



Saber lo que ponen

Copos de arroz y trigo integral, enriquecido con vitaminas (B1, B2, B3, B6, ácido fólico, B12, C) y hierro
Peso neto:

500g e 

FECHA DE CONSUMO PREFERENTE

junio de 2008

1 Cantidad

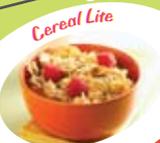
2 Nombre del producto

3 Lista de ingredientes

4 Tiempo límite para el consumo

5 Fabricante/importador

crunchy



crunchy

Cereal Lite

INGREDIENTES

Arroz, trigo, trigo integral, harina de trigo, azúcar, harina de gluten, leche en polvo, sal, germen de trigo bajo en grasas, aroma de cebada para malta, vitaminas (C, B3, B6, B9, B1, ácido fólico, B12) y hierro

Información sobre alergias

Contiene con leche, trigo y cebada

crunchy le garantiza que una ración de 30 g de Cereal Lite le proporciona al menos un 25 % de la ingesta diaria recomendada de hierro y un 50 % de la de vitaminas B1, B2, B3, B6, ácido fólico, B12 y C

crunchy

CALIDAD ASEGURADA:
SATISFACCIÓN
GARANTIZADA O LE
DEVOLVEMOS SU DINERO

Información de los
productos Crunchy
Tel. 0600 14553
Dirección: PO Box 2000
Evere 3
B-1140 Evere



500g e



las etiquetas



crunchy

Cereal Life



Cereal Life



El desayuno es la comida más importante del día.



Fabricado en Alemania para:
CMI - 2 av. du Pacifique,
F-91977 Courtabouef



6 Producción ecológica

7 Organismos modificados genéticamente

8 Origen

9 Valor nutritivo

10 Declaración de propiedades nutritivas y saludables

por 100 g

Energía	374 kcal (1 586 kJ)
Proteínas	15 g
Hidratos de carbono	75 g
- de los cuales, azúcar	17 g
Grasas	14,5 g
- de las cuales, saturadas	0,5 g
Fibra	2,5 g
Sodio	0,85 g

Etiquetado de los alimentos según la legislación de la UE

La Unión Europea (UE) establece las normas sobre el etiquetado de los productos alimenticios a fin de que todos los consumidores europeos estén informados para decidir sobre sus compras. Las normas están concebidas para garantizar una información completa sobre los alimentos que adquieren los consumidores.

Además de la información obligatoria, los productores pueden añadir toda la información adicional que deseen, siempre que sea precisa y que no lleve a engaño al consumidor. Hay unas normas de etiquetado comunes a todos los productos alimenticios, y otras especiales para la carne, el alcohol y los alimentos perecederos.



Copos de cereal
vitaminas (B1, B2, B6, B12)
Peso neto:

500g

1. Cantidad:

cantidad neta del producto en volumen (litros, centilitros, etc.) para los líquidos y en masa para los demás.

2. Nombre del producto:

debe incluir información sobre las condiciones físicas del producto alimenticio o sobre el tratamiento concreto que haya sufrido (en polvo, congelado, concentrado, ahumado, etc.). La indicación en su caso de un tratamiento ionizante es siempre obligatoria.



Saber lo que ponen

3. Lista de ingredientes:

deben enumerarse todos los ingredientes en orden descendiente de peso (excepto las mezclas de frutos u hortalizas), incluyendo los que provocan reacciones alérgicas (como los cacahuets, la leche, los huevos o el pescado). También será obligatorio indicar el porcentaje en el que figuran los ingredientes descritos en el nombre del producto (como «sopa de tomate») o en imágenes o palabras (como «con fresas»), o que sean consustanciales al producto (por ejemplo, el porcentaje de carne en el chile con carne).

4. Tiempo límite para el consumo:

la «Fecha de caducidad» y la de «Consumir preferentemente antes de...» señalan el tiempo en el que el producto se mantendrá fresco e inocuo para la salud.

- La **fecha de caducidad** se utiliza en los productos alimenticios que se deterioran rápidamente (como la carne, los huevos o los productos lácteos). Todos los embalajes de productos frescos indican su fecha de caducidad. Estos productos no deben consumirse después de su fecha de caducidad, pues pueden producir una intoxicación.
- **«Consumir preferentemente antes de ...»** se utiliza en los productos alimenticios que pueden conservarse más tiempo (como los cereales, el arroz o las especias). No es peligroso comer estos productos después de esa fecha, pero pueden haber empezado a perder su aroma y su textura.

5. Fabricante/importador:

el nombre y la dirección del fabricante, el empaquetador o el importador deben figurar claramente en el embalaje a fin de que el consumidor pueda ponerse en contacto con él en caso de reclamación o para solicitar información adicional acerca del producto.



FECHA DE CONSUMIR PREFERENTEMENTE ANTES DE
junio de 2008

INGREDIENTES



Arroz, trigo (trigo integral, harina de trigo), azúcar, harina de gluten, leche en polvo, sal, germen de trigo bajo en grasas, aroma de cebada para malta, vitaminas (C, B3, B6, B2, ácido fólico, B12) y hierro.



crunch

CALEIDAD ASEGURADA
SATISFACCIÓN
GARANTIZADA O LE
DEVOLVEMOS SU DINERO

Información de los
productores Crunchy
Tel. 0800 14363
Dirección: PO Box 2000
Suva
B-1140 Esveit

Las etiquetas

6. Producción ecológica:

la utilización de la denominación «producción ecológica» en el etiquetado está regulada estrictamente por la legislación de la UE. Solo se autoriza en aquellos métodos específicos de producción alimentaria que se ajustan a unas elevadas normas de protección del medio ambiente y de bienestar de los animales. Los productores están autorizados a utilizar el logotipo europeo «Agricultura ecológica – Sistema de control CE» si se ajustan a las condiciones requeridas.



7. Organismos modificados genéticamente (OMG):

es obligatorio indicarlo en el etiquetado de aquellos productos cuyo contenido en OMG supere el 0,9 %. Todas las sustancias cuyo origen sea un OMG deben mencionarlo en la lista de ingredientes con las palabras «modificado genéticamente».



8. Origen:

la indicación del país o región de origen es obligatoria para determinadas categorías de productos, como la carne, los frutos y las hortalizas. También es obligatorio cuando el nombre de la marca u otros elementos del etiquetado (como una imagen, una bandera o una referencia a un lugar) puedan llevar a engaño al consumidor respecto al verdadero origen del producto.

Fabricado en Alemania
CMI - 2 av. du Pacifique,
F-91977 Courtabœuf

9. Valor nutritivo:

indica el valor energético y los nutrientes de un producto alimenticio (proteínas, grasa, fibra, sodio, vitaminas y minerales, etc.). Estos datos deberán indicarse en caso de que exista una declaración de propiedades nutritivas del producto (véase el punto 10).



10. Declaración de propiedades nutritivas y saludables:

existen normas de la UE que garantizan que todas las declaraciones sobre las propiedades saludables o nutritivas que figuran en los embalajes de los alimentos sean verdaderas y basadas en la realidad científica.

Las declaraciones como «bajo en grasas» o «rico en fibra» deben ajustarse a definiciones armonizadas para que signifiquen lo mismo en todos los países de la UE; por ejemplo: «rico en fibra» solo puede utilizarse en productos que contengan un mínimo de 6 g de fibra por 100 g de producto. Los productos con altos contenidos de grasas y azúcares no pueden llevar en el etiquetado declaraciones como «contiene vitamina C».

Las declaraciones de propiedades saludables como «bueno para el corazón» solo se permiten si están científicamente demostradas. No es posible incluir una declaración de propiedades saludables en un producto con alto contenido en sal, grasas o azúcares. Quedan prohibidas las siguientes declaraciones de propiedades saludables:

- que eviten, alivian o curan enfermedades humanas;
- que hagan referencia al ritmo o a la magnitud de la pérdida de peso;
- que hagan referencia a médicos concretos;
- que sugieran que la salud podría verse afectada si no se consume el alimento en cuestión.



Comprender la clasificación E

Que un aditivo alimentario posea un número E indica que ha estado sometido a pruebas de inocuidad y que se ha aprobado su uso en toda la UE. Esta aprobación se controla, revisa y modifica a medida que se conocen nuevos datos científicos.

Algunos de los aditivos alimentarios más comunes son los siguientes:

- **Antioxidantes:** hacen que los alimentos duren más porque evitan que las grasas, los aceites y determinadas vitaminas se combinen con el oxígeno del aire. La oxidación provoca que la comida se vuelva rancia y pierda color. *Ejemplo:* la vitamina C, también denominada ácido ascórbico o E300.

- **Colorantes:** se utilizan a veces para reemplazar el color natural perdido en la preparación o el almacenamiento de los productos, o para darles un color adecuado. *Ejemplo:* el caramelo (E150a), utilizado en salsas y refrescos.

- **Emulsionantes, estabilizantes, gelificantes y espesantes:** los emulsionantes, como las lecitinas (E322), ayudan a mezclar ingredientes que normalmente permanecen separados, como el aceite y el agua. Los estabilizantes impiden que los ingredientes combinados vuelvan a separarse. Un

gelificante común es la pectina (E440), utilizada en las confituras. Los espesantes dan consistencia a los alimentos, de igual manera que la harina puede espesar una salsa.

- **Aromatizantes:** aumentan el aroma de alimentos salados o dulces sin añadir aromas extraños. *Ejemplo:* el glutamato monosódico (E621) se añade a menudo a los alimentos preparados, como las sopas, las salsas y los embutidos.

- **Conservantes:** ayudan a conservar los alimentos sin que se estropeen. La mayoría de los que deben almacenarse durante mucho tiempo los incluyen, a no ser que utilicen otro método, como el congelado, el enlatado o el secado. *Ejemplos:* los frutos secos se tratan a menudo con dióxido de azufre (E220) para evitar el desarrollo de mohos o bacterias, y el tocino, el jamón, la cecina y otras carnes curadas se tratan con frecuencia con nitritos y nitratos (E249 a E252) durante el curado.

- **Edulcorantes:** se usan a menudo en lugar del azúcar en productos como bebidas efervescentes, yogures y chichés. *Ejemplos:* aspartamo (E951), sacarina (E954), acesulfamo potásico (E950) y sorbitol (E420).

Información adicional

Sitio (en inglés) sobre el etiquetado de los productos alimenticios de la Dirección General de Sanidad y Protección de los Consumidores:

http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/index_en.htm

Sitio sobre la producción agrícola ecológica de la Dirección General de Agricultura y Desarrollo Rural:

http://ec.europa.eu/agriculture/qual/organic/index_es.htm

Sitio con respuestas a sus preguntas sobre Europa:

http://ec.europa.eu/europedirect/index_es.htm

Copyright: Comunidades Europeas, 2007

Reproducción autorizada, excepto para fines comerciales, con indicación de la fuente bibliográfica.

Dirección General de Sanidad y Protección de los Consumidores

Comisión Europea – B-1049 Bruxelles

http://ec.europa.eu/dgs/health_consumer/index_en.htm