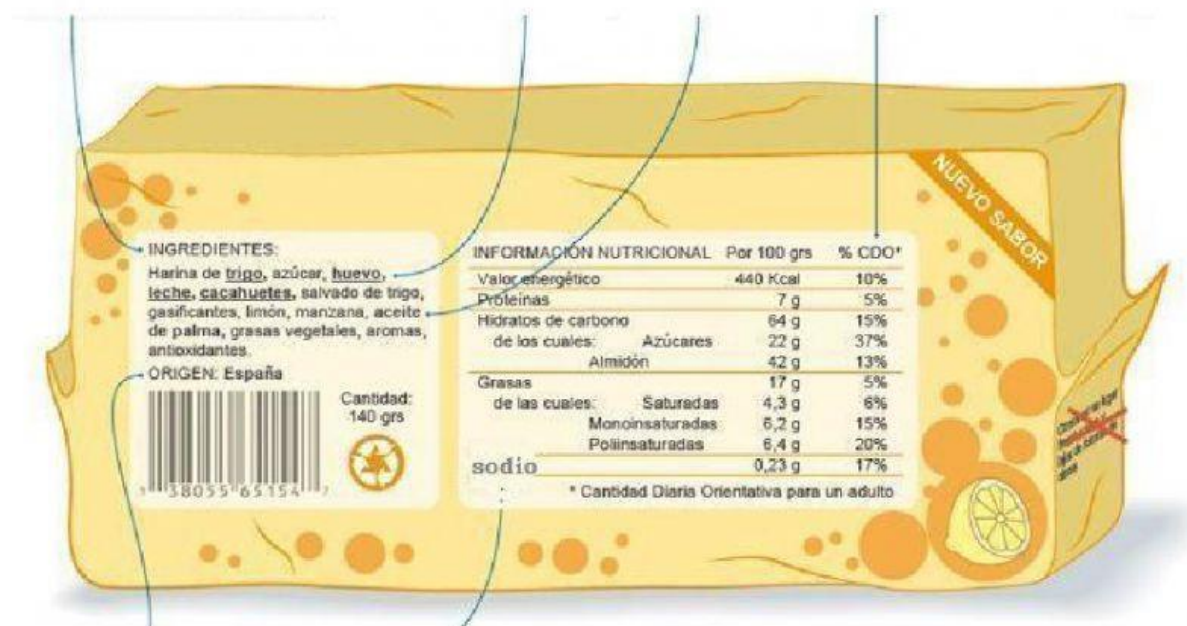


¿Para qué me sirve el etiquetado de un alimento?

La etiqueta está enfocada a que conozcas el producto/alimento que vas a comprar y consumir. Te da información sobre cuál es su origen, ingredientes, valor nutricional, etc.

COMPLETA LA ETIQUETA CON LA INFORMACIÓN QUE ESTÁ MOSTRANDO

(SAL- ALÉRGENOS – NUTRICIONAL – ORIGEN – TIPO DE ACEITE- INGREDIENTES)



¿QUÉ INFORMACIÓN DEBE INCLUIR UN PRODUCTO ENVASADO?

	descripción del alimento/producto para que el consumidor pueda saber de qué se trata.
	deben aparecer en orden según la cantidad de contenga el producto, de mayor a menor presencia.
	se muestran aquellas sustancias susceptibles de crear alergia o intolerancia en una tipografía diferente
	en las bebidas que contengan más de un 1,2% se debe indicar el volumen de alcohol como “%vol.”.

	debe incluir: valor energético y cantidad de grasa, grasa saturada, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal.
	del producto expresada en gramos, kilos, mililitros, centilitros o litros, según cada producto
	- Fecha de duración se expresa como “consumir preferentemente antes del día/mes/año” o “consumir preferentemente antes del fin de mes/año o año” e informa de la fecha hasta la cual el producto mantiene sus propiedades. - Fecha de caducidad para productos muy perecederos (frescos), se expresa como “fecha de caducidad: día/mes y a veces año”.
	si el alimento requiere un modo determinado de uso o conservación
	nombre y dirección.
	país de origen o lugar de procedencia es obligatorio en el caso de carnes envasadas de ovino, porcino, caprino y aves de corral.

Conclusión

No quiero terminar sin decir que es necesario tener toda esta
 ,, en nuestro poder, para tomar nuestras
 propias sobre si algo nos conviene o no sin dejarnos
 influenciar por toda la que nos rodea.

No obstante, quiero recordarte que si basas tu alimentación en
 reales y consumes principalmente en
, hortalizas y frutas frescas, y
 legumbres, etc. seguro que no tienes ningún