

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

Витамини	Минерали
Витамин А (µg RE)	Калцијум (mg)
Витамин D (µg)	Магнезијум (mg)
Витамин Е (mg α-TE)	Жељезо (mg)
Витамин К (µg)	Бакар (mg)
Витамин В1 (mg)	Јод (µg)
Витамин В2 (mg)	Цинк (mg)
Ниацин (mg NE)	Манган (mg)
Пантотенска киселина (mg)	Натријум (mg)
Витамин В6 (mg)	Калијум (mg)
Фолна киселина (µg) (*)	Селен (µg)
Витамин В12 (µg)	Хром (µg)
Биотин (µg)	Молибден (µg)
Витамин С (mg)	Флуор (mg)
	Хлор (mg)
	Фосфор (mg)
	Бор (mg)
	Силицијум (mg)

(*) Фолна киселина обухвата све облике фолата.

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

Витамини	
ВИТАМИН А	ПАНТОТЕНСКА КИСЕЛИНА
– ретинол	– калцијум-D-пантотенат
– ретинилацетат	– натријум-D-пантотенат
– ретинил-палмитат	– декспантенол
– бетакаротен	– пантетин
ВИТАМИН D	ВИТАМИН Б6
– холекалциферол	– пиридоксин-хидрокло- рид
– ергокалциферол	– пиридоксин-5'-фосфат
ВИТАМИН Е	– пиридоксал-5'-фосфат
– D-алфа токоферол	ФОЛАТИ
– DL-алфа токоферол	– птероилмоноглутаминска киселина
– D-алфа токоферилацетат	– калцијум-L-метилфолат
– DL-алфа токоферилацетат	– (6S)-метилтетрахидро- фолна киселина, со глюко- замина
– D-алфа токоферил кисели сук- цинат	ВИТАМИН Б12
– мјешавина токоферола (*)	– цијанокобаламин
– токотриенол токоферол (**)	– хидроксокобаламин
ВИТАМИН К	– 5'-деоксиаденозилкоба- ламин
– филохинон (фитоменадион)	– метилкобаламин
– менахинон (***)	БИОТИН
ВИТАМИН В1	– Д-биотин
– тиамин-хидрохлорид	ВИТАМИН Ц
– тиамин-мононитрат	– L-аскорбинска киселина
– тиамин-монофосфат хлорид	– натријум-L-аскорбат
– тиамин-пирофосфат хлорид	– калцијум-L-аскорбат (****)
ВИТАМИН В2	– калијум-L-аскорбат
– рибофлавин	– L-аскорбил-6-палмитат
– натријум-рибофлавин-5'-фосфат	– магнезијум-L-аскорбат
НИАЦИН	– цинк-L-аскорбат
– никотинска киселина	
– никотинамид	
– инозитол-хексаникотинат (иноси- тол-хексаниацинат)	

Минерали	
калцијум ацетат	калцијум-хидроксид
калцијум-L-аскорбат	калцијум-L-лизинат
калцијум-бисглицинат	калцијум-малат
калцијум-карбонат	калцијум-оксид
калцијум-хлорид	калцијум-L-пидолат
калцијум-цитрат малат	калцијум-L-треонат
калцијумове соли лимунске киселине	калцијум-сулфат
калцијум-глюконат	калцијум-фосфорил олигосахариди
калцијум-глицерофосфат	гвожђе-карбонат
калцијум-лактат	гвожђе-цитрат
калцијум-пируват	гвожђеамонијум-цитрат
калцијумове соли ортофосфорне киселине	гвожђе-глюконат
натријум-сулфат	гвожђе-фумарат
калијум-сулфат	гвожђенатријум-дифосфат
калцијум-сукцинат	гвожђе-лактат
магнезијум-ацетат	гвожђе-сулфат
магнезијум-L-аскорбат	гвожђе-дифосфат (жељезов пирофосфат)
магнезијум-бисглицинат	гвожђе-сахарат
магнезијум-карбонат	елементарно гвожђе (редуковано карбонилом, водоником и електролитички)
магнезијум-хлорид	гвожђе-бисглицинат
магнезијумове соли лимунске киселине	гвожђе-L-пидолат
магнезијум-глюконат	гвожђе-фосфат
магнезијум-глицерофосфат	фериамонијум-фосфат
магнезијумове соли ортофосфорне киселине	етилендиаминтетрасирћетна киселина
магнезијум-лактат	гвожђе(II)-таурат
магнезијум-L-лизинат	натријум-јодид
магнезијум-хидроксид	натријум-јодат
магнезијум-малат	калијум-јодид
магнезијум-оксид	калијум-јодат
магнезијум-L-пидолат	цинк-ацетат
магнезијум-калијум цитрат	цинк-L-аскорбат
магнезијум-пируват	цинк-L-аспартат
магнезијум-сукцинат	цинк-бисглицинат
магнезијум-сулфат	цинк-хлорид
магнезијум-таурат	цинк-цитрат
магнезијум-ацетил таурат	цинк-глюконат
бакар-карбонат	цинк-лактат
бакар-цитрат	цинк-L-лизинат
бакар-глюконат	цинк-малат
бакар-сулфат	цинк-моно-L-метионин сулфат
бакар-L-аспартат	цинк-оксид
бакар-бисглицинат	цинк-карбонат
бакар-лизин комплекс	цинк-L-пидолат
бакар(II)-оксид	цинк-пиколинат
манган-аскорбат	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-глюконат	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	
натријум-цитрат	
натријум-глюконат	

натријум-лактат	калијум-молибдат (молибден [VI])
натријев-хидроксид	натријум-молибдат (молибден [VI])
натријеве соли ортофосфорне киселине	калцијум-флуорид
калијум-бикарбонат	калијум-флуорид
калијум-карбонат	натријум-флуорид
калијум-хлорид	натријум-монофлуорофосфат
калијум-цитрат	борна киселина
калијум-глу конат	натријум-борат
калијум-глицерофосфат	холин-стабилна ортосилицијумова киселина
калијум-лактат	силицијум-диоксид
калијум-хидроксид	силицијумова киселина (*****)
калијум-L-пидолат	органски силицијум (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 mg Se/g. 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 *Saccharomycetes 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 допущена количина*	Препоручени дневни унос (PDU/RDA)***
ВИТАМИНИ		
Витамин А (ретинол) µg	1 500	800
Витамин D (холекалциферол) µg	10	5
Витамин Е (токоферол) mg	200	12
Витамин С (аскорбинска киселина) mg	800	80
Витамин К (филохинон) µg	100	75
Витамин В1 (тиамин) mg	25	1,1
Витамин В2 (рибофлавин) mg	25	1,4
Витамин В3 (ниацин) mg**	35	16
Витамин В6 (пиридоксин) mg	20	1,4
Фолна киселина µg	600	200
Витамин В12 (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
Jod (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 односи се на хемијски облик витамина В3 - 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.

ПРИЛОГ 3.

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 mg	
арабиногалактан		
арабиноксилан		
астаксантин		
бета аланин		
бета глукан		
бетаин	1,5 g	
докосахексаеаноична киселина (DHA)		Ограничење за додатке исхрани: укупна количина ЕРА и ДНА у препорученој дневној дози не смије бити већи од 5 g.
еикосапетаеаноична 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 (HMB)	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-тарtrat, ацетил-L-карнитин)	2000 mg	

таурин	1000 mg	
лактоферин (говеђи)	200 mg	
ликопен	15 mg	
линолна киселина		
алфа линоленска киселина		
гама линоленска киселина		
алфа липонична киселина		
лутеин	20 mg	
лецитин		
мелатонин	1 mg	
метилсулфонилметан (MSM)		
монахолин из црвене ферментоване риже (Monascus purpureus)	10 mg	Не користити за вријеме трудноће и дојења. Не користити уколико узимате лијекове за снижавање масноћа, антилипидемичи.
N-ацетилцистеин		Није препоручљиво за дјецу млађу од три године.
никотинамид аде-нин 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, глюкоамилаза, алфа галактозидаза, целулаза, пектиназа, лактулоза		
Културе микроорганизама – Bifidobacterium spp.		
– Lactobacillus spp.		
– Streptococcus thermophilus		
– Bacillus subtilis		
– Saccharomyces cerevisae		
– 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.

Ganodefma lucidum	Reishi гљива, храстова сјајница	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Grifilia frondosa	Maitake гљива	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Lentinula edodes	Shitake гљива	

ПРИЛОГ 4.

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 коришћење само ризома. Не препоручује се узимање дуже од двије 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, ди-вљи лук	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Alnus glutinosa	Црна јоха, јошић	
Aloe barbadensis (Aloe vera)	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.
Aloe spp.	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.
Alpinia officinarum (Alpinia galanga)	Галант, галанга	
Althaea officinalis	Бијели слез	
Althaea spp.	Врсте слеза	
Ananas comosus	Ананас	
Andrographis paniculata	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.
Anethum graveolens	Копар	
Angelica archangelica	Љековита анђелика	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Antennaria dioica	Зечја цапица, бу-бица	
Anthemis nobilis (Chamaemelum nobile)	Римска камилица	
Anthriscus cerefolium	Красулица	
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 моноприправак. Највећа дневна доза: 160 mg арбутина

		– у саставу је потребно назначити количину арбутина. Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица са оштећењима бубрега и лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не узимати с америч-ком брусницом и вита-мином С. 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	
Aspalanthus linearis	Афрички црвени грм	
Asparagus officinalis	Вртна шпарога	
Asparagus racemosus	Гроздаста шпарога	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Asperula odorata (Galium odoratum)	Лазаркиња	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Astragalus membranaceus	Опнасти козлинач	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Astragalus spp.	Врсте козлинца (трагакант)	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Avena sativa	Зоб	
B		
Bacopa monieri	Бакопа	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код болести штитне жлије-зде, астме, емфизема, поремећаја пробавног и уринарног система, те срчаних поремећаја. Такође, не препору-чује се трудницама, дојиљама и дједи.
Balsamodendron mukul	Мукул	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују 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 дојиља-ма.
Bellis perenis	Трагинчица	
Berberis vulgaris	Жутика трпка	Није допуштено као моноприпревак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама, лицима са повишеним крвним притиском и дјеци.
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 користи-ти само уље. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Boswellia serrata	Индијски тамја-новац	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Brassica napus	Корабица, репица	
Brassica nigra	Црна врзина, црна горушица	
Brassica oleracea var. cymosa[1]	Брокула	
C		
Calendula officinalis	Невен	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
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 дојиља-ма.

Capsicum annuum longum	Паприка	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Упозорење: може изазвати надражај желудачно-цријевне слузнице. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром.
Capsicum frutescens	Кајенска паприка, чили	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Упозорење: може изазвати надражај желудачно-цријевне слузнице. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром.
Carduus marianus (Silybum marianum)	Сикавица, обични ослобод	Највећа дневна доза: 140 mg силимарина. У саставу је потребно назначити количину силимарина. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјеци.
Carica papaya	Папаја	
Carlina acaulis	Вилино сито	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Carthamus tinctorius	Бојадисарски бодаљ, шафраника	
Carum carvi	Ким	
Cassia acutifolia (Cassia senna)	Александријска сена	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 континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације. Такође, не препоручује се лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиља-ма.

Cassia angustifolia	Индијска сена, тине-велшка сена	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидро-антраценских једињења у дневној дози). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, абдо-миналне боли непозна-тог узрока и дехидра-ције. Такође, не пре-поручује се лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.
Cassia nomame	-	Не препоручује се труд-ницама и дојиљама
Castanea sativa	Питоми кестен	
Centaurea cyanus	Различак	
Centaurium erythraea	Штитаста кичица	Не препоручује се трудницама, дојиљама и лицима са чиром на желуцу.
Centella asiatica (Hydrocotyle asiatica)	Готу кола, центела	Не препоручује се труд-ницама и дојиљама
Ceratonia siliqua	Рогач	
Cetraria islandica (Lichen islandicus)	Исландски лишај	Не препоручује се дјеци млађој од годину дана.
Chamaemelum nobile (Anthemis nobilis)	Римска камилица	
Chamomilla recutita (Matricaria recutita)	Права камилица	
Chimaphila umbellata	Зеленчић	
Chlorella spp.	Врсте зелене алге	
Chondrus crispus	Ирска маховина	
Chrisantemum parthenium (Tanacetum parthenium)	Повратић, мајчин-ски вратић	Не препоручује се узимање дуже од два мје-сеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се труд-ницама 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 мје-сеца у континуитету.

		Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиља-ма и лицима са оштећењем јетре и о естрогену зависним тумором.
Cinnamomum aromaticum (Cinnamomum cassia)	Кинески циметовац	
Cinnamomum zeylanicum (Cinnamomum verum)	Цејлонски цимето-вац	
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 поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Citrus spp.	Врсте агрума	Упозорења за грејп-фрут: лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Cnicus benedictus	Блажени чакаљ	Не препоручује се трудницама.
Cochlearia armoracia (Armoracia rusticana)	Вртни хрен	
Coffea arabica	Арапска кафа	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром.
Coffea canephora	Кафа	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују 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 поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
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 цвије-том). Ако су истовремено присутни и бијели и црвени глог, највећа дневна доза односи се на њихов збир. Не препоручује се узимање дуже од че-тири мјесеца у конти-нuitету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Crataegus oxyacantha (Crataegus laevigata)	Црвени глог	Највећа дневна доза: одговара 1,5 g биљне дроге (листа с цвије-том). Ако су истовремено присутни и бијели и црвени глог, највећа дневна доза односи се на њихов збир. Не препоручује се узимање дуже од че-тири мјесеца у конти-нuitету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Crocus sativus	Вртни шафран	
Cucurbita maxima	Велика бундева	
Cucurbita pepo	Обична бундева	
Cuminum cuminum	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 дојиља-ма.
Cynara scolymus (Cynara cardunculus)	Артичока	
Cyperus rotundus	Округли шиљ	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
D		
Daucus carota	Мрква	

Dioscorea bulbifera	Азијски јам	Није допуштено као моноприправак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Dioscorea spp.	Врсте јама	Није допуштено као моноприправак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Diospyros kaki	Јапанска јабука	
Drosera rotundifolia	Округлолисна ро-сика	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Dunaliella salina		
E		
Echinacea pallida	Свијетлоцвјетна ехинацеа, свијетло-цвјетна рудбекија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се узимати код прогресивних системских болести (ТБС, леукемија), аутоимуних болести, HИV-а. Такође, не препору-чује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од годину дана.
Echinacea purpurea	Гримизна ехинацеа, пурпурна рудбекија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се узимати код прогресивних системских болести (ТБС, леукемија), аутоимуних болести, HИV-а. Такође, не препору-чује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од годину дана.
Echinacea angustifolia	Усколисна ехинацеа, усколисна рудбекија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се узимати код прогресивних системских болести (ТБС, леукемија), аутоимуних болести, HИV-а. Такође, не препору-чује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од годину дана.
Elettaria cardamomum	Кардамом	
Eleutherococcus senticosus	Сибирски гинсенг	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.

Elymus repens (Agropyron repens)	Пирика	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Emblica officinalis (Phyllanthus emblica, P. amarus)	Индијска космуља	
Epilobium angustifolium	Усколисна врбовица	
Epilobium parviflorum	Врбовица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Equisetum arvense	Пољска преслица	Није допуштено као моноприправак. 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 дојиља-ма.
Equisetum hyemale	Зимска преслица	Није допуштено као моноприправак. 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 дојиља-ма.
Erica carnea	Црњуша, прољетни вријес	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Erica spp.	Врсте црњуше	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Eriodictyon californicum (E. glutinosum)	Ериодиктион	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Eschscholzia californica	Калифорнијски златни мак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Eucalyptus globulus	Плави еукалиптус	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Eucalyptus spp.	Врсте еукалиптуса	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Eugenia caryophyllata (Syzygium aromaticum)	Клинчић	Етерично уље није дозвољено.
Euphrasia officinalis	Љековита очаница	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.

Euterpe oleracea F	Еутерп, асан	
Fagopyrum esculentum	Хељда	
Fagus sylvatica	Буква	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Ficus carica	Смоква	
Filipendula ulmaria (Spiraea ulmaria)	Кончара, суручица	Највећа дневна доза биљног приправка: одговара 200 mg биљ-не дроге (зелени). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Foeniculum vulgare	Обични коморач	
Forsythia suspensa	Форзиција	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Fragaria vesca	Шумска јагода	
Frangula alnus (Rhamnus frangula)	Кркавина, крушина	Није допуштено као моноприпремак. Највећи допуштени удио у смјеси главних састојака 30% m/m (до 20 mg укупних хидро-антраценских једињења у дневној дози). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се узимати с коријеном сладића, код пријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кронове болести, аб-доминалне боли не-познатог узрока и де-хидрације, лицима са оштећењем пробавног система. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Fraxinus excelsior	Бијели јасен	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Fraxinus ornus	Црни јасен	
Fucus vesiculosus	Мјехурасти брачић	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се ли-цима са поремећајем функције штитне жлијезде, дједи, труд-ницама и дојиљама.

Fucus spp.	Врсте брачића / смеђе алге	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се ли-цима са поремећајем функције штитне жлијезде, дједи, труд-ницама и дојиљама.
G		
Galeopsis segetum	Усјевна кацигарка	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Galium aparine	Чекињаста брофика	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Galium odoratum (Asperula odorata)	Лазаркиња	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Galium verum	Права брофика	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Garcinia cambogia	Гарцинија	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Не препоручује се лицима са оштећењем јетре, трудницама и дојиљама.
Garcinia mangostana	Мангостин	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Gentiana lutea	Жути срчаник, си-риштара	Не препоручује се лицима са повишеном желудачном кисели-ном, чиром желуца и дванаестопалачног цријева, трудницама и дојиљама.
Gentiana purpurea	Црвени срчаник	Не препоручује се лицима са повишеном желудачном кисели-ном, чиром желуца и дванаестопалачног цријева, трудницама и дојиљама.
Geranium spp.	Врсте иглице	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Geum urbanum	Прави блаженак	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Ginkgo biloba	Гинко	Допуштена је у потре-ба само стандардизи-раног екстракта листа с највише 5 ppm гин-колних киселина. Највећа дневна доза: 80 mg екстракта. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код поремећаја згрушња-вања крви, трудница-ма, дојиљама и дједи.
Glycine max (Glycinehispida)	Соја	Прије узимања поса-вјетовати се с љека-ром.

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 канџа	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.
Helianthus annuus	Сунцокрет	
Helianthus tuberosus	Чичока	
Helichrysum arenarium	Пјешчарско смиље	Не препоручује се лицима са жучним каменцима, трудницама и дојиљама.
Helichrysum italicum	Смиље	
Herniaria glabra	Гола килавица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Herniaria hirsuta	Длакава килавица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.

Hibiscus sabdariffa	Хибискус	
Hippophae rhamnoides	Пасји трн	
Hordeum vulgare	Обични јечам	
Humulus lupulus	Хмељ	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Hydrocotyle asiatica (Centella asiatica)	Готу кола, центела	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Hyssopus officinalis	Милодух	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања посавјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дједи млађој од 12 година.
И		
Ilex paraguariensis	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.
Illicium verum	Звјездасти анис	
Inula helenium	Оман	
Ј		
Jasminum officinale	Јасмин	Етерично уље није допуштено.
Juniperus communis	Боровица	Етерично уље није допуштено. Није допуштено као моноприправак. 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 дједи.
К		
Knautia arvensis	Пољска прженица	Не препоручује се трудницама и дојиљама.
Krameria triandra	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		
Laminaria spp.	Врсте алге халуга	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с поремећајем функције штитне жлијезде, трудницама, дојиљама и дјеци.
Lamium album	Бијела мртва коп-рива	
Laurus nobilis	Ловор	
Lavandula angustifolia (Lavandula officinalis)	Лаванда	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Lavandula latifolia	Широколисна ла-ванда	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Lepidium meyenii (Lepidium peruvianum)	Мака	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код болести штитне жлијезде, трудницама, дојиљама и дјеци.
Lepidium sativum	Сјетвена грбича	
Levisticum officinale	Љупчац	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се лицима са оштећењем бубрега, трудницама и дојиљама.
Lichen islandicus (Cetraria islandica)	Исландски лишај	Не препоручује се дјци млађој од годину дана.
Linaria vulgaris	Ланилист	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Linum usitatissimum	Обични лан	Не препоручује се узимати код абдоминалне боли, илеуса, отежаног гутања, о хормонима зависних тумора, труд-ницама и дојиљама. Уље лана нема огра-ничења.
Lippia citriodora	Цитроновац, ци-тронка	
Lythrum salicaria	Пурпурна врбича	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
M		
Magnolia spp.	Врсте магнолије	Не препоручује се узимање дуже од че-тири седмице у конти-нуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују 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	
Malus domestica	Јабuka	
Malva sylvestris	Сљез црни	
Marrubium vulgare	Маруља	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Matricaria recutita (Chamomilla recutita)	Права камилица	
Medicago sativa	Луцерна	Сјеменке нису дозво-љене.
Melilotus officinalis	Жути кокотац	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са оштећењем јетре, трудницама и дојиљама.
Melissa officinalis	Матичњак	
Mentha piperita	Папрена метвица, питома нана	
Mentha spicata	Класаста метвица	
Mentha spp.	Врсте метвица	
Menyanthes trifoliata	Горки тролист	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Momordica charantia	Горка диња	Не препоручује се лицима са недостат-ком глюкоза-6-фосфат дехидрогеназе, труд-ницама, дојиљама и дјеци.
Morinda citrifolia	Нони	Потребно је навести ограничења према посебном пропису за нову храну.
Morus alba	Бијели дуд	Потребан је опрез код лица са шећерном болести. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Morus nigra	Црни дуд	Потребан је опрез код лица са шећерном болести. Не препоручује се труд-ницама и дојиљама.
Myristica fragrans	Мушкатни орашчић	Етерично уље није дозвољено. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Myrtus communis	Мрча	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.

N		
Nasturtium officinale	Поточарка	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Nepeta cataria	Матја метвица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Nigella sativa	Црни ким	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
O		
Ocimum basilicum	Босиљак	
Ocimum sanctum (O. tenuiflorum)	Свети босиљак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Oenothera biennis	Пупољка, ноћурак	Не препоручује се узимање дуже од два мје-сеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Olea europaea	Маслина	Упозорења за лист: лица која узимају лије-кове треба да се прије узимања посавјетују с лекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Ononis spinosa	Зечји трн, гладиш	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Ophelia chirata (Swertia chirata)	Тарант, свертција	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. Не препоручује се лицима са чиром на желуцу и дванаестопал-лачном цријеву, труд-ницама и дојиљама.
Opuntia ficus indica	Индијска смоква	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. 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 дојиља-ма.
Oryza sativa	Рижа	
Oxalis acetosella	Цецел	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 поса-вјетују с лекаром. 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 поса-вјетују с лекаром. 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 дојиља-ма.
Passiflora incarnata	Пасифлора	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с лекаром. 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 љеко-вита	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се трудницама , дојиљама и дјечи млађој од шест година.
Persea americana (P. gratissima)	Авокадо	
Petroselinum crispum	Першун	Плод и етерично уље нису дозвољени.
Phaseolus vulgaris	Грах	
Phyllantus emblica (Emblica officinalis)	Индијска космуља	
Phoenix dactylifera	Датула	
Picea abies	Смрека	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Pimenta dioica (P. officinalis)	Пимент	
Pimpinella anisum	Анис	

Pimpinella saxifraga	Бедреника	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Pinus mugo	Планински бор	
Piper longum	Дуги бибер	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Piper nigrum	Црни бибер	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код поремећаја пробавног система, болести штитне жлијезде, труд-ницама и дојиљама.
Pistacia lentiscus	Тршља	Не препоручује се узимање дуже од че-тири седмице у конти-нуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
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 поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код абдоминалне боли, илеуса, дијабетес мелитуса, ректалног крварења и отежаног гутања.
Plantago ovata (Plantago ispaghula)	Индијски трпутац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код абдоминалне боли, илеуса, диабетес мелитуса, ректалног крварења и отежаног гутања.
Polygala amara	Горки крестушац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с дијабетесом, трудницама и дојиља-ма.
Polygala senega	Амерички кресту-шац, сјеверноаме-ричка сенег	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лици-ма с дијабетесом, труд-ницама и дојиљама.
Polygala spp.	Врсте крестушца	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима с дијабетесом, трудницама и дојиља-ма.

Polygonum aviculare	Птичји дворник, троскот, опутина	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Polygonum spp.	Врсте дворника	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Populus spp.	Врста тополе	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Potentilla anserina	Стежа	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Potentilla erecta (P. tormentilla)	Петопрста, срчењак, усправна петопрста	Не препоручује се узимање дуже од седмицу у континуитету. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.
Primula veris	Ступасти јаглац	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од че-тири године.
Primula elatior	Блиједожути јаглац	Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи млађој од че-тири године.
Prunus africana (Pygeum africanum)	Афричка шљива	Највећа дневна доза: стандардизовани при-правци који одговарају 6 g биљне дроге (корѐ). Не препоручује се узимање дуже од че-тири седмице у конти-нуитету. Временско ограничење примјене: четири сед-мице. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Prunus amygdalus var. dulcis	Слатки бадем	
Prunus armeniaca	Марелица	
Prunus avium	Слатка трешња	
Prunus domestica	Шљива	
Prunus spinosa	Црни трн, трњина	
Prunus cerasus	Вишња	
Psidium guajava	Гуава	
Pterocarpus marsupium	Кина дрво	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Pterocarpus santalinus	Црвени сандаловац	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Punica granatum	Нар	
Pulmonaria officinalis	Плућњак	

Pygeum africanum (Prunus africana)	Афричка шљива	Највећа дневна доза: стандардизирани приправи који одговарају 6 g биљне дроге (корѣ). 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.
Pyrus communis	Крушка	
R		
Rhamnus frangula (Frangula alnus)	Кржавина, крушина	Није допуштено као моноприпревак. 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 коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кроне болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.
Raphanus sativus var. niger	Црна ротква, повртница	Не препоручује се лицима са жучним каменцима, трудницама и дојиљама.
Rheum emodi	Индијска рабарбара	Није допуштено као моноприпревак. 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 коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кроне болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.

Rheum officinale	Кинеска рабарбара	Није допуштено као моноприпревак. 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 коријеном сладића, код цријевне опструкције и стенозе, атоније, апендицитиса, улцерозног колитиса, Кроне болести, абдоминалне боли непознатог узрока и дехидрације, лицима са оштећењем пробавног система, трудницама и дојиљама.
Rheum raphonticum	Европска рабарбара	
Rhodiola rosea	Родиола црвена	Није допуштено као моноприпревак. 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 припревке 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 моноприпревак. 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 поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се узимати трудницама и дојиљама.
Salix alba	Бијела врба	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са чиром на желуцу и дванаесто-палачном цријеву, те болести бубрега или јетре, астмом, трудни-цама и дојиљама.
Salvia officinalis	Кадуља, жалфија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Salvia fruticosa	Грчка кадуља / жал-фија	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Sambucus nigra	Црна базга	Допуштени су само цвјетови и плодови.
Sanguisorba minor	Мала крвара	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Satureja hortensis	Чубар, вријесак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Satureja montana	Крашки чубар, при-морски вријесак	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Scutellaria baicalensis	Бајкалска грозни-чица	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са дијабете-сом, трудницама и дојиљама.
Serenoa repens (Sabal serrulata)	Сабал палма	Највећа дневна доза: 240 mg екстракта плода. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Sesamum indicum	Сусам	
Sideritis montana	Горски очист	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.

Sideritis spp.	Врсте очиста	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Silybum marianum (Carduus marianus)	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 поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјечи.
Sinapis alba	Бијела горушица	
Smilax aspera	Тетивика	
Solanum licopersicum	Парадајз	
Solidago virgaurea	Европска златица	Не препоручује се труд-ницама и дојиљама.
Solidago canadensis	Канадска златица	Не препоручује се труд-ницама и дојиљама.
Solidago spp.	Врсте златице	Не препоручује се труд-ницама и дојиљама.
Sophora japonica	Јапанска софора	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се труд-ницама и дојиљама.
Sorbus aucuparia	Јаребика	Допуштени су само обрађени плодови.
Spiraea ulmaria (Filipendula ulmaria)	Кончара, суручица	Највећа дневна доза биљног приправка: одговара 200 mg биљ-не дроге (зелени). Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуи-тету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Spirulina spp.	Спирулина спп	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се узимати код фенилке-тонурије и оштећења бубрега.
Stachys officinalis (Betonica officinalis)	Љековити чистац	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Stellaria media	Средња мишјакиња	
Swertia chirata (Ophelia chirata)	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 поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.

T		
Tabebuia avellanedae	Тахебо, лапахо	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Tamarindus indica	Тамаринд	
Tanacetum parthenium (Chrisantemum parthenium)	Повратић, мајчин-ски вратић	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Taraxacum officinale	Маслчак	
Terminalia spp.	Врсте мирабала-новца	Не препоручује се узимање дуже од два мјесеца у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се код срчаних поремећаја, трудницама и дојиља-ма.
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 тимијан	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Не препоручује се дјечи млађој од четири године.
Tilia cordata	Ситнолисна липа	
Tilia platyphyllos	Обична липа	
Trifolium pratense	Ливадна дјетелина	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Trigonella foenum graecum	Грчка пискавица	Не препоручује се узимање дуже од двије седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама.
Triticum aestivum	Пшеница	

U		
Ulmus rubra	Црвени бријест	Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Ulva latissima	Морска салата (алга)	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се лицима са поремећајем функције штитне жлијезде, трудницама, дојиљама и дјечи.
Urtica dioica	Велика коприва	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Urtica urens	Мала коприва	Не препоручује се узимање дуже од четири седмице у континуитету. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Usnea barbata	Шумски лишај	Не препоручује се код оштећења јетре, трудницама и дојиљама.
V		
Vaccinium macrocarpon	Америчка брусница	Не препоручује се узимати с медвјетком.
Vaccinium myrtillus	Боровница	
Vaccinium vitis idaea	Брусница	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се трудницама и дојиља-ма.
Valeriana officinalis	Одољен	Највећа дневна доза: одговара 0,5 g биљне дроге (коријен). Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују 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 дојиља-ма.

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 моноприпревак. Највећи допуштени удιο у смјеси главних састојака 30% m/m. Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују с љекаром. Не препоручује се узимати код акутних упалних стања и туберкулозе, трудницама, дојиљама и дјеци.
Vitex agnus-castus	Конопљика	Највећа дневна доза: одговара 20 mg биљне дроге (плод). Не препоручује се трудницама, дојиљама и дјеци.
Vitis vinifera	Винова лоза	
Z		
Zea mays	Кукуруз	
Zingiber officinale	Ингвер, ђумбир	Лица која узимају лијекове треба да се прије узимања поса-вјетују 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
Convovulus 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
Paenonia 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
Xysmalobium undulatum

ПРИЛОГ 6.

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 (килоцули [kJ] и килокалорије [kcal]) и масу (грами [g], милиграми [mg], микрограми [µg]), те редослијед презентације информације, гдје је прикладно, следећи су:

Енергија	kJ/kcal
Масти	g
Од којих	
– засићене масне киселине	g
– мононезасићене	g
– полинезасићене	g
Угљени хидрати	g
Од којих	
– шећери	g

— полиоли	г
— скроб	г
Влакна	г
Протеини	г
Со	г
Витамини и минерали	Јединице прецизиране у Табели 1. Прилога 1.