

**РЕПУБЛИКА СРПСКА
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА
И СОЦИЈАЛНЕ ЗАШТИТЕ**

ПРАВИЛНИК О ДОДАЦИМА ИСХРАНИ

Бања Лука, јануар 2018. године

На основу члана 39. став 6. Закона о храни („Службени гласник Републике Српске“, број 19/17), члана 82. став 2. Закона о републичкој управи („Службени гласник Републике Српске“, бр. 118/08, 11/09, 74/10, 86/10, 24/12, 121/12, 15/16 и 57/16), министар здравља и социјалне заштите, уз мишљење Министарства пољопривреде, шумарства и водопривреде, 25. јануара 2018. године, доноси

ПРАВИЛНИК О ДОДАЦИМА ИСХРАНИ

Члан 1.

Овим правилником прописују се услови које треба да испуњавају додаци исхрани ради стављања на тржиште.

Члан 2.

Додаци исхрани су прехранбени производи чија је сврха допуна уобичајене исхране, а који представљају концентровани извор хранљивих материја или других материја прехранбеног или физиолошког дејства, појединачно или у комбинацији, који се ставља на тржиште у дозираном облику као што су капсуле, пастиле, таблете, пилуле, врећице прах, ампуле течности, бочице на капаљку и у другим сличним облицима за кориштење у одмјереним малим количинама у складу са законом.

Члан 3.

(1) Хранљивим материјама из члана 2. овог правилника сматрају се витамини и минерали.

(2) Другим материјама прехранбеног или физиолошког дејства из члана 2. овог правилника сматрају се: аминокиселине, есенцијалне масне киселине, влакна, микроорганизми, јестиве гљиве, алге, пчелињи производи, састојци изоловани из биљног материјала (биофлавоноиди, каротеноиди, изофлавоноиди, глукозинолати и сл.), сировине биљног поријекла, препарати биљних сировина и друге супстанце са хранљивим или физиолошким ефектом.

(3) Сировинама биљног поријекла из става 2. овог члана сматрају се свјеже или осушене биљке, цијеле или уситњене, односно дијелови биљке (лист, коријен, плод, цвијет и други биљни органи), појединачно или у смјеси.

(4) Препарати биљних сировина из става 2. овог члана су секундарни производи биљних врста који се добијају из биљних сировина примјеном специфичних поступака као што су: дестилација, цијеђење, екстракција, фракционисање, пречишћавање, концентрисање, ферментација и друго.

Члан 4.

(1) Додаци исхрани могу се стављати на тржиште запаковани, и то појединачно или у комбинацији.

(2) Облици додатака исхрани су:

- 1) дозирани облици: капсуле, пастиле, таблете и слично,
- 2) прах, грануле, течности, те остали облици који се узимају одмјереним количинама и/или посебним начином примјене,
- 3) остали облици.

Члан 5.

(1) У производњи додатака исхрани могу се користити само витамини и минерали који су наведени у Табели 1. у Прилогу 1. који чини саставни дио овог правилника, као и њихови хемијски облици који су наведени у Табели 2. у Прилогу 1. овог правилника.

(2) Највеће допуштене количине витамина и минерала које се могу додавати додацима исхрани и препоручени дневни уноси, а намијењени су одраслим лицима, наведени су у Прилогу 2. који чини саставни дио овог правилника.

(3) У производњи додатака исхрани могу се користити друге материје са хранљивим или физиолошким ефектом које су наведене у Прилогу 3. који чини саставни дио овог правилника.

(4) Највеће допуштене дневне дозе других материја са хранљивим или физиолошким ефектом у додацима исхрани, те посебна упозорења наведени су у Прилогу 3. овог правилника.

(5) У производњи додатака исхрани могу се користити биљне врсте које су наведене у Прилогу 4. који чини саставни дио овог правилника.

(6) Посебна ограничења и упозорења за биљне врсте из става 5. овог члана наведена су у Прилогу 4. овог правилника.

(7) У производњи додатака исхрани могу се користити и друге супстанце и сировине уколико се користе у складу са посебним прописима о храни.

Члан 6.

(1) За поједине материје из члана 5. ст. 1, 3, 5. и 7. овог правилника, које се користе у производњи додатака исхрани, примјењују се критеријуми чистоће прописани фармакопејом и/или посебним прописима о храни.

(2) Сировине биљног поријекла или препарати биљних сировина који се користе у производњи додатака исхрани треба да, у вези са здравственом исправношћу и квалитетом, одговарају захтјевима прописаним фармакопејом и/или посебним прописима о храни.

Члан 7.

(1) Додаци исхрани намијењени дојенчади и малој дјечи не садржавају у дневној дози количине витамина и минерала веће од референтних вриједности прописаних посебним прописима којима се уређује храна за дојенчад и малу дјецу.

(2) Додаци исхрани намијењени дјечи од четири године до 12 година не садрже у препорученој дневној дози количине витамина и минерала веће од препорученог дневног уноса наведеног у Прилогу 2. овог правилника.

Члан 8.

Биљне врсте које се не користе у додацима исхрани наведене су у Прилогом 5. који чини саставни дио овог правилника.

Члан 9.

(1) При означавању додатака исхрани наводе се сљедећи подаци:

- 1) уз назив производа навести: „додатак исхрани“ или „суплемент“,
- 2) назив категорије хранљивих материја или других материја које произведу дају својства додатка исхрани или навод о намјени ових материја,
- 3) количина производа препоручена за дневну употребу,
- 4) врста и број облика додатака исхрани у паковању,

- 5) упутство за употребу,
 - 6) упозорење да се препоручене дневне дозе не смију прекорачити,
 - 7) изјава да додатак исхрани није замјена за уравнотежену исхрану,
 - 8) изјава да производ треба држати ван домашаја дјете,
 - 9) декларација о хранљивој вриједности,
 - 10) код додатака исхрани са другим материјама са прехранбеним или физиолошким ефектом посебна упозорења из члана 5. став 4. овог правилника,
 - 11) код додатака исхрани са биљним врстама назив биљне врсте и биљни орган који је употребљен у производњи на језику у службеној употреби у Републици Српској, латински назив биљне врсте, као и посебна ограничења и упозорења из члана 5. став 6. овог правилника,
 - 12) додатна упозорења, уколико их производ има,
 - 13) број рјешења о упису у Регистар додатака исхрани са датумом уписа, а који доноси министар здравља и социјалне заштите.
- (2) Приликом означавања, рекламирања и презентовања додатака исхрани могу се наводити прехранбене и здравствене тврдње у складу са посебним прописом.

Члан 10.

- (1) Декларација о хранљивој вриједности садржи:
- 1) енергетску вриједност у 100 g или 100 ml производа,
 - 2) количине масти, засићених масних киселина, угљених хидрата, шећера, протеина и соли у 100 g или 100 ml производа,
 - 3) количине витамина и минерала који се налазе у значајним количинама како је наведено у Прилогу 2. овог правилника, у 100 g или 100 ml производа,
 - 4) количине других материја са прехранбеним или физиолошким ефектом у 100 g или 100 ml производа,
 - 5) количине витамина, минерала или других материја присутних у количини производа препорученој за дневну употребу.
- (2) Поред декларације о хранљивој вриједности, може се ставити навод који означава да је садржај соли узрокован искључиво присуством природно присутног натријума.
- (3) Садржај декларације о хранљивој вриједности из става 1. овог члана може се допунити подацима о количинама мононезасићених масних киселина, полинезасићених масних киселина, полиола, скроба и влакана.
- (4) Декларација о хранљивој вриједности може се односити и на производ након што је припремљен, под условом да су наведена детаљна упутства за припрему производа, те да се информација односи на производ припремљен за непосредну потрошњу.

Члан 11.

- (1) Енергетска вриједност и количина материја из члана 10. ст. 1. и 3. изражавају се на основу вриједности добијених анализом произвођача, прорачуна познатих или стварних просјечних вриједности употребљених састојака или прорачуна општеутврђених и прихваћених података.
- (2) Енергетска вриједност и количина материја из члана 10. ст. 1. и 3. изражавају се бројчаним вриједностима у мјерним јединицама наведеним у Табели 2. Прилога 6. овог правилника.

(3) Поред бројчане вриједности из става 2. овог члана, витамини и минерали се изражавају и постотком препорученог дневног уноса у складу са Прилогом 2. овог правилника.

(4) Постотак препорученог дневног уноса за витамине и минерале из става 3. овог члана може се приказати и у графичком облику.

(5) Поред бројчаних вриједности из става 2. овог члана, енергетска вриједност и количина материја из члана 10. став 1. т. 1) и 2) овог правилника могу се изразити у проценту референтних уноса који су наведени у Табели 1. Прилога 6. овог правилника, на 100 g или 100 ml производа.

(6) Ако се информације пружају у складу са ставом 5. овог члана, ставља се додатни навод: „Референтни унос за просјечно одрасло лице (8.400 kJ/2.000 kcal)“.

(7) У случајевима гдје је енергетска вриједност или количина материја из члана 10. став 1. т. 1) и 2) овог правилника у производу занемарива, информација о тим елементима се може замијенити наводима попут „Садржи занемариве количине...“.

(8) Поред облика изражавања на 100 g или 100 ml производа и количине производа препоручене за дневну употребу, декларација о хранљивој вриједности се, гдје је примјенљиво, може изражавати и по порцији или потрошачкој јединици, при чему се употребељена порција или потрошачка јединица означава поред декларације о хранљивој вриједности.

Члан 12.

У сврху информисања потрошача, означавања, рекламирања и презентовања, додаци исхрани, поред услова прописаних овим правилником, треба да испуњавају и услове утврђене прописом о пружању информација потрошачима о храни и прописом о хранљивим и здравственим тврдњама.

Члан 13.

Овај правилник ступа на снагу осмог дана од дана објављивања у „Службеном гласнику Републике Српске“.

Број: 11/08-052-36/17

Датум: 25. 01. 2018. године

МИНИСТАР

Драган Богданић, др мед.

Табела 1. Витамини и минерали који се могу користити у производњи додатака исхрани

Витамини	Минерали
Витамин А (µg RE)	Калцијум (mg)
Витамин Д (µg)	Магнезијум (mg)
Витамин Е (mg α-TE)	Жељезо (mg)
Витамин К (µg)	Бакар (mg)
Витамин Б1 (mg)	Јод (µg)
Витамин Б2 (mg)	Цинк (mg)
Ниацин (mg NE)	Манган (mg)
Пантотенска киселина (mg)	Натријум (mg)
Витамин Б6 (mg)	Калијум (mg)
Фолна киселина (µg) (*)	Селен (µg)
Витамин Б12 (µg)	Хром (µg)
Биотин (µg)	Молибден (µg)
Витамин Ц (mg)	Флуор (mg)
	Хлор (mg)
	Фосфор (mg)
	Бор (mg)
	Силицијум (mg)

(*) Фолна киселина обухвата све облике фолата.

Табела 2. Хемијски облици витамина и минерала које се могу користити у производњи додатака исхрани

Витамини	
<p>ВИТАМИН А</p> <ul style="list-style-type: none"> – ретинол – ретинилацетат – ретинил-палмитат – бетакаротен <p>ВИТАМИН Д</p> <ul style="list-style-type: none"> – холекалциферол – ергокалциферол <p>ВИТАМИН Е</p> <ul style="list-style-type: none"> – D-алфа токоферол – DL-алфа токоферол – D-алфа токоферилацетат – DL-алфа токоферилацетат – D-алфа токоферил кисели сукцинат – мјешавина токоферола (*) – токотриенол токоферол (**) <p>ВИТАМИН К</p> <ul style="list-style-type: none"> – филохинон (фитоменадион) – менахинон (***) <p>ВИТАМИН Б1</p> <ul style="list-style-type: none"> – тиамин-хидрохлорид – тиамин-мононитрат – тиамин-монофосфат хлорид – тиамин-пирофосфат хлорид <p>ВИТАМИН Б2</p> <ul style="list-style-type: none"> – рибофлавин – натријум-рибофлавин-5'-фосфат 	<p>ПАНТОТЕНСКА КИСЕЛИНА</p> <ul style="list-style-type: none"> – калцијум-D-пантотенат – натријум-D-пантотенат – декспантенол – пантетин <p>ВИТАМИН Б6</p> <ul style="list-style-type: none"> – пиридоксин-хидрохлорид – пиридоксин-5'-фосфат – пиридоксал-5'-фосфат <p>ФОЛАТИ</p> <ul style="list-style-type: none"> – птероилмоноглутаминска киселина – калцијум-L-метилфолат – (6S)-метилтетрахидрофолна киселина, со глюкозамина <p>ВИТАМИН Б12</p> <ul style="list-style-type: none"> – цијанокобаламин – хидрокобаламин – 5'-деоксиаденозилкобаламин – метилкобаламин <p>БИОТИН</p> <ul style="list-style-type: none"> – Д-биотин <p>ВИТАМИН Ц</p> <ul style="list-style-type: none"> – L-аскорбинска киселина – натријум-L-аскорбат – калцијум-L-аскорбат (****) – калијум-L-аскорбат – L-аскорбил-6-палмитат – магнезијум-L-аскорбат

<p>НИАЦИН</p> <ul style="list-style-type: none"> – никотинска киселина – никотинамид – инозитол-хексаникотинат (инозитол-хексаниацинат) 	<p>– цинк-L-аскорбат</p>
<p>Минерали</p>	
<p>калцијумацетат калцијум-L-аскорбат калцијум-бисглицинат калцијум-карбонат калцијум-хлорид калцијум-цитрат малат калцијумове соли лимунске киселине калцијум-глюконат калцијум-глицерофосфат калцијум-лактат калцијум-пируват калцијумове соли ортофосфорне киселине натријум-сулфат калијум-сулфат калцијум-сукцинат магнезијумацетат магнезијум-L-аскорбат магнезијум-бисглицинат магнезијум-карбонат магнезијум-хлорид магнезијумове соли лимунске киселине магнезијум-глюконат магнезијум-глицерофосфат магнезијумове соли ортофосфорне киселине магнезијум-лактат магнезијум-L-лизинат магнезијум-хидроксид магнезијум-малат магнезијумоксид</p>	<p>калцијум-хидроксид калцијум-L-лизинат калцијум-малат калцијумоксид калцијум-L-пидолат калцијум-L-треонат калцијум-сулфат калцијум-фосфорил олигосахариди гвожђекарбонат гвожђецитрат гвожђеамонијум-цитрат гвожђеглюконат гвожђефумарат гвожђенатријум-дифосфат гвожђелактат гвожђесулфат гвожђедифосфат (жељезов пирофосфат) гвожђесахарат елементарно гвожђе (редуковано карбонилном, водоником и електролитички) гвожђебисглицинат гвожђе-L-пидолат гвожђефосфат фериамонијум-фосфат етилендиаминтетрасирћетна киселина гвожђе(II)-таурат натријум-јодид натријум-јодат калијум-јодид калијум-јодат</p>

магнезијум-L-пидолат	цинкацетат
магнезијум-калијум цитрат	цинк-L-аскорбат
магнезијум-пируват	цинк-L-аспартат
магнезијум-сукцинат	цинк-бисглицинат
магнезијум-сулфат	цинк-хлорид
магнезијум-таурат	цинк-цитрат
магнезијумацетил таурат	цинк-глуконат
бакар-карбонат	цинк-лактат
бакар-цитрат	цинк-L-лизинат
бакар-глуконат	цинк-малат
бакар-сулфат	цинк-моно-L-метионин сулфат
бакар-L-аспартат	цинкоксид
бакар-бисглицинат	цинк-карбонат
бакар-лизин комплекс	цинк-L-пидолат
бакар(II)-оксид	цинк-пиколинат
манганаскорбат	цинк-сулфат
манган-L-аспартат	L-селенометионин
манган-бисглицинат	селеном обогаћени квасци (*****)
манган-карбонат	селенова киселина
манган-хлорид	натријум-селенат
манган-цитрат	натријум хидроген селенит
манган-глуконат	натријум-селенит
манган-глицерофосфат	хром(III)-хлорид
манган-пидолат	хромом обогаћени квасац(*****)
манган-сулфат	хром(III)-лактат-трихидрат
натријум-бикарбонат	хром-нитрат
натријум-карбонат	хром-пиколинат
натријум хлорид	хром(III)-сулфат
натријум-цитрат	амонијум-молибдат (молибден [VI])
натријум-глуконат	калијум-молибдат (молибден [VI])
натријум-лактат	натријум-молибдат (молибден [VI])
натријев-хидроксид	калцијум-флуорид
натријеве соли ортофосфорне киселине	калијум-флуорид
калијум-бикарбонат	натријум-флуорид
калијум-карбонат	натријум-монофлуорофосфат
калијум-хлорид	борна киселина
калијум-цитрат	натријум-борат
калијум-глуконат	холин-стабилна ортосилицијумова киселина

калијум-глицерофосфат	силицијум-диоксид
калијум-лактат	силицијумова киселина (*****)
калијум-хидроксид	органски силицијум
калијум-L-пидолат	(монометилсиланетриол)
калијум-малат	
калијумове соли ортофосфорне киселине	

(*) Алфа токоферол < 20%, бета токоферол < 10%, гама токоферол од 50% до 70% и делта токоферол од 10% до 30%.

(**) Типични ниво појединачних токоферола и токотриенола:

- 115 mg/g алфа токоферола (101 mg/g минимум),
- 5 mg/g бета токоферола (< 1 mg/g минимум),
- 45 mg/g гама токоферола (25 mg/g минимум),
- 12 mg/g делта токоферола (3 mg/g минимум),
- 67 mg/g алфа токотриенола (30 mg/g минимум),
- < 1 mg/g бета токотриенола (< 1 mg/g минимум),
- 82 mg/g гама токотриенола (45 mg/g минимум),
- 5 mg/g делта токотриенола (< 1 mg/g минимум).

(***) Менахинон је углавном у облику менахинона-7 и минимални удио менахинона-6.

(****) Може садржавати до 2% треоната.

(*****) Селеном обогаћени квасци произведени из културе у присуству натријумовог селенита као извора селена садрже, у сушеном облику стављеном на тржиште, највише 2,5 мг Се/г. Доминантна врста органског селена присутна у квасцу је селенометионин (између 60% и 85% укупног екстрахованог селена у производу). Садржај других органских селенових једињења, укључујући селеноцистеин, не смије прећи 10% укупног екстрахованог селена. Ниво анорганског селена по правилу не смије прелазити 1% укупног екстрахованог селена.

(*****) Хромом обогаћени квасац који се производи из културе *Saccharomyces cerevisiae* у присуству хром(III)-хлорида.

(*****) У облику гела.

ПРИЛОГ 2.

НАЈВЕЋЕ КОЛИЧИНЕ ВИТАМИНА И МИНЕРАЛА КОЈЕ СЕ МОГУ ДОДАВАТИ ДОДАЦИМА ИСХРАНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ ДНЕВНИ УНОСИ ВИТАМИНА И МИНЕРАЛА, НАМИЈЕЊЕНИ ЗДРАВИМ ОДРАСЛИМ ЛИЦИМА

	Највећа допуштена количина*	Препоручени дневни унос (PDU/RDA)***
VITAMINI		
Витамин А (ретинол) µg	1500	800
Витамин Д (холекалциферол) µg	10	5
Витамин Е (токоферол) mg	200	12
Витамин Ц (аскорбинска киселина) mg	800	80
Витамин К (филохинон) µg	100	75
Витамин Б1 (тиамин) mg	25	1,1
Витамин Б2 (рибофлавин) mg	25	1,4
Витамин Б3 (ниацин) mg**	35	16
Витамин Б6 (пиридоксин) mg	20	1,4
Фолна киселина µg	600	200
Витамин Б12 (цијанокобаламин) µg	25	2,5
Пантотенска киселина mg	18	6
Биотин µg	150	50

МИНЕРАЛИ		
Калцијум (Ca) mg	1 500	800
Фосфор (P) mg	1 400	700
Магнезијум (Mg) mg	375	375
Гвожђе (Fe) mg	30	14
Цинк (Zn) mg	15	10
Флуор (F) mg	10	3,5
Јод (J) µg	225	150
Селен (Se) µg	100	55
Хром (Cr) µg	150	40
Бакар (Cu) mg	3	1
Mangan (Mn) mg	4	2
Молибден (Mo) µg	100	50
Хлориди (mg)	800	800
Калијум mg	2000	2000

* У највећој допуштеној дневној дози.

** Највећа допуштена доза се односи на хемијски облик витамина Б3 – никотинамид, док је највећа допуштена дневна доза никотинске киселине 10 mg.

*** За концентроване или дехидриране производе препоручени дневни унос је онај који се налази у производу који је припремљен за конзумацију у складу са упутствима произвођача.

ЗНАЧАЈНЕ КОЛИЧИНЕ ВИТАМИНА И МИНЕРАЛА

Као правило, приликом одлучивања шта чини значајну количину, узимају се у обзир следеће вриједности:

– 15% референтне хранљиве вриједности (препорученог дневног уноса)*** на 100 g или 100 ml, у случају производа осим пића,

- 7,5% референтне хранљиве вриједности (препорученог дневног уноса)*** назначене на 100 g или 100 ml у случају пића и
- 15% референтне хранљиве вриједности (препорученог дневног уноса)*** по порцији ако паковање садржи само једну порцију.

**ДРУГЕ МАТЕРИЈЕ КОЈЕ СЕ МОГУ КОРИСТИТИ У ПРОИЗВОДЊИ ДОДАТАКА
ИСХРАНИ**

1. Аминокиселине*

L-аланин
L-аргинин
L-аспарагинска киселина
L-цитрулин
L-цистеин
цистин
L-хистидин
L-глутаминска киселина
L-глутамин
глицин
L-изолеуцин
L-леуцин
L-лизин
L-лизинацетат
L-метионин
L-орнитин
L-фенилаланин
L-пролин
L-треонин
L-триптофан
L-тирозин
L-валин

* За аминокиселине, колико год је примјенљиво, могу се такође користити натријумове, калијумове, калцијумове и магнезијумове соли као и њихови хидрохлориди.

За разгранате аминокиселине (BCAA) – дневна доза је укупно 5 g (као збир све три аминокиселине: L-валин, L-леуцин, L-изолеуцин).

Концентрати и изолат протеина.

2. Остало

	Највећа дневна доза	Посебна упозорења
алкилглицерол	300 мг	
арабиногалактан		
арабиноксилан		
астаксантин		
бета аланин		
бета глюкан		
бетаин	1,5 g	
докосахеxаеноична киселина (DHA)		Ограничење за додатке исхрани: укупна количина ЕРА и DHA у препорученој дневној дози не смије бити већи од 5 g.
еикосапетаеноична киселина (ЕРА)		
епигалокатехингалат (EGCG)	300 mg	За труднице и дојиље највећа дневна количина је 120 mg.
фитостероли	3 g	Потребно је навести упозорења према посебним прописима.
флавоноиди: – кверцетин, рутин, диосмин и њихови гликозиди – хесперидин и његови гликозиди	300 mg	Не користити за вријеме трудноће.
	600 mg	Не користити за вријеме трудноће.
фосфолипиди соје		
фосфатидил холин		
фруктоолигосахариди (FOS)		
галактоолигосахариди (GOS)		
глукоманан	4 g	
глукозамин	2000 mg	
глутатион	50 mg	
гуар гума	10 g	

хидроксиметилбутират (НМВ)	3 g	
хитозан	3 g	
хондриотин	1200 mg	
холин	1000 mg	
хијалуронска киселина		
инозитол	2 g	
инулин		
карнозин	500 mg	
коензим Q10	200 mg	
кофеин	350 mg	Не препоручује се дјечи, трудницама или дојиљама.
колаген		
колострум		
коњугирана линолна киселина (CLA)		
креатин	3 g	Креатин не смију користити труднице, дојиље и лица млађа од 16 година! Конзумирање може довести до повећања тјелесне масе због накупљања воде у мишићима.
L-карнитин (L-карнитин хидрохлорид, L-карнитин-L-тартрат, ацетил-L- карнитин)	2000 mg	
таурин	1000 mg	
лактоферин (говеђи)	200 mg	
ликопен	15 mg	
линолна киселина		
алфа линоленска киселина		
гама линоленска киселина		
алфа липоична киселина		
лутеин	20 mg	

лецитин		
мелатонин	1 mg	
метилсулфонилметан (MSM)		
монахолин из црвене ферметоване риже (<i>Monascus purpureus</i>)	10 mg	Не користити за вријеме трудноће и дојења. Не користити уколико узимате лијекове за снижавање масноћа, антилипидемици.
N-ацетилцистеин		Није препоручљиво за дјецу млађу од три године.
никотинамид аденин динуклеотид (NADH)		
олеинска киселина		
S-аденозилметионин (SAME)	200 mg	
параамино бензојева киселина (PABA)		
Пектини		
полифеноли маслиновог уља		
ресвератрол		
теанин		
зеаксантин		
прополис		
матична млијеч		
пелуд/цвијетни прах		
Ензими – папаин, бромелаин, лактаза, амилаза, липаза, протеазе, глукоамилаза, алфа галактозидаза, целулаза, пектиназа, лактулоза		
Културе микроорганизама		
– <i>Bifidobacterium</i> spp.		
– <i>Lactobacillus</i> spp.		
– <i>Streptococcus thermophilus</i>		
– <i>Bacillus subtilis</i>		

– Saccharomyces cerevisiae		
– Saccharomyces boulardii		

3. Гљиве

Латински назив	Назив на језику у службеној употреби у Републици Српској	УПОЗОРЕЊЕ
Cordiceps sinensis	Гљива kordiceps	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Ганодерма луцидум	Reishi гљива, храстова сјајница	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Грифолиа фрондоса	Maitake гљива	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Lentinula edodes	Shitake гљива	

СПИСАК БИЉНИХ ВРСТА КОЈЕ СЕ МОГУ КОРИСТИТИ У ПРОИЗВОДЊИ ДОДАТАКА ИСХРАНИ

Латински назив	Назив на језику у службеној употреби у Републици Српској	Додатна ограничења и упозорења за додатке исхрани ^[2]
A		
Abies spp.	Врсте јела	
Acacia senegal	Сенегалшка акација	
Acacia spp.	Врсте акације (арапска гума)	
Acer saccharum	Јавор	
Achillea millefolium	Столисник	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Achyranthes bidentata	Двозуб	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Acorus calamus	Иђирот	Дозвољено је кориштење само ризома. Не препоручује се узимање дуже од два седмице у континуитету. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Agrimonia eupatoria	Турица обична	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Agrimonia spp.	Врсте турице	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Agropyron repens (Elymus repens)	Пирика	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Alchemilla vulgaris	Ливадна вркута	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Allium cepa	Црвени лук	
Allium sativum	Чешњак, бијели лук	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Allium ursinum	Медвјеђи лук, дивљи лук	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.

		Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Alnus glutinosa</i>	Црна јоха, јошић	
<i>Aloe barbadensis</i> (<i>Aloe vera</i>)	Барбаденшки алој, права алоја	Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама. Алое гел нема ограничења.
<i>Aloe spp</i>	Врсте алоја	Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Alpinia officinarum</i> (<i>Alpinia galanga</i>)	Галант, галанга	
<i>Althaea officinalis</i>	Бијели сљез	
<i>Althaea spp.</i>	Врсте сљеза	
<i>Ananas comosus</i>	Ананас	
<i>Andrographis paniculata</i>	Јустиција	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Anethum graveolens</i>	Копар	
<i>Angelica archangelica</i>	Љековита анђелика	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Antennaria dioica</i>	Зечја цапица, бубица	

Anthemis nobilis (Chamaemelum nobile)	Римска камилица	
Anthriscus cerefolium	Красуљица	
Anthyllis vulneraria	Рањеник	
Apium graveolens	Целер	
Arallia spp.	Врсте аралије, пижулика	
Arctium lappa	Велики чичак	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Arctium spp.	Врсте чичка	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Arctostaphylos uvaursi	Медвјетка, медвјеђе грожђе	Није допуштено као моноприпремак. Највећа дневна доза: 160 mg арбутина. – у саставу је потребно назначити количину арбутина Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица са оштећењима бубрега и лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не узимати с америчком брусницом и витамином Ц. Не препоручује се да узимају труднице, дојиље и дјеца млађа од 12 година.
Armoracia rusticana (Cochlearia armoracia)	Вртни хрен	
Aronia melanocarpa	Аронија	
Artemisia dracunculus	Естрагон	
Aspalthus linearis	Афрички црвени грм	
Asparagus officinalis	Вртна шпарога	
Asparagus racemosus	Гроздаста шпарога	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.

Asperula odorata (Galium odoratum)	Лазаркиња	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Astragalus membranaceus	Опнасти козлинац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Astragalus spp.	Врсте козлинца (трагакант)	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Avena sativa	Зоб	
В		
Vaccora monieri	Бакопа	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се код болести штитне жлијезде, астме, емфизема, поремећаја пробавног и уринарног система, те срчаних поремећаја. Такође, не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.
Balsamodendron mukul	Мукул	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и лицима са оштећењем јетре и упалном болести цријева.
Barosma betulina (Agathosma betulina)	Барозма	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Bellis perennis	Тратинчица	
Berberis vulgaris	Жутика трпка	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама, лицима са повишеним крвним притиском и дјечи.
Beta vulgaris	Цвекла	

Betonica officinalis (Stachys officinalis)	Љековити чистац	
Betula pendula (Betula alba)	Обична бреза	
Betula spp.	Врсте брезе	
Borago officinalis	Бореч, боражина	Допуштено је користити само уље. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Boswellia serrata	Индијски тамјановац	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Brassica napus	Корабица, репица	
Brassica nigra	Црна врзина, црна горушица	
Brassica oleracea var. cymosa ^[1]	Брокула	
С		
Calendula officinalis	Невен	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Calluna vulgaris	Вријес, обични вријесак	
Camellia sinensis (Thea sinensis)	Прави чај (зелени чај, црни чај, жути чај)	
Capsella bursa pastoris	Русомача	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Capsicum annuum longum	Паприка	Није допуштено као моноприправак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Упозорење: може изазвати надражај

		<p>желудачно-цријевне слузнице.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p>
Capsicum frutescens	Кајенска паприка, чили	<p>Није допуштено као моноприпремак.</p> <p>Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m.</p> <p>Упозорење: може изазвати надражај желудачно-цријевне слузнице.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p>
Carduus marianus (Silybum marianum)	Сикавица, обични ослобод	<p>Највећа дневна доза: 140 mg силимарина.</p> <p>У саставу је потребно назначити количину силимарина.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p> <p>Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.</p>
Carica papaya	Папаја	
Carlina acaulis	Вилино сито	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Carthamus tinctorius	Бојадисарски бодал, шафраника	
Carum carvi	Ким	
Cassia acutifolia (Cassia senna)	Александријска сена	<p>Није допуштено као моноприпремак.</p> <p>Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози).</p> <p>Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p> <p>Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације.</p> <p>Такође, не препоручује се лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.</p>

<i>Cassia angustifolia</i>	Индијска сена, тиневелшка сена	<p>Није допуштено као моноприпремак.</p> <p>Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози).</p> <p>Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p> <p>Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације.</p> <p>Такође, не препоручује се лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.</p>
<i>Cassia nomame</i>	-	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Castanea sativa</i>	Питоми кестен	
<i>Centaurea cyanus</i>	Различак	
<i>Centaureum erythraea</i>	Штитаста кичица	Не препоручује се трудницама, дојиљама и лицима са чиром на желуцу.
<i>Centella asiatica</i> (<i>Hydrocotyle asiatica</i>)	Готу кола, центела	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Ceratonia siliqua</i>	Рогач	
<i>Cetraria islandica</i> (<i>Lichen islandicus</i>)	Исландски лишај	Не препоручује се дјечи млађој од годину дана.
<i>Chamaemelum nobile</i> (<i>Anthemis nobilis</i>)	Римска камилица	
<i>Chamomilla recutita</i> (<i>Matricaria recutita</i>)	Права камилица	
<i>Chimaphila umbellata</i>	Зеленчић	
<i>Chlorella spp.</i>	Врсте зелене алге	
<i>Chondrus crispus</i>	Ирска маховина	

Chrisantemum parthenium (Tanacetum parthenium)	Повратић, мајчински вратић	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Cichorium intybus	Плава водопија, цикорија	
Cimicifuga racemosa	Смрдљивка, цимифуга	Највећа допуштена дневна доза: одговара 30 mg биљне дроге (поданка). Не препоручује се узимање дуже од три мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и лицима са оштећењем јетре и о естрогену зависним тумором.
Cinnamomum aromaticum (Cinnamomum cassia)	Кинески циметовац	
Cinnamomum zeylanicum (Cinnamomum verum)	Цејлонски циметовац	
Cirsium arvense	Пољски осјак	
Citrus aurant. subsp. dulcis	Слатка наранџа	
Citrus aurantium subsp. amara	Горка наранџа	Највећа дневна доза синефрина: 30 mg Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Citrus spp.	Врсте агрума	Упозорења за грејпфрут: Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Snicus benedictus	Блажени чакаљ	Не препоручује се трудницама.
Cochlearia armoracia	Вртни хрен	

(Armoracia rusticana)		
Coffea arabica	Арапска кафа	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.
Coffea canephora	Кафа	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.
Coix lacryma-jobi	Јобове сузе, сузице	
Cola acuminata	Кола, колатовац	Не препоручује се лицима са повишеним крвним притиском или оштећењем срца.
Cola nitida	Горки колатовац	Не препоручује се лицима са повишеним крвним притиском или оштећењем срца.
Commiphora molmol (Commiphora myrrha)	Мировац, мира	
Commiphora mukul	Гугул	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Commiphora spp.	Врсте балзамовог дрвета	
Coriandrum sativum	Коријандар	
Cornus mas	Дријенак	
Corylus avellana	Обична лијеска	
Crataegus monogyna	Бијели глог	Највећа дневна доза: одговара 1,5 g биљне дроге (листа с цвијетом). Ако су истовремено присутни и бијели и црвени глог највећа дневна доза се односи на њихов збир. Не препоручује се узимање дуже од четири мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Crataegus	Црвени глог	Највећа дневна доза: одговара 1,5 g биљне

oxyacantha (Crataegus laevigata)		дрогe (листа с цвијетом). Ако су истовремено присутни и бијели и црвени глог највећа дневна доза се односи на њихов збир. Не препоручује се узимање дуже од четири мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Crocus sativus	Вртни шафран	
Cucurbita maxima	Велика бундева	
Cucurbita pepo	Обична бундева	
Cuminum cyminum	Кумин	
Curcuma longa (C. domestica)	Куркума, индијски шафран	
Curcuma xanthorrhiza	Јаванска куркума	
Curcuma zedoaria	Секвар, бијели исиот	
Cyamopsis tetragonoloba	гуарграх	
Cydonia oblonga	Дуња	
Cymbopogon spp.	Врсте цитронеле	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Cynara scolymus (Cynara cardunculus)	Артичока	
Cyperus rotundus	Округли шиљ	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
D		
Daucus carota	Мрква	
Dioscorea bulbifera	Азијски јам	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.

		Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Dioscorea</i> spp.	Врсте јама	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Diospyros kaki</i>	Јапанска јабука	
<i>Drosera rotundifolia</i>	Округлолисна росика	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Dunaliella salina</i>		
Е		
<i>Echinacea pallida</i>	Свијетлоцвјетна ехинацеа, свијетлоцвјетна рудбекија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се узимати код прогресивних системских болести (ТВС, леукемија), аутоимуних болести, HIV-а. Такође, не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од годину дана.
<i>Echinacea purpurea</i>	Гримизна ехинацеа, пурпурна рудбекија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се узимати код прогресивних системских болести (ТВС, леукемија), аутоимуних болести, HIV-а. Такође, не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од годину дана.
<i>Echinacea angustifolia</i>	Усколисна ехинацеа, усколисна рудбекија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се узимати код прогресивних системских болести (ТВС, леукемија), аутоимуних болести, HIV-а. Такође, не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од годину дана.
<i>Elettaria cardamomum</i>	Кардамом	
<i>Eleutherococcus senticosus</i>	Сибирски гинсенг	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Elymus repens</i> (<i>Agropyron repens</i>)	Пирика	Не препоручује се трудницама и дојиљама.

Emblica officinalis (Phyllanthus emblica, P. amarus)	Индијска космуља	
Epilobium angustifolium	Усколисна врбовица	
Epilobium parviflorum	Врбовица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Equisetum arvense	Пољска преслица	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Не препоручује се узимање дуже од једног мјесеца у континуитету. Не препоручује се узимати код поремећаја рада срца или бубрега. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Equisetum hyemale	Зимска преслица	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m Не препоручује се узимање дуже од једног мјесеца у континуитету. Не препоручује се узимати код поремећаја рада срца или бубрега. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Erica carnea	Црњуша, прољетни вријес	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Erica spp.	Врсте црњуше	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Eriodictyon californicum (E. glutinosum)	Ериодиктион	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Eschscholzia californica	Калифорнијски златни мак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Eucalyptus globulus	Плави еукалиптус	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Eucalyptus spp.	Врсте еукалиптуса	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Eugenia caryophyllata	Клинчић	Етерично уље није дозвољено.

(<i>Syzygium aromaticum</i>)		
<i>Euphrasia officinalis</i>	Љековита очаница	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Euterpe oleracea</i>	Еутерп, асаи	
F		
<i>Fagopyrum esculentum</i>	Хељда	
<i>Fagus sylvatica</i>	Буква	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Ficus carica</i>	Смоква	
<i>Filipendula ulmaria</i> (<i>Spiraea ulmaria</i>)	Кончара, суручица	Највећа дневна доза биљног припремака: одговара 200 mg биљне дроге (зелени). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Foeniculum vulgare</i>	Обични коморач	
<i>Forsythia suspensa</i>	Форзиција	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Fragaria vesca</i>	Шумска јагода	
<i>Frangula alnus</i> (<i>Rhamnus frangula</i>)	Кржавина, крушина	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се узимати с корјеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима са оштећењем пробавног система

		Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Fraxinus excelsior</i>	Бијели јасен	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Fraxinus ornus</i>	Црни јасен	
<i>Fucus vesiculosus</i>	Мјехурасти брачић	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са поремећајем функције штитне жлијезде, дјеци, трудницама и дојиљама.
<i>Fucus spp.</i>	Врсте брачића / смеђе алге	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са поремећајем функције штитне жлијезде, дјеци, трудницама и дојиљама.
G		
<i>Galeopsis segetum</i>	Усјевна кацигарка	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Galium aparine</i>	Чекињаста броћика	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Galium odoratum</i> (<i>Asperula odorata</i>)	Лазаркиња	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Galium verum</i>	Права броћика	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Garcinia cambogia</i>	Гарцинија	Не препоручује се узимање дуже од двије мјесеца у континуитету. Не препоручује се лицима са оштећењем јетре, трудницама и дојиљама.
<i>Garcinia mangostana</i>	Мангостин	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Gentiana lutea</i>	Жути срчаник, сириштара	Не препоручује се лицима са повишеном желудачном киселином, чиром желуца и дванаестопалачног цријева, трудницама и дојиљама.
<i>Gentiana purpurea</i>	Црвени срчаник	Не препоручује се лицима са повишеном желудачном киселином, чиром желуца и дванаестопалачног цријева, трудницама и дојиљама.

Geranium spp.	Врсте иглице	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Geum urbanum	Прави блаженак	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Ginkgo biloba	Гинко	Допуштена је употреба само стандардизираниог екстракта листа с највише 5 ppm гинколних киселина. Највећа дневна доза: 80 mg екстракта. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се код поремећаја згрушњавања крви, трудницама, дојиљама и дјеци.
Glycine max (Glycine hispida)	Соја	Прије узимања посавјетовати с љекаром.
Glycyrrhiza glabra	Сладић	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с поремећајем кардиоваскуларног система, трудницама и дојиљама.
Grindelia robusta	Гринделија	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Gymnema sylvestre	Сребрна свиленица	Лица која узимају лијекове и лица са шећерном болести треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Н		
Hamamelis virginiana	Хамамелис	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Harpagophytum procumbens	Вражја канца	Највећа дневна доза: одговара 0,5 g биљне дроге (коријен). Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с чиром на желуцу и дванаестопалачном цријеву, те жучним каменцима, трудницама и дојиљама.
Harungana madagascariensis	Харонга, пљускавица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.

		Не препоручује се лицима са оштећењем јетре, гуштераче и поремећајем жучи, те трудницама и дојиљама.
<i>Helianthus annuus</i>	Сунцокрет	
<i>Helianthus tuberosus</i>	Чичока	
<i>Helichrysum arenarium</i>	Пјешчарско смиље	Не препоручује се лицима са жучним каменцима, трудницама и дојиљама.
<i>Helichrysum italicum</i>	Смиље	
<i>Herniaria glabra</i>	Гола килавица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Herniaria hirsuta</i>	Длакава килавица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Hibiscus sabdariffa</i>	Хибискус	
<i>Hippophae rhamnoides</i>	Пасји трн	
<i>Hordeum vulgare</i>	Обични јечам	
<i>Humulus lupulus</i>	Хмељ	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Hydrocotyle asiatica</i> (<i>Centella asiatica</i>)	Готу кола, центела	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Hyssopus officinalis</i>	Милодух	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од 12 година.
I		
<i>Plex paraguariensis</i>	Мате, парагвајски чај	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с повишеним крвним притиском и срчаним поремећајем, трудницама и дојиљама.

<i>Illicium verum</i>	Звјездасти анис	
<i>Inula helenium</i>	Оман	
J		
<i>Jasminum officinale</i>	Јасмин	Етерично уље није допуштено.
<i>Juniperus communis</i>	Боровица	Етерично уље није допуштено. Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с упалним болестима бубрега, трудницама, дојиљама и дјечи.
K		
<i>Knautia arvensis</i>	Пољска прженица	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Krameria triandra</i>	Ратанија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
L		
<i>Laminaria spp.</i>	Врсте алге халуга	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с поремећајем функције штитне жлијезде, трудницама, дојиљама и дјечи.
<i>Lamium album</i>	Бијела мртва коприва	
<i>Laurus nobilis</i>	Ловор	
<i>Lavandula angustifolia</i> (<i>Lavandula officinalis</i>)	Лаванда	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Lavandula latifolia</i>	Широколисна лаванда	Не препоручује се трудницама и дојиљама.

Lepidium meyenii (Lepidium peruvianum)	Мака	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује код болести штитне жлијезде, трудницама, дојиљама и дјечи.
Lepidium sativum	Сјетвена грбица	
Levisticum officinale	Љупчац	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се лицима са оштећењем бубрега, трудницама и дојиљама.
Lichen islandicus (Cetraria islandica)	Исландски лишај	Не препоручује се дјечи млађој од годину дана.
Linaria vulgaris	Ланилист	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Linum usitatissimum	Обични лан	Не препоручује се узимати код абдоминалне боли, илеуса, отежаног гутања, о хормонима зависних тумора, трудницама и дојиљама. Уље лана нема ограничења.
Lippia citriodora	Цитроновац, цитронка	
Lythrum salicaria	Пурпурна врбица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
М		
Magnolia spp.	Врсте магнолије	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се код болести штитне жлијезде, трудницама и дојиљама.
Majorana hortensis (Origanum vulgare)	Мравинац, мажуран	
Malphigia glabra	Антилска трешња, ацерола	
Malpigia punicifolia	Барбадошка трешња,	

	ацерола	
<i>Malus domestica</i>	Јабука	
<i>Malva sylvestris</i>	Сљез црни	
<i>Marrubium vulgare</i>	Маруља	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Matricaria recutita</i> (<i>Chamomilla recutita</i>)	Права камилица	
<i>Medicago sativa</i>	Луцерна	Сјеменке нису дозвољене.
<i>Melilotus officinalis</i>	Жути кокотац	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са оштећењем јетре, трудницама и дојиљама.
<i>Melissa officinalis</i>	Матичњак	
<i>Mentha piperita</i>	Папрена метвица, питома нана	
<i>Mentha spicata</i>	Класаста метвица	
<i>Mentha spp.</i>	Врсте метвица	
<i>Menyanthes trifoliata</i>	Горки трolist	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Momordica charantia</i>	Горка диња	Не препоручује се лицима са недостатком глукоза-6-фосфат дехидрогеназе, трудницама, дојиљама и дјечи.
<i>Morinda citrifolia</i>	Нони	Потребно је навести ограничења према посебном пропису за нову храну.
<i>Morus alba</i>	Бијели дуд	Потребан је опрез код лица са шећерном болести. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Morus nigra</i>	Црни дуд	Потребан је опрез код лица са шећерном болести. Не препоручује, трудницама и дојиљама.
<i>Myristica fragrans</i>	Мушкатни орашчић	Етерично уље није дозвољено. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.

		Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Myrtus communis</i>	Мрча	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
N		
<i>Nasturtium officinale</i>	Поточарка	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Nepeta cataria</i>	Мачја метвица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Nigella sativa</i>	Црни ким	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
O		
<i>Ocimum basilicum</i>	Босиљак	
<i>Ocimum sanctum</i> (<i>O. tenuiflorum</i>)	Свети босиљак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Oenothera biennis</i>	Пупољка, ноћурак	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Olea europaea</i>	Маслина	Упозорења за лист: Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Ononis spinosa</i>	Зечји трн, гладиш	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Ophelia chirata</i> (<i>Swertia chirata</i>)	Тарант, сверција	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са чиром на желуцу и дванаестопалачном цријеву, трудницама и дојиљама.
<i>Opuntia ficus indica</i>	Индијска смоква	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са шећерном болести, трудницама и дојиљама.

Orchis spp.	Врсте каћуна	
Origanum majorana	Мажуран	
Origanum vulgare (Majorana hortensis)	Мравинац, мажуран	
Orthosiphon stamineus (O. spicatus)	Ортосифон	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Oryza sativa	Рижа	
Oxalis acetosella	Цецелъ	Не препоручује се узимати код гихта, гастритиса, бубрежних каменаца, трудницама и дојиљама.
P		
Panax ginseng	Гинсенг, жен-шен	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са шећерном болести и оштећењем кардиоваскуларног система, трудницама и дојиљама.
Panax quinquefolius	Амерички гинсенг	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са шећерном болести и оштећењем кардиоваскуларног система, трудницама и дојиљама.
Papaver rhoeas	Пољски мак, дивљи мак	
Parietaria officinalis	Црквина	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Passiflora incarnata	Пасифлора	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од 12 година.
Paulinia cupana	Гуарана	Не препоручује се лицима осјетљивим на кофеин, трудницама, дојиљама и дјечи.
Pelargonium sidoides	Пеларгонија љековита	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се трудницама и дојиљама и дјечи млађој од шест година.

Persea americana (P. gratissima)	Авокадо	
Petroselinum crispum	Першун	Плод и етерично уље нису дозвољени.
Phaseolus vulgaris	Грах	
Phyllanthus emblica (Emblica officinalis)	Индијска космуља	
Phoenix dactylifera	Датула	
Picea abies	Смрека	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Pimenta dioica (P. officinalis)	Пимент	
Pimpinella anisum	Анис	
Pimpinella saxifraga	Бедреника	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Pinus mugo	Планински бор	
Piper longum	Дуги бибер	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Piper nigrum	Црни бибер	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се код поремећаја пробавног система, болести штитне жлијезде, трудницама и дојиљама.
Pistacia lentiscus	Тршља	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Plantago lanceolata	Усколисни трпутац	Не препоручује се дјечи млађој од три године.
Plantago major	Велики трпутац	Не препоручује се дјечи млађој од три године.
Plantago psyllium (Plantago afra)	Афрички трпутац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.

		Не препоручује се код абдоминалне боли, илеуса, дијабетес мелитуса, ректалног крварења и отежаног гутања.
<i>Plantago ovata</i> (<i>Plantago ispaghula</i>)	Индијски трпугац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се код абдоминалне боли, илеуса, дијабетес мелитуса, ректалног крварења и отежаног гутања.
<i>Polygala amara</i>	Горки крестушац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с дијабетесом, трудницама и дојиљама.
<i>Polygala senega</i>	Амерички крестушац, сјеверноамеричка сенега	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с дијабетесом, трудницама и дојиљама.
<i>Polygala spp.</i>	Врсте крестушца	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с дијабетесом, трудницама и дојиљама.
<i>Polygonum aviculare</i>	Птичји дворник, троскот, опутина	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Polygonum spp.</i>	Врсте дворника	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Populus spp.</i>	Врста тополе	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Potentilla anserina</i>	Стежа	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Potentilla erecta</i> (<i>P. tormentilla</i>)	Петопрста, срчењак, усправна петопрста	Не препоручује се узимање дуже од седмицу у континуитету. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.
<i>Primula veris</i>	Ступасти јаглац	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од четири године.
<i>Primula elatior</i>	Блиједожути јаглац	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од четири године.
<i>Prunus africana</i> (<i>Pygeum</i>)	Афричка шљива	Највећа дневна доза: стандардизовани приправци који одговарају 6 g биљне дроге

africanum)		(коре). Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Временско ограничење примјене: четири седмице. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Prunus amygdalus</i> var. <i>dulcis</i>	Слатки бадем	
<i>Prunus armeniaca</i>	Марелица	
<i>Prunus avium</i>	Слатка трешња	
<i>Prunus domestica</i>	Шљива	
<i>Prunus spinosa</i>	Црни трн, трњина	
<i>Prunus cerasus</i>	Вишња	
<i>Psidium guajava</i>	Гуава	
<i>Pterocarpus marsupium</i>	Кина дрво	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Pterocarpus santalinus</i>	Црвени сандаловац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Punica granatum</i>	Нар	
<i>Pulmonaria officinalis</i>	Плућњак	
<i>Pygeum africanum</i> (<i>Prunus africana</i>)	Афричка шљива	Највећа дневна доза: стандардизирани приправци који одговарају 6 g биљне дроге (коре). Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Pyrus communis</i>	Крушка	
R		

Rhamnus frangula (Frangula alnus)	Кржавина, крушина	<p>Није допуштено као моноприпремак.</p> <p>Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози).</p> <p>Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p> <p>Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.</p>
Raphanus sativus var. niger	Црна ротква, повртница	<p>Не препоручује се лицима са жучним каменцима, трудницама и дојиљама.</p>
Rheum emodi	Индијска рабарбара	<p>Није допуштено као моноприпремак.</p> <p>Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози).</p> <p>Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.</p> <p>Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.</p>
Rheum officinale	Кинеска рабарбара	<p>Није допуштено као моноприпремак.</p> <p>Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидроантраценских једињења у дневној дози).</p> <p>Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету.</p> <p>Лица која узимају лијекове треба да се</p>

		прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кроне болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.
Rheum rhaponticum	Европска рабарбара	
Rhodiola rosea	Родиола црвена	Није допуштено као моноприпремак. Највећа дневна доза: 50 mg екстракта ризома и коријена. Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Ribes nigrum	Црна рибизла	Упозорења и ограничења за припремке с листом: Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Rosa canina	Дивља ружа, шипак, шипурак	
Rosa spp.	Врсте руже	
Rosmarinus officinalis	Рузмарин	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m.
Rubus fruticosus	Купина	
Rubus idaeus	Малина	
Rumex acetosa (R. rugosus)	Велика киселица	Не препоручује се узимати код оштећења бубрега, трудницама, дојиљама и дјечи.
S		
Sabal serrulata (Serenoa repens)	Сабал палма	Највећа дневна доза: 240 mg екстракта плода.

		Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се узимати трудницама и дојиљама.
<i>Salix alba</i>	Бијела врба	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са чиром на желуцу и дванаестопалачном цријеву, те болести бубрега или јетре, астмом, трудницама и дојиљама.
<i>Salvia officinalis</i>	Кадуља, жалфија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Salvia fruticosa</i>	Грчка кадуља / жалфија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Sambucus nigra</i>	Црна базга	Допуштени су само цвјетови и плодови.
<i>Sanguisorba minor</i>	Мала крвара	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Satureja hortensis</i>	Чубар, вријесак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Satureja montana</i>	Крашки чубар, приморски вријесак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Scutellaria baicalensis</i>	Бајкалска грозничница	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са дијабетесом, трудницама и дојиљама.
<i>Serenoa repens</i> (<i>Sabal serrulata</i>)	Сабал палма	Највећа дневна доза: 240 mg екстракта плода. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Sesamum indicum</i>	Сусам	
<i>Sideritis montana</i>	Горски очист	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Sideritis spp.</i>	Врсте очиста	Не препоручује се трудницама и дојиљама.

<i>Silybum marianum</i> (<i>Carduus marianus</i>)	Маријин ослобод, сикавица	Највећа дневна доза: 140 mg силимарина. У саставу је потребно назначити количину силимарина. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.
<i>Sinapis alba</i>	Бијела горушица	
<i>Smilax aspera</i>	Тетивика	
<i>Solanum lycopersicum</i>	Парадајз	
<i>Solidago virgaurea</i>	Европска златица	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Solidago canadensis</i>	Канадска златица	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Solidago spp.</i>	Врсте златице	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Sophora japonica</i>	Јапанска софора	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Sorbus aucuparia</i>	Јаребика	Допуштени су само обрађени плодови.
<i>Spiraea ulmaria</i> (<i>Filipendula ulmaria</i>)	Кончара, суручица	Највећа дневна доза биљног припремака: одговара 200 mg биљне дроге (зелени). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Spirulina spp.</i>	Спирулина spp.	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се узимати код фенилкетонурије и оштећења бубрега.
<i>Stachys officinalis</i> (<i>Betonica officinalis</i>)	Љековити чистац	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Stellaria media</i>	Средња мишјакиња	
<i>Swertia chirata</i> (<i>Ophelia chirata</i>)	Тарант, сверција	Не препоручује се узимати код чира желуца и дванаестопалачног цријева, трудницама и дојиљама.

Syzygium aromaticum (Eugenia caryophyllus)	Клинчић	Етерично уље није допуштено.
Syzygium cuminii (Syzygium jambolana)	Јавански клинчић	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
T		
Tabebuia avellanedae	Тахебо, лапахо	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Tamarindus indica	Тамаринд	
Tanacetum parthenium (Chrisantemum parthenium)	Повратић, мајчински вратић	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Taraxacum officinale	Маслчак	
Terminalia spp.	Врсте мирабалановца	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се код срчаних поремећаја, трудницама и дојиљама.
Thea sinensis (Camellia sinensis)	Прави чај (црни чај, зелени чај, жути чај)	
Theobroma cacao	Какаовац	
Thymus serpyllum	Мајчина душица	
Thymus vulgaris	Тимијан	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се дјечи млађој од четири године.
Thymus zygis	Шпански тимсијан	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету.

		Не препоручује се дјечи млађој од четири године.
<i>Tilia cordata</i>	Ситнолисна липа	
<i>Tilia platyphyllos</i>	Обична липа	
<i>Trifolium pratense</i>	Ливадна дјетелина	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Trigonella foenum graecum</i>	Грчка пискавица	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама.
<i>Triticum aestivum</i>	Пшеница	
U		
<i>Ulmus rubra</i>	Црвени бријест	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Ulva latissima</i>	Морска салата (алга)	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се лицима поремећајем функције штитне жлијезде, трудницама, дојиљама и дјечи.
<i>Urtica dioica</i>	Велика коприва	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Urtica urens</i>	Мала коприва	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
<i>Usnea barbata</i>	Шумски лишај	Не препоручује се код оштећења јетре, трудницама и дојиљама.
V		
<i>Vaccinium macrocarpon</i>	Америчка брусница	Не препоручује се узимати с медвјетком.
<i>Vaccinium</i>	Боровница	

myrtillus		
Vaccinium vitis idaea	Брусница	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Valeriana officinalis	Одољен	Највећа дневна доза: одговара 0,5 g биљне дроге (коријен). Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од 12 година.
Vanilla planifolia	Ванилија	
Verbascum densiflorum	Велецвјетна дивизма	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од 12 година.
Verbascum phlomoides	Пустенаста дивизма	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од 12 година.
Verbascum spp.	-	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од 12 година.
Verbena officinalis	Спориш	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Veronica officinalis	Честославица	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Veronica spp.	Врсте честославице	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Viscum album	Бијела имела	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се узимати код акутних упалних стања и туберкулозе, трудницама, дојиљама и дјечи.
Vitex agnus-castus	Конопљика	Највећа дневна доза: одговара 20 mg биљне дроге (плод). Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.
Vitis vinifera	Винова лоза	
Z		
Zea mays	Кукуруз	

Zingiber officinale	Ингвер, ђумбир	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром.
Ziziphus jujuba	Обични чичимак	Допуштен је само плод.

ПРИЛОГ 5.

ЛИСТА БИЉНИХ ВРСТА КОЈЕ СЕ НЕ КОРИСТЕ У ДОДАЦИМА ИСХРАНИ

Aconitum anthora
Adonis vernalis
Aesculus hippocastanum
Aristolochia clematidis
Arnica montana
Asarum europaeum
Aspidosperma quebracho-blanco
Atropa belladonna
Azadirachta indica (Melia azadirachta)
Bryonia alba
Buxus sempervirens
Catha edulis
Catharanthus roseus
Celastrus paniculatus
Cephaelis acuminata
Cephaelis ipecacuanha
Chamaelirium luteum
Chenopodium ambrosioides
Chelidonium majus
Citrullus colocynthis
Clematis vitalba

Colchicum autumnale
Conium maculatum
Convallaria majalis
Convolvulus scammonia
Convolvulus pluricularis
Corynanthe yohimbe (Pausinystalia johimbe)
Croton lechleri
Croton tiglium
Cynoglossum officinale
Cyperus scariosus
Cytisus scoparius
Daphne mezereum
Datura innoxia mill
Datura stramonium
Digitalis ferruginea
Digitalis lanata
Digitalis purpurea
Dryopteris filix-mas
Embelia ribes
Ephedra spp.
Epimedium sagittatum
Erythroxylon coca
Euonymus atropurpureus
Euphorbia amygdaloides
Garcinia hanburyi
Gelsemium sempervirens
Genista tinctora
Glechoma hederacea
Griffonia simplicifolia
Hedera helix
Heliotropium europaeum

Hepatica nobilis
Hyoscyamus niger
Hypericum perforatum
Illicium anisatum
Iris spp.
Isatis tinctoria
Juniperus sabina
Lactuca virosa
Larix decidua
Leuzea carthamoides (Rhaponticum carthamoides)
Lobelia inflata
Mallotus philippinensis
Mandragora officinarum
Mentha pulegium
Mucuna pruriens
Nerium oleander
Paeonia officinalis
Peganum harmala
Phytolacca americana
Piper methysticum
Podophyllum peltatum
Psoralea corylifolia
Pulsatilla vulgaris
Rauvolfia serpentina
Ricinus communis
Rubia tinctorum
Salvia divinorum
Sanguinaria canadensis
Saponaria officinalis
Schoenocaulon officinale
Scopolia carniolica

Scrophularia nodosa
Scutellaria lateriflora
Senecio aureus
Senecio jacobaea
Senecio vulgaris
Sida cordifolia
Solanum dulcamara
Solanum nigrum
Spartium junceum
Spigelia anthelmia
Stephania tetrandra
Strophanthus kombe
Strychnos colubrina
Strychnos Nux vomica
Symphytum officinale
Tabernanthe iboga
Tamus communis
Taxus baccata
Teucrium chamaedrys
Thevetia peruviana
Thuja occidentalis
Tussilago farfara
Urginea indica
Urginea maritima
Veratrum album
Viburnum lanata
Viburnum opulus
Viburnum prunifolium
Vinca major
Vinca minor
Vincetoxicum hirundinaria

Табела 1. Референтни уноси за енергију и одабране нутријенте осим витамина и минерала (одрасла лица)

Енергија или нутријент	Референтни унос
Енергија	8400 kJ/2000 kcal
Укупне масти	70 g
Засићене масне киселине	20 g
Угљени хидрати	260 g
Шећери	90 g
Протеини	50 g
Со	6 g

Табела 2. Изражавање и презентација ознаке хранљиве вриједности

Јединице мјерења које се користе за означавање хранљиве вриједности за енергетску вриједност (килоџули [kJ] и килокалорије [kcal]) и масу (грами [g], милиграми [mg], микрограми [µg]), те редослед презентације информације, гдје је прикладно, су сљедећи:

Енергија	kJ/kcal
Масти	g
Од којих	
– засићене масне киселине	g
– мононезасићене	g
– полинезасићене	g
Угљени хидрати	g
Од којих	
– шећери	g
– полиоли	g
– скроб	g
Влакна	g
Протеини	g
Со	g
Витамини и минерали	Јединице прецизиране у Табели 1. Прилога 1.