

Una unidad (130g) contiene

CALORÍAS	AZÚCARES	GRASA	GRASA SATURADA	SAL
146	16,4g	3,4g	2,1g	0,1g
7%	18%	5%	10%	2%

de la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto*

SIN GLUTEN

VEGETARIANOS

PESO NETO
520g

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

VALORES MEDIOS

	por 100g	por ración (130g)
Valor energético	112kcal / 474kJ	146kcal / 616kJ
Proteínas	2,9 g	3,8 g
Hidratos de carbono	19,2 g	24,9 g
de los cuales azúcares	12,6 g	16,4 g
Grasas	2,6 g	3,4 g
de las cuales saturadas	1,6 g	2,1 g
Fibra alimentaria	0,3 g	0,4 g
Sodio	0,04 g	0,05 g

Una ración equivale a 1 unidad (130g).
Este envase contiene 4 raciones.

INFORMACIÓN

Arroz con leche.

INGREDIENTES: Leche (80%), azúcar, arroz (8%), aroma de canela y sal.

CONSERVACIÓN: Consérvese en frío, entre 1 °C y 8 °C.

Fecha de caducidad / Lote

16/02/11
L/017011

! INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS

Contienen leche. Puede contener trazas de huevo.

Una ración equivale a 1 unidad.
Este envase contiene 4 raciones.

ES
25.04544/V
CE

INFORMACIÓ

Galletes María daurades.

INGREDIENTES: Farina de blat, greix vegetal (coco, palma), sucre, xarop de glucosa i fructosa, gasificants: bicarbonats sòdic i amònic, sal, emulgent: lecitina de soja, sèrum de llet en pols, aroma de vainilla, antioxidants: metabisulfit sòdic.

CONSERVACIÓ: S'ha de conservar en un lloc fresc i sec, allunyat d'olors i protegit de la llum del sol.

INFORMACIÓN

Galletas María doradas.

INGREDIENTES: Fariña de trigo, graxa vexetal (coco, palma), azucre, xarope de glicosa e fructosa, gasificants: bicarbonatos sódico e amónico, sal, emulxente: lecitina de soia, soro de leite en po, aroma de vainilla, antioxidants: metabisulfito sódico.

CONSERVACIÓN: Consérvese en lugar fresco e seco, afastado de olores e protexido da luz solar.

! INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS

Contiene gluten, soja, leche y sulfitos. Puede contener trazas de sesámo.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

VALORES MEDIOS	por 100g	por ración (30g)
Valor energético	468 kcal / 1969 kJ	141 kcal / 591 kJ
Proteínas	7,0 g	2,1 g
Hidratos de Carbono	71,1 g	21,3 g
de los cuales azúcares	19,3 g	5,8 g
Grasa	17,3 g	5,2 g
de las cuales saturadas	12,4 g	3,7 g
Monoinsaturadas	3,5 g	1,1 g
Poliinsaturadas	1,3 g	0,4 g
Fibra alimentaria	1,8 g	0,5 g
Sodio	0,27 g	0,08 g

Una ración equivale a 6 galletas (30g).

Este envase contiene entre 26 y 27 raciones.

EXPLICACIÓN DEL SEMÁFORO NUTRICIONAL EROSKI

Cantidad de calorías en 6 galletas

Porcentaje de calorías que te aportan 6 galletas respecto de las que necesitas en el día (CDO)

CALORÍAS
141
7%

● BAJO ● MEDIO ● ALTO

CANTIDAD DIARIA ORIENTATIVA (CDO)

CALORÍAS 2000kcal
AZÚCARES 90g
GRASA 70g
GRASA SATURADA 20g
SAL 6g
FIBRA 24g

La Cantidad Diaria Orientativa (CDO) es una guía sobre la cantidad de calorías y varios nutrientes que debes ingerir al día para mantener una dieta sana. Una alimentación variada y equilibrada y algo de ejercicio físico son fundamentales para mejorar nuestra salud.

*Los porcentajes de Cantidad Diaria Orientativa (CDO) expresados en el frente del envase están calculados para una mujer adulta con una ingesta diaria de 2.000 kcal. Las necesidades nutricionales individuales pueden ser más altas o más bajas, en función del sexo, edad, nivel de actividad física y otros factores.

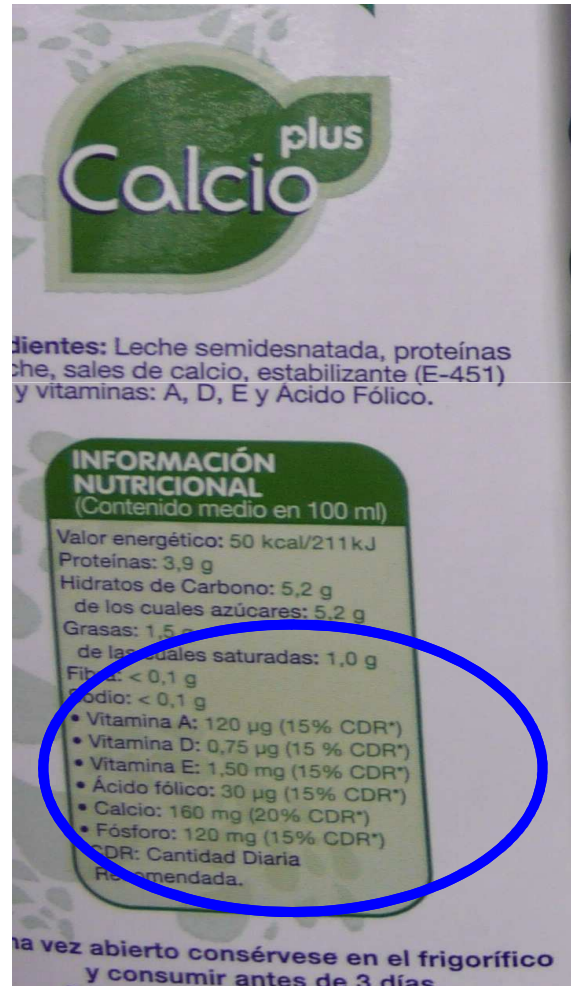
¿enriquecido?

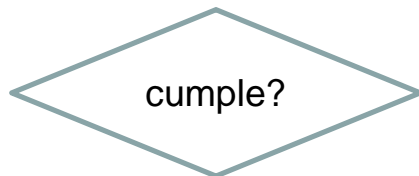
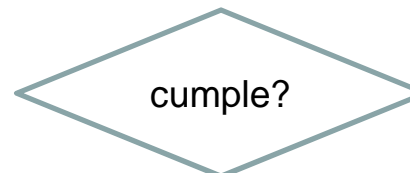
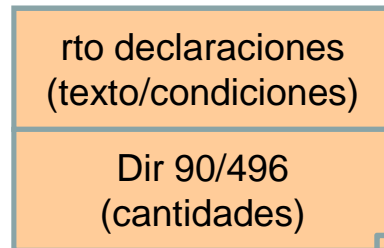
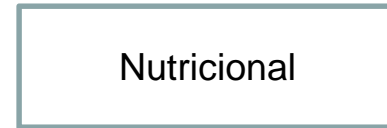
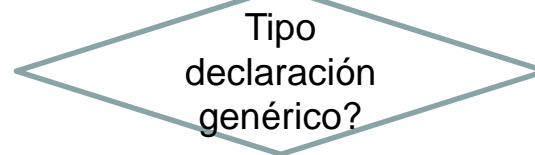
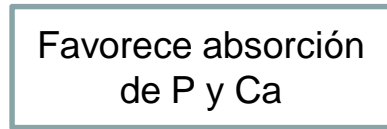
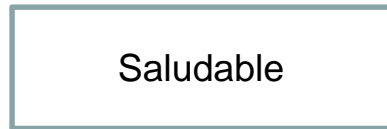
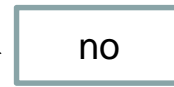
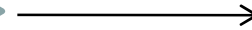
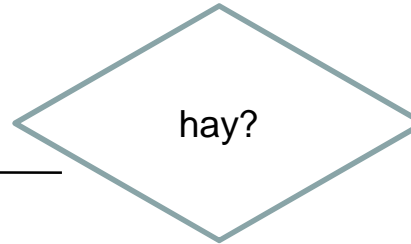
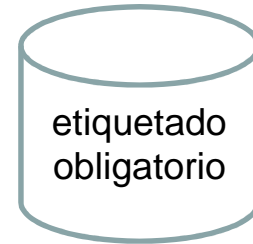
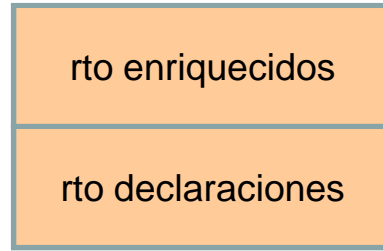
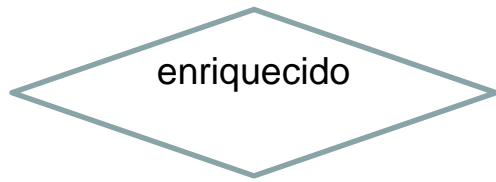
¿Significado entendible
declaración
nutricional?

¿Declaración salud?

¿declaración nutricional ajustado al
Rto?

¿Declaración nutricional?





Ejercicio 1

Beneficios

Soja Calcio
AVELLANAS

i Todo beneficios!

La SOJA
Fuente de salud

Rica en proteínas vegetales: los nutricionistas recomiendan la ingesta de proteínas de origen vegetal en nuestra alimentación. Estas proteínas participan en el crecimiento y renovación de las células musculares.

Naturalmente rica en proteínas que ayudan a controlar el colesterol:
*El consumo de 25g de proteína de soja al día, dentro del marco de una alimentación equilibrada y baja en grasas saturadas, ayuda a controlar el nivel de colesterol. Dos vasos de bebida de soja gerble aportan el 50% de la dosis recomendada.

Fuente natural de isoflavonas: hormonas de origen vegetal que contribuyen a reducir las molestias de la menopausia.

Fácil digestibilidad adaptada para el consumo de adultos y niños.

El CALCIO
Mineral indispensable para huesos fuertes

Las necesidades diarias de calcio de un adulto son de 800 mg/día, incrementándose durante la adolescencia, embarazo, lactancia y menopausia.

Un vaso de 250 ml de BEBIDA DE SOJA CALCIO GERBLÉ le aporta el 47% de la cantidad diaria recomendada de calcio

Es importante mantener una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable

La VITAMINA D
Ayuda a fijar el Calcio en los huesos

CON VITAMINA D

Composición

La Bebida de Soja Calcio sabor Avellanas se puede consumir fría o caliente, sola o mezclada con café, chocolate, cereales, muesli...


INGREDIENTES:
Agua, habas de soja descascarilladas (12,4%), jarabe de fructosa, carbonato cálcico, sal marina, estabilizantes (celulosa microcristalina, harina de guar), aroma natural de avellana, lactato de hierro, sulfato de zinc, vitamina B12, vitamina D y maltodextrina de maíz.

Una vez abierto, conservar en la nevera por un máximo de 3 días.
Se recomienda agitar antes de servir.

Composición analítica		por 100 ml.	%CDR por 100 ml.	por ración de 250 ml.	%CDR por 250 ml.
Valor energético	kcal	49,1	-	122,7	-
	kJ	206,3	-	515,7	-
Proteínas	g	3,5	-	8,7	-
Hidratos de carbono de los cuales	g	4,5	-	11,2	-
-azúcares	g	4,1	-	10,2	-
-lactosa	g	0	-	0	-
Grasas	g	1,9	-	4,7	-
de las cuales saturadas	g	0,3	-	0,7	-
monoinsaturadas	g	0,4	-	1,0	-
poliinsaturadas	g	1,1	-	2,7	-
colesterol	mg	0	-	0	-
Fibra alimentaria	g	0,4	-	1,00	-
Sodio	g	0,05	-	0,1	-
Hierro	mg	2,5	17,8	6,2	44,6
Zinc	mg	2,3	15,3	5,7	38,3
Calcio	mg	150	18,7	375,0	46,9
Vitamina D	µg	1,00	20,0	2,5	50,0
Vitamina B12	µg	0,1	15,0	0,4	37,5

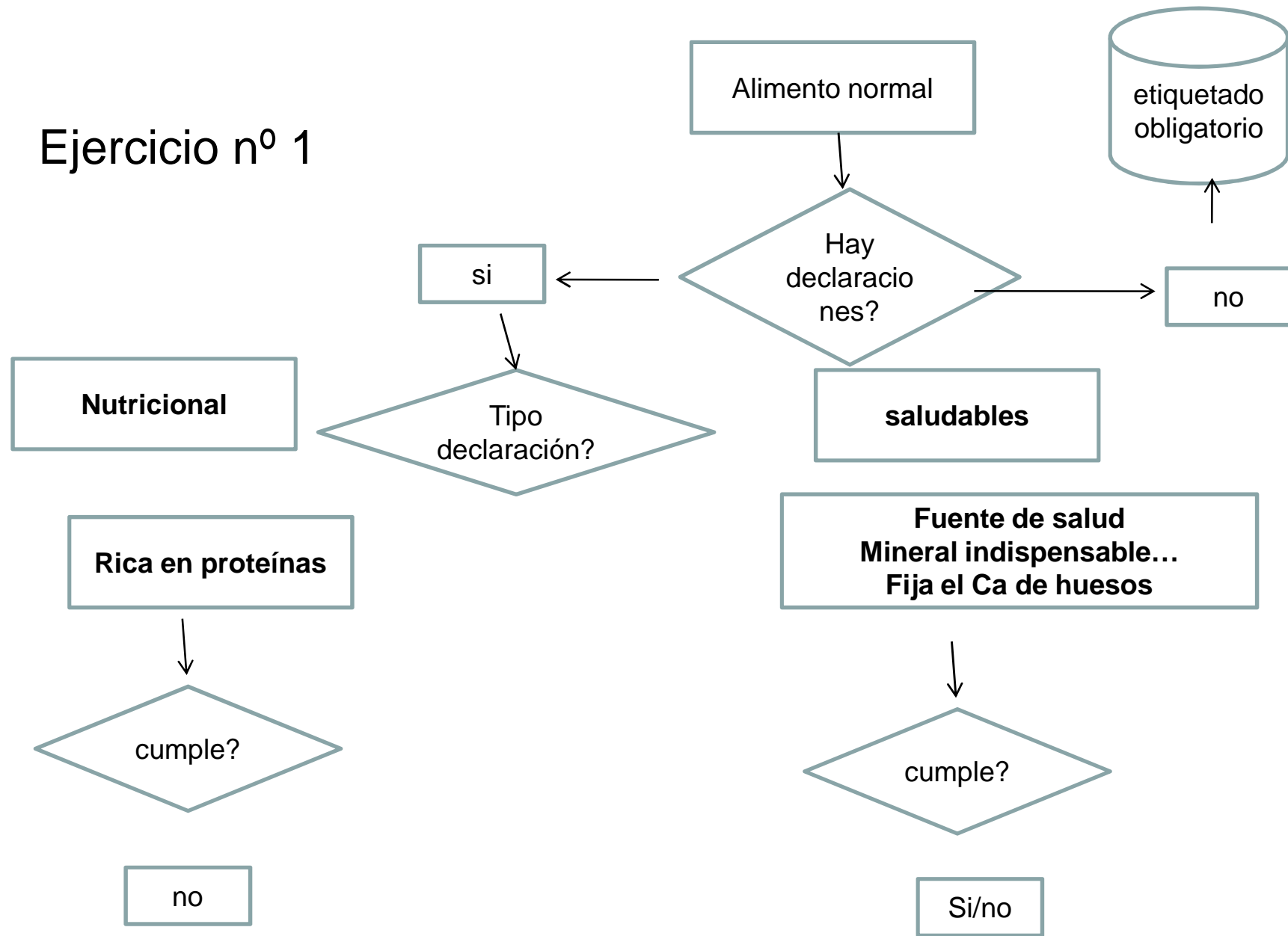
*CDR=Cantidad Diaria Recomendada

Consumir preferentemente antes del:
Ver tapa superior

 NUTRITION & SANTÉ IBERIA, S.L.
Passeig de Gràcia, 84
08008 Barcelona

1 Litro e

Ejercicio nº 1



Ejercicio nº 2

Contenido sal



La mitad de cada envase (50g) contiene:

CALORÍAS	AZÚCARES	GRASA	GRASA SATURADA	SAL
50	0,1g	0,6g	0,4g	0,6g
2%	0%	<1%	2%	10%

de la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto*

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

VALORES MEDIOS	por 100g	por ración (50g)
Valor energético	100kcal(422kJ)	50kcal(211kJ)
Proteínas	15,8g	7,9g
Hidratos de carbono	6,4g	3,2g
de los cuales azúcares	0,1g	0,1g
Grasas	1,2g	0,6g
de las cuales saturadas	0,8g	0,4g
monoinsaturadas	0,4g	0,2g
poliinsaturadas	0,1g	0,0g
Fibra alimentaria	0,0g	0,0g
Sodio	0,47g	0,24g

Cada envase contiene 2 raciones de 50g.

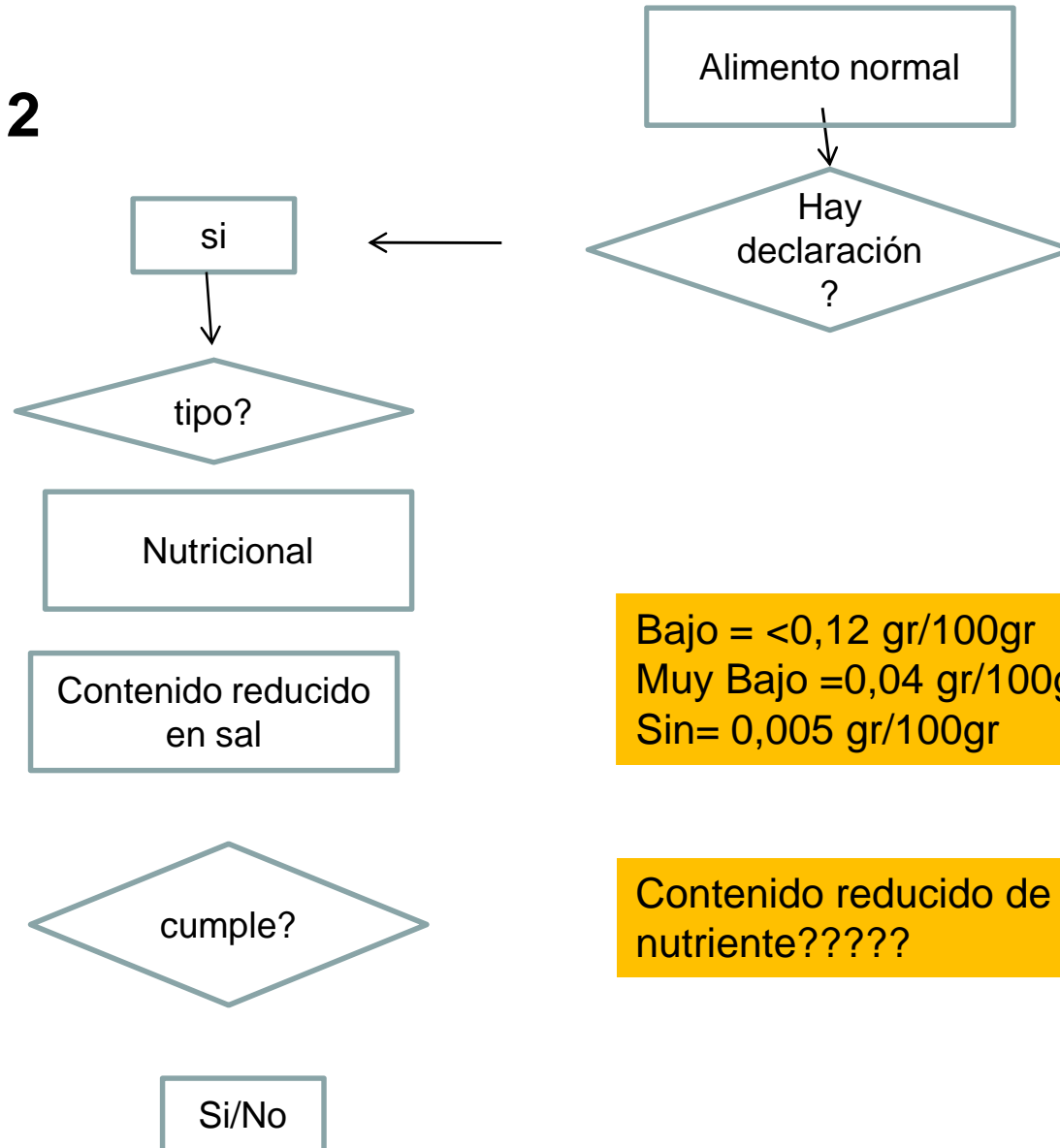
GARANTÍAS

Producto con calidad doblemente garantizada por laboratorios propios e independientes.

TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CONSUMIDOR:
 902 540 340 / www.eroski.es

Elaborado para EROSKI por Embutidos Monells S.A. Camino Real 4, Sant Miquel de Balenya, Seva, Barcelona, España.

Ejercicio nº 2



Bajo = <0,12 gr/100gr
Muy Bajo = 0,04 gr/100gr
Sin = 0,005 gr/100gr

Contenido reducido de un nutriente?????

Ejercicio nº 3

CONTENIDO SAL



Una ración de 50g contiene

ENERGÍA	AZÚCARES	GRASAS	GRASAS SATURADAS	SAL
45 Kcal	0,5g	0,5g	0,2g	0,6g
2%	1%	1%	1%	9%

De la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto

envase)

(Basado en una dieta media de 2000 Kcal)

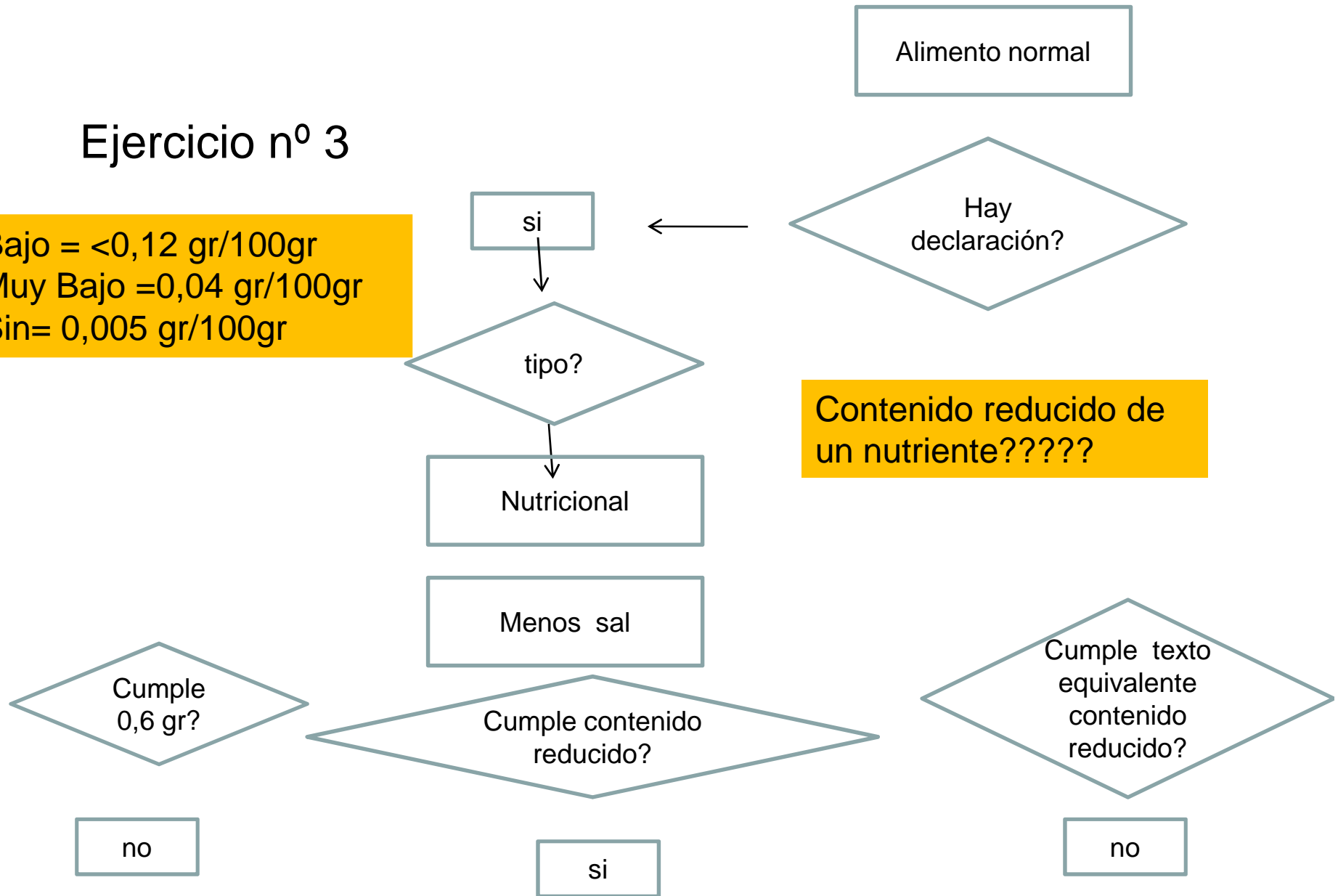
INFORMACIÓN NUTRICIONAL:
Valores por 100 g

Valor energético	89 Kcal / 372 KJ
Proteínas	18 g
Hidratos de carbono	2 g
De los cuales azúcares	1 g
Grasas	1 g
De los cuales ácidos grasos saturados	0,4 g
Fibra Alimentaria	0 g
Sodio	0,6 g*

30% menos de sal/sodio que los productos de la misma categoría

Ejercicio nº 3

Bajo = <0,12 gr/100gr
Muy Bajo = 0,04 gr/100gr
Sin = 0,005 gr/100gr



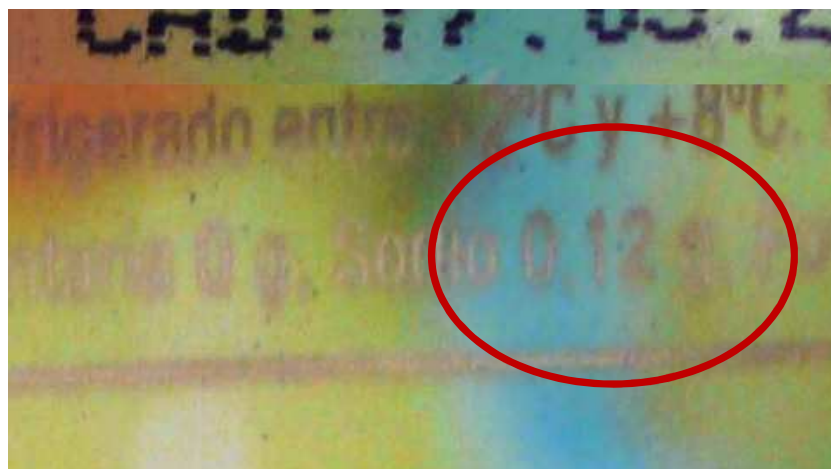
Contenido reducido de un nutriente?????

Ejercicio nº 4

20 gramos contienen

Calorías	Azúcares	Grasas	Saturadas	Sodio	Calcio
80 Kcal	0,3 g	6,6 g	4,5 g	0,02 g	0,1 g
4%	<1%	9%	22%	1%	18%

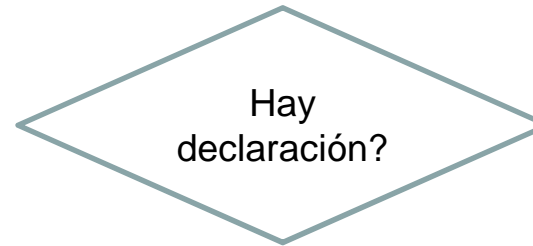
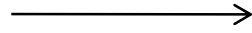
de la cantidad Diaria Orientativa para un adulto*



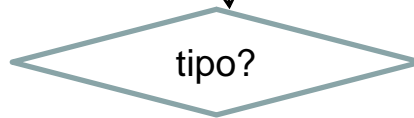
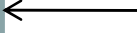
Bajo en sal



Alimento normal



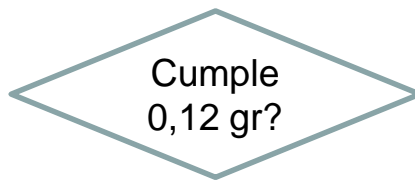
si



tipo?

Nutricional

Bajo sal



Cumple
0,12 gr?

si

Bajo = $<0,12 \text{ gr}/100\text{gr}$

Ejercicio nº 4

Ejercicio nº 5

Bajo contenido en grasa

INFORMACIÓN NUTRICIONAL		
VALORES MEDIOS	por 100 g	por ración (43 g)
Valor energético	73kcal (309kJ)	31kcal (132kJ)
Proteínas	15,0 g	6,4 g
Hidratos de Carbono	1,2 g	0,5 g
de los cuales azúcares:	1,2 g	0,5 g
Grasas	0,9 g	0,4 g
de las cuales saturadas	0,4 g	0,2 g
de las cuales monoinsaturadas	0,3 g	0,1 g
de las cuales poliinsaturadas	0,2 g	0,1 g
Fibra alimentari	0,0 g	0,0 g
Sodi	0,71 g	0,30 g

Este envase contiene entre 3 y 4 raciones de 43g.

Una ración de 4 lonchas (43g) contiene:

CALORÍAS	AZÚCAR	GRASA	GRASA SATURADA
31	0,5g	0,4g	0,2g
2%	<1%	<1%	<1%

de la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto

finnas
LONCHAS FINAS

Pechuga de Pavo
Indioilar-bularkia
Pit de gall dindi
Peituga de pavo

BAJO CONTENIDO DE GRASA

Una ración de 4 lonchas (43g) contiene:

CALORÍAS	AZÚCAR	GRASA	GRASA SATURADA
31	0,5g	0,4g	0,2g
2%	<1%	<1%	<1%

de la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

VALORES MEDIOS	por 100 g	por ración (43 g)
Valor energético	73kcal (309kJ)	31kcal (132kJ)
Proteínas	15,0 g	6,4 g
Hidratos de Carbono	1,2 g	0,5 g
de los cuales azúcares:	1,2 g	0,5 g
Grasas	0,9 g	0,4 g
de las cuales saturadas	0,4 g	0,2 g
de las cuales monoinsaturadas	0,3 g	0,1 g
de las cuales poliinsaturadas	0,2 g	0,1 g
Fibra alimentari	0,0 g	0,0 g
Sodi	0,71 g	0,30 g

Este envase contiene entre 3 y 4 raciones de 43g.

INFORMACIÓN PARA ALÉRGICOS
Sopa y leche

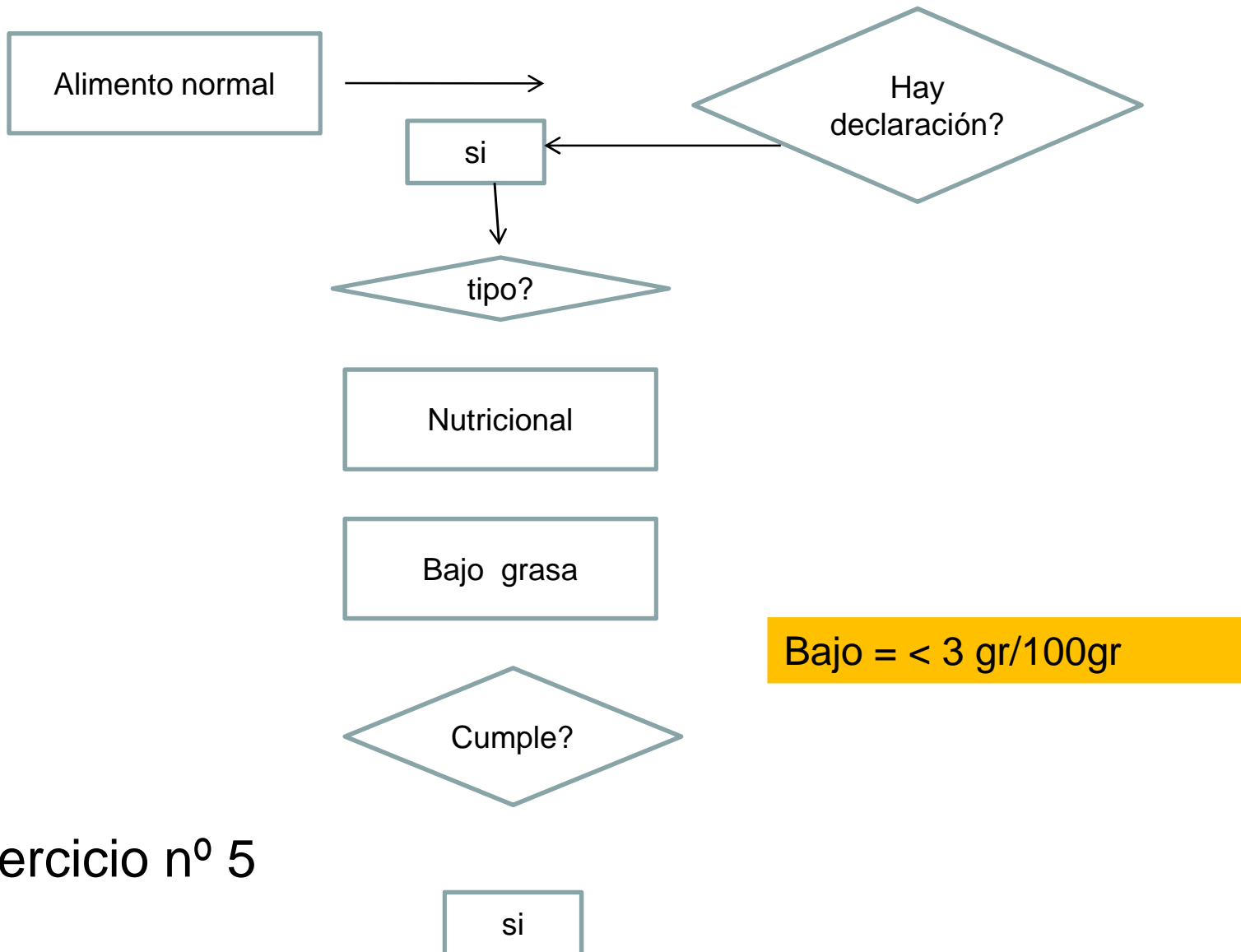
GLUTEN **150g**

Lote/Consumir preferentemente antes del: (ver lateral del envase)

Producto con calidad doblemente garantida por laboratorios propios e independientes.
TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CONSUMIDOR: 902 540 340 / www.eroski.es
Elaborado para EROSKI por GRUPO ALMIRANTE S.A. Ctra de Mollerusa, s/n. 25242 Miralcamp, España

8 4800 10 052671

ES 10.05575/L CE



Ejercicio nº 5

Ejercicio nº 6 LIGHT



Una ración de 2 lonchas (40g) contiene

Calorías	103	Azúcares	0g
	5%		0%
Grasa	6,4g	G. Sat.	4,4g
	9%		22%
Sal	0,2g		
	3%		

de la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto*

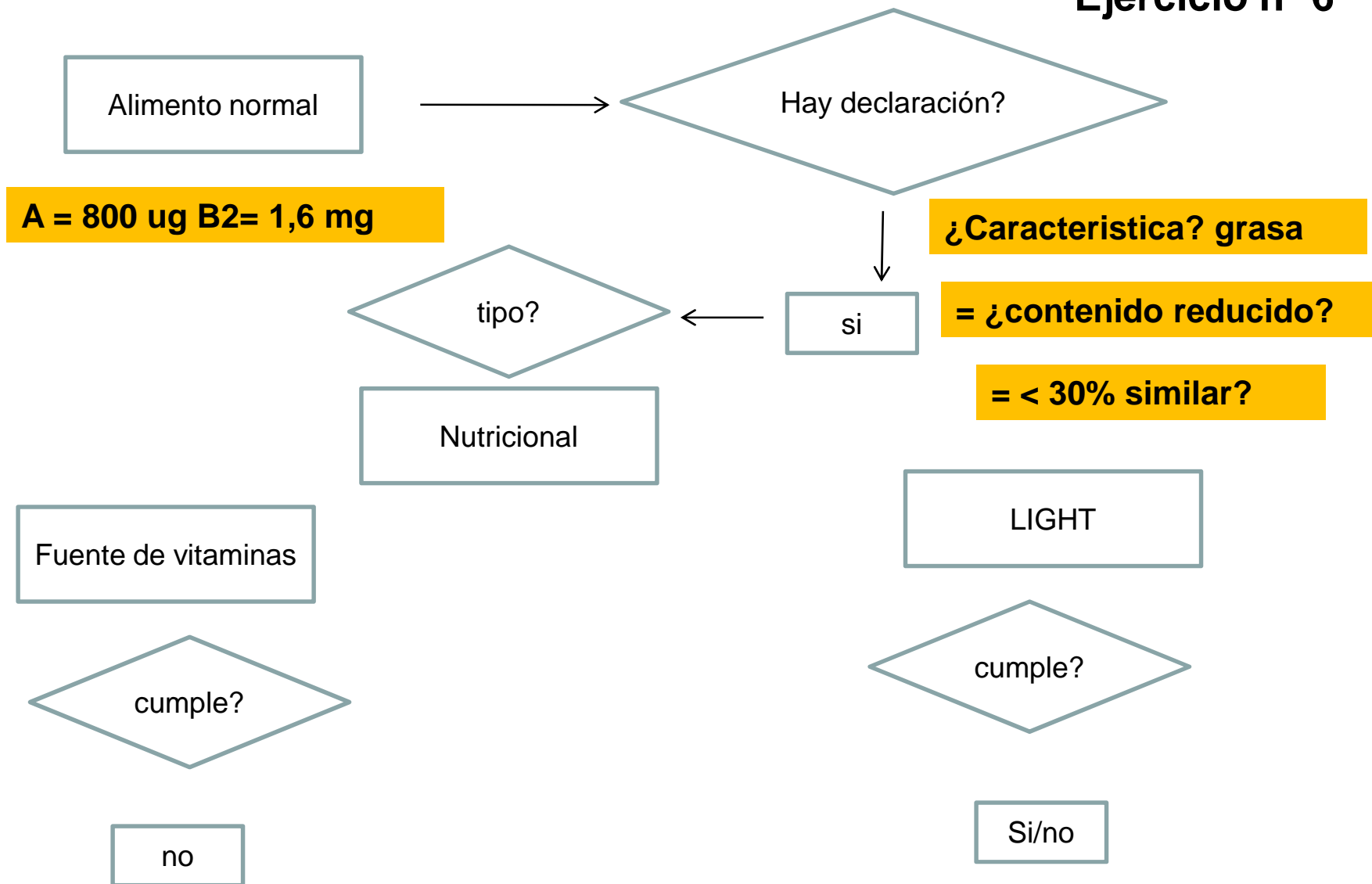


INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	100 g	por ración (40 g)
Valor energético	257/1075 kcal/kJ	103/430 kcal/kJ
proteínas	27,3 g	10,9g
hidratos de carbono	0,0 g	0,0 g
de los cuales: azúcares	0,0 g	0,0 g
grasas	16,0 g	6,4 g
de las cuales: saturadas	11,0 g	4,4 g
fibra alimentaria	0,0 g	0,0 g
sodio	0,15 g	0,06 g

Este envase contiene 5 raciones de 40g

Ejercicio nº 6



Ejercicio nº 7



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	100g	Ración 20g
Valor energético	128kcal (1370J)	64kcal (270J)
Proteínas	0,5g	0,1g
Hidratos de carbono	6,2g	1,3g
de los cuales: azúcares	2,8g	0,6g
polialcoholes	3,4g	0,7g
Grasas	0,2g	0,04g
de las cuales: saturadas	0,02g	0,004g
monosaturadas	0,04g	0,012g
polinsaturadas	0,12g	0,024g
Fibra	1,9g	0,4g
Sodio	0,0g	0,0g



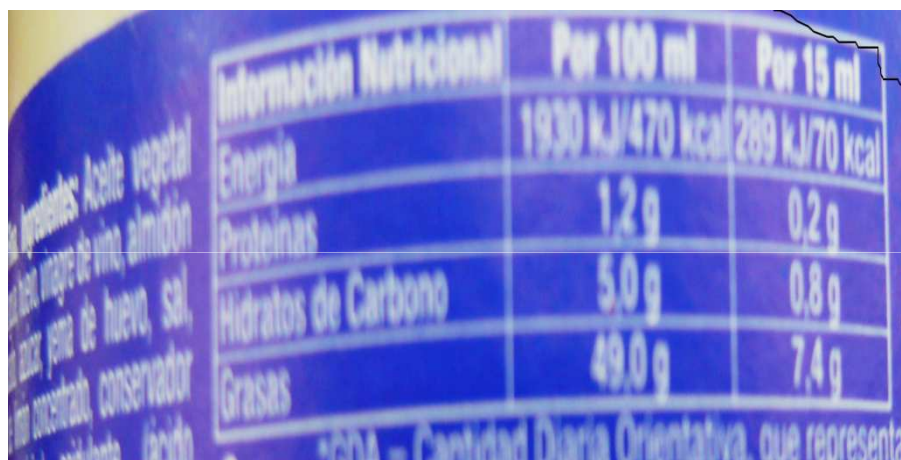
Ejercicio nº 7

Reducido= <30%
Bajo= <40 Kcal
Sin = <4 Kcal



Ejercicio nº 8

Mahonesa normal



Ingredientes: Aceite vegetal, yema de huevo, sal, vinagre, almidón, conservador.

Información Nutricional	Por 100 ml	Por 15 ml
Energía	1930 kJ/470 kcal	289 kJ/70 kcal
Proteínas	1,2 g	0,2 g
Hidratos de Carbono	5,0 g	0,8 g
Grasas	49,0 g	7,4 g

*100% = Cantidad Diaria Orientativa, que representa

Bajo contenido en grasa

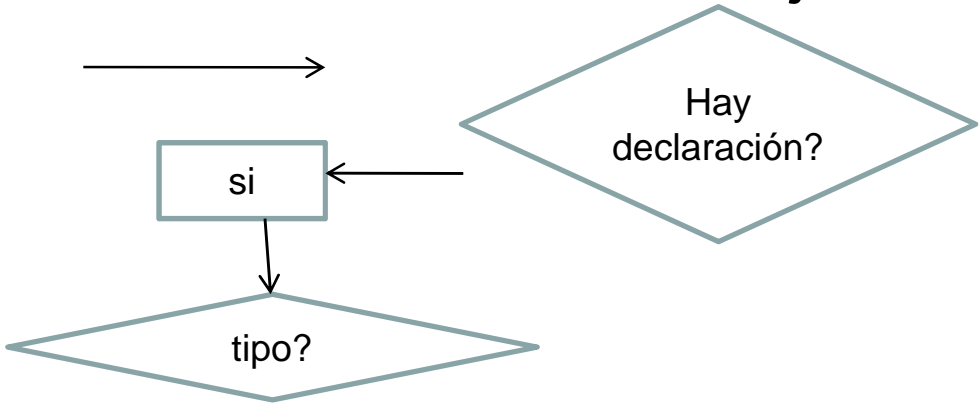


Información Nutricional	Por 100 ml	Por 15 ml
Energía	1095 kJ/265 kcal	164 kJ/40 kcal
Proteínas	0,8 g	0,1 g
Hidratos de Carbono	7,6 g	1,1 g
Grasas	25,5 g	3,8 g

*100% = Cantidad Diaria Orientativa, que representa

Ejercicio nº 8

Alimento normal



Nutricional

Menor contenido en grasa



Si , en los dos casos considerados

Bajo contenido en grasa = <3 gr/100gr

Contenido reducido en grasa = <30% del normal

¿Es entendible menor contenido por contenido reducido?

Ejercicio nº 9

FIBRA

Fuente de fibra=3gr fibra/100



Valor nutricional medio	Por 100 g	Por galleta (10,6 g)	% CDO* por galleta
Valor energético	455 kcal 1915 kJ	48 kcal 203 kJ	2%
Proteínas	7,5 g	0,8 g	2%
Hidratos de carbono de los cuales azúcares	66 g 24 g	7,0 g 2,5 g	3% 3%
Grasas de las cuales saturadas	18 g 8,5 g	1,9 g 0,9 g	3% 5%
Fibra	4,7 g	0,5 g	2%
Sodio	0,4 g	0,04 g	2%

Ejercicio nº 10



¡Por fin la soja sabe bien!

Alpro® soja de Central Lechera Asturiana tiene todas las propiedades nutritivas de la soja, es baja en grasas saturadas y fuente de calcio y vitaminas.

✓ Fuente de Proteínas
.....

✓ Calcio y vitaminas añadidos
.....

✓ 0% lactosa
.....

✓ Sin edulcorantes, colorantes o conservantes artificiales

Alpro® soja de Central Lechera Asturiana recomienda una dieta variada y equilibrada junto con un estilo de vida saludable.

- ✓ Elaborado con habas de soja No Modificadas Genéticamente
- ✓ Sin lactosa, ni gluten
- ✓ Apto para vegetarianos
- ✓ No contiene frutos secos

Pruebe también:

www.centrallecheraasturiana-alpro.com



Valores medios por 100ml

Valor energético	39 kcal / 164 kJ
Proteínas	3,0 g
Hidratos de carbono	2,5 g
de los cuales	
• azúcares	2,5 g
• lactosa	0 g
Grasas	1,8 g
de las cuales ácidos grasos	
• saturados	0,3 g
• monoinsaturados	0,4 g
• poliinsaturados	1,1 g
• colesterol	0 mg
Fibra alimentaria	0,5 g
Sodio	0,04 g
Calcio	120 mg *
Vitaminas:	
• Riboflavina (B2)	0,21 mg *
• B12	0,38 µg *
• D2	0,75 µg *

* =15% de la cantidad diaria recomendada

♦ Cantidad Diaria Orientativa

Análisis medio	Adultos
Energía (kcal)	2.000
Azúcares	90g
Grasas	70g
de las cuales saturadas	20g
Sodio	2,4g

.....

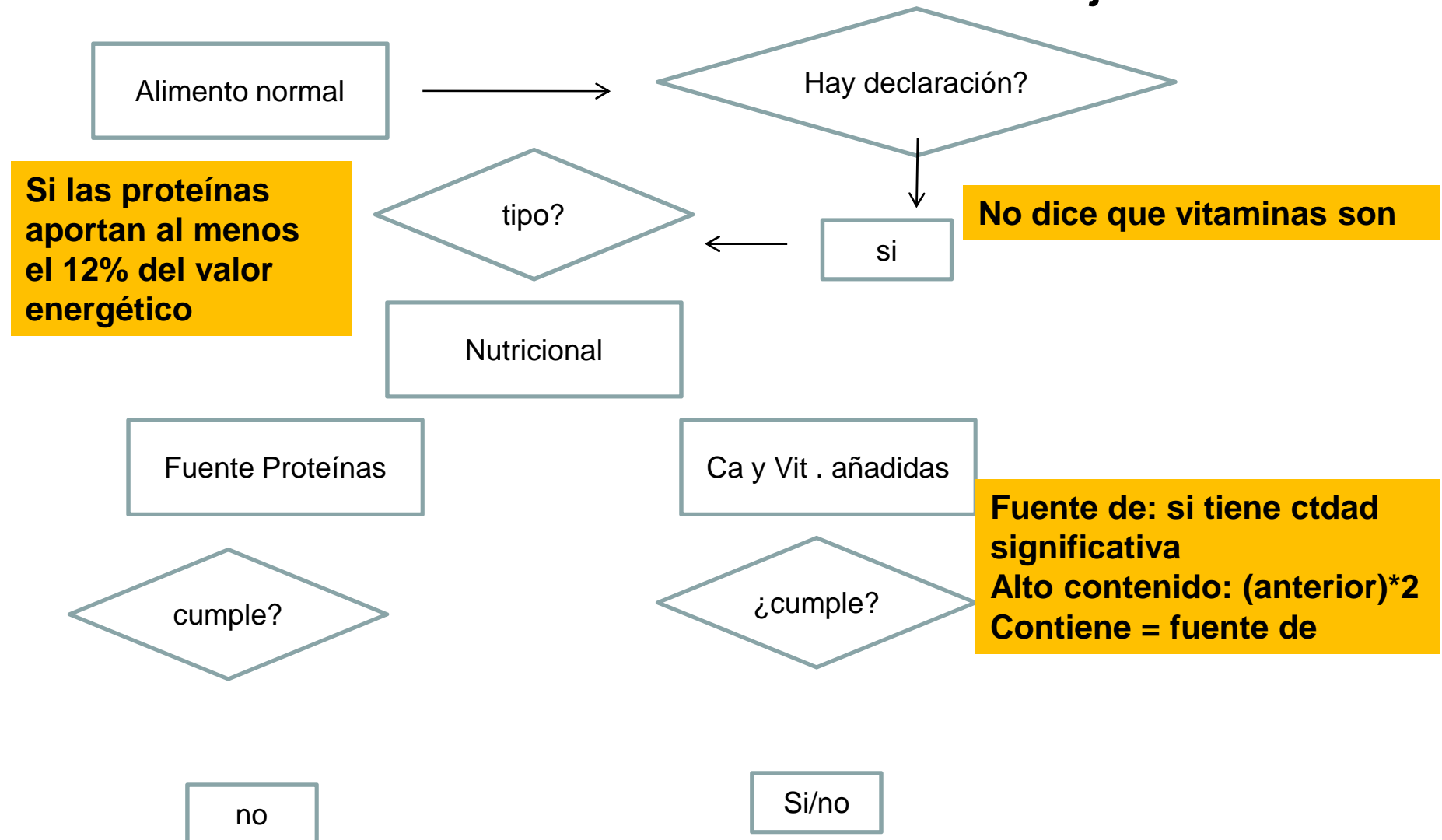
Un vaso de 200ml contiene:

kcal	Azúcares	Grasas	Saturados	Sodio
78	5g	3,6g	0,6g	0,08g
4%	6%	5%	3%	4%

de la Cantidad Diaria Orientativa (CDO) para un adulto basada en una dieta media de 2.000 kcal

INGREDIENTES: agua, habas de soja des-

Ejercicio nº 10



Ejercicio 11

FolicB

Ingredientes: leche desnatada, aceites vegetales (1,6%) (girasol y maíz), proteínas lácteas, emulgente (E435), estabilizadores (fosfatos y polifosfatos de sodio), vitaminas (E, B6, A, ácido fólico, D y B12).

Contenido medio

	por 100 ml	por 250 ml
Valor energético	45 Kcal / 190 KJ	110 Kcal / 470 KJ
Proteínas	3,5 g	8 g
Hidratos de carbono de los cuales lactosa	4,5 g / 4,5 g	11 g / 11 g
Grasas de las cuales saturadas monoinsaturadas poliinsaturadas	1,6 g / 0,2 g / 0,4 g / 1 g	4 g / 0,5 g / 1 g / 2,5 g
Fibra alimentaria	0 g	0 g
Sodio	0,07 g	0,17 g
Acido fólico (vit.B9)	40 µg (20% CDR*)	100 µg (50% CDR*)
Vitamina B6	0,4 mg (20% CDR*)	1 mg (50% CDR*)
Vitamina B12	0,2 µg (20% CDR*)	0,5 µg (50% CDR*)
Vitamina A	120 µg (15% CDR*)	300 µg (37% CDR*)
Vitamina D	0,75 µg (15% CDR*)	1,9 µg (37% CDR*)
Vitamina E	1,5 mg (15% CDR*)	3,7 mg (37% CDR*)
Calcio	120 mg (15% CDR*)	300 mg (37% CDR*)

*Cantidad Diaria Recomendada

Cada ración de 250 ml contiene:

Energía	Azúcares	Grasas	Grasas saturadas	Sodio
110 Kcal	11g	4g	0,5g	0,17g
6%	12%	6%	2%	7%

*CDO= Cantidad Diaria Orientativa para un adulto.

FolicB

ácido Fólico y vitaminas B6, B12 + vitaminas ADE

Ayuda a controlar el **COLESTEROL**

fuelle de calcio

Cada ración de 250 ml

Energía 110 Kcal 6% CDO*

✓ con los beneficios de los aceites vegetales

FolicB

ácido Fólico y vitaminas B6, B12 + vitaminas ADE

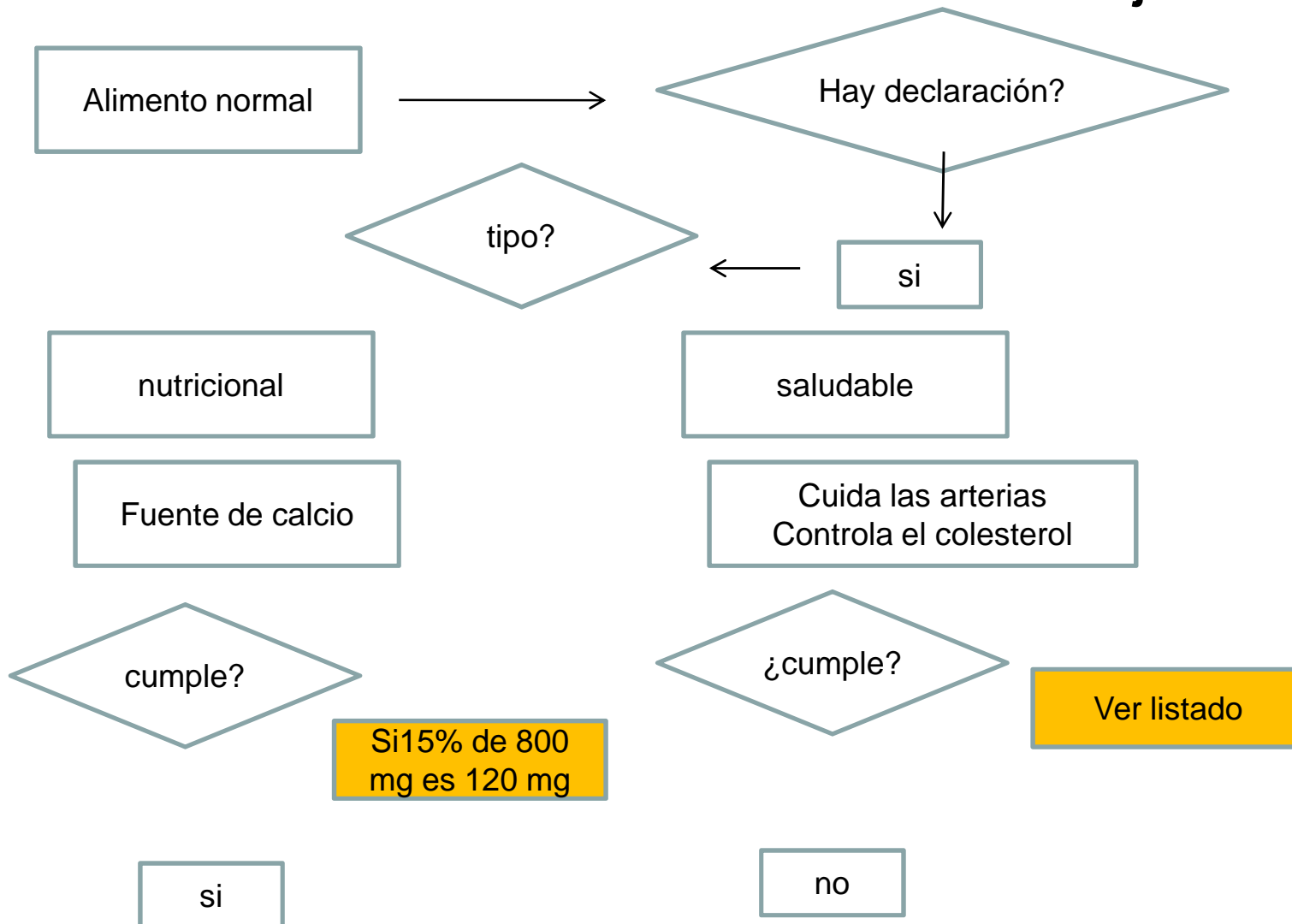
Ahora Flora, el colesterol, que ayuda a cuidar además de cuidar contiene Folic B el estado de las arterias.

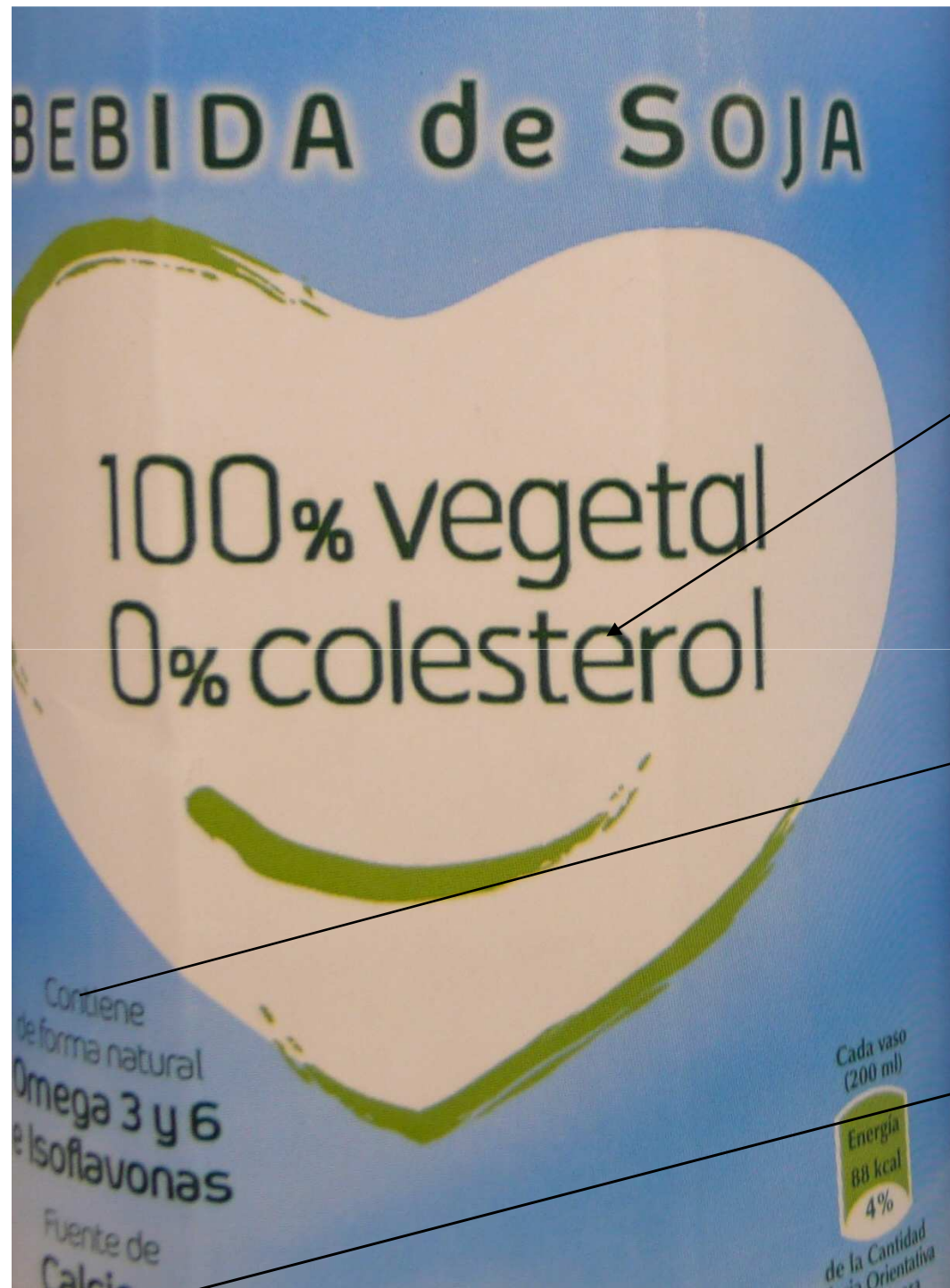
Flora, desde siempre, ha ayudado a controlar el colesterol gracias a su deliciosa selección de aceites vegetales ricos en insaturados. Recientes investigaciones han identificado una nueva sustancia, la homocisteína, que daña las arterias.

Controlar los niveles de homocisteína es esencial para mantener en buen estado las arterias. Folic B - complejo vitamínico compuesto por ácido fólico, vitamina B6 y vitamina B12 - ayuda a mantener las arterias sanas.

Una vez abierto consérvese en frigorífico.

Ejercicio nº 11





Si se indica el índice de colesterol Indicar cantidad de ácidos grasos saturados.

Solo se podría poner esta declaración si cumple el art. 5: prueba científica, asimilable por el organismo, consumo esperado, comprensión del consumidor.....

Solo se puede decir contiene o es fuente de un mineral o vitamina si está en cantidad significativa

ALIMENTO COMPLEMENTARIO PARA DEPORTISTAS. CON SALES MINERALES.

INGREDIENTES: AGUA, AZÚCAR, CORRECTORES DE ACIDEZ ÁCIDO CÍTRICO Y CITRATO SÓDICO, AROMAS, SALES MINERALES CLORURO SÓDICO, FOSFATO POTÁSICO Y FOSFATO CÁLCICO, ANTIOXIDANTE ÁCIDO ASCÓRBICO Y ESTABILIZADORES E-414 Y E-445.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR 100 ml

VALOR ENERGÉTICO:	111 kJ, 26 kcal
PROTEÍNAS:	0 g
HIDRATOS DE CARBONO:	6,3 g
DE LOS CUALES AZÚCARES:	6,3 g
GRASAS:	0 g
DE LAS CUALES ÁCIDOS GRASOS SATURADOS:	0 g
FIBRA ALIMENTARIA:	0 g
SODIO:	0,02 g
MINERALES AÑADIDOS:	
CLORURO:	24,0 mg
POTASIO:	2,2 mg
FOSFORO:	1,0 mg
CALCIO:	0,8 mg

Esta lata de 330 ml contiene

Energía	Azúcares	Grasas	Grasas Saturadas	Sodio
86 kcal	21 g	0 g	0 g	0,07 g
4%	23%	0%	0%	3%

de la Cantidad Diaria Orientativa para un adulto. Basado en un aporte diario de 2.000 kcal. Cuando realizas actividades físicas puedes necesitar más cantidad de líquido.

VER LA BASE

REFERENTE ANTES DEL - LOTE: VER LA BASE

REFRESCANTE AROMATIZADA.

INGREDIENTES: agua, correctores de acidez E-296 y E-330, edulcorantes (incluyendo extracto de té), edulcorantes E-951 y E-952 y antioxidante E-300.

CONTIENE UNA FUENTE DE TENILALANINA.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR 100 ml

VALOR ENERGÉTICO:	1,1 kJ, 1 kcal	GRASAS:	0 g	DE LAS CUALES ÁCIDOS GRASOS SATURADOS:	0 g
PROTEÍNAS:	0 g	FIBRA ALIMENTARIA:	0 g	SODIO:	0 g
HIDRATOS DE CARBONO:	0 g	DE LOS CUALES AZÚCARES:	0 g		

Esta lata de 330 ml contiene

Energía	Azúcares	Grasas	Grasas Saturadas	Sodio
1 kcal	0 g	0 g	0 g	0,06 g
0%	0%	0%	0%	3%

de la Cantidad Diaria Orientativa para un adulto. Basado en un aporte diario de 2.000 kcal. Se recomienda seguir una dieta variada, moderada y equilibrada, así como un estilo de vida saludable.

PREPARADO Y EMPAQUETADO POR BEVERAGE PARTNERS WORLDWIDE (EUROPE) AG. por: ver tapa.

BEVERAGE PARTNERS ES UNA MARCA REGISTRADA DE SOCIÉTÉ DES PRODUITS NESTLÉ S.A.

Consumir preferentemente antes del - Lote: ver la base. Evitar la exposición a la luz solar. Preservar de olores agresivos. Conservar en lugar limpio, fresco y seco.

© 2008 Beverage Partners Worldwide S.A. All rights reserved.

330 ml

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR
902 199202

000 020864

NATIFAR 60 comprimidos: Complemento alimenticio

INGREDIENTES: Composición por comprimido: Fosfato de Calcio; Celulosa; Antiaglomerante (Estearato de Magnesio); Ácido Fólico 200 µg; Ioduro Potásico 130,82 µg (Equivalente a 100 µg de Yodo); Vitamina B12 1µg.

Cantidad Neto: 60 comprimidos de 110 mg

Peso neto: 6,6 g

Dosis diaria recomendada: 1 comprimido al día

Modo de empleo: Tomar 1 comprimido con agua antes del desayuno.

Información nutricional	En 100 g	Por 1 comp.	%CDR*
Valor energético	20,10 Kcal	0,023 Kcal	
	85,10 KJ	0,093 KJ	
Proteínas	0,00 g	0,000 g	
Hidratos de carbono	0,00 g	0,00 g	
Grasas	2,30 g	0,0025 g	
Vitaminas:			
Ácido Fólico (Vitamina B9)	181818,00 µg	200,00 µg	100
Vitamina B12	909,10 µg	1,00 µg	100
Minerales:			
Yodo	90909,10 µg	100,00 µg	66,67

*CDR: Cantidad Diaria Recomendada

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada. Atención: No superar la dosis diaria expresamente recomendada. Mantener fuera del alcance de los niños.

60 comprimidos

C.N. 181877.5



Laboratorios J. J. Pizar, S.A.
c/Oleandun, 9 - 20750 Azpeitia - Guipúzcoa
www.jjpizar.com

Ácido fólico
Yodo
Vitamina B12

Ácido fólico
Yodo
Vitamina B12

60 comprimidos

Leer
Consumir preferentemente
antes del fin de (ver base del
estuche)



CDR vit min en todos los alimentos