

ETIQUETA DE UN ALIMENTO



Laura Fernández

El etiquetado de los alimentos es una herramienta para informar al consumidor de todos los datos del producto que debe saber con la intención de garantizar su protección.

1.- Observa la información que aparece en la siguiente etiqueta de un alimento:

Calvo
Atún Claro
en aceite vegetal

Ingredientes:
Atún Claro, aceite vegetal y sal.

Valor Nutricional medio por 100 g. de producto escurrido

Energía	204 Kcal/855Kj
Proteínas	24,0 g
Hidratos de carbono	0,0 g
Grasas	12,0 g

Peso Neto : 160 g e
Peso Escurrido : 104 g
Capacidad : 170 ml

Consumir preferentemente antes de finales de: ver base.

Calvo
Atún Claro
en aceite vegetal

Lote: Consumir preferentemente antes de finales de:

L-P185 30/07/2010

Calvo
CALVO DISTRIBUCIÓN ALIMENTARIA S.L.L.
C/TA DE FINISTERRE KM. 34,5
CARRILLO - A CORUÑA - ESPAÑA

ES 12.00390.C CE

8 410090 051004

La fotografía se muestra a modo de sugerencia de presentación.

2

2.- Contesta a las siguientes preguntas:

a) ¿A qué **alimento** pertenece la etiqueta?

b) ¿De qué marca es el alimento?

c) ¿Cuánto cuesta el producto?

d) ¿Cuáles son los **ingredientes** del producto?

e) ¿Cuál es la **cantidad neta** del alimento?

f) Observa la **tabla de valor nutricional**. ¿Cuántas grasas tiene por 100 g de producto?

g) ¿Cuál es la **fecha de consumo preferente**?

3.- Ahora elige unos de los productos que tengas en casa que tengan etiqueta y contesta a las siguientes preguntas:

a) ¿Qué **alimento** has elegido?

b) ¿Cuáles son los **ingredientes** del producto?

c) ¿Cuál es la **cantidad neta** del alimento?

d) Observa la **tabla de valor nutricional**. ¿Cuántas grasas tiene por 100 g de producto?

¿E hidratos de carbono?

e) ¿Cuál es la **fecha de consumo preferente**?