

# جزوی طور پر ہائیڈروجنیٹڈ آئلز

خوراک میں ممنوعہ مواد کے طور پر درج شدہ

1 دسمبر 2023 سے موثر العمل

## Partially Hydrogenated Oils

Listed as a Prohibited Substance in Food  
Effective 1 December 2023



جزوی طور پر ہائیڈروجنیٹڈ آئلز (PHOs) کو خوراک میں ممنوعہ مواد کے طور پر درج کرنے کے حوالے سے خوراک میں مضر مواد کا (ترمیمی) ضابطہ 2021 (ترمیمی ضابطہ) 1 دسمبر 2023 سے نافذ العمل ہو رہا ہے۔

فوڈ سرویلنس پروگرام کے ذریعے، سینٹر فار فوڈ سیفٹی خوراک کے خطرے، بشمول PHOs اور ٹرانس فیٹی ایسڈز کا جائزہ لینے کے لیے درآمدی، ہول سیل اور ریٹیل سطح پر خوراک کے نمونے لے گا، اور غیر اطمینان بخش خوراک کے نمونوں کے حوالے سے قانونی کارروائی کرے گا۔



The Harmful Substances in Food (Amendment) Regulation 2021 (the Amendment Regulation) regarding the listing of partially hydrogenated oils (PHOs) as a prohibited substance in food comes into effect on 1 December 2023.

Through the Food Surveillance Programme, the Centre for Food Safety will take food samples at import, wholesale and retail levels for testing to assess the risk of food, including PHOs and trans fatty acids, and will take legal actions for unsatisfactory food samples.

## خوراک میں مضر مواد کے ضابطہ میں ترمیم کیوں کی گئی؟

PHOs صنعتی طور پر تیار کردہ ٹرانس فیٹی ایسڈز کا ایک اہم ذریعہ ہیں، جو دل کی بیماری کا خطرہ بڑھاتے ہیں۔ ترمیمی ضابطے کا مقصد عوام کی صحت کے تحفظ کے لیے انسانوں کے بنائے ہوئے ٹرانس فیٹی ایسڈز کے ماخذ کو ختم کرنا ہے۔

## کھانے پینے کی کون سی چیزیں PHOs پر مشتمل ہیں؟

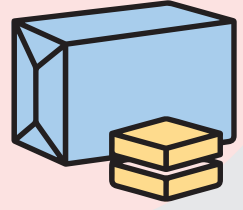
PHOs کو وسیع پیمانے پر کھانے کی اشیاء کی تیاری میں بڑے پیمانے پر استعمال کیا جاتا رہا ہے، بشمول:

- مارجرین
- ویجیٹبل شورٹنینگ
- نباتاتی گھی (بناسپتی)
- سینکی اشیاء کی وراثی مثلاً پف پیسٹری، پائی کرسٹ، کوکیز، کیکس

## خوراک کے تاجران کیا کر سکتے ہیں؟

اجزاء اور/یا غذائی مصنوعات کی خریداری کرتے وقت، خوراک کے فراہم کنندگان کو چاہیے کہ وہ PHOs کے بغیر کا انتخاب کریں، اور فراہم کنندگان سے تقاضا کریں کہ وہ متعلقہ دستاویزات، جیسے کہ پراڈکٹ کی تفصیلات، لیبارٹری رپورٹس جمع کروائیں، تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ ان اجزاء اور/یا غذائی مصنوعات میں PHOs شامل نہ ہوں۔

فی الوقت، خوردنی تیل اور چکنائی جن میں PHOs نہیں ہوتے، جیسے کہ PHO سے پاک مارجرین اور ویجیٹبل شورٹنینگ، کھانے کے اجزاء کے طور پر استعمال کے لیے بازار میں دستیاب ہیں۔ یہ تیل اور چکنائیاں مختلف مقاصد کے لیے استعمال کی جا سکتی ہیں اور صارفین کے مفادات کو پورا کرتی ہیں۔



## Why amended the Harmful Substance in Food regulation?

PHOs are a significant source of industrially produced trans fatty acids, which increase the risk of cardiovascular disease. The Amendment Regulation aims to eliminate the source of man-made trans fatty acids at the source to protect the public's health.

## What foodstuff contains PHOs?

PHOs have been extensively utilised in the production of a wide range of foods, including:

- Margarine
- Vegetable shortening
- Vegetable ghee (vanaspati)
- A variety of baked goods including puff pastry, pie crust, cookies, cakes

## What could food traders do?

When procuring ingredients and/or food products, food manufacturers should choose those without PHOs, and require suppliers to submit relevant documents, such as product specifications, laboratory reports, to ensure that these ingredients and/or food products do not include PHOs.

Currently, edible oils and fats that do not contain PHOs, such as PHO-free margarine and vegetable shortening, are available on the market for use as food ingredients. These oils and fats can be used for a variety of purposes and meet the interests of consumers.



## خریداریء مال پر، Upon procurement,

1

کھانے کے لیبلز کو یہ دیکھنے کے لیے پڑھیں کہ آیا اجزاء میں PHOs یا گلی طور پر ہائیڈروجنیٹڈ آئلز ہیں، اور ایسے اجزاء کا انتخاب نہ کریں جن میں PHOs ہوں

Read food labels to see if ingredients contain PHOs or fully hydrogenated oils, and **do not choose ingredients that contain PHOs**



### TasteGood TasteGood Margarine

اجزاء: سویا بین کا تیل، گلی طور پر ہائیڈروجنیٹڈ سویا بین کا تیل، پانی، نمک، چھینز، ایملسیفائر (سویا لیسیتھن)، ایملسیفائر (471)، پرزرویٹیو (202)، تیزابیت ریگولیر (330)

Ingredients: Soybean oil, fully hydrogenated soybean oil, water, salt, whey, emulsifier (soy lecithin), emulsifier (471), preservative (202), acidity regulator (330)

گلی طور پر ہائیڈروجنیٹڈ  
Fully hydrogenated

جزوی طور پر ہائیڈروجنیٹڈ  
Partially hydrogenated

ہائیڈروجنیٹڈ  
Hydrogenated

✓ استعمال کرنے پر غور کریں  
Consider using

✗ استعمال کرنا ترک کریں  
Stop using

2

فراہم کنندگان سے متعلقہ دستاویزات فراہم کرنے کو کہیں، جیسا کہ پراڈکٹ کی تفصیلات اور لیبارٹری رپورٹس۔

Ask suppliers to provide relevant documents, such as **product specifications and laboratory reports.**

CFS نے خوراک میں صنعتی طور پر تیار شدہ ٹرانس فیٹس کو بدل دینے کے حوالے سے رہنما ہدایات شائع کی ہیں، جو ٹرانس فیٹس کو کم کرنے اور صنعتی طور پر تیار شدہ ٹرانس فیٹس کو تبدیل کرنے کے باعث صحت مندانہ خوراک فراہم کرنے کے حوالے سے تجارتی معاون ہیں۔

The CFS has published the Guidance to Replace Industrially-produced Trans Fats in Food, assisting trade to provide healthier food with respect to reducing trans fats and replacing industrially-produced trans fats.



中文版



English

خوراک میں صنعتی طور پر تیار شدہ ٹرانس فیٹس کو بدلنے پر کتابچہ دیگر زبانوں میں بھی دستیاب ہے۔

Pamphlet on Replace Industrially-produced Trans Fats in Food is also in other languages.



Basaha  
Indonesia



हिन्दी  
Hindi



नेपाली  
Nepali



Tagalog



ภาษาไทย  
Thai



اردو  
Urdu