og Norske Spisefakta fra 2015 og 2017 utgjør grunnlaget for presentasjon av resultater om utviklingen av forbrukernes kunnskap om og holdninger til salt. Dataene er presentert i kortversjon av Utviklingen i norsk kosthold (Helsedirektoratet, 2018b).

3.5 Inntak av salt i befolkningen

Norkost 3 (2010–11) er den siste nasjonale kostholds-undersøkelsen i Norge med beregninger av gjennomsnittlig saltinntak fra mat for kvinner og menn. Neste kostholdsundersøkelse blant voksne planlegges tidligst i 2021.

Statistisk sentralbyrå (SSB) er i ferd med å utvikle ny metodikk for fremtidige forbruksundersøkelser på matområdet, som også vil gi data på salt fra mat og drikkevarer. Disse vil erstatte tidligere forbruksundersøkelser fra SSB. Det er foreløpig ikke avklart når nye data vil foreligge. Data fra siste forbruksundersøkelse er fra 2012.

Måling av natriumutskillelse i urin samlet over 24-timer er ansett som den mest presise metoden for å måle saltinntak (Cappuccio, 2019). Dette ble gjennomført i Tromsø 7 (2015–2016) på et tilfeldig utvalg på ca. 500 personer. Foreløpige resultater fra undersøkelsen tyder på at daglig saltinntak ligger på om lag 10 g hos menn og 7,5 g hos kvinner. De foreløpige resultatene bekrefter anslaget fra Norkost 3 ved oppstart av Saltpartnerskapet om et saltinntak på ca. 10 g per dag for menn og noe lavere for kvinner (FHI, 2017). En ny måling er planlagt i Tromsøundersøkelsen 2020–2021.

Det er først når nye data fra disse undersøkelsene foreligger, at det vil være mulig å få et mer eksakt datagrunnlag for vurdering av utvikling og endringer i saltinntaket i befolkningen.

[5] Tradesolution AS er et bransjeeid selskap som blant annet tilbyr produktdatabasen EPD for dagligvare- og serveringsmarkedet. Produktdatabasen brukes for utveksling av grunndata mellom leverandører, grossister, kjeder og andre databrukere.

[6] Frittstående samfunnsvitenskapelig forskningsstiftelse som utvikler kunnskap om vilkårene for deltakelse i arbeidsliv, organisasjonsliv, samfunn og politikk, om sammenhengene mellom politikk og levekår, og om demokrati, utvikling og verdiskaping

Resultater

Hoveddelen av resultatkapittelet presenterer utviklingen i saltinnhold i matvarer basert på uttak av data fra Tradesolution (TS). For serveringsbransjen rapporteres det på rutiner og internt arbeid med saltreduksjon. Resultater fra rapporten «Analyser av saltinnholdet i utvalgte matvarer» utgjør et supplement til TS-dataene for å beskrive utviklingen i saltinnholdet over tid. Fafos kartleggingsundersøkelse blant aktørene i Saltpartnerskapet beskriver deres opplevelser og erfaringer (Fafo, 2019). Resultater fra kartlegginger gjennomført av Opinion og Ipsos MMI blant forbrukere gir data på kunnskap og holdninger om salt og helse i befolkningen.

Saltinnhold i matvarer basert på Tradesolution

Datauttak fra TS databasen i 2016, 2017 og 2018 viser antall produkter, gjennomsnittlig og vektet gjennomsnittlig saltinnhold, og antall produkter innenfor og utenfor saltlistemålene for 38 matvarekategorier (vedlegg 3). Disse dekker til sammen de 100 kategoriene som inngår i saltlistene (vedlegg 2). For noen få matvaregrupper ble det først tatt ut data i 2017, og dette vises da som første måling. Uttrekkene fra 2016 og 2018 viser gjennomsnittverdier, mens uttrekkene fra 2017 og 2018 også viser vektete gjennomsnittsverdier basert på grossistvolum.

For de 27 kategoriene i TS med kun ett eller to saltmål i saltlistene (kornprodukter, kjøttprodukter, fiskeprodukter, gulost og spisefett) presenteres figurer med gjennomsnittlig saltinnhold i 2016 og 2018 relativt til saltmål, og vektet gjennomsnitt for 2017 og 2018 relativt til saltmål. I figurene er saltmålet satt til 100 %. For kategorier med flere saltmål vises figurer kun med gjennomsnittsverdier for 2016 og 2018.

I figurene vises utviklingen over tid. Det er satt en grenseverdi på ± 5 % for å omtale endring i gjennomsnittlig saltinnhold over tid. Tabellene viser andel produkter (%) i kategoriene med ett saltmål som er innenfor saltmålet i 2018 (på eller under absolutt verdi for saltmålet).

I de påfølgende underkapitlene, kap. 4.1.1 – 4.1.5, presenteres og kommenteres resultater for utvikling i saltinnhold for de enkelte hovedkategoriene av matvarer.

Kornvarer

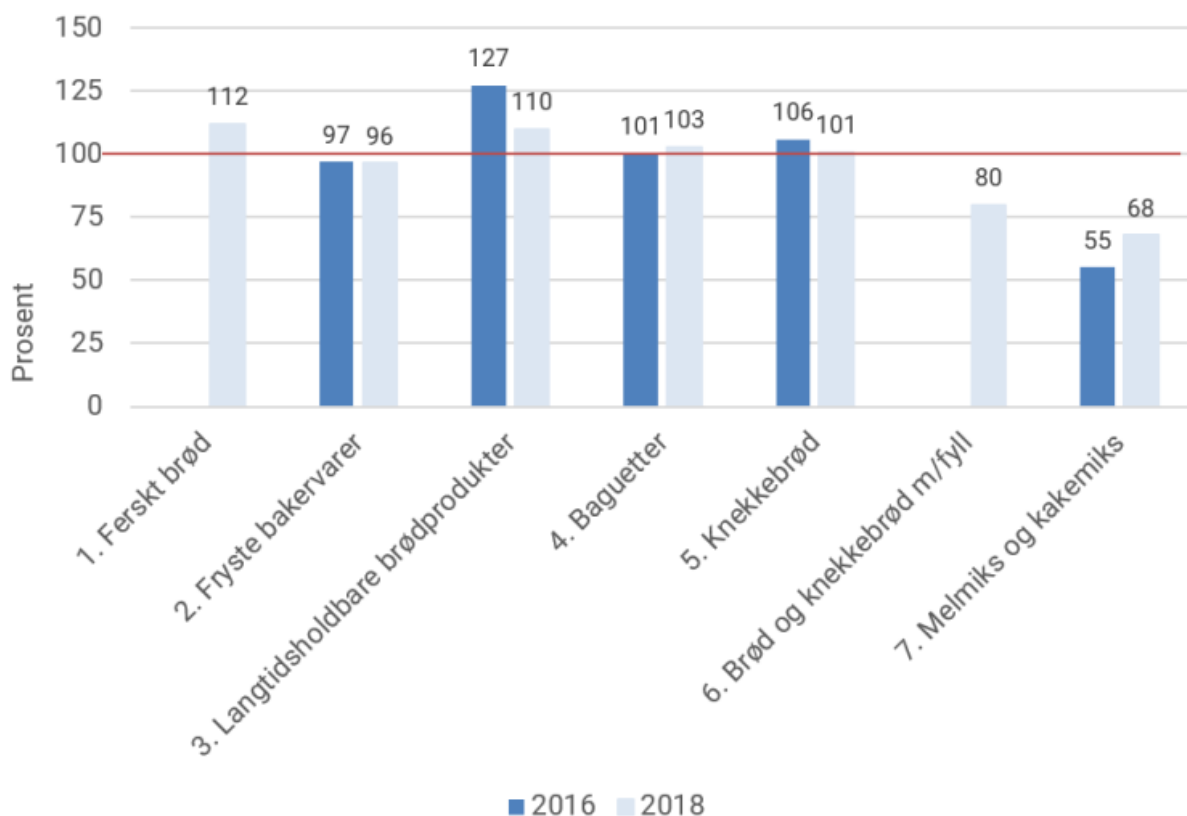
I saltlistene er gruppen Kornvarer delt inn i 8 hovedkategorier med 12 saltmål. Syv av kategoriene har ett saltmål, mens én kategori har fem saltmål (frokostblandinger). **Frokostblandinger** er derfor ikke med i figurene under.

Som vist i Figur 2 er gjennomsnittlig saltinnhold lavere i 2018 enn i 2016 for to av kornvarekategoriene og høyere for én kategori.

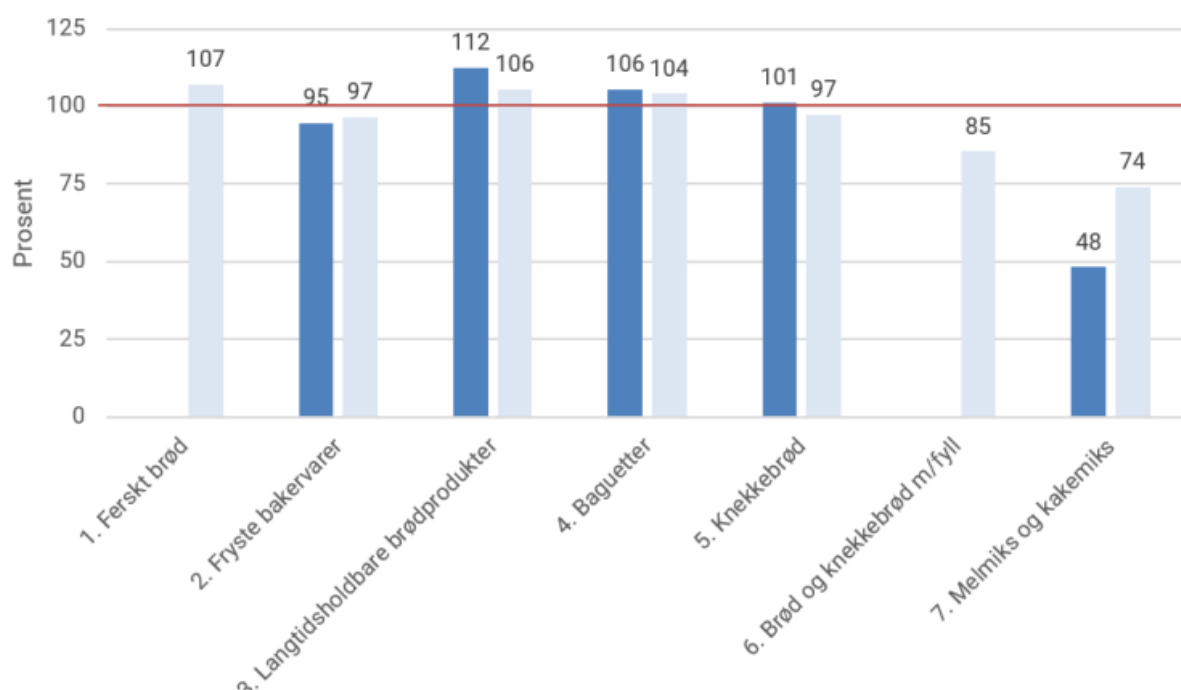
Gjennomsnittlig saltinnhold ligger på eller under saltmålet i tre av syv kategorier i 2018 (Figur 2) og vektet gjennomsnitt ligger på eller under saltmålet i fire av syv kategorier (Figur 3). Gjennomsnitt for **Ferske brød** ligger 12 % over saltmålet i 2018, mens vektet gjennomsnitt ligger 7 % over. At vektet gjennomsnitt ligger lavere, tyder på at de ferske brødene som det selges mye av, har et lavere saltinnhold, sammenlignet med brød med mindre salgsvolum.

Kategorien **Langtidsholdbare brødprodukter** ligger også over saltmålet i 2018, men viser en nedgang fra henholdsvis 2016 og 2017 til 2018 for både gjennomsnitt og vektet gjennomsnitt. Gjennomsnitt og vektet gjennomsnitt i **Mel- og kakemiks** ligger under saltmålet i 2018, men gjennomsnitt og vektet gjennomsnitt viser en økning fra 2017 til 2018.

Datauttak for **Ferske brød** og **Brød og knekkebrød med fyll** i 2016 og 2017 er ikke med i figurene fordi antall produkter registrert i TS databasen var betydelig lavere i 2016 og 2017 enn i 2018. Direkteleverte ferske brød ble først inkludert i databasen i 2018. For **Brød og knekkebrød med fyll** var det kun registrert 11 produkter i 2016 mot 148 produkter i 2018.



Figur 2. Gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen kornvarer i 2016 og 2018. Saltmålet er satt til 100 %.



Figur 3. Vektet (volum) gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen kornvarer i 2017 og 2018. Saltmålet er satt til 100 %.

Tabell 2 viser en oversikt over andel produkter i hver kategori kornvarer som er innenfor eller over saltmålet, ved TS-datauttak i 2018. I fire kategorier er mer enn 60 prosent av produktene innenfor saltmålet. **Brød og knekkebrød med fyll** har høyest andel innenfor saltmålet (84 %), og **Fersk brød** den laveste andelen (34 %).

Tabell 2. Kornvarer. Antall produkter, og andel innenfor veiledende saltmål i 2018 i kategorier med ett saltmål.

	Antall 2018	Saltmål g/100g	Andel innenfor saltmålet, %
1. Ferskt brød	573	0,9	34
2. Fryste bakervarer	229	1,1	63
3. Langtidsholdbare brødprodukter	109	1,1	61
4. Baguetter	61	1,2	46
5. Knekkebrød	156	1,1	41
6. Brød og knekkebrød m/fyll	148	1,3	84
7. Melmiks og kakemiks	222	0,9	75
8. Frokostblandinger	129	0,3/0,7/0,6/0,3	*
Sum	1627	-	-

* Det er fire saltmål i denne kategorien, slik at det ikke er mulig å vise andel under og over saltmålene.

Kornvarer er en av de store kildene til salt i kostholdet fordi det spises mye brød i Norge. I tre av syv kategorier i gruppen kornvarer er gjennomsnittlig saltinnhold innenfor saltmålet i 2018. Ifølge bransjen startet arbeidet med saltreduksjon før første uttak i TS. Siden brød er en av de større kildene til salt i kostholdet, ble det i oppstarten av samarbeidet satt et ambisiøst mål for gjennomsnittlig saltinnhold på 0,9 g/100 g for denne kategorien. Dette er lavere saltinnhold enn saltkriteriet for brød i Nøkkelhullforskriften. Arbeidsgruppens utgangspunkt var først og fremst å fokusere på saltreduksjon i de 20 mest solgte hverdagsbrødene i dagligvarehandelen. Selv om gjennomsnittlig saltinnhold for **Ferske brød** ligger over veiledende saltmål, indikerer det noe lavere vektete gjennomsnittet at de mest solgte brødene i dagligvarehandelen har et lavere saltinnhold enn gjennomsnittet. Når kun 1/3 av **Ferske brød** oppfyller saltmålet, viser det at det er potensiale for å få til reduksjon også for de andre produktene innen denne kategorien, da det kan tyde på at forbrukerne kjøper brød med lavere saltinnhold.

Kjøttprodukter

I saltlistene er gruppen Kjøttprodukter delt inn i 12 hovedkategorier med til sammen 14 saltmål. Kategoriene **Saltet/krydret/marinert/kjøtt** og **Saltet/røkt kjøtt** har to saltmål hver. Gjennomsnittet av disse to saltmålene er brukt som referansepunkt, noe som gjør at gruppen. Kjøttprodukter vises med totalt 12 kategorier.

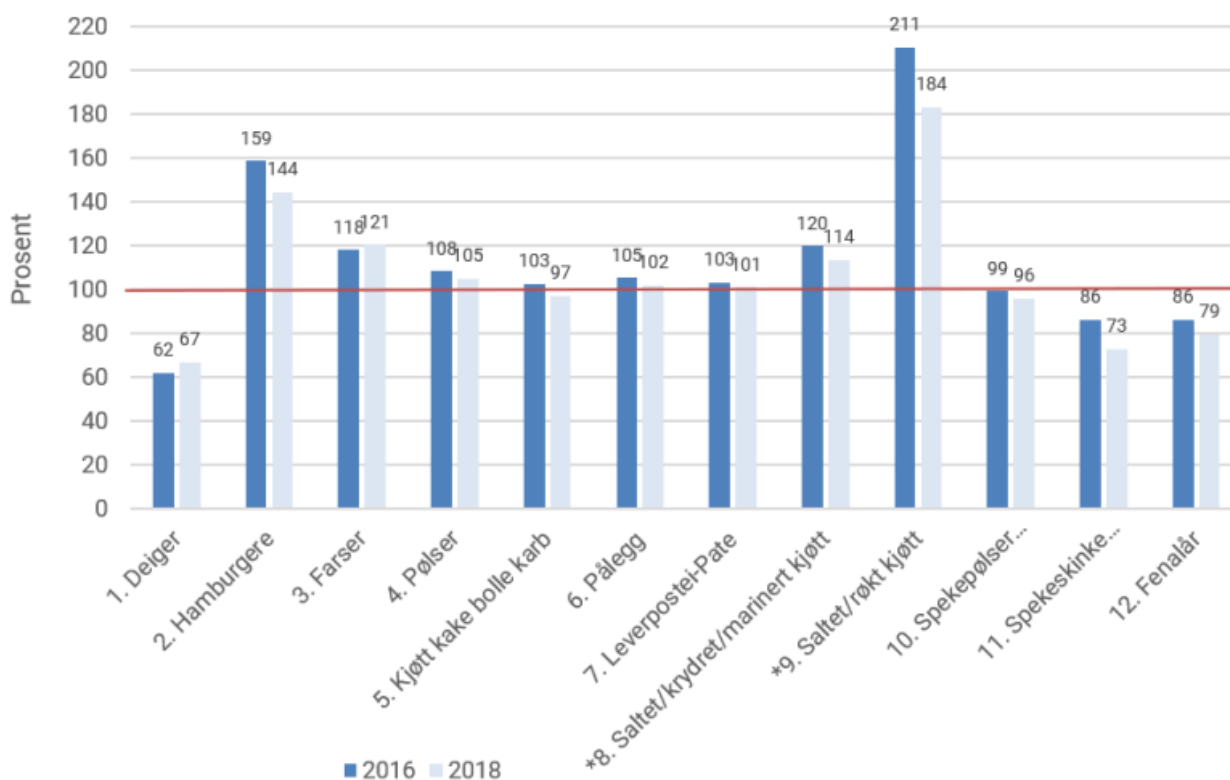
Som det fremgår av Figur 4 er gjennomsnittlig saltinnhold lavere i 2018 enn i 2016 for 6 av de 12 kjøttkategoriene. Figur 4 viser også at gjennomsnittlig saltinnhold ligger på eller under saltmålet i 5 av 12

kategorier og vektet gjennomsnitt under saltmålet i syv kategorier i 2018. Kategoriene **Pølser**, **Pålegg** og **Leverpostei/paté** ligger like over, og **Hamburgere** og **Saltet/røkt kjøtt** betydelig over saltmålene.

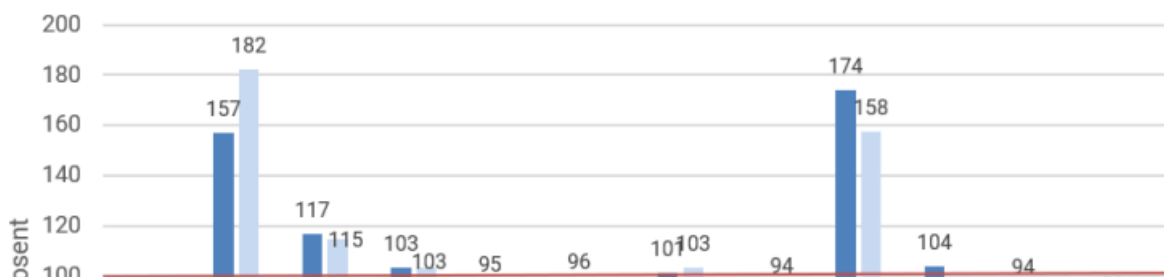
Vektet gjennomsnittlig saltinnhold ligger lavere i 2018 sammenlignet med 2017 for 5 av 12 kategorier (Figur 5). Det er størst nedgang i vektet gjennomsnitt for deiger (-59 %) og pålegg (-25 %). Det tyder på at produkter det selges mye av, har et lavere saltinnhold enn gjennomsnittet. For **Deiger** er vektet gjennomsnitt langt under saltmålet, noe som kan tyde på at deiger uten tilsatt salt nå utgjør en stor del av volumet.

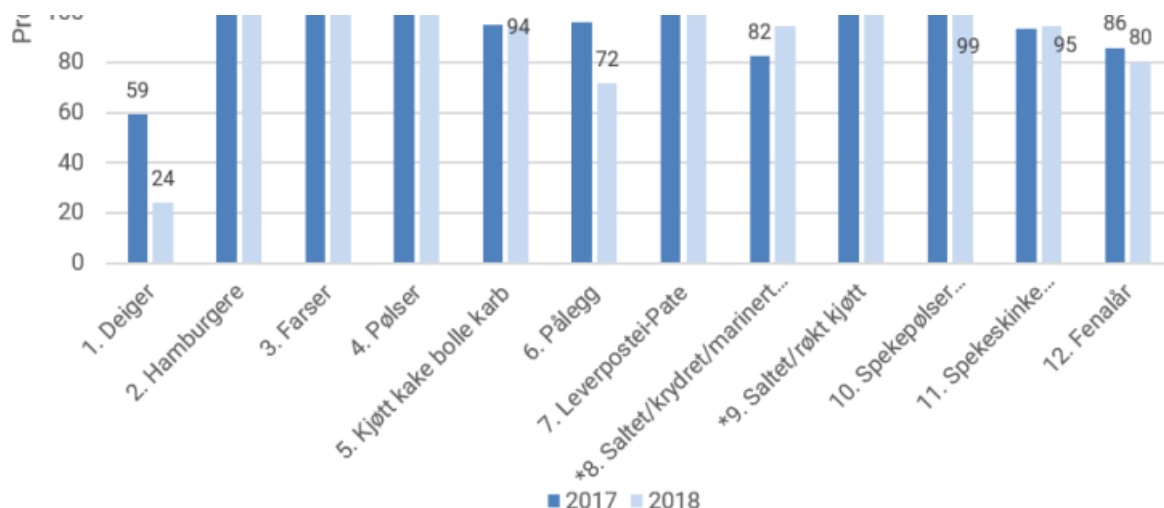
For **Hamburgere** er det en nedgang i gjennomsnittlig saltinnhold fra 2016 til 2018 (Figur 4), men vektet gjennomsnitt er høyere i 2018 enn i 2017 (Figur 5). Tatt i betraktning at det også er færre produkter i TS datauttaket i 2018 (88) enn 2017 (104) (se vedlegg 2), tyder dette på at bidrag fra produkter med høyere saltinnhold utgjør en stor del av volumet.

Kategorien **Saltet/røkt kjøtt** ligger også godt over saltmålet, men vektet gjennomsnitt er lavere i 2018 enn i 2017. Det er ingen endring for kategorien **Farser**.



Figur 4. Gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen kjøttprodukter i 2016 og 2018. Saltmålet er satt til 100 %. *I disse kategoriene er det to saltmål som er slått sammen til ett.





Figur 5. Vektet (volum) gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen kjøttprodukter i 2017 og 2018. Saltmålet er satt til 100 %. *I disse kategoriene er det to saltmål som er slått sammen til ett.

I fire av kategoriene er over 60 prosent av produktene innenfor saltmålet ved TS-datauttak i 2018 (Tabell 3). Kategoriene med høyest andel produkter innenfor saltmålet, er **Fenalår** (100 %) og **Spekeskinke** (norskprodusert) (84 %). **Hamburgere** og **Farser** har lavest andel produkter innenfor saltmålet med henholdsvis 17 % og 14 %.

Tabell 3 Kjøttprodukter. Antall produkter, og andel innenfor veiledende saltmål i 2018 i kategorier med ett saltmål.

	Antall 2018	Saltmål g/100 g	Andel innenfor saltmålet, %
1. Deiger	87	0,8	55
2. Hamburgere	88	0,9	17
3. Farser	14	1,6	14
4. Pølser	240	1,7	45
5. Kjøttkake, -bolle, karbonader	79	1,7	61
6. Pålegg	206	1,9	59
7. Leverpostei/paté	56	1,6	59
8. Saltet/krydret/marinert kjøtt	83	1,0 / 1,5	*
9. Saltet/røkt kjøtt	213	2,2 / 2,0	*
10. Spekepølser (norskproduserte)	248	5	69
11. Spekeskinke (norskproduserte)	61	8	82
12. Fenalår	30	9	100
Sum	1405		

*Det er 2 saltmål i disse kategoriene, slik at det ikke er mulig å vise andel under og over saltmålene.

Kjøttprodukter er en av de store kildene til salt i kostholdet. Det har vært en nedgang i gjennomsnittlig saltinnholdet i halvparten av kjøttkategoriene fra 2016 til 2018, og i fem av 12 kategorier er gjennomsnittlig saltinnhold innenfor saltmålene i 2018. Fire av kategoriene har mer enn 60 % av produktene som er

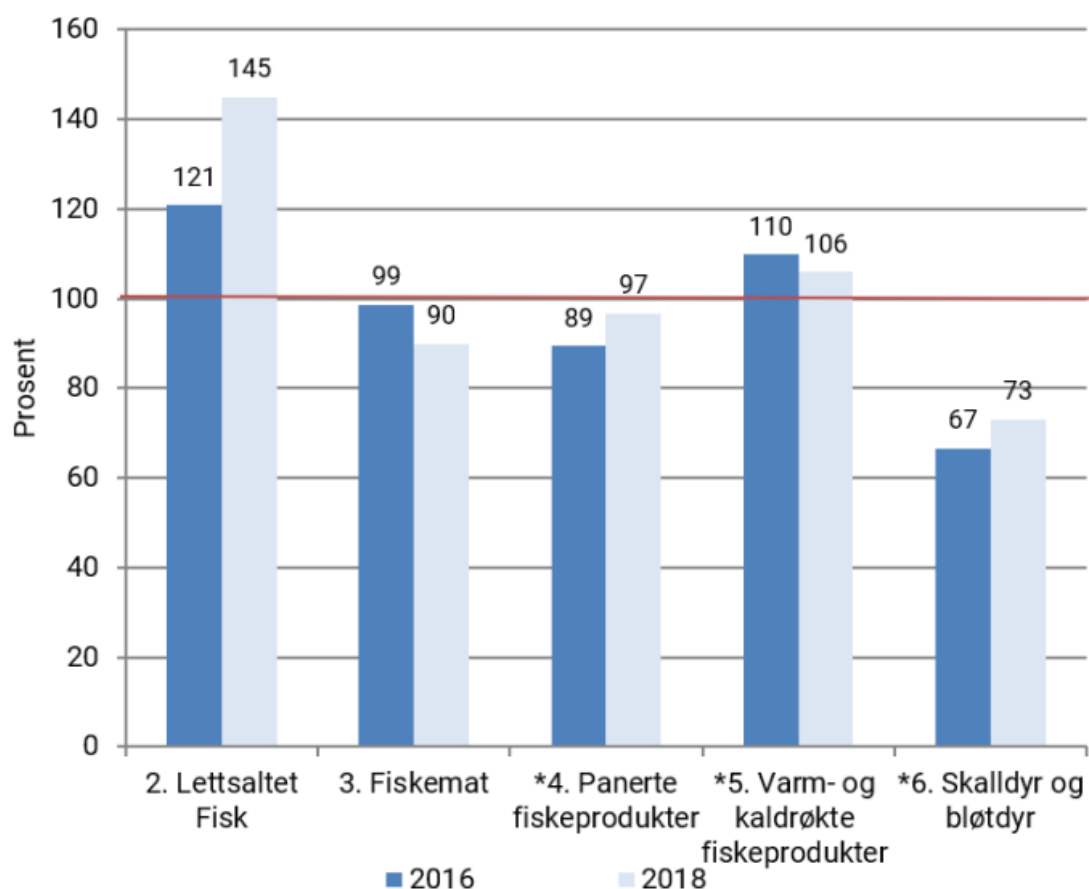
innenfor saltmålet. Det er størst nedgang i vektet gjennomsnitt for deiger og pålegg, og deiger uten tilsatt salt utgjør nå en stor del av volumet. Det tyder på at produkter det selges mye av, har et lavere saltinnhold. Hamburgere og saltet/røkt kjøtt ligger fortsatt betydelig over saltmålet.

Fiskeprodukter

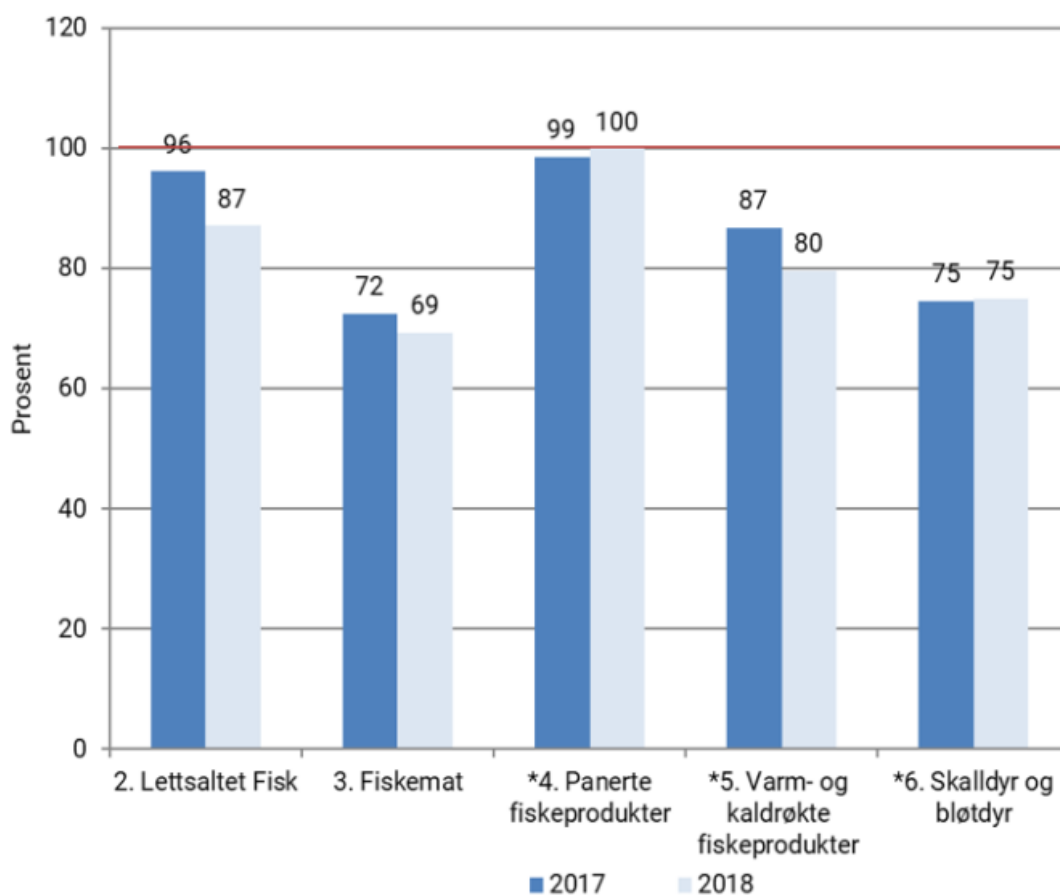
I saltlistene er gruppen Fiskeprodukter delt inn i åtte hovedkategorier med 15 saltmål. For en hovedkategori (**Klippfisk**) er det ikke satt saltmål. Det ble avdekket feilføringer i kategoriene **Krydret, marinert fisk** og **Fiskepålegg** i TS data. Disse tre er ikke tatt med i presentasjon av resultatene. For tre kategorier med to saltmål er gjennomsnitt brukt som referansepunkt, noe som gjør at gruppen Fiskeprodukter vises med fem kategorier.

Som vist i Figur 6 er gjennomsnittlig saltinnhold lavere i 2018 enn i 2016 for én av de fem fiskekategoriene. Gjennomsnittlig saltinnhold er under saltmålet for de tre kategoriene **Fiskemat, Panerte fiskeprodukter** og **Skalldyr og bløtdyr** både i 2016 og 2018. Kategorien **Lettsaltet fisk** ligger betydelig over saltmålet i 2018, og har økt fra 2016 (Figur 6). **Varm- og kaldrøkte fiskeprodukter** ligger litt over saltmålet.

Figur 7 viser at alle kategoriene ligger på eller under saltmålet for vektet gjennomsnittlig saltinnhold i 2017 og 2018. Vektet gjennomsnitt er lavere i 2018 i to av fem kategorier. I de to kategoriene **Lettsaltet fisk** og **Fiskemat** er vektet gjennomsnitt betydelig lavere enn gjennomsnittet. Det tyder på at det er produktene med lavt saltinnhold som utgjør volumprodukter.



Figur 6. Gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen fiskeprodukter 2016 og 2018. Saltmålene satt til 100 %. *Kategori med gjennomsnitt av to saltmål.



Figur 7. Vektet (volum) gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen fiskeprodukter i 2017 og 2018. Saltmålet er satt til 100 %. *Kategori med gjennomsnitt av to saltmål.

I de to fiskekategoriene med ett saltmål, **Lettsaltet fisk** og **Fiskemat**, er henholdsvis 48 % og 75 % innenfor saltmålet i 2018.

Tabell 4. Fiskeprodukter. Antall produkter, og andel innenfor veiledende saltmål i 2018 i kategorier med ett saltmål.

	Antall 2018	Saltmål g/100 g	Andel innenfor saltmålet, %
2. Lettsaltet Fisk	31	1,40	48
3. Fiskemat	284	1,40	75
4. Panerte fiskeprodukter	44	0,7 / 1,0	*
5. Varm- og kaldrøkte fiskeprodukter	104	3,0 / 2,0	*
6. Skalldyr og bløtdyr	71	2,4 / 1,7	*
Sum	534		

*Det er 2 saltmål i disse kategoriene, slik at det ikke er mulig å vise andel under og over saltmålene.

I tre av de fem kategoriene i Fiskegruppen er gjennomsnittlig saltinnhold innenfor saltmålet i 2016 og i 2018. Det har vært en relativt liten endring i gjennomsnittlig saltinnhold fra 2016 til 2018. For alle fem

kategorier er vektet gjennomsnittlig saltinnhold innenfor saltmålet både i 2017 og 2018. Vektet gjennomsnitt ligger lavere enn gjennomsnittlig saltinnhold for kategoriene lettsaltet fisk, fiskemat og varm- og kaldrørte fiskeprodukter. Det tyder på at volumprodukter har et lavere saltinnholdet.

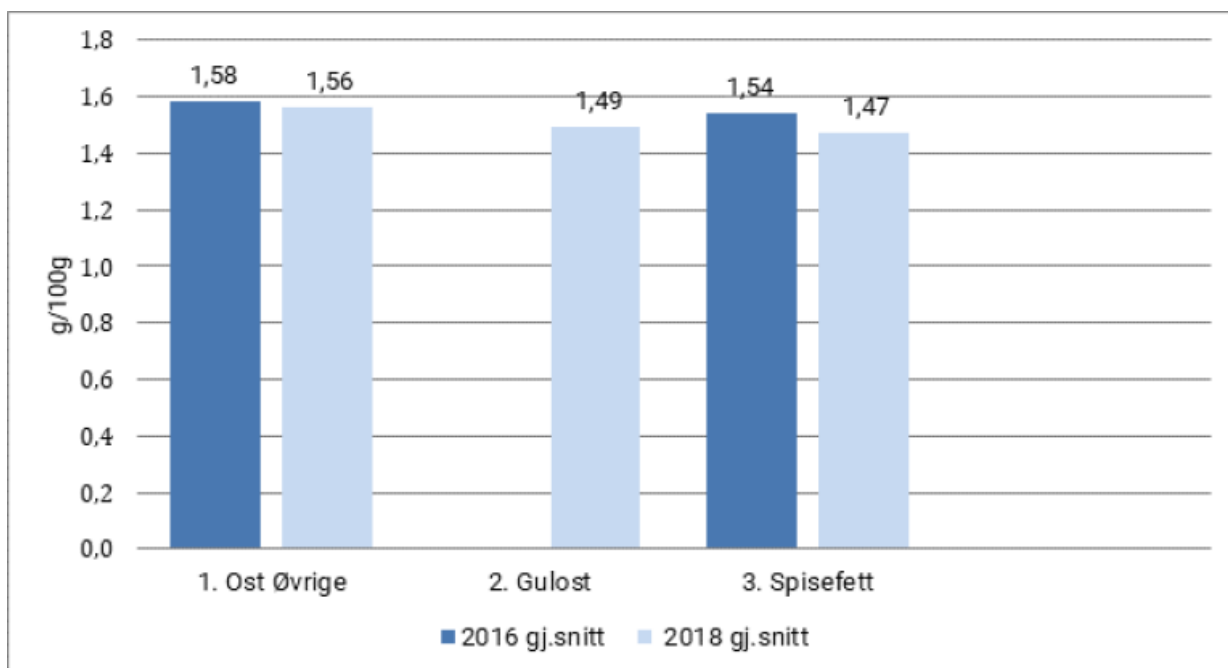
Meieri og spisefett

I saltlistene er gruppen **Meieri- og spisefett** delt inn i to hovedkategorier, henholdsvis ost og spisefett med til sammen 14 saltmål. TS ga ved første datauttak i 2017 kun data for de to hovedkategoriene. I 2017 ble **Gulost** skilt ut som egen kategori, og **Øvrige oster** vist som en kategori (se vedlegg 3).

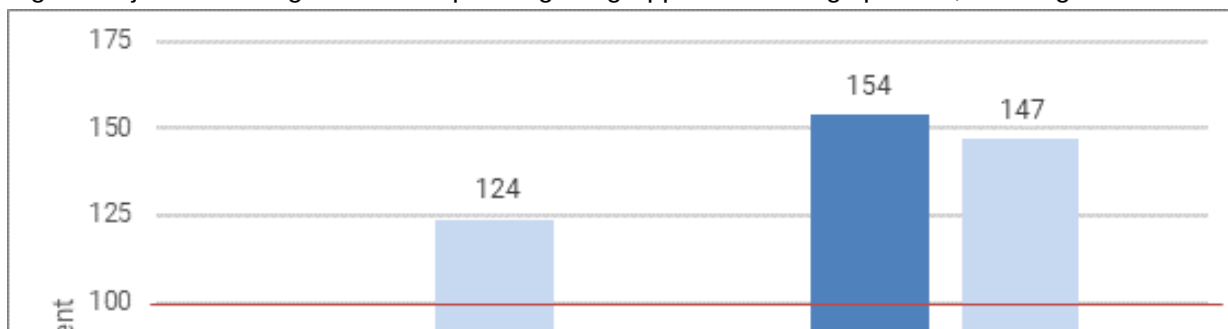
Øvrige oster i TS omfatter følgende underkategorier i saltlisten: **Bløt umodnet ost**, **Cottage cheese**, **Muggoster**, **Smelteoster**, **Pultost** og **Salat-oster**. For disse kategoriene varierer saltmålene fra 0,4 til 2,5 g salt per 100 g. TS dataene kan derfor ikke benyttes til å vurdere i hvilken grad saltmålene i saltlisten er nådd for hver av disse ostetypene.

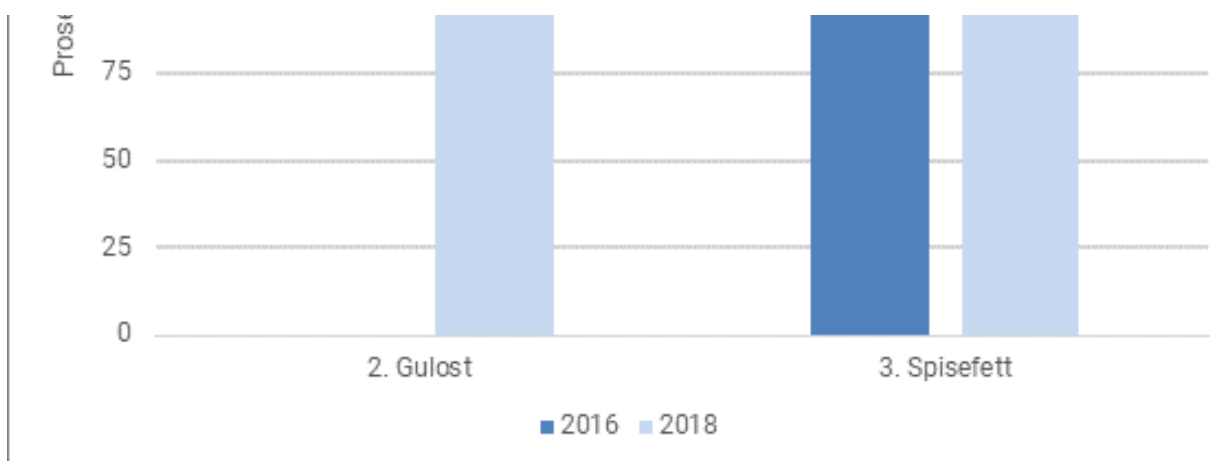
Som vist i Figur 8 er gjennomsnittlig saltinnhold i kategorien **øvrige oster** uendret fra 2016 til 2018. For **Gulost** har det ikke vært endring i saltinnhold fra første TS datauttak i 2017 til det andre uttaket i 2018 (se vedlegg 3), og gjennomsnittlig saltinnhold ligger over saltmålet i 2018 (Figur 9).

Kategorien **Spisefett** omhandler **Smør og Margariner** med samme saltmål i saltlisten, 1,0 g/100 g. Det har vært en liten nedgang i gjennomsnittlig saltinnhold fra 2016 til 2018 (Figur 8 og 9), men både gjennomsnitt og vektet gjennomsnitt ligger godt over saltmålet (Figur 9 og 10).

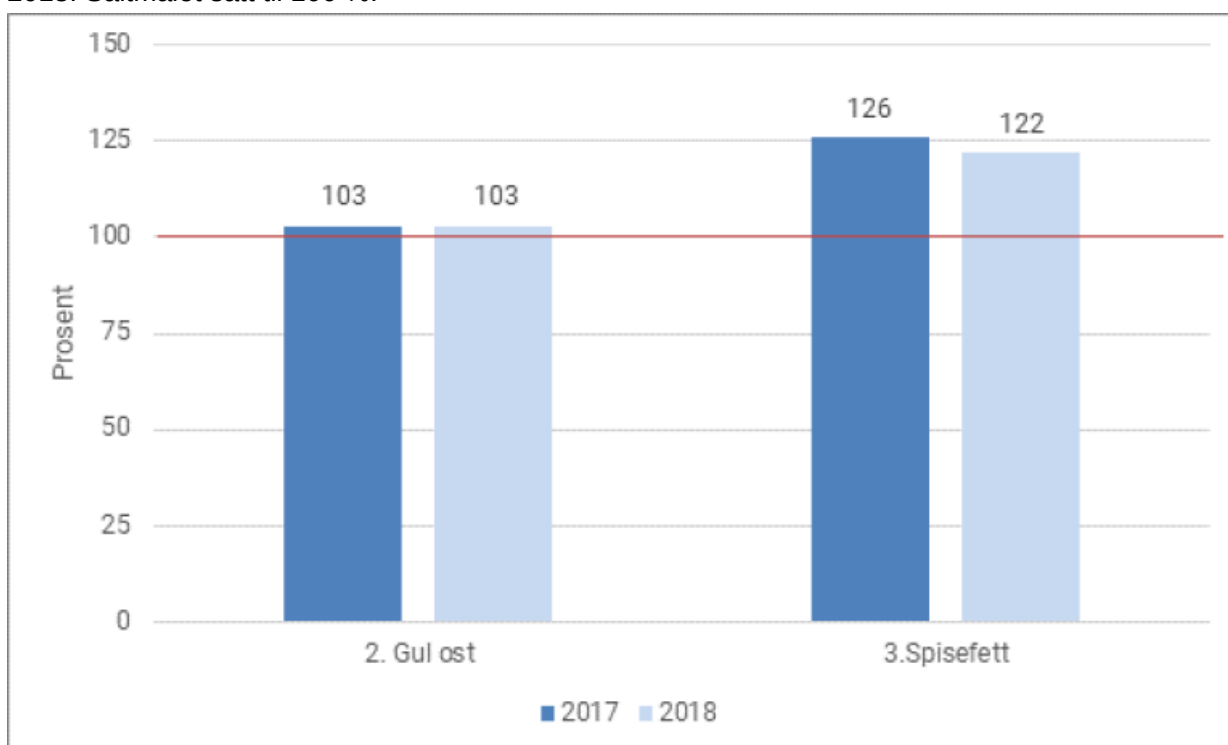


Figur 8. Gjennomsnittlig saltinnhold pr kategori i gruppen meieri- og spisefett, 2016 og 2018





Figur 9. Gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene i gruppen meieri- og spisefett i 2016 og 2018. Saltmålet satt til 100 %.



Figur 10. Vektet (volum) gjennomsnittlig saltinnhold i prosent av saltmålene for gulost og spisefett i 2017 og 2018. Saltmålene er satt til 100 %.

I de to kategoriene med ett saltmål er 32 % av produktene i kategorien **Spisefett** og 11 % av produktene i kategorien **Guloster** innenfor saltmålet ved TS-datauttak i 2018 (Tabell 5).

Tabell 5. Meieri- og spisefett. Antall produkter, og andel innenfor veiledende saltmål i 2018 i kategorier med ett saltmål.

	Antall 2018	Saltmål g/100 g	Andel innenfor saltmålet, %
1. Ost Øvrige	433	0,4 – 2,5	*
2. Spisefett	70	1,00	32
3. Gulost	230	1,20	11
Sum	733		

* Det er flere saltmål i denne kategorien slik at det ikke er mulig å vise andel innenfor og over saltmålene.

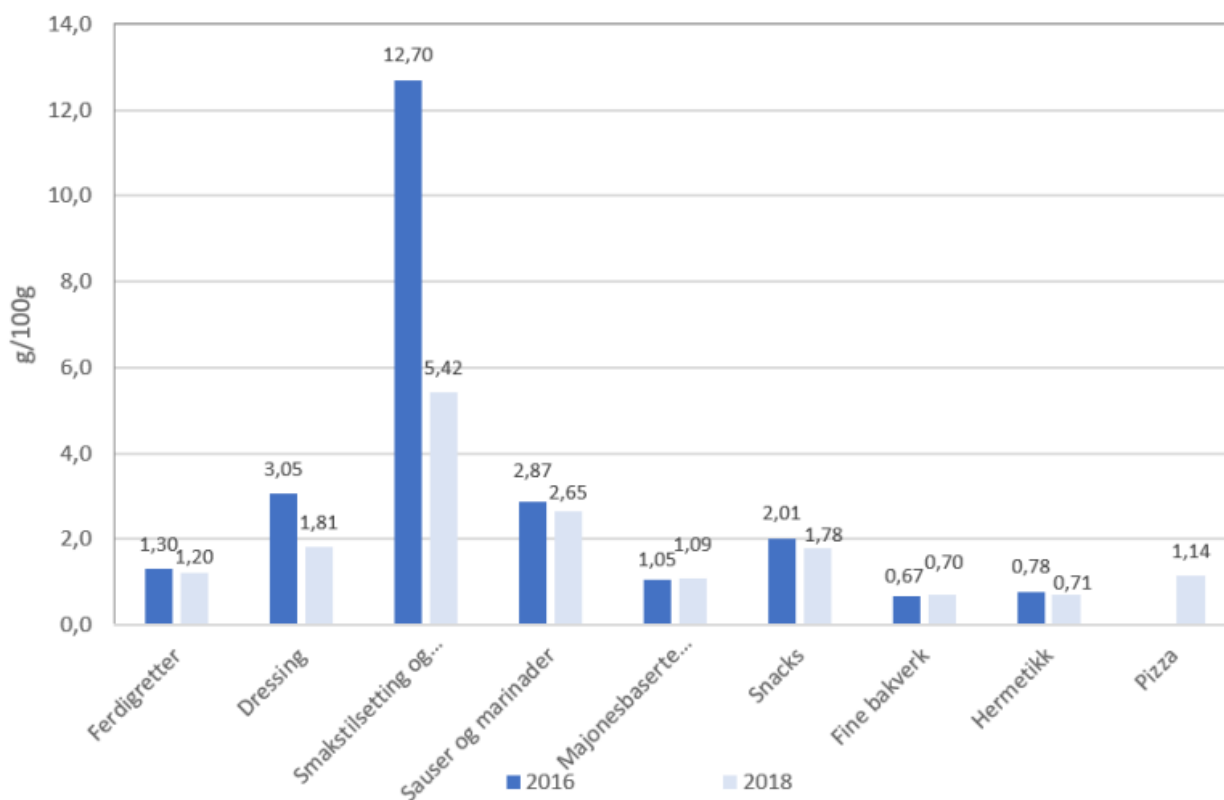
Både for **Spisefett** og **Gulost** er det en lav andel produkter innenfor saltmålet. Ettersom vektet gjennomsnittlig saltinnhold for **Gulost** ligger lavere enn gjennomsnittet, tyder det på at gulostene med lavest saltinnhold utgjør det største volumet. Når så få **Guloster** oppfyller saltmålet, viser det et potensial for å få til reduksjon også for de andre produktene i denne kategorien, da det kan tyde på at forbrukerne kjøper **Gulost** med lavere saltinnhold. I kategorien **Spisefett** har det vært en liten nedgang i gjennomsnittlig saltinnhold, men gjennomsnittet ligger fortsatt godt over saltmålet. Et lavere vektet gjennomsnitt for **Spisefett** indikerer et lavere saltinnholdet i volumprodukter. Resultatene viser at det også her er potensial for å redusere saltinnholdet i flere produkter.

Andre matvarer

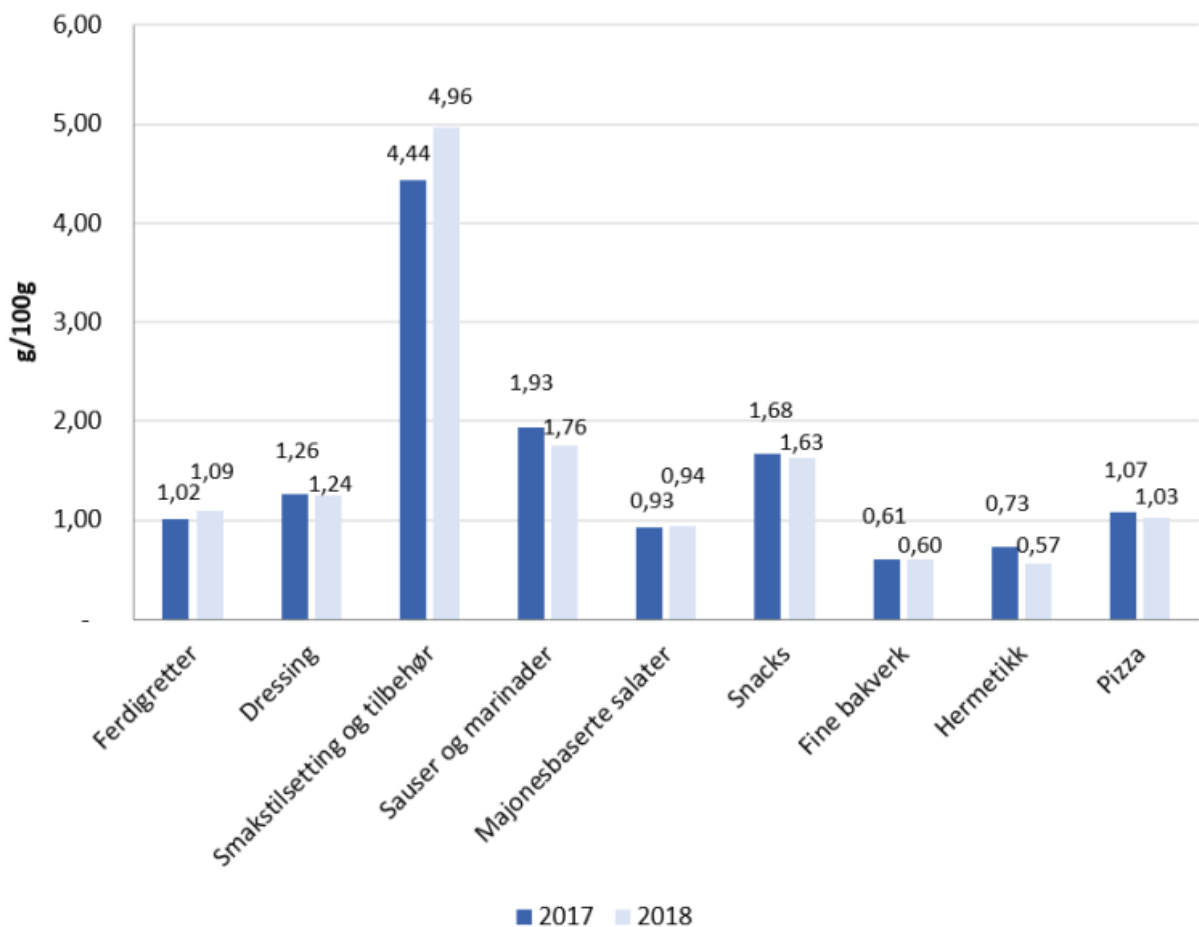
I saltlistene er gruppen Andre matvarer delt inn i åtte hovedkategorier med til sammen 47 saltmål. Det er et stort spenn i saltmålene. TS-dataene er derfor kun egnet til å si noe om endring i gjennomsnittlig saltinnhold i hovedkategoriene 2016-2018, og endring i vektet gjennomsnitt 2017-2018.

Som vist i Figur 11 er gjennomsnittlig saltinnhold lavere i seks av kategoriene i 2018 enn i 2016. Vektet gjennomsnittlig saltinnhold er lavere i to av åtte kategorier i 2018 sammenlignet med 2017 og høyere i to kategorier (Figur 12).

Det er to saltmål for **Pizza** i saltlistene. Gjennomsnittet av disse er brukt for å vurdere måloppnåelse. Første TS-datauttak på pizza ble gjort i 2017. Både gjennomsnittlig saltinnhold og vektet gjennomsnittlig saltinnhold i pizza er uendret i 2018 sammenlignet med 2017 og ligger innenfor saltmålet begge år (vedlegg 3 og Figur 12).



Figur 11. Gjennomsnittlig saltinnhold i de ulike hovedkategoriene i gruppen Andre matvarer, 2016 og 2018. For Pizza ble det første uttaket i TS gjort i 2017, det er derfor ikke tall for 2016.



Figur 12. Saltverdier ved vektet gjennomsnitt for hovedkategorier i Andre matvarer, 2017 og 2018.

Det er positivt at gjennomsnittlig saltinnhold har gått ned i flertallet av de åtte hovedkategoriene i gruppen **Andre matvarer**. Fordi det er stor spredning i de veiledende saltmålene i denne gruppen, er det ikke mulig å si noe mer om i hvilken grad kategoriene ligger innenfor, eller over saltmålet.

Analyser av saltinnhold i utvalgte matvarer 2014–2018

Rapporten [Analyser av saltinnholdet i utvalgte matvarer 2014–2018](#) viser analysedata for ca. 200 indikormatvarer i perioden 2014 til 2018 (Havforskningsinstituttet, 2019). Flertallet av matvarene er analysert både i 2014–15 og 2018. Rapporten omtaler også utviklingen i saltinnholdet fra 2014 til 2018 og ser resultatene opp mot veiledende mål i Saltpartnerskapets saltlister.

Resultatene fra analyseprosjektet inngår ikke i monitorering av Saltpartnerskapet eller i vurdering av måloppnåelse, men utgjør et supplement til TS-dataene for å beskrive utviklingen i saltinnhold over tid for utvalgte matvarer. For å beskrive utviklingen i disse indikormatvarene vises her gjennomsnittlig saltinnhold i matvarekategorier der over seks av de samme produktene er analysert både i 2014–15 og 2018 (Tabell 6). Endringer under 10 % regnes her som uendret. For disse matvarekategoriene vises også analyseverdiene opp mot veiledende mål i Saltpartnerskapets saltlister basert på alle produktene som ble analysert innen kategoriene i 2014–15 og 2018 (Tabell 7).

Den komplette analyserapporten fra Havforskningsinstituttet viser resultater for alle matvarekategorier og produkter som har inngått i analyseprosjektet.

Brød

For de 10 ferske brødtypene som ble analysert både i 2014–15 og 2018, var gjennomsnittlig saltinnhold noe lavere i 2018. For alle ferske brød som ble analysert, var ni av 15 i tråd med saltmålet i 2018 mot to av 14 i 2014–15. Analyseresultatene viser en utvikling i riktig retning for utvalget av ferske brød i perioden 2014–15 til 2018.

Kjøttprodukter

For produktene i kategoriene pålegg, leverpostei, pølser, kjøttkaker/kjøttboller/karbonader og spekepølser som ble analysert både i 2014–15 og 2018, var gjennomsnittlig saltinnhold lavere for kjøttpålegg og noe lavere for leverpostei i 2018. For pølser var gjennomsnittlig saltinnhold noe høyere i 2018, og for kjøttkaker/kjøttboller/karbonader og spekepølser uendret. For alle pålegg og leverposteier som ble analysert, var langt flere produkter i tråd med saltmålet i 2018 enn i 2014–15. Analyseresultatene viser en utvikling i riktig retning for utvalget av kjøttpålegg og leverpostei i perioden 2014–15 til 2018.

Ferdigretter

For de 10 produktene i kategorien middags- og lunsjretter som ble analysert både i 2014–15 og 2018, var gjennomsnittlig saltinnhold uendret i 2018. Fire av 10 middags- og lunsjretter var i tråd med saltmålet i 2018 mot tre av 13 produkter i 2014–15.

Tabell 6. Gjennomsnittlig saltinnhold i utvalgte matvarekategorier hvor over seks av de samme produktene er analysert både i 2014–15 og 2018. Resultater fra prosjektet Analyser av saltinnhold i utvalgte matvarer i Norge 2014–2018.

Matvarekategori	Saltmål	Antall produkter	Gjennomsnittlig saltinnhold i samme produkter analysert både i 2014–15 og 2018	
			2014–15	2018
	g/100 g	n	g/100 g	g/100 g
BRØD OG KORNVARER				
Ferskt brød	0,9	10	1,17	1,04
KJØTTPRODUKTER				
Pålegg	1,9	12	2,38	1,89
Leverpostei	1,6	10	1,80	1,56
Pølser	1,7	13	1,88	2,11
Kjøttkaker, -boller og karbonader	1,7	10	1,83	1,83
Spekepølse	5,0	7	5,61	5,14
FERDIGRETTER				

Middags- og lunsjretter (tørvarer ikke inkl.)	0,8	10	1,0	0,94
---	-----	----	-----	------

Tabell 7. Antall produkter i tråd med saltmål i utvalgte matvarekategorier for alle analyserte produkter i 2014-15 og 2018. Resultater fra prosjektet Analyser av saltinnhold i utvalgte matvarer i Norge 2014-2018.

Matvarekategori	Saltmål	2014–15		2018	
		Antall produkter	I tråd m/saltmål	Antall produkter	I tråd m/saltmål
	g/100 g	n	n	n	n
BRØD OG KORNVARER					
Ferskt brød	0,9	14	2	15	9
KJØTTPRODUKTER					
Pålegg	1,9	12	2	16	10
Leverpostei	1,6	11	1	12	8
Pølser	1,7	13	4	17	5
Kjøttkaker, -boller og karbonader	1,7	12	6	17	7
Spekepølse	5,0	7	2	7	3
FERDIGRETTER					
Middags- og lunsjretter (tørvarer ikke inkl.)	0,8	13	3	10	4

Serveringsbransjen

I perioden 2016–18 har NHO Service og Handel, NHO Reiseliv Innkjøpsorganisasjon, leverandører og innkjøpere i en representativ medlemsbedrift samarbeidet om et pilotprosjekt som har hatt som formål å opprette en rapporteringsmal, for årlig innsamling av data for innkjøp av salt og saltinnhold i produkter. På grunn av vesentlige endringer i driftsomfang og konsept i 2018, er ikke dataene for 2018 sammenlignbare med tidligere år, slik at informasjon om utvikling mangler. Det presenteres derfor ikke tall for utvikling i saltforbruk fra Serveringsgruppen i denne rapporten. Gjennomførte tiltak omtales derfor kun overordnet.

Som følge av at medlemmer i serveringsgruppen har ulike konsepter for sine serveringstilbud, er det ulike forutsetninger for type og omfang av saltreduksjonstiltak. I 2016 ble det gjennomført en bransjekartlegging blant serveringsgruppens kantinemedlemmer om kunnskap, holdninger og praksis, samt muligheter og barrierer for saltreduksjon. På bakgrunn av resultatene fra kartleggingen utviklet serveringsgruppen blant annet «Saltskolen», et verktøy der både salttest og tilhørende sjekklister inngår. Verktøyet er publisert på nettsidene til Helsedirektoratet (Saltpartnerskapet). Informasjon om saltreduksjon, spredning og tilpasning av «Saltskolen» til egne systemer har vært en viktig del av arbeidet i perioden, samt fokus på porsjonsstørrelser og mer bruk av frukt og grønnsaker.

Saltinnholdet i produkter fra leverandørene setter viktige rammebetingelser for saltinnholdet i servert mat. Medlemmene har derfor satt krav til mindre salt i produkter ved innkjøp i tillegg til å jobbe med

kompetanseheving og utvikling av nye oppskrifter/komposisjoner av retter med mindre salt, kvalitetssikring av saltmengder og rutiner for oppfølging. Noen har gitt tilbud om alternativ smakstilsetning til kundene, og gjort informasjon om saltinnhold, og totalt næringsinnhold i rettene, tilgjengelig.

Kunnskaps- og kompetansespredning

Det har vært avholdt tre større seminarer i perioden 2015–2018:

- **Lansering av Saltpartnerskapet oktober 2015.** Seminaret hadde 110 deltakere. 46 partnere signerte avtalen. De faglige foredragene omhandlet overordnet policy (WHO), erfaringer og eksempler (Danmark og England), salt og helse, samt reformulering og produktutvikling.
- **Seminar november 2016 «Er salte vaner vonde å vende?»**, et samarbeid mellom Saltpartnerskapet, «En sunnere matpakke» og SaltNett. Seminaret hadde litt over 100 deltakere og omhandlet både nasjonale og internasjonale erfaringer, produktutvikling, merking og analyser av salt/natrium.
- **Workshop januar 2018 «Industriens- og serveringsbransjens arbeid med å redusere saltinnhold i matvarer og retter»**, et samarbeid mellom SaltNett og Helsedirektoratet. Det deltok 60 representanter fra myndigheter og matvarebransjen i Danmark, Sverige og Norge.

Prosjektet "Små dytt" (nudging) på Feiringklinikken [7], et samarbeid mellom LHL, Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU), Norsk institutt for bioøkonomi (NIBIO) og Animalia (den norske egg- og kjøttbransjens fag- og forskningssenter), ble gjennomført for å undersøke potensialet for nudging-intervensjoner i en spisesal for å «dulte» rehabiliteringsdeltakere og pasienter med hjertesykdom i en sunnere retning. Tiltaket viste at saltinntaket gikk ned med 22 prosent og grønnsaksforbruket økte med 53 prosent i intervensjonsgruppen sammenlignet med kontrollgruppen over en fire ukers periode (Dufseth, 2017).

Saltpartnerskapet fikk i 2016 innvilget nettverksmidler av Forskningsrådet (NFR) til utredning av bruk av salterstattere, erfaringsutveksling og kompetanseheving om saltreduksjon i matvarer for 2016–2018. SaltNett har utarbeidet et notat til Helsedirektoratet som grunnlag for en bestilling av oppdatert nytte- og risiko vurdering av bruk av kaliumklorid som salterstattere. Helsedirektoratet vil ta notatet videre til Mattilsynet i 2019 slik at Mattilsynet kan vurdere behovet for en nytte- og risikovurdering av kaliumklorid som salterstatter.

Helsedirektoratet har presentert arbeidet med Saltpartnerskapet i Norge på samlinger i WHO nettverk for saltreduksjon, ESAN (European Salt Action Network), både i 2016, 2017 og 2018.

[7] Spesialsykehus/ rehabilitering for hjertesyke

Aktørenes erfaringer med partnerskapsarbeidet

En kartlegging av aktørenes erfaringer med deltakelse i Saltpartnerskapet ble gjennomført i januar 2019 (Fafo, 2019). I alt 51 av 84 aktører besvarte spørreskjema. Hovedmotivasjonen for å delta i partnerskapet er å bidra til bedre folkehelse. De to viktigste tiltakene produsentene oppga å ha gjort innenfor Saltpartnerskapet, er reseptoptimalisering og utvikling av nye produkter. Innenfor begge disse tiltakene har de aller fleste benyttet seg av de veiledende saltlistene.

Utfordringer med saltreduksjonsarbeidet ble oppgitt å være knyttet til reduksjon som ikke går på bekostning av produktkvaliteten. Respondentene oppga også at det er utfordringer knyttet til monitorering som dokumenterer saltreduksjon.

Tabell 8 viser en oversikt over partenes ønsker for det videre arbeidet med Saltpartnerskapet. Et av de forslåtte tiltakene er økt kompetanse på ytterligere saltreduksjon i matvarer uten at det går på bekostning av kvaliteter som smak, holdbarhet, kvalitet og konsistens. Om lag 2/3 av respondentene ønsker videreføring av arbeidsgrupper, og halvparten oppga at de ønsket å jobbe i nasjonale nettverk hvor man kan dele erfaringer.

Tabell 8. Partenes ønsker for det videre arbeidet med Saltpartnerskapet.

	Produsenter (n=32)	Andre (n=19)	Alle (n=51)
Videreføre bransjespesifikke arbeidsgrupper	17	14	31
Kompetanse om hvordan redusere salt i produkter	18	10	28
Workshop/erfaringsdeling nasjonalt	15	9	24
Workshop/erfaringsdeling internasjonalt	7	6	13
Forbrukeratferd*	-	12	12
Annet	4	4	8
Delta i forskningsprosjekt*	-	6	6

* Kun inkludert som alternativ til gruppen 'andre'.

PR om salt / salt i mediene

Det har vært relativt lite kontroverser i media knyttet til sammenhengen mellom saltinntak og helse, i motsetning til andre kostrelaterte temaer. Helsedirektoratet har erfart at det har vært relativt enkelt å få gjennomslag for saker som har vært initiert overfor pressen. Interesseorganisasjoner har også jobbet proaktivt med å få saltsaker i media. LHL har eksempelvis bidratt til en rekke oppslag om salt og helse. Nofima har fått publisert artikkel i Aftenposten med tittelen «Det uerstattelige saltet» (Ofstad, Grini, Hersleth, & Veiset-Kent, 2015).

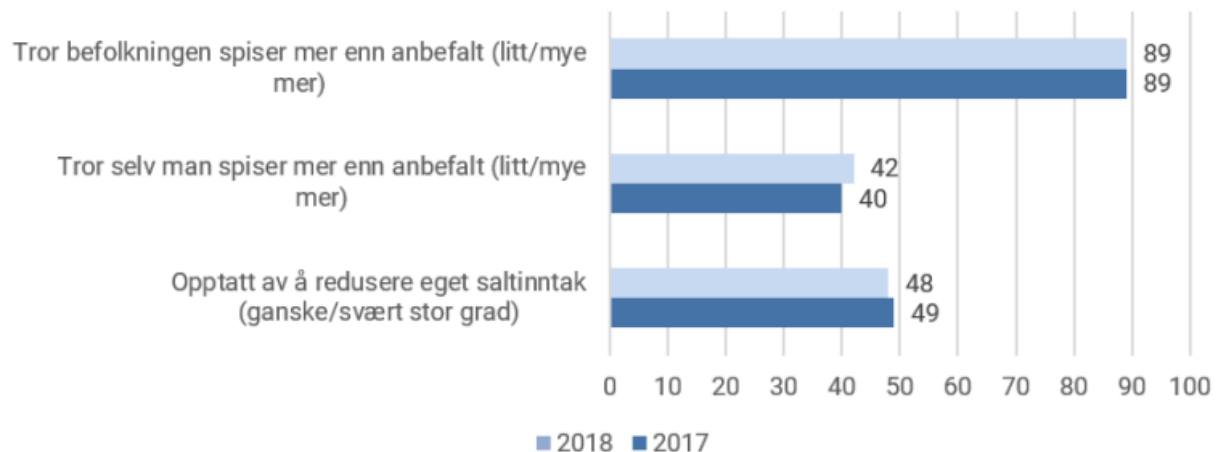
Deler av Helsedirektoratets kampanjearbeid har vært knyttet opp mot den årlige internasjonale saltuken, WASH (World Action on Salt and Health) i mars. Det har også vært flere felles nordiske kommunikasjonskampanjer, se blant annet [Se etter saltet/Syna saltet](#) (Livsmedelsverket) og salttesten Har du gode saltvaner? (Fødevarerstyrelsen, 2019).

En analyse gjennomført av Retriever på oppdrag for Helsedirektoratet i 2017, viser at Helsedirektoratet ble omtalt i forbindelse med salt i 169 oppslag i 2016-2017. 47% av omtalen har vært positiv og kun 1% har vært negativ. Over en tredjedel av oppslagene omtalte Saltpartnerskapet og/eller merkingen av saltinnhold i matvarer. Det var mest publisitet i første kvartal 2016.

Forbrukernes kunnskap og holdninger

Forbrukernes kunnskap om saltets betydning for helsen er høy. Rundt 80 % tror at høyt saltinntak kan øke risikoen for høyt blodtrykk og hjerte- og karsykdommer. Dette har holdt seg stabilt siden 2015 (Opinion for Helsedirektoratet) (Helsedirektoratet, 2018b).

Ca. 90 % av forbrukerne tror at befolkningen generelt spiser mer enn anbefalt mengde, mens kun ca. 40 % tror de selv spiser mer salt enn anbefalt (Figur 13). Ca. halvparten er opptatt av å redusere saltinntaket. Kvinner er i større grad opptatt av å redusere saltinntaket enn menn, mens de under 50 år tenker mindre på dette enn de som er eldre.



Figur 13. Forbrukernes oppfatning om saltinntak og interesse for å redusere saltinntaket, Opinion 2017-2018 for Helsedirektoratet.

Ifølge Norske Spisefakta svarer 70 % i 2017 at de helst ikke vil innta for mye salt. Andelen som svarer dette, har vært jevnt høy de siste 15 årene, men var lavere i 2017 enn i 2015 (75 %) (Helsedirektoratet, 2018b) Videre legger 20 % av forbrukerne spesielt stor vekt på saltinnholdet når de kjøper mat til seg selv og sin husholdning i 2017. Dette er litt lavere enn i 2015 hvor 22 % svarte at de la spesiell stor vekt på saltinnholdet når de handler mat.

Oppsummering og konklusjon

Datagrunnlaget fra Tradesolution i 2018 viser at gjennomsnittlig saltinnhold ligger på eller under saltmålet i 11 av 27 matvarekategorier (ca. 40 %). I kategorier som vises med ett saltmål er til sammen litt over halvparten av produktene i tråd med saltmålet. Sammenlignet med 2016 er gjennomsnittlig saltinnhold lavere i 16 av 31 kategorier (ca. 50 %) i 2018. Dette gjelder for kategorier innen kornvarer, kjøttprodukter, fiskeprodukter, meieri- og spisefett og gruppen andre matvarer der blant annet ferdigretter, tilbehør og snacks inngår. For enkelte kategorier ligger gjennomsnittet i 2018 fortsatt betydelig over målet.

For å relatere saltinnholdet til salgsvolumet, er det beregnet vektete gjennomsnitt. Her viser datagrunnlaget for 2018 at det vektete gjennomsnittlige saltinnholdet er på eller under saltmålet i 17 av 27 kategorier (ca. 60 %). Vektet gjennomsnitt er lavere enn gjennomsnittet blant kategoriene ferskt brød, deiger, kjøttpålegg, saltet/marinert kjøtt, saltet/røkt kjøtt, lettsaltet fisk, fiskemat, varm- og kaldrøkte fiskeprodukter, ost og spisefett. Dette tyder på at volumprodukter ligger lavere i saltinnhold enn produkter med lavere salgsvolum og kan indikere at volumprodukter ligger noe foran i arbeidet med saltreduksjon.

Resultater fra et analyseprosjekt for saltinnhold i 200 indikatormatvarer som har foregått parallelt med Saltpartnerskapet, bekrefter dataene fra Tradesolution med positiv utvikling med lavere saltinnhold for kategorier som ferske brød, kjøttpålegg og leverpostei i 2018 sammenlignet med 2014–15. Resultatene viser også samlet sett at flere produkter er i samsvar med saltmålet i 2018 enn i 2014–15.

Brød og kjøttprodukter er blant de to største kildene til salt i kostholdet. Redusert saltinnhold i disse kategoriene, kan derfor ha særlig betydning for saltinntaket i befolkningen.

For aktørene innen servering er det i perioden 2016–18 samarbeidet om et pilotprosjekt for årlig innsamling av data for innkjøp av salt og salt i produkter. Det er utviklet en «Saltskole» for å øke bevisstheten om saltets betydning for helsen og hvordan saltinnholdet i servert mat kan reduseres. Aktørene har gjennomført ulike saltreduksjonstiltak.

Forbrukernes kunnskap om salt, helse og saltinnhold i matvarer er høy og lite endret i perioden 2015–2018, men det er fortsatt behov for stor oppmerksomhet på salt i kommunikasjonsarbeidet.

Arbeidet med reduksjon av salt i matvarer har vært drevet av partenes motivasjon for å bidra til bedre folkehelse. De veiledende saltmålene har vært benyttet av de aller fleste. Arbeidet med saltreduksjon er imidlertid ressurskrevende hos den enkelte aktør. Produsentene rapporterer om utfordringer knyttet til saltreduksjon og ivaretagelse av produktenes smak og konsistens. Det etterspørres videre forskning om bruk av salterstatere for ytterligere reduksjon i enkelte kategorier. I serveringsbransjen er det påpekt behov for bedre og kvalitetssikret informasjon av saltinnhold i innkjøpsportalene og at monitorering av salt må forbedres, både i serveringsmarkedet som sådan, og for saltregnskapet internt hos den enkelte aktør/kjede.

En annen utfordring er at befolkningens totale inntak av salt i 2018 ikke er kjent, da det ikke foreligger nye forbruks- eller kostholdsundersøkelser siden de forrige undersøkelsene i 2010–2012. Det er således ikke mulig å gi en samlet vurdering av om partnerskapets overordnede målsetning om reduksjon av saltinntaket i befolkningen til 8,5 g/dag innen 2018 er nådd.

Kartleggingen av aktørenes erfaringer med Saltpartnerskapet gjennom Fafos undersøkelse, viser at arbeidet har vært drevet av partenes ønske om i fellesskap å bidra til bedre folkehelse. Et likeverdig samarbeid mellom bransje, myndigheter, FoU-miljøer og interesseorganisasjoner er motiverende og har gitt resultater på kort tid. Partene ønsker derfor å fortsette samarbeidet gjennom en ny partnerskapsperiode for 2019–2021. Det er arbeidet med å sette nye mål for ytterligere reduksjon av salt i matvarer og serverte retter for denne perioden.

Referanseliste

Cappuccio, F. P., Beer, M. & Strazzullo, P. (2019). Population dietary salt reduction and the risk of cardiovascular disease. A scientific statement from the European Salt Action Network. Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases, Volume 29(2), 107-114. doi:<https://doi.org/10.1016/j.numecd.2018.11.010>

CASH. (1996). Action on salt. Retrieved from <http://www.worldactiononsalt.com/worldaction/europe/uk/>

Departementene. (2014). Matinformasjonsforskriften (Forskrift om matinformasjon til forbrukerne). Retrieved from <https://lovdata.no/dokument/LTI/forskrift/2014-11-28-1497>

Dufseth, L. (2017). Små "listige" dytt i spisesalen gir bedre mathelse. Retrieved from <https://www.lhl.no/forskning-og-utvikling/fou-prosjekter/sma-dytt/>

Fafo. (2019). Erfaringer med Saltpartnerskapet. Retrieved from <https://www.fafo.no/images/pub/2019/10301.pdf>

FHI. (2017). Saltinntak (indikator 8). Retrieved from <https://www.fhi.no/nettpub/ncd/kosthold/salt/>

Fødevarestyrelsen. Saltpartnerskab. Retrieved from Fødevarestyrelsen. Saltpartnerskab.

Fødevarestyrelsen. (2019). Har du gode saltvaner?

Havforskningsinstituttet. (2019). Analyser av saltinnhold i utvalgte matvarer i Norge 2014-2018. Retrieved from <https://www.imr.no/hi/nettrapporter/rapport-fra-havforskningen-2019-25>

Helse- og omsorgsdepartementet. (2013). NCD-strategi. Retrieved from <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/ncd-strategi/id735195/>.

Helse- og omsorgsdepartementet. (2014a). Felles innsats for å redusere saltinntaket med 15% innen 2018. Retrieved from https://www.regjeringen.no/contentassets/1fe798cf64824c0890e032d110d172ae/notat_saltreduksjon_naeringsli

Helse- og omsorgsdepartementet. (2014b). Reduserer salt i maten. Retrieved from <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/Reduserer-salt-i-maten/id2009033/?expand=factbox2503284>

Helse- og omsorgsdepartementet. (2015). Forskrift om frivillig merking av næringsmidler med Nøkkelhullet. Retrieved from <https://lovdata.no/dokument/LTI/forskrift/2015-02-18-139>

Helse- og omsorgsdepartementet. (2016). Intensjonsavtale om tilrettelegging for et sunnere kosthold Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/tema/kosthold-og-ernaering/matbransje-serveringsmarked-og-arbeidsliv/intensi>

Helsedirektoratet. (2012). Norkost-3 - Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant menn og kvinner i Norge i alderen 18-70 år, 2010-2011. Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/norkost-3-en-landsomfattende-kostholdsundersokelse-blant-menn-og>

Helsedirektoratet. (2014a). Samarbeidsavtale vedrørende Saltpartnerskapet med mål om reduksjon av saltinnholdet i matvarer og servert mat for bedre folkehelse. Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/tema/kosthold-og-ernaering/matbransje-serveringsmarked-og-arbeidsliv/salt-og>

Helsedirektoratet. (2014b). Tiltaksplan salt 2014-18 Reduksjon av saltinntaket i befolkningen Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/tema/kosthold-og-ernaering/matbransje-serveringsmarked-og-arbeidsliv/salt-og>

Helsedirektoratet. (2017). Årsrapport 2016 Saltpartnerskapet. Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/tema/kosthold-og-ernaering/matbransje-serveringsmarked-og-arbeidsliv/salt-og>

Helsedirektoratet. (2018a). Saltpartnerskapet 2017 Styringsgruppens årsrapport. Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/tema/kosthold-og-ernaering/matbransje-serveringsmarked-og-arbeidsliv/salt-og>

Helsedirektoratet. (2018b). Utviklingen i norsk kosthold 2018 Matforsyningsstatistikk og forbruksundersøkelser. Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/utviklingen-i-norsk-kosthold>

Livsmedelsverket. Syna saltet! Retrieved from <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/syna-saltet>

Nordic Council of Ministers. (2014). Nordic Nutrition Recommendations 2012. Integrating nutrition and physical activity (5. ed.). Copenhagen: Nordic Council of Ministers. Retrieved from <http://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:704251/FULLTEXT01.pdf>

Ofstad, R., Grini, I. S., Hersleth, M., & Veiset-Kent, E. (2015). Det uerstattelige saltet. Aftenposten Viten. Retrieved from <https://www.aftenposten.no/viten/i/8KPd/Det-uerstattelige-saltet>

Saltpartnerskapet. Saltskolen. Retrieved from <https://www.helsedirektoratet.no/tema/kosthold-og-ernaering/matbransje-serveringsmarked-og-arbeidsliv/salt-og>

WHO. (2013). Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable chronic diseases (NCDs) 2013-2020. Retrieved from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/94384/9789241506236_eng.pdf;jsessionid=BB4C14736FEE6C4

WHO. (2016). SHAKE the salt habit - The SHAKE technical package for salt reduction. Retrieved from WHO/NMH/PND/16. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250135/9789241511346-eng.pdf;jsessionid=820AFF3C6F3904>

Vedlegg og PDF-versjon av rapporten

Vedlegg 1: [Oversikt over partnere i Saltpartnerskapet \(PDF\)](#)

Vedlegg 2: [Saltlister \(PDF\)](#)

Vedlegg 3: [Tradesolution data \(PDF\)](#)

Vedlegg 4: [Monitorering salt – servering \(PDF\)](#)

Hele rapporten med vedlegg:

[Saltpartnerskapet 2015–2018 – Fremdrift og måloppnåelse \(PDF\)](#)

Hele rapporten med vedlegg på engelsk:

[The Salt Partnership 2015–2018 – Progress and achievements \(PDF\)](#)

