

ETIQUETADO de alimentos

Todos los alimentos que se vendan **envasados** o **a granel**, deben contener información esencial que te permita conocer lo que compras.

NOMBRE DEL PRODUCTO

Hay productos que son parecidos, pero no son lo mismo: zumo y néctar, yogur y postre lácteo, mermelada y confitura...

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Si quieres saber qué nutrientes te aporta el producto, fíjate bien en la tabla.

ALÉRGENOS

Gluten, huevos, leche, frutos secos...

EMPRESA Y DIRECCIÓN

ORIGEN

Obligatorio cuando la información que acompaña la etiqueta pueda inducir a error o en determinados tipos de carne, por ejemplo.

LOTE DE FABRICACIÓN

Permite seguir la trazabilidad del producto desde su origen al punto de venta.

INGREDIENTES

Fíjate, por ejemplo, en el tipo de grasa que utilizan: aceite de oliva, de palma; o en los diferentes tipos de azúcar: fructosa, sacarosa...

Presta atención también a los aditivos.

MODO DE EMPLEO

En caso de que, en ausencia de esta información, sea difícil hacer uso adecuado del producto.

CONSERVACIÓN Y USO

CADUCIDAD O CONSUMO PREFERENTE

Caducidad: Te dice cuándo un alimento no es apto para el consumo.

Consumo preferente: Fecha límite en la que el producto está en condiciones óptimas (olor, sabor, textura).

CANTIDAD NETA

GRADO ALCOHÓLICO

Obligatorio en bebidas con graduación superior al 1,2%



Envasados

La información obligatoria debe figurar en el **envase** o en una **etiqueta**.



No envasados

Se debe facilitar o exhibir un **letrero informativo** con la información del producto, ya sea carne, pescado, fruta, verdura...



Lee la etiqueta de manera habitual, te ayudará a seleccionar mejor los alimentos que consumes.

