



**Universidad de Valladolid**  
**Grado en Enfermería**  
**Facultad de Enfermería de Valladolid**



**Curso 2020-2021**  
**Trabajo de Fin de Grado**

**Valoración del etiquetado de productos alimenticios a disposición del consumidor: productos de línea de mercado y en información online.**

**Estudiante: Ana Isabel Blanco Vázquez**

**Tutor/a: María José Castro Alija**  
**Cotutor/a: Rafael Urrialde de Andrés**

## Resumen

El estudio comparativo de la información nutricional en el etiquetado de productos alimenticios adquiridos en tiendas físicas y cotejada de la información en las webs de las empresas distribución de alimentos, tuvo por objetivo hacer un análisis de las etiquetas de los productos, con relación a lo establecido en el Reglamento 1169/2011 de la Unión Europea, sobre composición de ingredientes e información nutricional obligatoria y complementaria. Se realizó una investigación de campo, de tipo exploratoria. El muestreo fue no probabilístico. Los resultados obtenidos parecen indicar que no existen diferencias significativas en el etiquetado entre las tiendas físicas y web, con respecto al cumplimiento de la declaración de información nutricional contemplada en el Reglamento de la UE. 1169 /2011. Esto pone de manifiesto que, en los productos analizados, en general hay un cierto grado de cumplimiento de la normativa.

**Palabras claves:** etiqueta, normativa, declaración obligatoria y comparación.

### **Abstract:**

The comparative study of the nutritional information on the labeling of food products purchased in physical stores and compared with the information on the websites of food distribution companies, aimed to analyze product labels in relation to the provisions of Regulation 1169/2011 of the European Union, on the composition of ingredients and mandatory and complementary nutritional information. An exploratory field research was carried out. Sampling was non-probabilistic. The results obtained seem to indicate that there are no significant differences in the labeling between physical and web stores, with respect to compliance with the declaration of nutritional information provided for in the EU Regulation. 1169 /2011. This shows that, in the products analyzed, in general there is a certain degree of compliance with the regulation.

**Key words:** label, regulations, mandatory declaration and comparison

## INDICE

<b>1. Introducción.....</b>	<b>4</b>
1.1. Justificación .....	10
<b>2. Objetivos .....</b>	<b>14</b>
<b>3. Material y métodos. ....</b>	<b>14</b>
3.1. Diseño de Investigación.....	15
3.2. Muestreo.....	15
3.3. Selección de la muestra.....	15
3.4. Variables a estudio .....	16
3.5. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	16
<b>4. Análisis de los datos:.....</b>	<b>16</b>
4.1 Cronograma de recogida de datos. ....	17
<b>5. Marco teórico. ....</b>	<b>17</b>
<b>6. Resultados: .....</b>	<b>21</b>
<b>7. Discusión.: .....</b>	<b>22</b>
<b>8. Conclusiones:.....</b>	<b>23</b>
<b>9. Tablas y gráficos .....</b>	<b>24</b>
<b>10. Bibliografía .....</b>	<b>26</b>
<b>11. Anexos.....</b>	<b>29</b>

## 1. Introducción:

“La 57ª Asamblea Mundial de la Organización Mundial de la Salud” (OMS) aprobó en mayo del año 2004 la “Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud”. Mediante la misma se abordaron dos factores determinantes de las enfermedades no transmisibles que son el régimen alimenticio y la actividad física. Aunque en estos momentos también empieza a incluir otros factores como equilibrio emocional, componentes sociales y modelos comportamentales (1).

“Los principales factores de riesgo de las enfermedades crónicas se están propagando” inclusive en los países pobres. En los de mayores ingresos económicos, sigue aumentando la proporción de personas con sobrepeso u obesidad, aunque a los sectores que más afecta es al de bajos ingresos. De allí la pertinencia de un enfoque que integre las causas de la disminución de la actividad física y de la mala alimentación, lo que permitiría disminuir la prevalencia que las enfermedades no transmisibles representa para la morbilidad (1 p45).

Además, también se insta a “aumentar el consumo de frutas y hortalizas, así como de legumbres, cereales integrales y frutos secos sin sal. Reducir y limitar la ingesta de sal (sodio) de toda procedencia y consumir sal yodada” (1 p48).

La estrategia de la OMS establece que los gobiernos deben implementar medidas, para asegurar que la población reciba información objetiva, para la toma de decisiones fundamentadas y plenamente justificadas, en relación con los aspectos que puedan afectar la salud (1 p51).

El etiquetado de los productos alimenticios forma parte de la información que deben recibir los consumidores. Debe ser una información “exacta, estandarizada y comprensible sobre el contenido de los productos alimenticios, que les permita adoptar decisiones informadas y saludables” (1 p52).

Los avances tecnológicos han hecho posible la producción de alimentos y bebidas para satisfacer incontables “preferencias y expectativas”. Ante esta situación los consumidores afrontan el desafío de saber qué están adquiriendo y qué están consumiendo. En ese sentido, la información alimentaria sobre ingredientes y nutrientes es trascendental “para ayudar a los consumidores a realizar una elección informada a la hora de comprar alimentos” (2).

“La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura” (FAO) y la “Organización Mundial de La Salud” (WHO) (2017) a través de la “Comisión del Codex Alimentarius” establecieron las “Directrices sobre etiquetado nutricional” (3).

El propósito de las directrices es el siguiente:

Para garantizar que el consumidor tenga acceso a un etiquetado con una información nutricional eficaz, brindar al consumidor información sobre alimentos y bebidas para que pueda elegir sabiamente el alimento. Proporcionar un medio para transmitir información sobre el contenido de composición de nutrientes y del valor nutricional de los alimentos y bebidas en la etiqueta. Alentar el uso de principios nutricionales sólidos en la formulación de alimentos que beneficiarían a la salud pública (3 p2).

“Al brindar la oportunidad de incluir información nutricional complementaria en la etiqueta: asegurar que el etiquetado nutricional no describa un producto o presente información sobre él que sea de alguna manera falsa, engañosa, errónea o insignificante de alguna manera. Hay que asegurar que no se haga ninguna declaración de propiedades nutricionales sin un etiquetado de información nutricional” (3 p2).

Las “Directrices del Codex sobre Etiquetado Nutricional” establecen los principios que rigen la implementación del etiquetado nutricional y composición de ingredientes.

La declaración de nutrientes, tiene por objetivo suministrarle “a los consumidores un perfil de los mismos” de importancia nutricional “contenidos en el alimento y la bebida. Esa información no debe conducir al consumidor a creer “que

existe un conocimiento cuantitativo exacto de lo que las personas deben comer para mantener la salud”. Esto no es posible, porque no existe manera significativa, de hacer uso del conocimiento sobre los requisitos particulares de cada persona, en el etiquetado (3 p2).

La Información nutricional complementaria, es una información variable entre los diferentes países. Dentro de cada uno de ellos variará entre los grupos poblacionales, según las necesidades de cada grupo y la política educacional (3).

El etiquetado nutricional, deliberadamente no “debe dar a entender, que los alimentos” con una etiqueta específica tienen ventaja nutricional, sobre los alimentos que no se presentan etiquetados de esa manera (3).

El etiquetado nutricional es una reseña que tiene por finalidad comunicar al consumidor las propiedades nutricionales que el alimento posee, consta de la “declaración de nutrientes” y de la “información nutricional complementaria” (3 p2).

“La declaración de nutrientes” es una “lista estandarizada del contenido de nutrientes de un alimento” ; y la “información nutricional complementaria” es cualquier representación que declare, sugiera o implique que un alimento tiene propiedades nutricionales particulares” (3, p.3). En la “declaración nutricional” se incluye el contenido de vitaminas y minerales, fibra, sal/sodio, carbohidratos, grasas, proteínas y el valor energético. La indicación de sustancias en la lista de ingredientes no es una declaración nutricional (3).

El “Codex Alimentarius” (2005), define que “Ingrediente es cualquier sustancia, incluidos los aditivos alimentarios, que se emplee en la fabricación o preparación de un alimento y esté presente en el producto final, aunque posiblemente en forma modificada” (4 p7).

La Unión Europea toma en cuenta el “Artículo 169” del “Tratado de Funcionamiento de la Unión Europea” para la puesta en práctica de políticas alimentarias y nutricionales, de promoción de la salud y prevención de la mala nutrición.

Allí se establece que se “debe contribuir a una elevada protección de los consumidores” (5 p83).

Asimismo, el “Reglamento 178/2002” establece la creación de la “Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria”. Los procedimientos relativos a la seguridad alimentaria brindan al consumidor “una base para elegir” sus alimentos con “conocimiento de causa”, a fin de evitar prácticas que puedan inducirlos al engaño. Siendo esencial que se garantice al consumidor el derecho a la información en relación con los alimentos comercializados (6 p5).

“El 25 de octubre de 2011, el Parlamento Europeo y el consejo adoptaron El Reglamento N° 1169/2011” de la Unión Europea (UE) sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. En dicho Reglamento hay un texto único sobre la normativa relativa a la “- materia del etiquetado, presentación y publicidad de los productos alimentarios, etiquetado nutricional e información sobre la presencia de alérgenos -”. El objetivo de esa normativa es “garantizar la libre circulación en el mercado único” de los productos alimentarios; así como salvaguardar y proteger la salud e intereses de los consumidores (7).

Por medio del “Reglamento (UE) N° 1169/2011” se modifican y armonizan las disposiciones anteriores relacionadas con el etiquetado de los alimentos. La finalidad es que los consumidores comparen los alimentos antes de comprarlos, tomando decisiones alimenticias con conocimiento de causa, dirigidas a la satisfacción de sus necesidades particulares (8).

“La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN)” publicó unas especificaciones relativas al “Reglamento (UE) N°1169/2011” en el año 2018. A continuación se indican algunos aspectos que se describen en los párrafos siguientes:

Introducción obligatoria del etiquetado nutricional en la generalidad de alimentos transformados. Obligatoriamente la etiqueta debe tener valor energético, contenido en grasas y grasas saturadas, carbohidratos, azúcares, proteínas y sal. Los elementos deben estar situados en “el mismo campo visual”. (9 p24).

En la letra “f” del artículo 2 punto 2, del “Reglamento (UE) nº 1169/2011” se define como: “ingrediente”: cualquier sustancia o producto, incluidos los aromas, los aditivos y los enzimas alimentarios y cualquier componente de un ingrediente compuesto que se utilice en la fabricación o la elaboración de un alimento y siga estando presente en el producto acabado, aunque sea en una forma modificada; los residuos no se considerarán ingredientes” (8 p25).

“En el campo visual” principal se puede repetir la información referente al valor energético, que puede estar solo o con las cantidades correspondientes a grasas, grasas saturadas, azúcares y sal. Esa declaración debe efectuarse “por 100 g o por 100 ml” para que se pueda hacer la comparación de productos. Además, debe permitir “\_decoración\_” “\_por porción\_” “de forma adicional y con carácter voluntario” (8 – 9 p46).

La información nutricional obligatoria puede acompañarse de forma voluntaria con valores relativos a la composición de polialcoholes, ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados, vitaminas, minerales, fibra alimentaria o almidón (8 p34).

“El valor energético y las cantidades de los nutrientes” se pueden expresar en forma de pictogramas o símbolos, tales como el sistema de semáforos. Esto se debe hacer tomando en cuenta el cumplimiento de criterios como la comprensibilidad y la no obstaculización a la libre circulación de los productos. (8 p 36).

El Reglamento (UE) Nº 1169/2011 establece que las bebidas que tienen grado alcohólico mayor de 1,2% están exoneradas de la obligatoriedad de indicar ingredientes e información nutricional. De forma voluntaria pueden indicar el valor energético. No obstante, la “Comisión al Parlamento Europeo y al Consejo”, publicó el “13 de marzo de 2017” un Informe “relativo al etiquetado obligatorio de la lista de ingredientes y la información nutricional de las bebidas alcohólicas, siguiendo el mandato contenido en el citado Reglamento” (10).

Están exentos de etiquetado nutricional los alimentos no envasados “a menos que los Estados miembros decidan lo contrario en el ámbito nacional” . “El etiquetado debe ser claro y legible”. A tal fin, “se establece un tamaño mínimo de fuente para la información obligatoria de 1,2 mm. Sin embargo, si la superficie



máxima de un envase es inferior a 80 cm<sup>2</sup>, el tamaño mínimo se reduce a 0,9 mm” (9).

Si el tamaño es inferior a 25 cm<sup>2</sup> la información nutricional no es obligatoria. “En el caso de envases cuya superficie mayor es inferior a 10 cm<sup>2</sup> no es necesario incorporar ni la información nutricional, ni la lista de ingredientes”. “El nombre del alimento, la presencia de posibles alérgenos, la cantidad neta y la fecha de duración mínima se deberán indicar siempre, independientemente del tamaño del paquete” (9).

En el etiquetado es obligatorio indicar el país de origen. Para la fecha de publicación del documento por AESAN (2018, septiembre 26), solo era de carácter obligatorio el etiquetado para la carne fresca de vacuno, miel, aceite de oliva, frutas y verduras (10). Actualmente, también es obligatorio colocar el país de origen para “la carne fresca de aves de corral, caprino, ovino y cerdo” (11).

También se debe indicar el país de origen o “el lugar de procedencia del ingrediente primario”, cuando no sean iguales al país de origen o al lugar de procedencia de un alimento. El “Reglamento de Ejecución (UE) 2018/775” publicado el “29 de mayo de 2018” establece que este apartado se aplicará a partir del “1 de abril de 2020” (9).

El informe presentado por la Comisión el 20 de mayo de 2015 concluye en relación con la leche, a la leche utilizada para elaborar productos lácteos, otros tipos de carne, carne utilizada como ingrediente, “ingredientes que representen más del 50% de un alimento”, y alimentos sin transformar; que el etiquetado obligatorio sobre el origen de los mismos debería hacerse de forma voluntaria. Debido a su carga reglamentaria e impacto económico (9).

El Real Decreto 1181/2018, del 21 de septiembre elaborado en España, indica la obligatoriedad de colocar en el etiquetado el lugar de “origen de la leche” y “de la leche” utilizada para elaborar los “productos lácteos”. Esto se ha realizado porque en las encuestas dirigidas a los consumidores españoles, se evidenció que es una información solicitada y vinculada a la calidad del alimento.

La “información sobre los alérgenos” debe estar “en la lista de ingredientes” y destacarse a través de una composición “tipográfica” diferente (9- 8).

El artículo 14 del “Reglamento (UE) N° 1169/2011” establece en el caso de las ventas a distancia que “la "información alimentaria obligatoria, salvo las menciones previstas en el artículo 9, apartado 1, letra f), referente a la fecha de duración mínima y de caducidad, estará disponible antes de que se realice la compra y figurará en el soporte de la venta a distancia o se facilitará a través de otros medios apropiados claramente determinados por el operador de empresas alimentarias” (6-8,9).

La dinámica social establecida por los países desarrollados, donde la vida cotidiana se desenvuelve a un ritmo muy acelerado, ha conllevado a la utilización explosiva de las transacciones online. Siendo este un medio de ahorrar tiempo, esfuerzo y, dinero en ciertos casos. Las compras online de productos alimenticios también han proliferado. Situación que ha sido amplificada por las condiciones restrictivas impuestas por la pandemia de la COVID-19 provocada por el SARS COV 2.

En este contexto, es pertinente la realización de un estudio comparativo del etiquetado nutricional de productos alimenticios comprados en las tiendas físicas y en la web (online). El presente trabajo está enmarcado en las compras realizadas en cinco supermercados de Valladolid. Específicamente, Carrefour, Mercadona, Lupa, DIA, y Gadis.

### **1.1. Justificación**

La etiqueta debe contener además de la composición, las condiciones necesarias para que el alimento pueda conservarse en buen estado (9).

Otro aspecto crítico y contemplado en la normativa del 2002 es la trazabilidad, sobre todo aplicable para posibles retiradas selectivas de alimentos si se tiene que realizar la misma (6 p3).

Por lo general algunos de los problemas del etiquetado surgen en las etapas de la cadena de producción. Pueden ocurrir errores en la composición del producto que pudieran conducir a problemas alérgicos o de intoxicación alimentaria, errores en las condiciones de conservación del producto o en la fecha de caducidad, todos ellos conducentes al perjuicio del consumidor (7).

El etiquetado debe ofrecer la información necesaria al consumidor con menciones obligatorias: identidad, composición y propiedades, perteneciendo a la información básica. Los efectos sobre la salud, los posibles alérgenos, almacenamiento y su uso. Y la información nutricional.

Lista de menciones obligatorias, de forma clara, legible y en castellano:

- Denominación: denominación legal del alimento, si no existiese se utilizaría la denominación habitual o descriptiva.

- Ingredientes: debe de aparecer en orden decreciente. No es obligatorio en: productos con un solo ingrediente, frutas, hortalizas y patatas sin manipular, vinagres fermentados, lácteos o productos lácteos fermentados, bebidas que tengan más de 1.2% en volumen de alcohol.

- Alérgenos: usados en la fabricación y presentes en los productos

- Cantidad neta: se expresará en litros, centilitros, mililitros, kilogramos o gramos.

- Fecha de duración / caducidad y fecha de congelación: siendo la fecha de duración hasta el que el producto conserva todas sus propiedades, (día/mes/año). La caducidad aparece en productos muy perecederos, pasado esta fecha el producto no se considera seguro.

- Conservación y utilización: cuando lo requiera.

- Empresa: nombre o razón social y la dirección de la empresa.

- País de origen o lugar de procedencia.

- Modelo de empleo: cuando lo requiera.

- Alcohol: las bebidas que contengan menos de 1.2 % de volumen de alcohol.

- Información nutricional: se expresará por 100 g o por 100 ml. Con un orden establecido. El valor energético expresado en kJ/kcal, contenido en grasas y ácidos grasos saturados, el contenido de grasa trans > de 2 g si no es de forma natural (desde el 1 de abril de 2021), hidratos de Carbono y azúcares; proteínas, sal ( anteriormente se declaraba el sodio), fibra alimentaria , vitaminas y minerales (sí están en cantidades significativas superiores a un porcentaje de la ingesta de referencia ) (10-13).

La “Organización de Consumidores y Usuarios (OCU)” de España, ha recopilado información sobre las etiquetas de diferentes productos de alimentación. Allí hay casos típicos de mal etiquetado. Entre esos casos se puede citar el de las “Salchichas de carne 100% Pavo” de la marca “Campofrío”. Estas salchichas realmente contienen 41% de carne de pavo. El 59% que resta es una mezcla de otros productos como almidónn, agua, fibra vegetal, proteína de soja, etc. El caso de “Aros a la romana” de la marca “Aliada”. Aunque parecen calamares a la romana, la parte posterior de la bolsa aclara que el producto está “elaborado a partir de piezas de pescado y que un 40% es pota” (12-14).

En los Artículos 50-53 de la Ley 17/2011 sobre “Seguridad Alimentaria y Nutrición” , están tipificadas las prácticas fraudulentas. El artículo 50 menciona algunos hechos que pueden constituir infracción en materia de seguridad alimentaria. El aspecto que se encuentra en la letra “b” señala como infracción: “La utilización falsa o fraudulenta de marcas sanitarias o identificativas de alimentos, así como la puesta en el mercado de alimentos o piensos etiquetados de una manera insuficiente, defectuosa o, en su caso, fraudulenta” (15).

En materia de nutrición la Ley 17/2011 (Artículo 50) contempla en la letra “a” como infracción, “la elaboración, distribución, suministro o venta de preparados alimenticios, cuando en su presentación se induzca a confusión al consumidor sobre sus verdaderas características sanitarias o nutricionales” . También está normalizada la graduación de las infracciones en leves, graves y muy graves (Artículo 51). (15).

El artículo 52 de Ley 17/2011 establece sanciones para las infracciones en materia de seguridad alimentaria y nutrición, entre ellas están las sanciones económicas, que según la graduación son las Infracciones leves, hasta 5.000,00 euros; Infracciones graves, entre 5.001,00 euros y 20.000,00 euros.; Infracciones muy graves, entre 20.001,00 y 600.000,00 euros” (15).

En el Artículo 53 de la Ley 17/2011 se encuentran sanciones accesorias, como el decomiso de la mercancía y la publicidad de las sanciones impuestas, etc. (15).

En el ámbito de las infracciones “en materia de seguridad alimentaria y nutrición”, se justifica el estudio comparativo del etiquetado nutricional de productos alimenticios comprados en las tiendas físicas y en la web (online) de Valladolid, en los supermercados Carrefour, Mercadona, Lupa, DIA, y Gadis.

La valoración de las etiquetas se convierte en una medida necesaria, para determinar el cumplimiento de la normativa sobre información nutricional, facilitada al consumidor, establecida por la Unión Europea. En el contexto del aumento vertiginoso que han tenido las compras online motivado por la pandemia COVID-19, la logística de las tiendas, la falta de coordinación y descontrol que existe en muchos supermercados, y, el desconocimiento de los consumidores de las leyes europeas sobre el etiquetado, se justifica la realización de la presente investigación.

Dado que el etiquetado es una valiosa herramienta, para que los consumidores conozcan los ingredientes de los alimentos y su valor nutricional, es importante evaluar si los operadores de empresas alimentarias online cumplen con la normativa establecida por la Unión Europea, siendo responsables de la información alimentaria el operador o razón social que comercialice el alimento. Antes de realizar la compra online, el operador facilitara la información alimentaria obligatoria excepto la duración mínima o la fecha de caducidad, sin costes suplementarios para el consumidor final. A la entrega de los productos, el operador debe comunicar todas las menciones obligatorias incluidas las fechas de caducidad y la duración mínima (8 p29).

El objetivo es que se inspeccione y controle la información online, porque cada vez más consumidores sobre todo a partir de la Covid-19, compran alimentos y bebidas vía online.

## **2. Objetivos**

### **Objetivo General**

Determinar las diferencias del etiquetado nutricional de los productos alimenticios adquiridos en tiendas físicas y en la web (online) de los distribuidores con ventas distancia en Valladolid.

### **Objetivos Específicos**

✓ Evaluar los etiquetados de información nutricional de los productos alimenticios comprados en tiendas físicas y en las webs en relación con el cumplimiento del Reglamento UE 1169/2011.

✓ Establecer las diferencias existentes entre la información de etiquetado nutricional de los productos alimenticios comprados en tiendas físicas y en las webs de los distribuidores o venta a distancia.

## **3. Material y métodos.**

El presente trabajo Fin de Grado es una comparativa del etiquetado de los productos de alimentación de la tienda física y de la compra a través de las webs (online). Adquiriendo artículos de alimentación en la tienda física y en las webs.

La información utilizada para el desarrollo se ha obtenido a través de diferentes fuentes como las Webs de: Gadis, DIA, Carrefour, Lupa y Mercadona. Y una búsqueda de los mismos productos en la web de NUTRIFEN, siendo esta

la mayor base de datos de productos alimenticios. Esta base de datos se encuentra actualizada permanentemente por una serie de dietistas-nutricionistas de la Fundación Española de Nutrición (FEN) y la colaboración estrecha de la Asociación Española de Codificación Comercial (AECC). La información que aportan sobre más de 50.000 productos donde nos indican la información nutricional, los ingredientes y alérgenos, recogiendo la información declarada en el etiquetado por los fabricantes que venden sus productos en España.

La presente investigación, de acuerdo con su propósito, procedimientos y alcances, se enmarca en una investigación de campo, de tipo exploratoria.

### **3.1. Diseño de Investigación**

El diseño de investigación es de campo tipo exploratoria. Los datos a emplear son cualitativos (nominales), y según el tiempo en que se realiza el estudio es transversal.

Etiquetados nutricionales de productos alimenticios adquiridos en tiendas física y en la web, de los supermercados Gadis, DIA, Carrefour, Mercadona, y Lupa.

### **3.2. Muestreo**

No probabilístico de tipo intencional.

### **3.3. Selección de la muestra**

La muestra está representada por 98 etiquetas de productos alimenticios con información nutricional, adquiridos en tiendas físicas y comparadas con la información recogida en las webs de la industria de la distribución que realiza la venta a distancia.

49 etiquetas provienen de las tiendas físicas y 49 de las páginas web de esas tiendas. Toda la información de las marcas también fueron buscadas en la base de datos NUTRIFEN de la Fundación Española de Nutrición que recoge denominación de producto, composición de ingredientes, información nutricional y declaración de alérgenos. De los 49 etiquetas, 13 aparecían en esta base de datos , el resto no.

Las etiquetas fueron clasificadas bajo las siguientes categorías de alimentos: marmelada, café, leche, pan de molde, queso de Untar, yogurt, margarina, tomate frito, tomate triturado, maíz en grano, ketchup, gaseosa, masa para pizza, refresco cola, macarrones, filete de merluza. La muestra no tubo criterio de selección.

### **3.4. Variables a estudio**

Las variables de estudio son: el listado de los ingredientes, información nutricional , declaraciones nutricionales, propiedades saludables e informaciones según el Reglamento 1169/ 2011.

### **3.5. Técnica e instrumentos de recolección de datos**

La técnica aplicada fue observacional, a partir de los alimentos y bebidas que se adquirieron en los supermercados correspondientes y posteriormente en la tienda online. Para hacer el análisis se diseñaron formatos de registro, de acuerdo con la normativa que rige la declaración de información nutricional del Reglamento 1169/2011.

## **4. Análisis de los datos:**

Los datos recogidos se procesaron y analizaron haciendo uso de la hoja de cálculo Excel. Con la finalidad de establecer si existen diferencias significativas entre los etiquetados nutricionales de los productos adquiridos en tiendas



físicas y en la web. Y una valoración del producto en el reconocimiento de coincidencia en NUTRIFEN

#### **4.1 Cronograma de recogida de datos.**

Se planteo en primer lugar una compra de productos al azar, y posteriormente esos mismos productos alimenticios, se comprobó si en la web correspondiente al supermercado había diferencias de información en el etiquetado. Comprobando si estaba dentro de la normativa de la Información Nutricional del Reglamento 1169/2011. Si tenía otras declaraciones no obligatorias de tal naturaleza que induzcan a error al comprador, especialmente sobre las características del producto alimenticio, atribuyendo al producto alimenticio efectos o propiedades sobre la salud. En segundo lugar se hizo la comparativa para identificar la diferencia entre los productos alimenticios del supermercado y de la web. Y en tercer lugar sacar las conclusiones que es el fin de este trabajo.

#### **5. Marco teórico.**

La comprensión de la aplicación de las normativas legales relacionadas con el etiquetado nutricional, se fundamenta en el conocimiento de los requerimientos nutricionales y dieta alimentaria recomendada para la población española, que aquí se desarrollará en forma sucinta.

Los patrones dietéticos existentes no han logrado mantener una mejora de la salud en la población. Los modelos actuales de alimentación tienen en consideración la salud humana, y el concepto de sostenibilidad en toda su extensión. Con este objetivo, la “Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO)”, han solicitado el desarrollo de recomendaciones dietéticas propias a cada nación, en el ámbito de las dietas saludables sostenibles; teniendo en consideración los contextos “sociales, culturales, económicos, ecológicos y ambientales de cada país” (16) (Anexo I ).

Debido a las diferencias existentes entre los países en relación con el concepto de “dieta saludable sostenible”, La FAO y la OMS organizaron una consulta de expertos a nivel internacional que se efectuó en Roma en julio 2019. Como resultado de esa consulta se definieron las “Dietas Saludables y Sostenibles” como: “patrones dietéticos que promueven todas las dimensiones de la salud y el bienestar de las personas, que tienen un bajo impacto ambiental y son accesibles, asequibles, seguros y equitativos, además de culturalmente aceptables” (17).

El objetivo de los nuevos patrones de alimentación es lograr “...alcanzar un crecimiento y desarrollo óptimos de todos los individuos, así como el bienestar físico, mental y social en todas las etapas de la vida de las generaciones presentes y futuras. Además, contribuyen a prevenir todas las formas de malnutrición (desnutrición, deficiencia de micronutrientes, sobrepeso y obesidad)” (17).

La evidencia científica confirma que un patrón alimentario es más saludable, y ocasiona un menor impacto ambiental cuando en él predominan: alimentos de origen vegetal: legumbres, granos enteros, semillas, frutos secos, hortalizas, frutas; el consumo moderado de productos alimenticios de origen animal, restringiendo las carnes rojas y carnes procesadas; aporte calórico reducido; disminución de la ingesta de azúcares, grasa saturadas y sal/sodio (16).

Es posible mejorar los hábitos alimentarios y el medio ambiente por medio de promover la transformación de la dieta occidental vigente, hacia “un modelo de alimentación más sostenible”. No es suficiente focalizarse solo en la salud humana, puesto que los malos hábitos alimenticios afectan el medioambiente y “el bienestar de las generaciones presentes y futuras” (16).

Una acotación importante es que “...la alimentación debe resultar satisfactoria y agradable para los individuos, así como aportar placer sensorial. La alimentación, además, constituye un elemento de identificación cultural que representa las tradiciones e historia de cada región, por lo que es prioritario respetar las particularidades existentes en los hábitos alimentarios de cada territorio” (9).

El primer aspecto para tener en consideración es que hay que hacer la diferencia entre “Recomendaciones Nutricionales (basadas en nutrientes) y las Recomendaciones Dietéticas (basadas en alimentos)”. Estos son dos conceptos que crean confusión entre los consumidores (9,).

“Las recomendaciones nutricionales” han evolucionado con los conocimientos científicos...relacionados con las necesidades de nutrientes de los seres humanos, tanto en la salud como en la enfermedad. “Nutrientes esenciales” y “requerimientos nutricionales” son dos conceptos que soportan la estructura científica de las “recomendaciones basadas en nutrientes” (2).

Para la población española, las Ingestas Nutricionales de Referencia (INR), aluden a los nutrientes y cantidades concretas para cada grupo poblacional, con el objetivo de evitar deficiencias que pongan en peligro la salud (16,).

Las Recomendaciones Dietéticas y Guías Alimentarias se basan en las Ingestas Nutricionales de Referencia expresadas en nutrientes. Sin embargo se requiere que dichas “recomendaciones hagan referencia a alimentos con el fin de orientar una alimentación variada, moderada y equilibrada que permita mantener un buen estado de salud y una buena calidad de vida a largo plazo, previniendo o controlando las enfermedades relacionadas con la alimentación” (16).

Puesto que las recomendaciones están dirigidas a informar a los consumidores, deben ser “consistentes y fáciles de entender” a fin de simplificarlas para que la población las siga y las cumpla. Los alimentos incluidos deben ser de fácil acceso, estar disponibles, tener un precio razonable; y respetar las preferencias socioculturales y religiosas propias de cada región (16).

Las recomendaciones dietéticas o guías alimentarias para la población española en relación con la composición y valor nutritivo, presenta el valor de los nutrientes por “100 g de la parte comestible de los alimentos”. Las raciones se refieren a las raciones recomendadas para adultos en España y a nivel internacional. Con la finalidad de suministrar datos que representen a cada grupo de alimentos, tomando en consideración su gran variabilidad nutricional, “, las raciones se proporcionan por intervalos” (16).

Aparte de las recomendaciones dietéticas propuestas para la población española, y asumiendo recomendaciones de Organización Mundial de la Salud, el Comité Científico de la AESAN sugiere (16):

- Comenzar en los primeros años de vida “los hábitos alimentarios sanos”. Darle prioridad a la lactancia materna para favorecer “el crecimiento sano” y mejorar “el desarrollo cognitivo”. Los buenos hábitos alimentarios proporcionan “beneficios a largo plazo, entre ellos la reducción del riesgo de sobrepeso y obesidad y de enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida” (16).

- Tener una ingesta calórica “equilibrada con el gasto calórico”, para evitar el exceso de peso. “Las grasas no deberían superar el 30 % de la ingesta calórica total, vigilando la presencia de grasas saturadas” (16).

- Consumir azúcares libres en proporción inferior al 10 % de la ingesta calórica total a fin de tener “una dieta saludable. Para obtener mayores beneficios se recomienda reducir su consumo a menos del 5 % de la ingesta calórica total” (16).

- Reducir el consumo de sal y mantenerlo en menos de “5 gramos diarios (equivalentes a menos de 2 g de sodio por día)”. Esto contribuye a la prevención de la hipertensión, así como a reducir “el riesgo de cardiopatías” y accidentes cerebrovasculares entre la población de mayor edad.

- En general se recomienda tener “una dieta saludable y sostenible caracterizada por un predominio de alimentos de origen vegetal y un consumo moderado de alimentos de origen animal”. Darle preferencia al “consumo de productos de temporada y de proximidad”

- Reducir el desperdicio de alimentos como medida adicional para cuidar nuestro planeta y contribuir a un entorno más sostenible para las generaciones futuras.

Los Valores de Referencia Dietéticos (DRV), se refieren al grupo de valores de referencia de nutrientes. Este término incluye “las ingestas de referencia de la población (PRI), los requisitos promedio (AR), las ingestas adecuadas (AI) y los rangos de ingesta de referencia (RI) de macronutrientes. Los valores antes

señalados se refieren a “la cantidad de un nutriente que debe consumirse de forma regular para mantener la salud en un individuo (o población) o lo más sano posible.” (16).

Para una población “los niveles de ingestas nutricionales de referencia” permiten la elaboración de recomendaciones dietéticas para asegurar “un aporte nutricional equilibrado para el mantenimiento del buen estado de salud, así como para el desarrollo de políticas nutricionales que permitan prevenir enfermedades carenciales y crónicas.

## **6. Resultados:**

Haciendo uso de la descripción mediante la observación:

En las etiquetas de los productos adquiridos de la marca Eliges (marca blanca del supermercado Gadis) cumple con la normativa del Reglamento N° 1169/2021 del etiquetado, mientras que, en la web, no cumple con la información nutricional. Cuando la mención del nutriente es \_“0” g.\_ el nutriente esta omitido, dando pie a confusión. Se desconoce si se les ha olvidado o no lo quieren reflejar en los datos del etiquetado. En la web hay fotografía del producto e información del análisis nutricional y otras alegaciones obligatorias. NUTRIFEN no recoge datos de estos productos, con la imposibilidad de valorar el etiquetado.

En los productos adquiridos en el supermercado de Mercadona, y valorando el etiquetado, estos productos cumplen con la normativa en el etiquetado , incluso en la web, donde aparece declaraciones no obligatorias que cumplen con la normativa. En la web no aparece fotografía del producto . NUTRIFEN no recoge datos de estos productos, con la imposibilidad de valorar el etiquetado.

En los producto adquiridos en el supermercado Carrefour, (marca blanca del supermercado) con una valoración del etiquetado, los productos valorados cumplen con la normativa. En la web aparece una fotografía del producto en la que se amplía para un mejor visión del producto y del etiquetado. Solamente fuera de la foto, aparece parte de información nutricional con la que seria el eti-

quetado frontal, etiquetado de calidad nutricional\_, que en el producto no aparece. Otros producto de la marca blanca aparece una fotografía, un diseño gráfico de la información nutricional, junto a la valoración nutricional no obligatoria, perteneciente al etiquetado frontal. Aparece toda la información obligatoria. NUTRIFEN reconoce algunos de sus productos, pudiendo valorar el etiquetado de los productos.

En la valoración del etiquetado de los productos del supermercado DIA, cumplen con la normativa del etiquetado. En la web aparece fotografías del producto en todas las caras donde aparece la información. La información del etiquetado se puede aumentar con el cursor, detallando la información del etiquetado. Cuando las etiquetas de los productos de la marca blanca son valorados en la web, no indica más información que la mencionada. Cuando las etiquetas a valorar no son de marca blanca, aparece información nutricional adicional, siendo esta información la obligatoria que debe de aparecer, no siendo otro tipo de información de carácter voluntario.

En la valoración del etiquetado de los productos de marca comercial conocida (no marca blanca) cumplen con el etiquetado obligatorio. En las webs de los supermercados (Gadis, Mercadona, Dia y Lupa) aparece el etiquetado obligatorio, cumpliendo con la normativa del Reglamento N° 1169/ 2011.

Esta valoración se ha hecho con las etiquetas del Anexo II.

## **7. Discusión:**

Los consumidores no deben de ser engañados, por eso una etiqueta que no sea engañosa, que cumpla con la normativa es de gran importancia. Las menciones en el etiquetado no deben dar a engaño. Los consumidores de los productos, como colegios, escuelas, hospitales, catering...tendrán acceso a un etiquetado con información sobre las características nutricionales para permitir a los consumidores con necesidades especiales dietéticas , puedan elegir sin error alguno, tanto en la superficie física( supermercados), como la WEB.

## **8. Conclusiones:**

El “Estudio comparativo del etiquetado de los productos alimenticios adquiridos en tiendas físicas y en la web, revelo que :

El mayor numero de etiquetas de los productos adquiridos se registraron en Gadis. Carrefour fue la tienda donde menos productos se adquirieron. Los etiquetados de mermelada y leche están presentes en todos los supermercados.

Se evidencia que las etiquetas de los productos adquiridos en los supermercados cumplen con el Reglamento N° 1169/2011. En las webs de los supermercados cumplen con el Reglamento N°1169/ 2021, excepto en la web de Gadis, cuando se relacionas la etiqueta de marca blanca, no cumplieron con el Reglamento N° 1169/2021.

Se pueden compara los resultados en la valoración de las etiquetas en el grafico 1.

## 9. Tablas y gráficos

**Tabla 1.:** menciones obligatorias / voluntarias

	Obligatorio	Voluntaria		
Denominación del alimento	X			
Tamaño letra/ castellano	1,2 mm<80 cm <sup>2</sup> 0,9 mm<80 cm <sup>2</sup>			
Lista de ingrediente >a <	X			
Alérgenos	Listado de ingredientes 14 alérgenos			
Cantidad neta	Medida de correspondiente			
Fecha y duración mínima	X			
Condiciones especiales de conservación y utilización	X			
Empresa responsable	X			
Origen				
Modo de empleo	X			
Grado de alcohol	<1,2	X		
Información nutricional 100ml/100g	Energía: kJ/kcal; Grasa g; Grasa saturada g; Hidratos de carbono g; Azúcares g; Proteínas g; Sal g; Vitaminas y minerales en cantidades significativas superiores a l %IR	Ingesta de referencia; por porción de 30 g de producto; Ingesta de referencia por 30 g de producto. <b>Vitaminas y minerales</b> por 100 g ó 100 ml de producto; % IR y por porción e 30 g ó 30 ml de producto y % IR de 30 g ó ml. Grasas monoinsaturadas g; Grasas poliinsaturadas g; Grasas polialcoholes g; Almidón g; Fibra alimentaria g;		
Otra información nutricional	Sal. NO sodio.	Sodio, si la sal presente es de forma natural		
Declaraciones nutricionales / saludables		X		
Aditivos	X			

Elaboración propia



**Tabla 2:** etiquetas valoradas

Marca	Producto	Supermercados	Web	Voluntario Supermercados	Voluntario web
Carrefour	5	5	5	3	3
Mercadona	7	7	7	3	4
Lupa	9	9	9	4	4
Dia	7	7	7	5	5
Eliges	10	10	10	7	7
Gadis	12	12	12	7	7
NUTRIFEN	12		12		

Elaboración propia

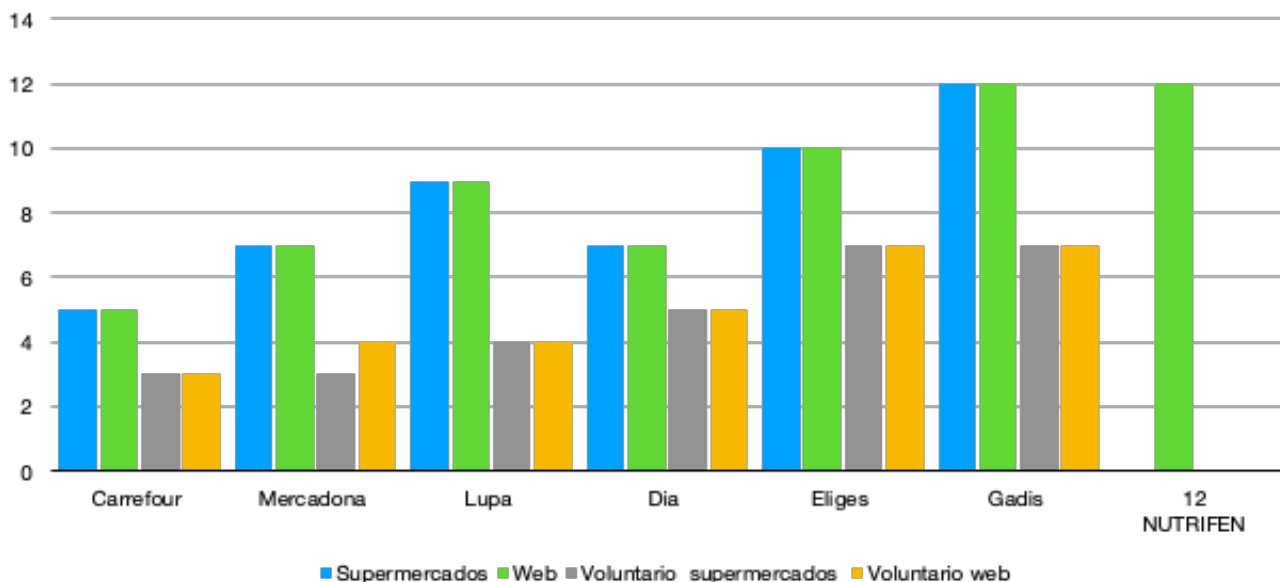


Gráfico 1: valoración de las etiquetas

Elaboración propia

## 10. Bibliografía.

1. Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. [internet]. Ginebra: OMS; 2004 [citado 17 abril 2021]. Disponible en: [https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/WHA57/A57\\_R17-sp.pdf](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-sp.pdf)
2. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura (FAO), Organización Mundial de la Salud (OMS). Codex Alimentarius. Normas Internacionales de los Alimentos. Nutrición y etiquetado. [internet] Roma: FAO; 2017. [citado 8 abril 2021]. Disponible en: <http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/themes/nutrition-labelling/es/>
3. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura (FAO) , Organización mundial de la Salud (OMS) .Codex Alimentarius. Normas Internacionales de los Alimentos. Directrices sobre etiquetado nutricional. [internet] Roma; 2017. [citado 2 abril 2021]. Disponible en: [http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh-proxy/es/?Ink=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252FStandards%252FCXG%2B2-1985%252FCXG\\_002s.pdf](http://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/sh-proxy/es/?Ink=1&url=https%253A%252F%252Fworkspace.fao.org%252Fsites%252Fcodex%252FStandards%252FCXG%2B2-1985%252FCXG_002s.pdf)
4. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura (FAO) , Organización mundial de la Salud (OMS) .Codex Alimentarius. Normas Internacionales de los Alimentos. Alimentos producidos Orgánicamente. [internet] Roma; 2005. [citado 2 abril 2021]. Disponible en: <http://www.fao.org/3/a0369s/a0369s.pdf>
5. Tratado de funcionamiento de la Unión Europea. (Boletín de las Cortes Generales. Congreso de los Diputados. 30 de marzo de 2010) [internet] España. 2010. [citado 2 abril 2021]. Disponible en: <https://www.boe.es/doue/2010/083/Z00047-00199.pdf>
6. Reglamento del Parlamento Europeo y del Consejo del 28 de enero de 2002. Se establecen los principios y los requisitos generales de la legislación alimentaria, se crea la Autoridad Europea en Seguridad Alimentaria. (Boletín de las Cortes Generales. Congreso de los Diputados. 1 de febrero 2002) España. 2002.[citado 2 de abril 2021]. Disponible en: <https://www.boe.es/doue/2002/031/L00001-00024.pdf>
7. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). Reglamento 1169/2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor. [internet] España. 2018.[citado 16 marzo 2021] Disponible en: [http://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad\\_alimentaria/subdetalle/futura\\_legislacion.htm](http://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/seguridad_alimentaria/subdetalle/futura_legislacion.htm)
8. Reglamento (Comunidad Europea) N° 1169/2011 Diario oficial de la Unión Europea. Parlamento Europeo y del Consejo 25 de octubre 2011. [internet] Bruselas.2011 [citado 20 abril

2021. Disponible en: <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2011:304:0018:0063:ES:PDF>

9. FACUA- Consumidores en acción. Etiquetado alimentario. Programa de información a los consumidores. [internet] España; 2015. [citado 15 marzo 2021]. Disponible en: [https://www.facua.org/es/documentos/informe\\_etiquetado.pdf](https://www.facua.org/es/documentos/informe_etiquetado.pdf)

10. Agencia Española De Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). informe de la Comisión relativo a la lista de ingredientes y la Información nutricional de las bebidas alcohólicas.[internet] España 2017. [citado 22 abril 2021. Disponible en: [https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/noticias\\_y\\_actualizaciones/noticias/2017/Informe\\_Comision\\_Ingredientes.htm](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/noticias_y_actualizaciones/noticias/2017/Informe_Comision_Ingredientes.htm)

11. Reglamento (Comunidad Europea) 2018/775 Diario Oficial de la Unión Europea. Parlamento Europeo y del Consejo del 28 de mayo 2018. [internet] Bruselas. 2018. [citado 21 abril 2021]. Disponible en: <https://www.boe.es/doue/2018/131/L00008-00011.pdf>

12. Brother España. ¿Cuáles son los riesgos para los consumidores por un mal etiquetado en la manipulación de alimentos? [Internet] España. 2019. [Consultado 8 abril 2021]. Disponible en: <https://www.brother.es/blog/identificacion/2019/riesgos-consumidores-mal-etiquetado-manipulacion-alimentos>

13. Reglamento (Comunidad Europea) N° 1025/2006 diario oficial dalla Unión Europea. Parlamento Europeo y del Consejo 24 de abril de 2019. [internet] Bruselas [consultado 12 abril 2021]. Disponible en: <https://www.boe.es/doue/2019/110/L00017-00020.pdf>

14. AECOSAN. La etiqueta cuenta mucho. [internet] España .2021. [ citado 12 marzo 2021]. Disponible en: <http://eletiquetadocuentamucho.aecosan.msssi.gob.es/ventajas.html>

15. Ley 17/2011 de seguridad alimentaria y nutrición. (Boletín Oficial de las Cortes Generales. Congreso de los Diputados, 6 de julio 2017. España. 2017. [citado 10 abril 2021]. Disponible en: <https://www.boe.es/eli/es/l/2011/07/05/17/con>

16. Martínez JA, Cámara M, Giner R, González E, López E, Mañes J, et al , autores. Revisión y actualización de las recomendaciones dietéticas para la población española. España. AESAN. 2020. Número de identificación del informe 005. Disponible en: [https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad\\_alimentaria/evaluacion\\_riesgos/informes\\_comite/RECOMENDACIONES\\_DIETETICAS.pdf](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/seguridad_alimentaria/evaluacion_riesgos/informes_comite/RECOMENDACIONES_DIETETICAS.pdf)

17. Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la Agricultura (FAO), Organización Mundial de la Salud (OMS). Dietas saludables sostenibles- principios rectores [ internet] Roma 2020 [citados abril 2021]. Disponible en:<https://doi.org/10.4060/ca6640es>

18. Gadis. España. Gadisa Retail;2021 [consultado12 enero 2021]. Disponible en: [https://www.gadis.es/?centro=gadisc&gclid=CjwKCAjwv\\_iEBhA-SEiwARoemvIZvfJRUOwVORYTsQ8xRgrlRSMjO7Yk-ddu6wRqgMKbngz4W7wUxN-hoCYaMQAvD\\_BwE](https://www.gadis.es/?centro=gadisc&gclid=CjwKCAjwv_iEBhA-SEiwARoemvIZvfJRUOwVORYTsQ8xRgrlRSMjO7Yk-ddu6wRqgMKbngz4W7wUxN-hoCYaMQAvD_BwE)

19. DIA.España. España. Dia. 2021[ consultado 19 enero]. Disponible en: <https://www.dia.es/compra-online/>

20. Carrefour. España. Carrefour. 2021[ consultado 1 febrero 2021]. Disponible en: [https://www.carrefour.es/?gclid=CjwKCAjwv\\_iEBhASEiwARoemvJfFo-q7kDLQN6Fuw6d0AuLA5UeLBqQKudRltlwSsoFVtyRD4tfpXRoCqslQAvD\\_BwE&gclsrc=aw.ds](https://www.carrefour.es/?gclid=CjwKCAjwv_iEBhASEiwARoemvJfFo-q7kDLQN6Fuw6d0AuLA5UeLBqQKudRltlwSsoFVtyRD4tfpXRoCqslQAvD_BwE&gclsrc=aw.ds)
21. LUPA. España. Lupa. 2021 [ consultado 7 febrero 2121]. Disponible en: <https://www.lupa.com>
22. NUTRIFEN. España. Federación Española de Nutrición.2021. [consultado 16 febrero 2021]. Disponible en: <https://www.fen.org.es/publicaciones/default/default>

## 11. Anexos

**Anexo I:** principios básicos y generales para establecer modelos de alimentación sostenible (FAO/OMS. 1919).

### **Salud. Las Dietas Saludables Sostenibles:**

Comienza con el inicio temprano de la lactancia materna, siendo esta exclusiva hasta los 6 meses de edad y combinada con una alimentación complementaria adecuada hasta 2 años en adelante.

Se basan en consumo de una gran variedad de alimentos sin procesar o mínimamente procesados, equilibrados en todos los grupos de alimentos, al tiempo que se restringen los alimentos y bebidas altamente procesados.

Incluyen granos enteros, legumbre, frutos secos y gran abundancia y variedad de fruta y verdura.

Pueden incluir cantidades moderadas de huevos, lácteos, aves, pescado y carne blanca; pequeñas cantidades de carne roja.

Incluyen agua potable limpia y segura como la bebida de elección.

Son adecuadas, es decir, cubren las necesidades (sin excederse) de energía y nutrientes para el crecimiento y el desarrollo de los individuos y para satisfacer las necesidades de una vida activa y saludable durante todo el ciclo de vida.

Son consistentes con las pautas de la OMS para reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles relacionadas con la dieta y garantizar la salud y el bienestar de la población en general.

Contienen niveles mínimos, o ausencia en la medida de lo posible, de patógenos, toxinas y otros agentes que pueden causar enfermedades transmitidas por los alimentos.

**Impacto medioambiental. Las Dietas Saludables Sostenibles:**

Reducen las emisiones de gases de efecto invernadero, el uso del agua y la tierra, la aplicación de nitrógeno y fósforo y la contaminación química dentro de los objetivos establecidos.

Preservan la biodiversidad (incluida la de los cultivos), el ganado, los alimentos derivados de los bosques y los recursos genéticos acuáticos, y evitan la sobrepesca y la caza excesiva.

Minimizan el uso de antibióticos y hormonas en la producción de alimentos. Minimizan el uso de plásticos y derivados en el envasado de alimentos.

Reducen la pérdida y el desperdicio de alimentos.

**Aspectos socioculturales. Las Dietas Saludables Sostenibles:**

Se basan y respetan la cultura local, las prácticas culinarias, los patrones de conocimiento y consumo, y los valores sobre la forma en que se obtienen, producen y consumen los alimentos.

Son accesibles y deseables.




Evitan impactos negativos relacionados con el género, especialmente con respecto a la distribución del tiempo (por ejemplo, para comprar y preparar alimentos, agua y adquisición de combustible).




Fuente: FAO/OMS. 2019

## **Anexo II**



Tabla de las etiquetas valoras en distintos supermercado y webs.

Elaboración propia.






PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Gadis	Mermelada	Mermelada de frut- tas del bosque ex- tra	Frutas: fresa, fram- buesa y grosella. Azúcar, jarabe de glucosa y fructosa, espesante: pectina. Acidulante: ácido cí- trico. Preparado con 55 g de fruta por 100 g. Contenido en azú- cares 47 g por 100 g.	Valor energético: 833KJ/196 Kcal. Grasa 0 g, de losa cuales saturadas 0 g. Hidratos Carbono 48 g, de los cuales azúcares 47 g Fibra alimentaria 1.1 g. proteínas < 0.5 g Sales 0 g.	Sin colorantes. Sin conservantes. Sin gluten* con re- presentaci-ón grá- fica. Preparado con 55 g de fruta por 100 g. Contenido en azúcares 47 g por 100 g.	No indican datos	Ni indican datos	Helios
	Eliges	web/ apps. Gadis	Mermelada	Mermelada de frut- tas del bosque ex- tra	Frutas: fresa, fram- buesa y grosella. Azúcar, jarabe de glucosa y fructosa, espesante: pectina. Acidulante: ácido cí- trico. Preparado con 55 g de fruta por 100 g. Contenido en azú- cares 47 g por 100 g.	Valor energético: 196 Kcal. Hidratos de Carbono 48 g, de los cuales azúcares 47 g. Fibra alimentaria 1.1 g. Proteínas 0.5 g.	Sin colorantes. Sin conservantes. Sin gluten* con re- presentación grá- fica	No indican datos	Ni indican datos	Dulces y con- servas Helios, S.A.
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Gadis	Leche	Leche semidesna- tada- UHT enri- quecida en calcio y vitaminas	Leche semidesna- tada, proteínas lácteas ( <b>leche</b> ), sales de calcio <b>de leche</b> y vitaminas A,D,E Y B9	Valor energético 205 KJ /49 Kcal grasas 1.6 g de las cuales saturadas 1.1g. Hidratos de carbono 4.7 g. Azúcares 4.7 g proteínas 3.9 g. Sal 0.13 g. Vit. A 120 mcg. VRN 15% VIT D 0.75 mcg VRN. 15% Vit E 1.5 mcg. VRN. 13% Vit B9 20 mcg VRN. 10% Calcio 160 mg VRN 20%	Origen de leche España.	FUENTE DE Ca Y VI- TAMINAS A, D,E Y B9.  Un vaso (250 ml) de leche semidesnatada Calcio aporta el 50% de los valores nutri- cionales de referen- cia de Calcio. La vitamina D contri- buye a la absorción y utilización normal del calcio	El calcio es neces- ario para el man- tenimiento de los huesos en condi- ciones normales.  Ingestas de refe- rencia.	RGSEAA
	Eliges	Web/ apps Gadis	Leche especial	Leche semidesna- tada UHT enrique- cida en calcio y vi- taminas	Leche semidesnata- dada de vaca, proteí- nas lácteas ( <b>leche</b> ), sales de calcio de <b>le- che</b> y vitaminas A, D, E Y B9. Origen de la leche: Españaa	Valor energético 205 KJ /49 Kcal grasas 1.6 g de las cuales saturadas 1.1g. Hidratos de carbono 4.7 g. proteínas 3.9 g. Sal 0.13 g. Vit. A 120 mcg. VRN 15% VIT D 0.75 mcg VRN 15% Vit E 1.5 mcg. VRN 13% Vit B9 20 mcg VRN 10% Calcio 160 mcg VRN 20%	Origen España	FUENTE DE Ca Y VI- TAMINAS A, D,E Y B9	Ingesta de refe- rencia	RGSEAA
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos










PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Gadis	Pan de molde	Pan de molde in- tegral de <b>trigo</b>	Harina integral de <b>trigo (gluten)</b> (57%) Agua, levadura, aceite de girasol(2%), azúcar, sal, harina de haba , fibra de <b>avena</b> , ( <b>gluten</b> ) emulgentes : (E- 48), (E - 471), <b>glu- ten de trigo</b> , conser- vadores (E-282 , E- 200) estabilizante (E- 412) agente de trata- miento de harinas (ácido ascórbico) y aroma.	valor energético 1076 KJ/255 Kcal Grasas 4.1 g de las cuales saturadas 0,9 g. Hidratos de carbono 41 g de los cuales azúcares 4.1 g. Fibra alimentaria 7.2 g proteínas 10 g. Sal 1.1 g.	100% integral Aceite de girasol. Puede contener trazas de <b>frutos de cáscara, gra- nos de sésamo, huevos, leche, soja</b> y /o produc- tos derivados  * indica el conte- nido en negrilla en los ingredientes el gluten y las tra- zas de otros alér- genos.	Fuente de fibra	Ingesta de refe- rencia	Juan y Juan in- dustrial S.L.U.
	Eliges	Web/ apps Gadis	Pan de molde	Pan especial	Harina integral de <b>trigo (gluten)</b> (57%), agua, levadura, aceite de girasol (2%), azúcar, sal, ha- rina de haba, fibra de <b>avena (gluten)</b> , emulgentes (E-481 y E-471), <b>gluten de trigo</b> , conservadores (E-282 y E-200), es- tabilizante (E-412), agente de tratamiento de la harina: ácido ascórbico y aroma. Puede contener tra- zas de <b>frutos de cá- scara, hhuevos, le- che, soja, granos de sésamo</b> y/o produc- tos derivados.	valor energético 255 Kcal Grasas 4.1 g. de las cuales saturadas 0,9 g. Hidratos de carbono 41g de los cuales azúcares 4.1g Fibra alimentaria 7.2 g. proteínas 10 g. Sal 1.1 g.	100% integral Aceite de girasol. Puede contener trazas de <b>frutos de cáscara, gra- nos de sésamo, huevos, leche, soja</b> y /o produc- tos derivados  * indica el conte- nido en negrilla en los ingredien- tes el gluten y las trazas de otros alérgenos.	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Juan y Juan in- dustrial S.L.U.




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Eliges	Gadis	Café molido	Café molido natu- ral	Café de Vietnam, Uganda, Brasil	valor energético 33 KJ/ 7 Kcal Grasas <0.5 g. de los cua- les saturadas 0 g. Fibra ali- mentaria 0.7 g. proteínas 0.6 g. Sal 0.03 g. Hidratos de Carbono 0 g.	No indican datos	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Ifa Española , S.A.
	Eliges	Web Gadis	Café molido	Café molido natu- ral	Café	Valor energético: 7 Kcal. Grasas 0.5 g. de los cuales saturadas 0 g. Fibra alimentaria 0.7 g. proteínas 0.6 g Sal 0.03 g Hidratos de carbono 0 g.	No indican datos	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Ifa Española , S.A.
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Eliges	Gadis	Queso de untar	Queso blanco pasteurizado 50% de M.G.	<b>Suero de leche, nata (leche)</b> sal, cultivos de ácido <b>láctico</b>	valor energético 789 KJ/ 190 Kcal Grasa 16 g. de las cuales saturadas 10 g. Hidratos de carbono 3.3 g. de los cuales azúcares 3.3 g. proteínas 7.8 g. Sales 0.8 g.	Calcio 83 mg VNR 10.4%  Sin aditivos  * los alérgenos aparecen en ne- grilla en los ingre- dientes.	No indican datos	Ni indican datos	Ifa Española , S.A.




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Web / apps Gadis	Queso de untar natural	Queso blanco pasteurizado 50% de M.G	Suero de <b>leche</b> , nata (leche) sal, cultivos de <b>ácido láctico</b>	valor energético 190 Kcal Grasa 16 g, de las cuales saturadas 10 g. Hidratos de carbono 3.3 g, de los cuales azúcares 3.3 g. proteínas 7.8 g. Sales 0.8 g.	* los alérgenos aparecen en ne- grilla en los ingre- dientes.	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Ifa Española, S.A
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Eliges	Gadis	tomate triturado	tomate triturado extra	Tomate, sal, acidu- lante: ácido cítrico.	Valor energético 91 KJ / 22 Kcal. Hidratos de carbono 3.6 g. de los cuales azúcares 2.8 g. proteínas 1 g. Sal 0.7 g. Grasas 0 g.	Sin gluten	No indican datos	Ni indican datos	I.A.N., S.A.U
	Eliges	Web apps Gadis	tomate triturado	tomate triturado extra	Tomate, sal, acidu- lante: ácido cítrico.	Valor energía 22 Kcal. <b>Grasa</b> 0.2g. Hidratos de carbono 3.6 g de los cuales azúcares 2.8 g Fibra Alimentaria 0.7 g. proteínas 1 g. Sal 0.7g.	No indican datos	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	I.A.N., S.A.U
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Gadis	maíz en grano	maíz dulce en grano	Maíz dulce en grano, agua y sal	Valor energético 373 KJ / 89 Kcal Grasas 2.4 g de los cuales saturados 0.5 g. Hidratos carbono 12 g. del os cuales azúcares 4.9 g Fibra Alimentaria 3.8 g Proteínas 2.9 Sal 0.43 g	Este producto conviene a los ve- getarianos	No indican datos	Ni indican datos	IFA RETAIL, S.A-
	Eliges	Web/ apps Gadis	maíz en grano	maíz dulce en grano	Maíz dulce en grano, agua y sal	Valor energético 89 Kcal Grasas 2.4 g de los cuales saturados 0.5 g Hidratos carbono 12 g del os cuales azúcares 4.9 g Fibra Alimentaria 3.8 g Proteínas g.2.9 Sal 0.43 g.	No indican datos	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Hortícola d'aucy SA
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Eliges	Gadis	Ketchup	Ketchup	Tomate (170 g de to- mate natural para elaborar 100 g de este producto ) jarabe de glucosa y fructosa, azúcar, vinagre de al- cohol, almidón de maíz modificado , sal y especias.	Valor energético 443 KJ / 104 Kcal. Grasas 0 g. de los cuales saturadas 0 g. Hidratos de carbono 24 g. de los cuales azúcares 1.9 g. Fibra Alimentaria 1.1 g. Proteínas 1.3 g. Sal 2 g.	Sin conservadores Sin gluten * repre- sentación gráfica.	No indican datos	No indican datos	TOMCOEX S.A.


PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Web/ apps Gadis	Ketchup	Ketchup	Tomate (170 g de to- mate natural para elaborar 100 g de este producto), jarabe de glucosa y fructosa, azúcar, vinagre de al- cohol, almidón de maíz modificado, sal y especias	Valor energético: 104 Kcal. Hidratos de Carbono: 24 g. de los cuales azúcares 19 g. Proteínas: 1,3 g. Sales: 2 g. Grasas: 0 g. Fibra alimentaria NO APA- RECE	Sin conservadores Sin gluten	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	TOMCOEX S.A.
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Eliges	Gadis	Gaseosa	Gaseosa con edulcorantes	Agua carbonatada, acidulante (ácido cí- trico), edulcorantes ( E- 952 y E -954) aro- mas naturales de li- món	Valor energético: 3 KJ / 1 Kcal. Grasa 0 g. De las cuales saturadas 0g. Hidratos de carbono 0 g. de los cuales azúcares 0 g. proteínas 0 g. Sales: 0.01 g.	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	Refrescos del Atlántico S.L.
	Eliges	Web/ apps Gadis	Gaseosa	Gaseosa con edulcorantes	Agua carbonatada, acidulante (ácido cí- trico), ¿edulcorantes ( E- 952 y E -954) aromas ?	No aparece el valor energé- tico Sales: 0.01 g.	No aparecen da- tos	No aparecen datos	ingesta de refe- rencia	Font Salem. S.L. * empresa /im- portador
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos



PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Eliges	Gadis	Masa pizza	Masa para pizza lista para extender.	Harina de trigo (gluten), agua, aceite de oliva virgen extra, sal, alcohol etílico, levadura de panadería rehidratada.	Valor energético 1180 KJ / 280 Kcal. Grasas 6.5 g. de las cuales saturadas 0.9 g. Hidratos de carbono 46 g. de los cuales azúcares 1g Fibra Alimentaria 1.5 g proteínas 7.1 g. Sales 1.6 g.	Aceite de oliva extra Puede contener leche con gluten	No indican datos	Ni indican datos	SAS CERELIA
	Eliges	Web / apps Gadis	masa para pizza	Masa pizza refrigerada.	Harina de trigo (gluten), agua, aceite de oliva virgen extra, sal, alcohol etílico, levadura de panadería rehidratada.	Valor energético: 280 Kcal Grasa 6.5 g. de las cuales saturadas 0.9 g. Hidratos de Carbono 46 g. de los cuales azúcares 1g. Fibra alimentaria 1.4 g. proteínas 7.1 g Sales 1.6 g	Puede contener leche	No indican datos	Ni indican datos	SAS CERELIA
	Eliges	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos



PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Philadelphia	Gadis	Queso de untar natural	Queso blanco pasteurizado	Leche, nata, sales estabilizantes (E-410, E- 401, E-407) con- servador (E-202)	Valor energético 1028 KJ//249Kcal Grasa 25 g.de los cuales saturadas 16 g, Hidratos de carbono 2.8 g. de los cuales azúcares 2.8 g. Fibra Alimentaria 0.2 g. Proteínas 3.7g. Sal 1.06 g.	Origen de la leche España. * Alérgenos en ne- grilla en los ingre- dientes	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Mondelez Es- paña comercial S.L
	Philadelphia	Web/ apps Gadis	Queso de untar natural	Queso blanco pasteurizado	Leche, nata, sales estabilizantes (E-410, E- 401, E-407) con- servador (E-202)	Valor energético 249 Kcal. Grasa 25 g.de los cuales saturadas 16 g, Hidratos de carbono 2.8 g. de los cuales azúcares 2.8 g. Fibra Alimentaria 0.2 g. Proteínas 3.7g. Sal 1.06 g.	Origen de la leche España.	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Mondelez Es- paña comercial S.L
	Philadelphia	Web apps LUPA	Queso de untar natural	Queso blanco pasteurizado	LECHE, NATA, sal, estabilizantes (E410, E401, E407), conser- vador (E202). Origen de la leche: España.	Valor energético: 267 E14 / 1104 KJO Grasas 26 GR. de los cua- les saturadas 18 GR. Azúcares 2.8 GR. Fibra Alimentaria 0.2 GR. proteínas 4.1 GR. Sal 1.05 GR.	Origen de la le- che: España.	No indican datos	Ni indican datos	Mondelez Es- paña Comer- cial, S.L.




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Philadelphia	NUTRIFEN	Queso de untar natural	Producto lácteo fermentado pas- teurizado para un- tar	Leche, leche desna- tada, concentrado de proteínas de suero de leche, nata, fer- mento de lactosa (le- che) sal estabilizan- tes ( goma garrofin, carragenano)	valor energético: 113 Kcal Grasas 4.7 g. de los satura- dos 4.7 g. Hidratos de Carbono 4.3 g, de los cuales azúcares 4.3 g. proteínas 7.7 g. Sal 0.72 g	Contiene leche y sus derivados en el producto, como especifica en las regulaciones indica- das. Contiene ML. Declaración de alérgenos por el responsable de la información de ori- gen.	Fibra 0.2 g.	No aparecen da- tos	Philadelphia * no aparece
	Hero	Gadis	Mermelada	Mermelada de Ex- tra de fresa de temporada	Fresas, azúcar, gelifi- cante (pectinas) y concentrados de guindas, aronia y li- món.	Valor energético 931 KJ /219 Kcal Grasas 0.1 g. Hidratos de carbono 53 g. de los cuales azúca- res 50 g. Fibra Alimentaria 2 g. proteínas 0.6 g. Sal 0 g.	Calidad extra se- leccionada la úl- tima temporada	No indican datos	No indican datos	Hero España
	Hero	Web/ apps Gadis	Mermelada	Mermelada de Ex- tra de fresa de temporada	Fresa, azúcar, gelifi- cante (pectina de cí- tricos), zumo de li- món y zumo de sauco a partir de con- centrado. Elaborado con 50g de fruta por 100g. Contenido total de azúcares 50g por 100g.	Valor Energético: 219 Kcal. Grasas 0,1 g Hidratos de carbono 53 g. De los cuales azúcares 50 g. Fibra alimentaria 0.2 g proteínas 0.6 g. Sal 0 g.	Origen España	No indican datos	Contenido total de azúcares 50 g por 100 g.	Hero España. S.A.







PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	HERO	Web/ apps LUPA	Mermelada	Mermelada de Ex- tra de fresa de temporada	Fresa, azúcar, gelifi- cante (pectina de ci- tricos), zumo de li- món y zumo de sauco a partir de con- centrado. Elaborado con 50g de fruta por 100g. Contenido total de azúcares 50g por 100g.	Valor energético 931 KJO/ 218 E14 Grasas 2.1 GR de los cua- les saturados 0.0 GR. Hidratos de Carbono 53 GR. de los cuales azúcares 50 GR. Fibra alimentaria 2.0 GR. proteínas 0.6 GR. Sal 0.0 GR.	No aparecen da- tos	No aparecen datos	Contenido total de azúcares 50g por 100g.	Hero España. S.A.
	HERO	NUTRIFEN	Mermelada	Mermelada Extra de fresa.	Fresa, azúcar, gelifi- cante (pectina de ci- tricos), concentrado de limón. Elaborado con 50 g de fruta por 100 g. Contenido to- tal de azúcares 50g por 100g.	Valor energético: 217 Kcal. Grasas 0 g. Hidratos de carbono 53 g. de los cuales azúcares 50 g. proteínas 0.4 g. Sal 0 g. Fibra 0 g.	No contiene alér- genos de declara- ción obligatoria. Declaración de alérgenos por el responsable de la información de or- gen.	Grasas saturadas 0 g. Sal 0 g.	Contenido total de azúcares 50 g por 100 g.	Hero España * NO APA- RECE
	Puleva	Gadis	Margarina	Margarina ¼ 60 M.G. para cocinar y untar	Aceite y grasas vege- tales (59.1%); girasol, oso, oliva virgen ex- tra (6%), karité y li- naza; agua, emulgen- tes E471; E472C; sal; leche desnatada en polvo; antioxidante: E392; acidulante: ácido cítrico;	Valor energético 2225 KJ /541 Kcal. Gasas 60 g. de las cuales saturadas 19 g. monoinsaturadas 18 g po- liinsaturados 23 g. Sal 0.40 g. Vit B1 0.55 mg. VRN 50% Vit E 16 mg. VRN 133% proteínas : 0 g Hidratos de carbono 0 g.	Origen Francia	Fuente de omega 3 Rica en vitaminas B1 Y E.	Regula el coleste- rol	Lactáís Forlása S.L.U



PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Puleva	Web/ apps Gadis	Margarina	Margarina ¾ 60 M.G. para cocinar y untar	Aceites y grasas ve- getales (59,1 %); Gi- rasol, coco, oliva vir- gen extra (6%), kari- té y linaza; agua; emulgentes: mono y di- glicéridos de áci- dos grasos, ésteres citrícos de mono y di- glicéridos de ácidos grasos; sal (0,4 %); <b>leche</b> desnatada en polvo; antioxidante; acidulante: ácido cí- trico; colorante: beta- caroteno; vitamina: B1	Valor energético: 541 Kcal Grasa 60 g de los cuales saturados 19 g. Ácidos gra- sos monoinsaturados :18 g, Ácidos grasos poliinsatu- rados: 23 g. Sal 0.4 g Vitamina E: 16 mg. Tiamina : 0.55 mg. proteínas: 0 g. Hidratos de carbono 0 g.	Origen Francia Alérenos, en en- grilla en el etique- tado.	Omega 3 *lo indica en la eti- queta vista Vitamina E: 16 mg. Tiamina : 0.55 mg.	Regula el coleste- rol * lo indica en la etiqueta vista	Lactáís Forlása S.L.U
	Puleva	Web / apps LUPA	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos







PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Puleva	NUTRIFEN	Margarina	Margarina ¾ 60 M.G. para cocinar y untar	Aceites y grasas ve- getales (59,1 %); Gi- rasol, coco, oliva vir- gen extra (6%), kari- té y linaza; agua; emulgentes: mono y di- glicéridos de áci- dos grasos, ésteres citrícos de mono y di- glicéridos de ácidos grasos; sal (0,4 %); <b>leche</b> desnatada en polvo; antioxidante; extractos de romero; acidulante: ácido cí- trico; colorante: beta- caroteno; vitamina: B1	Valor energético 542 g. Ácidos grasos 18 g. De los cuales monoinsaturados 19 g. Polinsaturada-das 24 g. Hidratos de carbono 0.2 g de los cuales 0.2 Proteínas 0.1 g. Sal 0.4 g.	Declaración de alérganos por el responsable de la información de ori- gen.	Vitamina E 16 mcg. Tiamina no indica	No aparecen da- tos	Puleva * no aparece
	Orlando	Gadis	Tomate frito	Tomate frito	Tomate 160 g por 100 g de tomate frito, aceite de girasol, so- frito con cebollas y ajos frescos(3,4%), azúcar almidón modi- ficado de maíz y sal	Valor energético 317 KJ / 76 Kcal Grasa 3.5 g de las cuales saturadas 0.4 g. Hidratos de carbono 9.3 g. de los cuales azúcares 6 g. <b>Fibra Alimentaria 1.3 g.</b> proteínas 1.1 g. Sal 1.14 g.	<b>Sin gluten , sin conservan- tes</b> Contiene maíz, cebolla y aceite de soja.	No indican datos	No indican datos	HJ Heinz Foods Spain S.L

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Orlando	Web/ apps Gadis	Tomate frito	Tomate frito	Tomate 160 g por 100 g de tomate frito, aceite de girasol, sofrito con cebollas y ajos frescos(3.4%), azúcar almidón modificado de maíz y sal	energía 73 Kcal Grasas 3.5 g. de las cuales saturadas 0.4 g. Hidratos de carbono 9.1 g. de los cuales azúcares 7.4 g. proteínas 1.1 g. Sales 1.5 g. Fibra alimentaria no indica	<b>Sin gluten , sin conservan- tes</b> Contiene maíz, cebolla y aceite de soja.	No indican datos	No indican datos	HJ Heinz Foods Spain S. L
	Orlando	Web/ apps LUPA	Tomate frito	Tomate frito	Tomate ( 160 g. por 100 g. de producto) aceite de girasol 4% (sofrito en cebollas y ajos frescos) , almidón modificado de maíz y aromas	energía 307 .OKJ0/ 73.0E14 Grasas 3.5 GR de los cuales saturadas 0.4 GR. Hidratos de carbono 9.1 GR. de los cuales azúcares 7.4 GR Fibra alimentaria 0.0 GR proteínas 1.1 GR. Sal 1.5 GR	Contiene maíz, cebolla y aceite de soja.	No indican datos	Ni indican datos	HJ Heinz Foods Spain S. L
	Orlando	NUTRIFEN	Tomate frito	Tomate frito	Tomate ( 160 g. por 100 g. de producto) aceite de girasol 4% (sofrito en cebollas y ajos frescos) , almidón modificado de maíz y aromas	Valoración nutricional: 73 Kcal. Grasas 0.4 g. de los cuales saturadas 0.5 g. Hidratos de Carbono 7.0 g de los cuales azúcares 5.3 g. proteínas 1.2 g Sales 0.1 g Fibra no indica	Contiene leche, maíz, cebolla, y aceite de soja. No contiene alérgeno de declaración obligatoria. Declaración de alérgenos por responsables de la información de origen.	No indican datos	No aparecen datos	Orlando * no aparece.




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Danone	Gadis	Actimel	Leche desnatada fermentada aromatizada. Con azúcares y edulcorantes, vitaminas (B9 y D) y minerales (hierro y zinc).	Leche desnatada rehidratada, <b>leche</b> semidesnatada, azúcar, pulpa de fresa a base de concentrado (2,1%), glucosa, sólidos <b>lácteos</b> , aromas naturales, fermentos lácticos (fermentos de yogur y Lactobacillus casei), vitaminas (D y B9) y sales minerales (hierro y zinc).	Valor energetico: 324 KJ/ 77 Kcal. Grasa 1.5 g de las cuales saturadas 1 g. Hidratos de carbono 12 g de los cuales azúcares 11.9 g. proteínas 2.9 g Sale 0.1 g.	Nutrescore B  Sin gluten * indicador gráfico. Una botellita llena de 10.000 millones de Fermentos naturales	Alto contenido : Vitamina B 9 30 mcg. Vitamina D 1.5 mcg. Calcio 120 mg. Hierro 2.1 mg. Zinc 1.5 mg.	Ayuda a tus defensas  Ingesta de referencia	Danone S.A.
	Danone	Web/ apps Gadis	Actimel	Leche desnatada fermentada aromatizada. Con azúcares y edulcorantes, vitaminas (B9 y D) y minerales (hierro y zinc).	Leche desnatada rehidratada, <b>leche</b> semidesnatada, azúcar, pulpa de fresa a base de concentrado (2,1%), glucosa, sólidos <b>lácteos</b> , aromas naturales, fermentos lácticos (fermentos de yogur y Lactobacillus casei), vitaminas (D y B9) y sales minerales (hierro y zinc).	Valoración nutricional: 4% ingesta diaria aproximadamente (77Kcal) Grasas: 2% ingesta diaria aproximada (1.5 g). Ácidos grasos saturados: 5% ingesta diaria aproximadamente (1g). Hidratos de Carbono : 5 % ingesta diaria aproximadamente (12 g) de los cuales azúcares 11.9 g. proteínas 6% ingesta diaria aproximadamente ( 2.9 g) Sal 2% ingesta diaria aproximadamente (0.1 g)	Nutrescore B	Vitamina D: 15% ingesta diaria aproximadamente (0.75 mcg). Ácido fólico 15% de ingesta recomendada aproximadamente ( 30 mcg). Calcio : 15% ingesta diaria aproximadamente (2.1 mg) Zinc. 15 % ingesta diaria aproximadamente (1.5 mg)	Ayuda a tus defensas  Ingesta de referencia	Danone S.A.




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Danone	Web/ apps LUPA	Actimel	Yogurt Danone Actimel fresa	LECHE DESNATADA rehidratada, LECHE semidesnatada, azúcar, pulpa de fresa a base de concentrado (2.1 %) glucosa, sólidos LÁCTEOS, aromas naturales, fermentos lácticos ( fermentos de yogurt, y Lactobacillus casei), vitaminas (D y B9) y sales minerales (hierro y zinc).	energía 324 KJO/ 77 E14 Grasas 1.5 GR. de las cuales saturadas 1 GR. Hidratos de carbono 12 GR. de los cuales azúcares 11.9 proteínas 2.9 GR Sal 0.1	Nutrescore B Casi no aprecia en el envase.  * alértenos en mayúsculas en ingredientes.	Vitamina D 1.5 MC Ácido fólico 30 MC Calcio 120 ME Hierro 2.1ME Zinc 1.5 ME	Ayuda a tus defensas  Ingesta de referencia * en etiqueta del envase	Danone S.A.
	Actimel	NUTRIFEN	Actimel	Actimel	Leche desnatada rehidratada, leche desnatada, fresa (2.1%), glucosa estabilizantes. Almidón modificado de tapioca, fibras solubles (oligofruktosa) aromas, edulcorantes (acesulfano- K y sucralosa fermentos lácticos ( fermentos Lactobacillus)	valor nutricional 34 Kcal. Grasas 0.2 g, de los cuales saturados 0.2 g. Hidratos de carbono 4.0 g de los cuales azúcares 3.8 g. proteínas 2.9 g. Sales 0.1	No indican datos	Vitamina D 1.5 mcg. Ácido fólico 30 mcg. Calcio 120 mg. Hierro 2.1 g Zinc 1.5 mg	Ni indican datos	Danone * no indica




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NUTRI- CIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Danone	Gadis	Yogurt	Yogur con fresas	Yogurt natural azuca- rado (78%) [Leche pasteurizada, azúcar 7 %, leche en polvo desnatada, nata, pasteurizada y fer- mentos lácticos], pre- parado de fresas (22%), [ fresas 50 % jarabe de glucosa, azúcar, almidón modificado de maíz, espesante (pectina ), aroma, correctores de acidez( citrato de sodio y calcio) y co- lorantes ( carmines).	Valor energético 469 KJ/ 109 Kcal. Grasa 2.8 g., de las cuales saturadas 1.8 g. Hidratos de Carbono 18.3 g, de los cuales azúcares 13.5 g, proteínas 2.5 g. Sal 0.12 g. Calcio 98 mg	origen de la leche España  Sin gluten * indi- cador grafico	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Danone S.A.
	Danone	Web/Apps Gadis	Yogurt	Yogurt con fresas	Yogurt azucarado (77%) Leche pasteu- rizada, azúcar 9,3%, leche en polvo des- natada, nata, fermen- tos lácticos], fresas (11,5%), jarabe de glucosa, azúcar, almi- dón de maíz modifi- cado(E-1422), pec- tina (E-440), aroma, correctores de acidez (E-331 y E-333) y co- lorante natural E- 120).	Valor energético 122 Kcal. Grasa 2.8 g , ácidos grasos saturados *.4 g. Hidratos de carbono 21.3 g, azúcares 20.2 g. proteínas 2.4 g. Sal 0.07g Calcio 97 mg	* ingredientes alergénicos en ne- grilla.	No indican datos	Ingesta de refe- rencia	Danone S.A.



PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Danone	Web/ apps LUPA	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Danone	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Apis	Gadis	Tomate natural tri- turado	Tomate 100% na- tural triturado	Tomate (99.4 %), sal y corrector de acidez (ácido cítrico)	Valor energético 89 KJ/ 21 Kcal. Grasas 0.1 g Hidratos de carbono 3.5 g de los cuales azúcares 3.5 g Fibra Alimenticia 1 g proteínas 1g Sal 0.5 g	Tomate calidad extra Envasado de ori- gen (6H) Sin gluten	No indican datos	Ni indican datos	Carnes y vege- tales S.L.
	Apis	Web/ apps Gadis	Tomate natural tri- turado	Tomate triturado calidad extra	No indican datos	No indican datos	No indican datos	No indican datos	No indican datos	Carnes y vege- tales S.L.
	Apis	Web/ apps LUPA	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Apis	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos











PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	BUITONI	Gadis	masa para pizza	Pizza finissima	Harina de trigo, agua, grasa vegetal (palma, cabina ) sal, almidón de trigo, alcohol, levadura	Valor energético 1157 KJ /275 Kcal Grasas) 6.7 g. de las cuales saturadas 2.3 g. Hidratos de carbono 44,1 g, de los cuales azúcares 2 g. Fibra Alimentaria 2.4 g. proteínas 6.7g. Sal 1.79 g.	Gluten	No indican datos	Ni indican datos	Nestle España S.A
	BUITONI	Web/ apps Gadis	masa para pizza	Masa para pizza refrigerada.	Harina de trigo, agua, grasa vegetal (palma, Nabina ) sal, almidón de trigo, alcohol, levadura	Valor energético (Kcal) 275 Grasas 6.7 g., de las cuales saturadas 2.3 g. Hidratos de carbono 44,1 g, de los cuales azúcares 2 g. Fibra Alimentaria 2.4 g. proteínas 6.7 g. Sal 1.79 g.	Gluten	No indican datos	Ni indican datos	Nestle España S.A
	BUITONI	Web/ apps LUPA	masa para pizza	Masa para pizza refrigerada.	Harina de trigo, agua, grasa vegetal (palma, Nabina ) sal, almidón de trigo, alcohol, levadura	Enemiga 1158 KJO/ 275 E14 Grasa 6.7 GR. de los cuales saturados 2.3 GR . Hidratos de carbono 44.1 GR. de los cuales azúcares 2.9 GR. Fibra alimentaria 2.4 GR proteína 6.7 GR. Sal 1.8 GR.	No indican datos	No indican datos	No indican datos	Nestle España S.A




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	BUITONI	NUTRIFEN	masa para pizza	Masa para pizza refrigerada.	Harina de trigo, agua, grasa vegetal (palma, Nabina ) sal, almidón de trigo, alcohol, levadura	energía 178 Kcal. Grasa de las cuales son saturadas 1.5 g. Hidratos de carbono 28.6 g. De los cuales azúcares 1.4 g. proteínas 4.4 g. Sal 1. 25 g.	Contiene cereales con gluten y sus derivados en el producto. Como se especifica en las regulaciones indicadas. declaración de alérgenos por el responsable de la información de origen	No indican datos	Ni indican datos	Nestle España S.A * no indica
	Coca-Cola	Gadis	Refrescos cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	agua carbonatada, colorante E-150d, edulcorantes: ciclamato sódico, acesulfano K aspartamo, acidulante fosfórico, aromas y corrector de acidez citrato de sodio. Fuente de fenilalanina.	Valor energético.0.9 KJ/ 0.2 Kcal Grasa 0 g. De las cuales saturadas 0 g. Hidratos de carbono 0 g. De los cuales azúcares 0 g. Proteínas 0 g. Sal 0.02 g.	No indican datos	Sin azúcares Sin cafeína Fuente de fenilalanina	Ingesta recomendada	The Coca-Cola Company
	Coca-Cola	Web/ apps Gadis	Refrescos cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	agua carbonatada, colorante E-150d, edulcorantes: ciclamato sódico, acesulfano K aspartamo, acidulante fosfórico, aromas y corrector de acidez citrato de sodio. Fuente de fenilalanina.	energía 0.2 Kcal. Sal 0.02 g.	No indican datos	Sin azúcar Sin calorías Fuente de fenilalanina	Ingesta recomendada	The Coca-Cola Company




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Coca-Cola	Web/apss LUPA	Refrescos cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	agua carbonatada, colorante E-150d, edulcorantes: ciclamato sódico, acesulfano K, aspartamo, acidulante fosfórico, aromas y corrector de acidez citrato de sódico. Fuente de fenilalanina.	Energía 0.9 KJ/ 0.2 E14 Grasas 0 GR. Saturadas 0 GR. Hidratos de carbono 0 GR. de los cuales azúcares 0 GR. proteínas 0 GR. Sal 0.02 GR	Cero cafeína	Sin azúcar Sin calorías Fuente de fenilalanina	ingesta recomendada	The Coca-Cola Company
	Coca-Cola	NUTRIFEN	Refrescos cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	agua carbonatada, colorante E-150d, edulcorantes: ciclamato sódico, acesulfano K, aspartamo, acidulante fosfórico, aromas y corrector de acidez citrato de sódico. Fuente de fenilalanina.	energía : 1 Kcal Grasas saturadas 0 g. Hidratos e carbono 0 g. De los cuales azúcares 0 g. proteínas 0 g. Sal 0.07 g	No contiene alérgenos de declaración obligatoria Declaración de alérgenos por el responsable de la información de origen	Sin azúcar Sin calorías Fuente de fenilalanina	No aparecen datos	The Coca-Cola Company * no indica
	PEPSI	Gadis	Refrescos cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	Agua carbonatada. Colorante: E-150d, correctores de acidez: E-338, E-331 y E- 330. Edulcorantes: aspartamo y acesulfano K , aromas (extractos y aromas naturales) contiene una fuente de fenilalanina.	Valor energético: 2 KJ / 0.6 Kcal Hidratos de carbono 0.1g de los cuales azúcares 0 g. proteínas 0.1 g. Sal 0.01 g. Grasa 0 g.	Sin cafeína	Fuente de fenilalanina Sin azúcares	ingesta recomendada	PEPSI

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	PEPSI	Web/ apps Gadis	Refrescos cola	Bebida refres- cante aromati- zada, con edulco- rantes	Agua carbonatada. Colorante: E-150d, correctores de acidez: E-338, E-331 y E-330. Edulcorantes: aspartamo y acesulfano K, aromas (extractos y aromas naturales) contiene una fuente de fenilalanina.	energía 0.6 Kcal Hidratos de carbono 0.1 g proteínas 0.1 g Sal 0.01 g.	Sin cafeína	Fuente de fenilalanina Sin azúcares	No indican datos	PEPSI
	PEPSI	Web/ apps LUPA	Refrescos cola	Bebida refres- cante aromati- zada, con edulco- rantes	Agua carbonatada. Colorante: E-150d, correctores de acidez: E-338, E-331 y E-330. Edulcorantes: aspartamo y acesulfano K, aromas (extractos y aromas naturales) contiene una fuente de fenilalanina.	energía 2 KJO/ 0.6 E 14 Grasa 0 GR. Saturadas 0 GR. Hidratos de carbono 0.1 GR Azúcares 0.0 GR proteínas 0.1 GR Sal 0.01 GR	Sin cafeína	Fuente de fenilalanina Sin azúcares	Ni indican datos	PEPSI
	PEPSI	NUTRIFEN	Refrescos cola	Bebida refres- cante aromati- zada, con edulco- rantes	Agua carbonatada. Colorante: E-150d, correctores de acidez: E-338, E-331 y E-330. Edulcorantes: aspartamo y acesulfano K, aromas (extractos y aromas naturales) contiene una fuente de fenilalanina.	energía 0.6 Kcal hidratos de carbono 0.1 g. Azúcares 0 g. proteínas 0.1 g Sal 0.01 g.	Sin cafeína.	Fuente de fenilalanina Sin azúcares	Ni indican datos	PEPSI




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Gallo	Gadis	Macarrones	Pasta alimenticia compuesta al huevo	sémola de trigo duro. Huevo 13%	valor energético: 1484 KJ / 350 Kcal Grasa 2.7 g., de las cuales saturadas 0.9 g. Hidratos de carbono 67 g, de los cuales azúcares 3.5 g Fibra alimentaria 3 g proteínas 13 g. Sal 0.13 g.	Ingredientes natu- rales	No indican datos	No indican datos	GALLO S.A.U
	Gallo	Web/ apps Gadis	Macarrones	Pasta alimenticia compuesta al huevo	sémola de trigo duro. Huevo 13%	valor energético Kcal 344 Ácidos grasos saturados 0.5 g Hidratos de carbono g 68 de los cuales azúcares g 3.5 proteínas 13 g Sales 0.03 g	ingredientes natu- rales * en etiqueta vista	No indican datos	Ni indican datos	GALLO S.A.U
	Gallo	Web/ apps LUPA	Macarrones	Pasta alimenticia compuesta al huevo	sémola de trigo duro. Huevo 13%	energía 350 E14/ energía 1484 KJO Grasas 2.7 GR. Ácidos graso-saturados 0.9 GR. Hidratos de Carbono 67 GR. Azúcares 3 GR. Fibra Alimentaria 3 GR proteínas 13 GR. Sal 0.13 GR.	ingredientes natu- rales * en etiqueta vista	No indican datos	Ni indican datos	GALLO S.A.U
	Gallo	NUTRIFEN	Macarrones	Pasta alimenticia compuesta al huevo	sémola de trigo duro. Puede contener tra- zaos de huevo	energía 344 Kcal Ácidos grasos saturados 0.5 g. Hidratos de Carbono 68 g. azúcares 3.5 g. proteínas 12 Sal 0.03 g	Puede contener trazas de huevo. Declaración de alérgenos por el responsable de la información de or- gen.	No indican datos	Ni indican datos	Gallo.





PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Pescanova	Gadis	Filete de merluza	Medallones de fi- lete de merluza	Merluza, puede con- tener crustáceos y moluscos.	Valor energético: 324 KJ/ 77 Kcal Grasas 1.5 g de las cuales saturadas 0.3 g Hidratos de carbono 0 g. De los cuales azúcares 0 g. proteínas 15,8 Sal 0.60 g Omega -3 EPA+ DHA 375 mg.	Puede contener crustáceos y mo- luscos.	Con un corazón de merluza supera tus necesidades diarias de omega 3	Los ácidos grasos de omega -3 EPA y HDA ayudan al funcionamiento normal del cora- zón . Este benefi- cio se obtiene con una ingesta de 250 mg de omega -3 EPA y HDA.	Pescanova Es- paña S.L.U.
	Pescanova	Web/ apps Gadis	Filete de merluza	Medallones de fi- lete de merluza	Merluza, puede con- tener crustáceos y moluscos.	Energía 77 Kcal. Grasa 1.5 g Ácidos grasa saturados 0.3 g Proteínas 15,8 g Sal 0.6 g	Puede contener crustáceos y mo- luscos.	Omega 3 *lo indica en la eti- queta vista	Ni indican datos	Pescanova Es- paña S.L.U.
	Pescanova	Web/ apps LUPA	Filete de merluza	Medallones de fi- lete de merluza	Merluza, puede con- tener crustáceos y moluscos.	energía 324 KJ/ 77 E 14 Ácidos grasos saturados 0.3 GR. Azúcares 0 GR. proteínas 15,8 GR. Sal 0.6 GR.	Puede contener crustáceos y mo- luscos. Nutri-score A * en foto del pro- ducto	Omega 3 *lo indica en la eti- queta vista	Ni indican datos	Pescanova Es- paña S.L.U.
	Pescanova	NUTRIFEN	Filetes de merluza	Merlucitas conge- ladas	Merluza ( Merluccius capensis/ paradoxus)	energía 75 Kcal Ácidos grasos 0.4. Hidratos de carbono 0 g Azúcares 0 g. proteínas 24,8 g Sal 0.4 g	Declaración de alérgenos por el responsable de la información de or- gen.	No indican datos	Ni indican datos	Pescanova


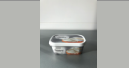


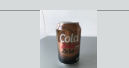
PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Hacendado	Mercadona	Mermelada	mermelada extra de arándanos	Arándanos, azúcar, gelificante, pectinas, corrector de acidez ,ácido cítrico	valor energético 873 KJ //206 Kcal Grasas < 0.5, g. de las cuales saturadas <0.1 g Hidratos carbono 49 49 g. de los cuales azúcares 49 g. proteínas < 0.5 g. Sal < 0.01 g.	Elaborado con 50 g de fruta por 100 g. Contenido total de azúcares : 50 g por 100 g.  Sin gluten.	No indican datos	Ni indican datos	S.A.P.A.R.
	Hacendado	Web/ apps Merca- dona * sin imagen	Mermelada	mermelada extra de arándanos	Arándanos, azúcar, gelificante, pectinas, corrector de acidez ,ácido cítrico	Valor energético 873 KJ/ 206 Kcal Grasa 0.5 g Ácidos grasos saturados 0.1 g. Hidratos de carbono 48 g. De los cuales azúcares 49. proteínas 0.5g. Sal 0.01 g	Elaborado con 50 g de fruta por 100 g. Contenido total de azúcares : 50 g por 100 g.  Sin gluten.	No indican datos	Ni indican datos	S.A.P.A.R.
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Hacendado	Mercadona	Leche	Leche enriquecida	Leche semidesnatada, proteínas de la leche, salidos lácteos ricos en calcio, estabilizantes y vitaminas A, D, E Y B9	valor energético <b>214KJ/51 Kcal</b> Grasa <b>1.6 g.</b> de las cuales saturadas <b>1.</b> Hidratos de carbono <b>5.2</b> de los cuales azúcares <b>3.9 g</b> Proteínas <b>3.9 g</b> Sal <b>0.13 g</b> Vit.A <b>120 mcg VRN 15%</b> Vit D <b>0.75 mcg VRN 15%</b> Vit E <b>1.8 mcg VRN 15%</b> Vit B9 <b>30mcg VRN 15%</b> Calcio <b>160 mg VRN 20%</b> Fósforo <b>120 mg VRN 17%</b>	CALCIO 100% VITAMINAS A,D,E Y ÁCIDO FÓLICO	Semidesnatada	Ni indican datos	LACTIVER
	Hacendado	Web/ apps Mercadona *sin imagen	Leche de semidesnatada enriquecida con calcio y vitaminas	Leche de vaca semidesnatada UHT con proteínas, calcio y vitaminas	Leche semidesnatada, proteínas de leche, sólidos lácteos ricos en calcio estabilizan (E 451), vitaminas A, D, E y B 9 (ácido fólico).	valor energético <b>168 KJ/40 Kcal</b> Grasa <b>0.3 g.</b> de las cuales saturadas <b>0.2 g</b> Hidratos de carbono <b>5.3 g</b> de los cuales azúcares <b>5.3 g</b> proteínas <b>3.9 g</b> Sal <b>0.13 g</b> Vit. A <b>120 mcg</b> Vit D <b>0.75 mcg</b> Vit E <b>1.8 mcg</b> Vit B9 <b>30 mcg</b> Calcio <b>160mg</b> Fósforo <b>120 mg.</b>	Origen España * otras menciones	Enriquecida con Calcio 100% natural procedente de la leche y vitaminas A, D, E, y ácido fólico.	Una dieta variada y equilibrada, así como un estilo de vida saludable contribuyen a preservar un buen estado de salud indican datos	LACTIVER * se puede fabrica en 3 razones sociales
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos






PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Hacendado	Mercadona	Pan de molde	Pan de molde in- tegral	harina integral de trigo (59%),agua, le- vadura, gluten de trigo, azúcar de trigo, aceite de girasol(1%), fibra de trigo, vinagre de vino, harina inte- gral de cebada mal- teada (0.2%),emul- gentes (E- 472e, E 471) conservantes (E- 282, E-202, E- 200),puede contener trazas de semillas de sésamo y soja.	valor energético ( <b>971 KJ/ 230Kcal</b> Grasa <b>0.5 g</b> de los cuales saturadas <b>0.5 g</b> Monoinsaturadas <b>1.6 g.</b> Polinsaturados <b>0.8 g.</b> Hidratos de carbono <b>38 g.</b> de los cuales azúcares <b>4.1 g.</b> Fibra Alimentaria <b>6 g.</b> proteínas <b>10 g.</b> Sal <b>1.1 g.</b>	puede contener trazas de semillas de sésamo y soja	100% integral	Ni indican datos	CEREALTO ANTEQUERA ,S.L
	Hacendado	Web/ apps Mercadona * sin imagen	Pan de molde	Pan de molde ela- borado con harina integral de trigo y cebada 100%.	Harina integral de <b>trigo (gluten)</b> (59%), agua, levadura, <b>glu- ten de trigo</b> , azúcar, aceite de girasol (1%), sal, fibra de <b>trigo (gluten)</b> , vina- gre de vino, harina in- tegral de <b>cebada</b> malteada ( <b>gluten</b> ) (0.2%), emulgentes (E-472e, E-471), con- servadores (E-282, E202, E-200). <b>Puede contener trazas de semillas de sésamo y soja.</b>	Valor energético 1066 KJ / 309 KJ. Grasa 4 g. De las cuales saturadas 0.7 g. Hidratos de carbono 40 g, de los cuales azúcares 3.5 g Fibras alimentarias 6.4 g. proteínas 11 g. Sal 1.1 g.	puede contener trazas de semillas de sésamo y soja	100% integral	Ni indican datos	CEREALTO ANTEQUERA ,S.L
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Hacendado	Mercadona	Café molido	Café molido natu- ral	Café	Valor energético 1288 KJ/ 312 Kcal. Grasa 9.5 g de los cuales saturados 4.2 g. Monoinsat- urados 1.1 g. Poliinsat- urados 4.2 g. Hidratos de carbono 13 g. De los cuales azúcares 1.3 g. Fibra alimentaria 51 g proteínas 18 g Sal 0 g.	No indican datos	No indican datos	Ni indican datos	UCC CIFTEE SPAIN S.L.U.
	Hacendado	Web/ apps Merca- dona *sin imagen	Café molido	Café molido natu- ral	Café	Valor energético 1288 KJ/ 312 Kcal. Grasa 9.5 g de los cuales saturados 4.2 g. Monoinsat- urados 1.1 g. Poliinsat- urados 4.2 g. Hidratos de carbono 13 g. De los cuales azúcares 1.3 g. Fibra alimentaria 51 g proteínas 18 g Sal 0 g.	No indican datos	No indican datos	Ni indican datos	UCC CIFTEE SPAIN S.L.U.
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Hacendado	Mercadona	Queso de untar	Queso blanco pasteurizado	Leche pasteurizada de vaca, nata pasteu- rizada de vaca, sal, estabilizantes (goma garrofin, Alginato só- dico y carragenano), conservador ( sorbato potásico) y fermentos lácticos	Valor energético <b>994 KJ/241Kcal</b> Grasas <b>23,g</b> .de las cuales saturadas <b>16g</b> . Hidratos de carbono <b>3.7 g</b> del os cuales <b>2.5 g</b> proteínas <b>4.2 g</b> . Sal <b>1 g</b> .	Sin huevo . Sin gluten	No indican datos	Ni indican datos	Queserías en- trepinares


PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE COMERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NUTRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Hacendado	Web/ apps Mercadona *sin imagen	Queso de untar	Queso blanco pasteurizado	Leche pasteurizada de vaca, nata pasteurizada de vaca, sal, estabilizantes (goma garrofín, Alginato sódico y carragenano), conservador ( sorbato potásico) y fermentos lácticos	Valor energético <b>994 KJ/241Kcal</b> Grasas <b>23.g</b> .de las cuales saturadas <b>16g</b> . Hidratos de carbono <b>3.7 g</b> del os cuales <b>2.5 g</b> proteínas <b>4.2 g</b> . Sal <b>1 g</b> .	Sin gluten , sin huevo.	No indican datos	Ni indican datos	Queserías entrepinares
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos
	Hacendado	Mercadona	Refresco cola	Bebida refrescante aromatizada. Con edulcorantes	Agua carbonatada, colorante: E-150d, acidulante: E-338, edulcorantes: E-952, E-950, E-951*, corrector de acidez: citratos de sodio, aroma natural. Contiene aspartamo (una fuente de fenilalanina).	Valor energético 2 KJ/ 0.5 Kcal Grasas 0 g. Saturadas 0g. Hidratos de carbono 0.1 g Azúcares 0g. Proteínas 0g Sal 0.02g.	sin cafeína Sin azúcar	Contiene aspartamo, fuente de fenilalanina.	Ni indican datos	Refresco Iberia S.A.U.
	Hacendado	Web/ apps Mercadona *sin imagen	Refresco cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	Agua carbonatada, colorante: E-150d, acidulante: E-338, edulcorantes: E-952, E-950, E-951*, corrector de acidez: citratos de sodio, aroma natural. Contiene aspartamo (una fuente de fenilalanina).	Valor energético 2 KJ/ 0.5 Kcal Grasas 0 g. Saturadas 0g. Hidratos de carbono 0.1 g Azúcares 0g. Proteínas 0g Sal 0.02g.	sin cafeína Sin azúcar	Contiene aspartamo, fuente de fenilalanina.	Ni indican datos	Refresco Iberia S.A.U.
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Hacendado	Mercadona	Macarrones	Macarrón al <b>huevo</b> , pasta alimenticia compuesta al huevo	Sémola de <b>trigo</b> duro ,15% <b>huevo</b> (3 huevos por cada Kg de sémola), contiene gluten y huevo.	Valor energético 1514 KJ /359. Kcal Grasa 3.3 g. de los cuales saturados 1. g. H. Carbono 68. g. de los cuales azúcares g . 3.5 Fibra alimentaria 4 g. proteinas12 g Sal 0.08 g.	100% semola de <b>trigo</b> Contiene <b>gluten</b> . Contiene <b>huevo</b>	ingesta de referencia	No aparecen datos	La familia: SIRO Venta de Baños SA
	Hacendado	web/ apps Mercadona * sin foto	Macarrones	Macarrón al <b>huevo</b> , pasta alimenticia compuesta al huevo	Sémola de <b>trigo</b> duro ,15% <b>huevo</b> (3 huevos por cada Kg de sémola), contiene gluten y huevo.	Valor energético 1514 KJ /359. Kcal Grasa 3.3 g. de los cuales saturados 1. g. H. Carbono 68. g. de los cuales azúcares g . 3.5 Fibra alimentaria 4 g. proteinas12 g Sal 0.08 g.	100% semola de <b>trigo</b> Contiene <b>gluten</b> . Contiene <b>huevo</b>	ingesta de referencia	No aparecen datos	La familia: SIRO Venta de Baños SA
	Hacendado	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos
	Carrefour	Carrefour	Refrescos cola	Bebida refrescante aromatizada, con edulcorantes	Agua carbonatada, colorante caramelo de sulfito amónico, acidulante : ácido fosfórico, edulcorante: acesulfano K y sucralosa, corrector de acidez: citratos de sodio, aromas natural.	valor energético: 1KJ / 0 Kcal. Hidratos de carbono <0.5 g. de los cuales azucares <0.50 g. Sal 0.03 g. Contiene cantidades insignificantes de grasas , grasas saturadas y proteínas	Dieta variada , equilibra y ejercicios. Alterne esta bebida con agua. Sin azúcar sin cafeína.	ingesta de referencia	No indican datos	Refresco Iberia S.A.U.



PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Carrefour	Web/ apps Carrefour. * foto que se amplia con lupa	Refrescos cola	Bebida refres- cante aromati- zada, con edulco- rantes	Agua carbonatada, colorante caramelo de sulfito amónico, acidulante : ácido fos- fórico, edulcorante: acesulfano K y sucra- losa, corrector de aci- dez: citratos de sodio, aromas natural.	valor energético: 1KJ / 0 Kcal. Hidratos de carbono <0.5 g. de los cuales azuca- res <0.50. g. Sal 0.03 g. Contiene cantidades insigni- ficantes de grasas , grasas saturadas y proteínas .	Dieta variada , equilibra y ejerci- cios. Alterne esta be- bida con agua. Sin azúcar sin cafeína.	ingesta de referencia	Ni indican datos	Refresco Iberia S.A.U.
	Carrefour	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Carrefour	Carrefour	macarrones	Pasta alimenticia compuesta al huevo	sémola de <b>trigo</b> duro y <b>huevo</b> en polvo rehidratado (16%)	Valor energético 1544 KJ /365 Kcal. Grasa 3.5g, de las cuales saturadas 1g. Hidratos de carbono 67 g de los cuales azuca- res 1.6 g. Fibra alimentaria 4.7g. Proteínas 14 g. Sal 0.12 g. *representación grafica.	Contiene: Huevo, Cereales que con- tienen gluten Procedencia Es- paña	No aparecen datos	No aparecen da- tos	Carrefour.




PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Carrefour	Web/ apps Carrefour. * foto que se amplía con lupa	macarrones	Pasta alimenticia compuesta al huevo	sémola de <b>trigo</b> duro y <b>huevo</b> en polvo rehidratado (16%)	Valor energético * con re- presentación gráfica 1544 KJ /365 Kcal. Grasa 3.5g, de las cuales saturadas 1g. Hidratos de carbono 67 g de los cuales azúca- res 1.6 g. Fibra alimentaria 4.7g. proteínas 14 g. Sal 0.12 g.	Contiene huevos , cereales que con- tiene gluten.	No aparecen datos	No aparecen da- tos	Carrefour.
	Carrefour	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	Carrefour	Carrefour	Leche sedimen- tada	Leche UHT semi- desnatada-da.	Leche sedimentada de vaca	Valor energético: 192KJ/ 96 Kcal. Grasas 1.6 g de las cuales saturada 1.1 g. Hidratos de carbono 4.7 g. De los cuales azúcares 4.7 g. proteínas 3.1 g. Sal 0.13 g.	Alérgenos : leche. Nutiscore B. Ori- gen España. Bienestar animal * indicador grafico	No indican datos	No aparecen da- tos	Carrefour.
	Carrefour	Web/ apps Carrefour. * foto que se amplía con lupa	Leche sedimen- tada	Leche UHT semi- desnatada	Leche sedimentada de vaca	Valor energético* con re- presentación gráfica. Grasas 1.6 g de las cuales saturada 1.1 g. Hidratos de carbono 4.7 g. De los cuales azúcares 4.7 g. proteínas 3.1 g. Sal 0.13 g.	Alérgenos : leche. Nutiscore B. Ori- gen España. Bienestar animal * indicador grafico	No indican datos	No indican datos	Carrefour.
	Carrefour	NUTRIFEN	Leche sedimen- tada	Leche UHT semi- desnatada-da.	Leche semidesna- tada, con proteínas lácteas ( <b>leche</b> ) sales de calcio ( fosfato de cálcico) y vitaminas A, D,E	Valor energético 49 Kcal. Grasas saturadas 1.1 g. Hidrato de carbono 4.7 g. Azúcares 4.7 g. proteínas 3.9 g. Sal 0.13 g. Vitamina A 120 mcg.	Lácteos. Declara- ción de alérgenos por el responsable de la información de origen.	No indican datos	Ni indican datos	Carrefour.

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Carrefour	Carrefour	Mermelada	Mermelada de fre- sas extra	Fresa, azúcar, espe- sante: pectinas de fruta, acidulante: ácido cítrico.	Valor energético: 833 KJ/ 196 Kcal. Hidratos de carbono 48 g. De los cuales azúcares 47g. Fibra alimentaria 1 g. Cantidades insignificantes de grasas, grasas satura- das , proteínas y sal.	Elaborado con 55 g de fruta por 100 g. Contenido total de azúcares 48 g por 100g . Cantidades insignificantes de grasas, grasas saturadas , proteínas y sal.	No indican datos	Ni indican datos	D y CH. Carre- four.
	Carrefour	Web/ apps Carrefour. * foto que se amplia con lupa	Mermelada	Mermelada de fre- sas extra <b>* etiqueta amplia- pliada</b>	Fresa, azúcar, espe- sante: pectinas de fruta, acidulante: ácido cítrico. <b>* etiqueta ampliada</b>	Valor energético: 833 KJ/ 196 Kcal. Hidratos de carbono 48 g. De los cuales azúcares 47g. Fibra alimentaria 1 g. Cantidades insignificantes de grasas, grasas satura- das , proteínas y sal <b>* etiqueta ampliada</b>	Elaborado con 55 g de fruta por 100 g. Contenido total de azúcares 48 g por 100g . Cantidades insignificantes de grasas, grasas saturadas , proteínas y sal. <b>* todo en eti- queta amplia- pliada</b>  Nitriscore C	No indican datos	Ni indican datos	D y CH. Carre- four.
	Carrefour	NUTRIFEN	Mermelada	mermelada de fresa	Fresa, azúcar, espe- sante de frutas, aci- dulante: ácido cítrico	Valor energético 196 Kcal. Grasa 0g. Hidratos de Car- bono 48 g. Azúcares 47g proteínas 0.5 g. Sal 0 g.	Declaración de aléganos por el responsable de la información de ori- gen.	No indican datos	Ni indican datos	Carrefour.





PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Carrefour	Carrefour	Pan de molde	.Pan especial de molde 100 % inte- gral	Harina integral de <b>trigo</b> (62%), agua ,le- vadura, gluten de <b>trigo</b> , aceite vegetal ( girasol) (1.5% ) sal, azúcar, emulgentes ( esteres monoacetil y diacetil tartáricos de monoglicérido y digli- céridos de ácidos grasos, monoglicé- rido y diglicéridos de ácidos grasos, este- aroil-2-lactilato só- dico), conservado-res (propinato cálcico, ácido sórbico, sor- bato potásico), fibra de <b>trigo</b> corrector de acidez (ácido ascór- bico, L-cisteina, fo- sfatos de calcio).	valor energetico 999KJ / 237 Kcal Grasas 2.8 g saturadas 0.7 g Hidratos de carbono 40 g azúcares 3.6 g. Fibra alimentaria 5.7 g. proteínas 10 g. Sal 1.2 Puede contener tra- zas de semillas de sésamo y soja.  *Alértenos en neqrilla en la parte delos ingredientes.  100% integral	Nutrescore A	Bajo contenido en azúcares y grasa sa- turadas	Ni indican datos	Carrefour









PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	Carrefour	Web/ apps Carrefour. * foto que se amplia con lupa	Pan de molde	Pan especial de molde 100% inte- gral	Harina integral de <b>trigo</b> (62%), agua,leva<dura, glu- ten de <b>trigo</b> , aceite vegetal ( girasol) (1.5% ) sal, azúcar, emulgentes ( esteres monoacetil y diacetil tartáricos de monoglicé- rido y diglicéridos de ácidos grasos, monoglicérido y digli- céridos de ácidos grasos, estearoil-2- lactilato sódico), con- servado-res (propio- nato cálcico, ácido sorbico, sorbato potásico), fibra de <b>trigo</b> corrector de aci- dez (ácido ascórbico, L-cisteína, fosfatos de calcio).	valor energetico 999KJ./ 237 Kcal Grasas 2.8 g saturadas 0.7 g Hidratos de carbono 40 g azúcares 3.6 g. Fibra alimentaria 5.7 g. proteínas 10 g. Sal 1.2 Puede contener tra- zas de semillas de sésamo y soja.  *Alértenos en negrilla en la parte delos ingredientes.  100% integral	Nutriescore A	Bajo contenido en azúcares y grasa sa- turadas	Ni indican datos	Carrefour
	Carrefour	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	DIA	DIA	Mermelada	Mermelada de fresa extra con edulcorante	Fresa, agua , espesante (pectina) concentrado de sauco, acidulante (ácido cítrico), conservador (sorbato potásico) y edulcorante (sucralosa) elaborado con 55 g de fruta por 100 g, contiene azúcares naturalmente presentes	Valor energético (KJ/ Kcal) 82/19. Grasa 0 g. Saturadas 0 g. Hidratos de carbono 3,6, g. de los cuales azúcares 2.1 g. proteínas 0.5 g. Sal 0 g.	contiene azúcares naturalmente presentes.	Sin azuceres añadidos	Ni indican datos	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	Mermelada	Mermelada de fresa extra con edulcorante	Fresa, agua , espesante (pectina) concentrado de sauco, acidulante (ácido cítrico), conocer valor (sorbato potásico) y edulcorante (sucralosa) elaborado cn 55 g de fruta por 100 g, contiene azúcares naturalmente presentes	Valor energético (KJ/ Kcal) 82/19. Grasa 0 g. Saturadas 0 g. Hidratos de carbono 3,6, g. de los cuales azúcares 2.1 g. proteínas 0.5 g. Sal 0 g.	contiene azúcares naturalmente presentes.	Sin azuceres añadidos	Ni indican datos	DIA
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	DIA	DIA	Leche sedimen- tada	Leche semidesna- tada UHT	Leche semidesna- tada de vaca	Valor energético 192KJ / 46 Kcal Grasa 1.6 g.de las cuales saturadas 1.1 g. Hidratos de carbono 4.7 g.de los cuales azúcares 4.7 g. proteínas 3.2 g. Sal 0.13 g. Calcio110 mg VRN 15%	origen España.	No indican datos	ingesta recomen- dada	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	Leche sedimen- tada	Leche semidesna- tada UHT	Leche semidesna- tada de vaca	Valor energético 192KJ / 46 Kcal Grasa 1.6 g.de las cuales saturadas 1.1 g. Hidratos de carbono 4.7 g.de los cuales azúcares 4.7 g. proteínas 3.2 g. Sal 0.13 g. Calcio110 mg VRN 15%	Origen de la leche España.	No indican datos	ingesta recomen- dada	DIA
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	DIA	DIA	Pan de molde	Pan de molde in- tegral de trigo	Harina integral de <b>trigo</b> , agua, levadura, aceite refinado de girasol (2.2%) <b>gluten de trigo</b> , azúcar, sal, conservadores (E282, E282) emulgentes (E472e E471), vinagre de alcohol.	Valor energético 1054 KJ /250 Kcal. Grasas 3.9 g. de los cuales saturadas 0.7 g. Hidratos de carbono 39 g. de los cuales azúcares 5.5 g Fibra Alimentaria 9.4 g. Proteínas 10 g. - Sal 1 g.	Con aceite de girasol. Puede contener granos de <b>sésamo y soja</b> . El alérgeno de gluten en negrilla en el etiquetado. No lactosa, en pictograma.	Alto contenido en fibra	No indica	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	Pan de molde	Pan de molde in- tegral de trigo	Harina integral de <b>trigo</b> , agua, levadura, aceite refinado de girasol (2.2%) <b>gluten de trigo</b> , azúcar, sal, conservadores (E282, E282) emulgentes (E472e E471), vinagre de alcohol.	Valor energético 1054 KJ /250 Kcal. Grasas 3.9 g. de los cuales saturadas 0.7 g. Hidratos de carbono 39 g. de los cuales azúcares 5.5 g Fibra Alimentaria 9.4 g. proteínas 10 g. - Sal 1 g.	Con aceite de girasol. Puede contener granos de <b>sésamo y soja</b> . El alérgeno de gluten en negrilla en el etiquetado. No lactosa, en pictograma.	Alto contenido en fibra	Ni indican datos	DIA
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen datos
	DIA	DIA	Café molido	Café molido natural	CAFÉ	No indican datos	No indican datos	No indican datos	Ni indican datos	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	Café molido	Café molido natural	CAFÉ	No indican datos	No indican datos	No indican datos	Ni indican datos	DIA

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	DIA	DIA	queso de untar	Queso blanco pasteurizado	<b>Leche</b> pasteurizada de vaca, <b>nata</b> pasteu- rizada, fermentos <b>lácti- cos</b> , sal estabilizan- tes (E401,E 407a, E410, E412) conser- vador (E200)	Valor energético 1044 KJ/252 Kcal. Grasa 22 g de las cuales saturadas 14.5 g. Hidratos carbono 3.9 g de los cuales azúcares 2.1 g. proteínas 9.6 g. Sal 1.05 g.	Fuente diaria de sabor origen de la leche España	No indican datos	ingesta recomen- dada	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	queso de untar	Queso blanco pasteurizado	<b>Leche</b> pasteurizada de vaca, <b>nata</b> pasteu- rizada, fermentos <b>lácti- cos</b> , sal estabilizan- tes (E401,E 407a, E410, E412) conser- vador (E200)	Valor energético 1044 KJ/252 Kcal. Grasa 22 g de las cuales saturadas 14.5 g. Hidratos carbono 3.9 g de los cuales azúcares 2.1 g. Proteínas 9.6 g. Sal 1.05 g.	Fuente diaria de sabor origen de la leche España. Alértenos en ne- grilla en los ingre- dientes	No indican datos	ingesta recomen- dada	DIA
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	DIA	DIA	Yogurt	Leche fermentada con fresa y nueces y bifidobacterias semidesnatada	Leche desnatada pasteurizada, preparado de fresas y nueces (14%), fresas (6.3%), azúcar, nueces (0.7%), almidón modificado de maíz, aroma, corrector de acidez, colorante, conservador, nata pasteurizada, azúcar, proteínas de la leche, leche desnatada en polvo, (fermentos lácticos)	No indican datos	Origen de la leche España. Sin gluten	No indican datos	Porcentaje de referencia	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	Yogurt	Leche fermentada con fresa y nueces y bifidobacterias semidesnatada	Leche desnatada pasteurizada, preparado de fresas y nueces (14%), fresas (6.3%), azúcar, nueces (0.7%), almidón modificado de maíz, aroma, corrector de acidez, colorante, conservador, nata pasteurizada, azúcar, proteínas de la leche, leche desnatada en polvo, (fermentos lácticos)	No indican datos	Origen de la leche España. Sin gluten	No indican datos	Porcentaje de referencia	DIA

PRODUCTO	MARCA	SUPER-MERCADO/ LOCALIZADO	NOMBRE CO- MERCIAL DEL PRODUCTO	DENOMINACIÓN LEGAL VENTA	COMPOSICIÓN DE INGREDIENTES	INFORMACIÓN NUTRI- CIONAL POR 100 g Ó 100 ml	ALEGACIONES	ALEGACIONES NU- TRICIONALES	ALEGACIONES DE SALUD	FABRICADO POR
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos
	DIA	DIA	Merluza del Cabo	Rodajas de pasta de merluza del cabo ultraconge- lada	Merluza, puede con- tener tras de crustá- ceos y moluscos	Valor energético 328 KJ/ 78 Kcal Grasas 1,2g de las cuales saturadas 0,3 g. Hidratos de carbono 0,6 azúcares 0 g. Proteínas 16,1 g. Sal 0,24 g	Captura Atlántico Suroriental. puede contener trazas de crustá- ceos y moluscos	No indican datos	ingesta recomen- dada	DIA
	DIA	WEB/ apps DIA * etiqueta con lupa	Merluza del Cabo	Rodajas de pasta de merluza del cabo ultraconge- lada	Merluza, puede con- tener tras de crustá- ceos y moluscos	Valor energético 307 KJ/ 73 Kcal Grasas 1,4 g. de las cuales saturadas 0,2 g. Hidratos de carbono 0 g. azúcares 0 g. proteínas 15 g. Sal 0,25 g	Captura Atlántico Suroriental. puede contener trazas de crustá- ceos y moluscos	No indican datos	ingesta recomen- dada	DIA
	DIA	NUTRIFEN	No aparecen da- tos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos	No aparecen da- tos	No aparecen datos