

LE INDICAZIONI NUTRIZIONALI IN ETICHETTA

Dr. Antonio Trifirò

**Responsabile Dipartimento Conserve Vegetali
SSICA**

VECCHIA NORMATIVA

**D.Lgs. 16 febbraio 1993, n. 77 -
Attuazione della direttiva
90/496/CEE del Consiglio del 24
settembre 1990 .**

**DECRETO 18 marzo 2009 -
Attuazione della direttiva
208/100/CE**

**Le indicazioni nutrizionali sono
su base volontaria (tranne il caso
di utilizzo di CLAIMS nutrizionali
e salutistici)**

NUOVA NORMATIVA

**Regolamento (UE) n.
1169/2011 del Parlamento
Europeo e del Consiglio del 25
ottobre 2011**

**Dal 13 dicembre 2016 le
indicazioni nutrizionali sono
obbligatorie**

**Gli alimenti immessi sul
mercato o etichettati prima
del 13 dicembre 2016 possono
essere commercializzati fino
all'esaurimento delle scorte**

Decreto Legislativo n. 77/93

INFORMAZIONI ESSENZIALI

Forma ridotta:

- Proteine
- Carboidrati
- Grassi
- Valore energetico

Forma estesa:

- Proteine
- Carboidrati
- Zuccheri
- Grassi
- Acidi grassi saturi
- *Fibra alimentare*
- *Sodio*
- Valore energetico

Regolamento UE n. 1169/2011

INFORMAZIONI OBBLIGATORIE

- Proteine
- Carboidrati
- Zuccheri
- Grassi
- Acidi grassi saturi
- *Sale**
- Valore energetico

***Sale = il contenuto equivalente di sale calcolato mediante la formula:**

$$\text{sale} = \text{sodio} \times 2,5.$$

Una dicitura indicante che il contenuto di sale è dovuto esclusivamente al sodio naturalmente presente può figurare, ove opportuno, immediatamente accanto alla dichiarazione nutrizionale”.

Decreto Legislativo n. 77/93

INFORMAZIONI FACOLTATIVE

- a) l'amido;
- b) i polialcoli;
- c) gli acidi grassi monoinsaturi;
- d) gli acidi grassi polinsaturi;
- e) il colesterolo;
- f) le vitamine e gli elementi minerali elencati nell'allegato, se presenti in quantità significativa secondo quanto previsto nell'allegato stesso.

Regolamento UE n. 1169/2011

INFORMAZIONI FACOLTATIVE

- a) acidi grassi monoinsaturi;
- b) acidi grassi polinsaturi;
- c) polioli;
- d) amido;
- e) *fibre*;
- f) i sali minerali o le vitamine elencati all'allegato XIII, parte A, punto 1, e presenti in quantità significativa secondo quanto definito nella parte A, punto 2, di tale Allegato.

Acidi grassi trans: per ora no; decisione dopo il 13 dicembre 2014

Vitamine e sali minerali: gli elenchi della vecchia e della nuova norma coincidono

I valori sono espressi in grammi (g), tranne quelli di vitamine e sali minerali

DECRETO 18 marzo 2009

Allegato I

**VITAMINE E SALI MINERALI CHE POSSONO ESSERE DICHIARATI E RELATIVE
RAZIONI GIORNALIERE RACCOMANDATE (RDA).**

Vitamina A (μg)	800
Vitamina D (μg)	5
Vitamina E (mg)	12
Vitamina K (μg)	75
Vitamina C (mg)	80
Tiammina (mg)	1,1
Riboflavina (mg)	1,4
Niacina (mg)	16
Vitamina B6 (mg)	1,4
Folacina (μg)	200
Vitamina B12 (μg)	2,5
Biotina (μg)	50
Acido pantotenico (mg)	6

Potassio (mg)	2 000
Cloruro (mg)	800
Calcio (mg)	800
Fosforo (mg)	700
Magnesio (mg)	375
Ferro (mg)	14
Zinco (mg)	10
Rame (mg)	1
Manganese (mg)	2
Fluoruro (mg)	3,5
Selenio (μg)	55
Cromo (μg)	40
Molibdeno (μg)	50
Iodio (μg)	150

DECRETO 18 marzo 2009

Allegato I

Di norma, per decidere se una quantità è significativa per ogni 100 g o 100 ml o per ogni confezione, se questa contiene un'unica porzione, si prende come riferimento il 15 % della dose raccomandata nel presente allegato.

**PARTE A — CONSUMI DI RIFERIMENTO GIORNALIERI PER VITAMINE
E SALI MINERALI (ADULTI)**

**Vitamine e sali minerali che possono essere dichiarati e relativi
valori nutritivi di riferimento**

Vitamina A (µg)	800
Vitamina D (µg)	5
Vitamina E (mg)	12
Vitamina K (µg)	75
Vitamina C (mg)	80
Tiammina (mg)	1,1
Riboflavina (mg)	1,4
Niacina (mg)	16
Vitamina B6 (mg)	1,4
Acido folico (µg)	200
Vitamina B12 (µg)	2,5
Biotina (µg)	50
Acido pantotenico (mg)	6

Potassio (mg)	2 000
Cloruro (mg)	800
Calcio (mg)	800
Fosforo (mg)	700
Magnesio (mg)	375
Ferro (mg)	14
Zinco (mg)	10
Rame (mg)	1
Manganese (mg)	2
Fluoro (mg)	3,5
Selenio (µg)	55
Cromo (µg)	40
Molibdeno (µg)	50
Iodio (µg)	150

Regolamento UE n. 1169/2011

ALLEGATO XIII

Quantità significative di vitamine e di sali minerali

Di norma, per decidere cosa costituisce una quantità significativa dovrebbero essere presi in considerazione i seguenti valori:

- 15 % dei valori nutritivi di riferimento specificati al punto 1 per 100 g o 100 ml nel caso di prodotti diversi dalle bevande,**
- il 7,5 % dei valori nutritivi di riferimento specificati al punto 1 per 100 ml nel caso delle bevande, oppure**
- il 15 % dei valori nutritivi di riferimento specificati al punto 1 per porzione se l'imballaggio contiene una sola porzione.**

Regolamento UE n. 1169/2011

Art. 32, par. 3

Le eventuali dichiarazioni relative alle vitamine o ai sali minerali, **oltre** alla forma di espressione di cui al paragrafo 2 (*unità di peso per 100 g o per 100 ml*), **sono** espresse per 100 g o per 100 ml quali percentuali delle assunzioni di riferimento fissate nell'Allegato XIII.

«**grassi**»: i lipidi totali, compresi i fosfolipidi;

«**acidi grassi saturi**»: gli acidi grassi che non presentano doppi legami;

«**acidi grassi trans**»: gli acidi grassi che presentano almeno un doppio legame non coniugato (vale a dire interrotto da almeno un gruppo metilene) tra atomi di carbonio in configurazione trans;

«**acidi grassi monoinsaturi**»: gli acidi grassi con doppio legame cis;

«**acidi grassi polinsaturi**»: gli acidi grassi con due o più doppi legami interrotti da gruppi metilenici cis-cis;

«**carboidrati**»: qualsiasi carboidrato metabolizzato dall'uomo, compresi i polioli;

«**zuccheri**»: tutti i monosaccaridi e i disaccaridi presenti in un alimento, esclusi i polioli;

«**polioli**»: gli alcoli comprendenti più di due gruppi idrossili;

«**proteine**»: il contenuto proteico calcolato con la seguente formula: proteine = azoto totale (Kjeldahl) × 6,25;

«**sale**»: il contenuto equivalente di sale calcolato mediante la formula: sale = sodio \times 2,5;

«**fibre**»: i polimeri di carboidrati composti da tre o più unità monomeriche, che non sono né digeriti né assorbiti nel piccolo intestino umano e appartengono a una delle seguenti categorie:

- polimeri di carboidrati commestibili naturalmente presenti negli alimenti consumati,
- polimeri di carboidrati commestibili ottenuti da materie prime alimentari mediante procedimenti fisici, enzimatici o chimici e che hanno un effetto fisiologico benefico dimostrato da dati scientifici generalmente accettati,
- polimeri di carboidrati sintetici commestibili che hanno un effetto fisiologico benefico dimostrato da dati scientifici generalmente accettati;

REGOLAMENTO UE n. 1169/2011

VALORE ENERGETICO

Il Valore Energetico si esprime in kcal e in kJ. Si calcola utilizzando i seguenti fattori di conversione

	kJ/g	kcal/g
— carboidrati (ad esclusione dei polioli)	17	4
— <u>polioli</u>	10	2,4
— proteine	17	4
— grassi	37	9
— <u>salatrim*</u>	25	6
— <u>alcol (etanolo)</u>	29	7
— <u>acidi organici</u>	13	3
— <u>fibre</u>	8	2
— eritritolo	0	0

* **Grassi a basso tenore energetico (consentiti nei prodotti da forno e pasticceria)**

QUANDO POSSO OMETTERE LA DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE?

Art. 44

- Alimenti offerti in vendita al consumatore finale o alle collettività senza preimballaggio oppure imballati sui luoghi di vendita su richiesta del consumatore o preimballati per la vendita diretta.

In questo caso, se si decide di riportare la dichiarazione nutrizionale, essa può limitarsi al solo valore energetico o al valore energetico accompagnato dalla quantità di grassi, acidi grassi saturi, zuccheri e sale (Art. 30 par. 5).

Resta agli Stati membri dell'UE la potestà di decidere quali informazioni debbano accompagnare la vendita di alimenti sfusi o di alimenti c.d. pre-incartati che la grande distribuzione porziona, avvolge nel cellophane e colloca sui banchi di vendita .

**QUANDO POSSO OMETTERE LA DICHIARAZIONE
NUTRIZIONALE?**

Art. 16

- **Nel caso di imballaggi o contenitori la cui superficie maggiore misura meno di 10 cm²**
- **Alimenti elencati nell'allegato V**
- **Per le bevande con contenuto alcolico superiore all'1,2 % in volume. In questo caso, se si decide di riportare la dichiarazione nutrizionale, essa può limitarsi al solo valore energetico (Art. 30 par. 4)**

QUANDO POSSO OMETTERE LA DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE?

Allegato V

1. I prodotti non trasformati che comprendono un solo ingrediente o una sola categoria di ingredienti;
2. i prodotti trasformati che sono stati sottoposti unicamente a maturazione e che comprendono un solo ingrediente o una sola categoria di ingredienti;
3. le acque destinate al consumo umano, comprese quelle che contengono come soli ingredienti aggiunti anidride carbonica e/o aromi;
4. le piante aromatiche, le spezie o le loro miscele;
5. il sale e i succedanei del sale;
6. gli edulcoranti da tavola;
7. i prodotti contemplati dalla direttiva 1999/4/CE del Parlamento europeo e del Consiglio, del 22 febbraio 1999, relativa agli estratti di caffè e agli estratti di cicoria (1), i chicchi di caffè interi o macinati e i chicchi di caffè decaffeinati interi o macinati;
8. le infusioni a base di erbe e di frutta, i tè, tè decaffeinati, tè istantanei o solubili o estratti di tè, tè istantanei o solubili o estratti di tè decaffeinati, senza altri ingredienti aggiunti tranne aromi che non modificano il valore nutrizionale del tè;

QUANDO POSSO OMETTERE LA DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE?

Allegato V

9. gli aceti di fermentazione e i loro sucedanei, compresi quelli i cui soli ingredienti aggiunti sono aromi;
10. gli aromi;
11. gli additivi alimentari;
12. i coadiuvanti tecnologici;
13. gli enzimi alimentari;
14. la gelatina;
15. i composti di gelificazione per marmellate;
16. i lieviti;
17. le gomme da masticare;
18. gli alimenti confezionati in imballaggi o contenitori la cui superficie maggiore misura meno di 25 cm² ;
19. gli alimenti, anche confezionati in maniera artigianale, forniti direttamente dal fabbricante di piccole quantità di prodotti al consumatore finale o a strutture locali di vendita al dettaglio che forniscono direttamente al consumatore finale.

ARROTONDAMENTI DEI VALORI RIPORTATI

Linee guida della Commissione Europea – Dicembre 2012

Table 4: Rounding guidelines for the nutrient declaration in nutrition labelling of foods

Nutritional element	Amount	Rounding
Energy		to nearest 1 kJ/kcal (no decimals)
Fat*, Carbohydrate*, sugars*, Protein*, fibre*, polyols*, starch*	≥10 g per100 g or ml	to nearest 1 g (no decimals)
	<10 g and > 0.5 g per 100 g or ml	to nearest 0.1 g
	no detectable amounts is present or concentration is ≤ 0.5 g per 100 g or ml	“0 g” or “<0.5 g” may be declared
Saturates*, Mono-unsaturates*, Polyunsaturates*	≥10 g per100 g or ml	to nearest 1 g (no decimals)
	<10 g and > 0.1 g per 100 g or ml	to nearest 0.1 g
	no detectable amounts is present or concentration is ≤ 0.1 g per 100 g or ml	“0 g” or “<0.1 g” may be declared

ARROTONDAMENTI DEI VALORI RIPORTATI

Linee guida della Commissione Europea – Dicembre 2012

Table 4: Rounding guidelines for the nutrient declaration in nutrition labelling of foods

Nutritional element	Amount	Rounding
Sodium	≥1 g per 100 g or ml	to nearest 0.1 g
	<1 g and > 0.005 g per 100 g or ml	to nearest to nearest 0.01 g
	no detectable amounts is present or concentration is ≤ 0.005 g per 100 g or ml	"0 g" or "<0.005 g" may be declared
Salt	≥1 g per 100 g or ml	to nearest 0.1 g
	<1 g and > 0.0125 g per 100 g or ml	to nearest 0.01 g
	no detectable amounts is present or concentration is ≤ 0.0125 g per 100 g or ml	"0 g" or "<0.01 g" may be declared
Vitamins and minerals	vitamin A, folic acid, chloride, calcium, phosphorus, magnesium, iodine, potassium	3 significant figures
	All other vitamins and minerals	2 significant figure

VALORI RIPORTATI NELLA DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE

Art. 31

Il valore energetico e le quantità di sostanze nutritive di cui all'articolo 30, paragrafi da 1 a 5, si riferiscono all'alimento così com'è venduto. Se del caso, tali informazioni possono riguardare l'alimento dopo la preparazione, a condizione che le modalità di preparazione siano descritte in modo sufficientemente particolareggiato e le informazioni riguardino l'alimento pronto per il consumo.

REGOLAMENTO 1924/06 (CLAIMS) INDICAZIONI NUTRIZIONALI

Art. 5 par. 3

Le indicazioni nutrizionali e sulla salute si riferiscono agli alimenti pronti per essere consumati secondo le istruzioni del fabbricante.

VALORI RIPORTATI NELLA DICHIARAZIONE NUTRIZIONALE

Art. 31

I valori dichiarati sono valori medi stabiliti, a seconda dei casi, sulla base:

- a) dell'analisi dell'alimento effettuata dal fabbricante;
- b) del calcolo effettuato a partire dai valori medi noti o effettivi relativi agli ingredienti utilizzati; oppure
- c) del calcolo effettuato a partire da dati generalmente stabiliti e accettati.

Il valore medio è definito nell' Allegato I come:

“il valore che rappresenta meglio la quantità di una sostanza nutritiva contenuta in un alimento dato e che tiene conto delle tolleranze dovute alle variazioni stagionali, alle abitudini di consumo e agli altri fattori che possono influenzare il valore effettivo”.

Table 1: tolerances for foods other than food supplements including measurement uncertainty

		Tolerances for foods (includes uncertainty of measurement)
Vitamins		+50%** -35%
Minerals		+45% -35%
Carbohydrate, sugars, Protein, fibre	≤10 g per100 g	±2 g
	10-40 g per 100 g	±20%
	>40 g per 100 g	±8 g
Fat	≤10 g per100 g	±1.5 g
	10-40 g per 100 g	±20%
	>40 g per 100 g	±8 g

** for vitamin C in liquids, higher upper tolerance values could be accepted

Table 1: tolerances for foods other than food supplements including measurement uncertainty

	Tolerances for foods (includes uncertainty of measurement)	
Saturates, Mono-unsaturates, Polyunsaturates	<4 g per 100 g	±0.8 g
	≥4g per 100 g	±20%
Sodium	<0.5 g per 100 g	±0.15 g
	≥0.5 g per 100 g	±20%
Salt	<1.25 g per 100 g	±0.375 g
	≥1.25 g per 100 g	±20%

Per la dichiarazione nutrizionale di alimenti per i quali viene fatta un'indicazione nutrizionale o sulla salute secondo il Regolamento 1924/2006/EC, così come nel caso di aggiunta di vitamine e minerali ai sensi del regolamento 1925/2006/EC, si applicano tolleranze differenti.

Se il valore misurato si discosta dalla tolleranza applicabile al valore dichiarato occorre effettuare una valutazione specifica per decidere se adottare una qualche azione o misura. In tale valutazione occorre tener conto, ad esempio, dei seguenti aspetti:

- a) la sostanza nutritiva in questione;**
- b) l'importanza del superamento;**
- c) la natura del superamento (quantità troppo elevata o troppo scarsa della sostanza nutritiva in questione);**
- d) il margine di variazione naturale elevato della sostanza nutritiva, inclusa la variazione stagionale;**
- e) il tasso di degradazione particolarmente elevato delle sostanze nutritive in determinate matrici alimentari;**
- f) la variabilità analitica particolarmente elevata delle sostanze nutritive in una specifica matrice alimentare;**

- g) la scarsa omogeneità di un prodotto che genera variazioni particolarmente elevate del suo contenuto nutritivo, non compensabile mediante la procedura di campionamento;**
- h) il rispetto del margine di tolleranza nella maggioranza dei campioni della stessa partita, se disponibili dati al riguardo;**
- i) la validità del metodo applicato dal fabbricante per stabilire il valore nutritivo dichiarato;**
- j) le modalità dell'automonitoraggio dell'impresa in generale;**
- k) eventuali problemi in passato o precedenti sanzioni nei confronti dell'impresa.**

Tali aspetti influiranno anche sull'entità delle sanzioni, se ritenute necessarie: ad esempio, orientamenti più precisi, avvertimenti, ingiunzioni o ammende.

Si potrà chiedere ai fabbricanti di giustificare il motivo delle loro deviazioni dalle tolleranze e di fornire precisazioni al riguardo.

Caso Studio

PISELLI SURGELATI

(116 campioni analizzati)

		Min	Max	Media	Scarto min	Scarto max	Tolleranza min	Tolleranza max
Sostanza secca	g/100 g	14.73	26.99	20.59				
Carboidrati totali	g/100 g	4.2	11	7.5	-3.3	+3.5	4.5	9.5
Zuccheri	g/100 g	2.5	7.2	5.0	-2.5	+2.2	3.0	7.0
Amido	g/100 g	2.3	7.6	4.6	-2.3	+3.0	2.6	6.6
Fibra	g/100 g	0.3	5.6	2.5	-2.2	+3.1	0.5	4.5
Proteine	g/100 g	3.7	7.1	5.3	-1.6	+1.8	3.3	7.3
Grassi totali	g/100 g	0	0.8	0.5	-0.5	+0.3	-1.0	2.0
Energia	kCal	39.22	68.38	53.58	-14.36	+14.8		
Vitamina C	mg/100 g	10.06	30.28	20.55	-10.49	+9.73	13.36	30.83
Folati	mg/100 g	0.02	0.08	0.03	-0.01	+0.05	0.02	0.05
Vitamina B1	mg/100 g	0.18	0.48	0.3	-0.12	+0.18	0.20	0.45

COME PRESENTARE LE INDICAZIONI NUTRIZIONALI OBBLIGATORIE

1. Le indicazioni di cui all'articolo 30, paragrafi 1 e 2, figurano nello stesso campo visivo. Tali indicazioni sono presentate insieme in un formato chiaro e, se del caso, nell'ordine di presentazione di cui all'allegato XV.
2. Le indicazioni di cui all'articolo 30, paragrafi 1 e 2, sono presentate in formato tabulare, se lo spazio lo consente, con allineamento delle cifre. In mancanza di spazio, la dichiarazione è presentata in formato lineare.

	Per 100 g (o per 100 ml)	
Energia	kcal	60
	kj	257
Grassi	g	0.5
di cui Acidi grassi saturi	g	0 (<0.1)
Carboidrati	g	7.5
di cui Zuccheri	g	5.0
Proteine	g	5.3
Sale	g	0 (<0.005)

ALTRE FORME DI DICHIARAZIONI NUTRIZIONALI

Art. 32 par.4

Oltre alla forma di espressione di cui al paragrafo 2 del presente articolo, il valore energetico e le quantità di sostanze nutritive di cui all'articolo 30, paragrafi 1, 3, 4 e 5, **possono** essere espressi, se del caso, per 100 g o 100 ml quale percentuale delle assunzioni di riferimento fissate nell'allegato XIII, parte B.

Art. 32 par.5

Quando sono fornite le informazioni di cui al paragrafo 4, in loro stretta prossimità **deve** figurare la seguente dicitura supplementare: «Assunzioni di riferimento di un adulto medio (8 400 kJ/2 000 kcal)».

ALTRE FORME DI DICHIARAZIONI NUTRIZIONALI

Allegato XIII, parte B.

**CONSUMI DI RIFERIMENTO DI ELEMENTI ENERGETICI E DI DETERMINATI
ELEMENTI NUTRITIVI DIVERSI DALLE VITAMINE E DAI SALI MINERALI (ADULTI)**

Elementi nutritivi o energetici	Consumo di riferimento
Energia	8 400 kJ/2 000 kcal
Grassi totali	70 g
Acidi grassi saturi	20 g
Carboidrati	260 g
Zuccheri	90 g
Proteine	50 g
Sale	6 g

ALTRE FORME DI DICHIARAZIONI NUTRIZIONALI

Espressione per porzione o per unità di consumo

La porzione o l'unità utilizzata è indicata immediatamente accanto alla dichiarazione nutrizionale

Art. 33 par.1

Nei seguenti casi il valore energetico e le quantità di sostanze nutritive di cui all'articolo 30, paragrafi da 1 a 5, possono essere espressi per porzione e/o per unità di consumo, facilmente riconoscibile dal consumatore, a condizione che siano quantificate sull'etichetta la porzione o l'unità utilizzate e sia indicato il numero di porzioni o unità contenute nell'imballaggio:

- a) **oltre** alla forma di espressione per 100 g o per 100 ml di cui all'articolo 32, paragrafo 2;
- b) **oltre** alla forma di espressione per 100 g o per 100 ml di cui all'articolo 32, paragrafo 3, per quanto concerne le quantità di vitamine e sali minerali (*percentuali delle assunzioni di riferimento*);
- c) **oltre o in luogo** della forma di espressione per 100 g o per 100 ml di cui all'articolo 32, paragrafo 4 (*percentuali delle assunzioni di riferimento*).

COME PRESENTARE LE INDICAZIONI NUTRIZIONALI

	Per 100 g (o per 100 ml)		Per porzione 1 porzione = 200 g Contiene 5 porzioni		% del consumo di riferimento giornaliero per 100 g (o 100 ml)*
Energia	kcal	60	kcal	120	3
	kj	257	kj	514	
Grassi	g	0.5	g	1.0	0.7
di cui Acidi grassi saturi	g	0 (<0.1)	g	0.1	0
Carboidrati	g	7.5			3
di cui Zuccheri	g	5.0	g	10	6
Fibra	g	2.5	g	5.0	
Proteine	g	5.3	g	11	11
Sale	g	0 (<0.005)	g	0 (<0.005)	0
Vitamine					
	Per 100 g (o per 100 ml)		% del consumo di riferimento giornaliero per 100 g (o 100 ml)		Per porzione 1 porzione = 200 g Contiene 5 porzioni
Vitamina C	mg	30	38		mg 60
Tiammina	mg	0.30	27		mg 0.60

* Assunzioni di riferimento di un adulto medio (8 400 kJ/2 000 kcal)

ALTRE FORME DI DICHIARAZIONI NUTRIZIONALI

Art. 30 par.3

Quando l'etichettatura di un alimento preimballato contiene la dichiarazione nutrizionale obbligatoria di cui al paragrafo 1, vi **possono** essere **ripetute** le seguenti informazioni:

- a) il valore energetico; oppure
- b) il valore energetico accompagnato dalla quantità di grassi, acidi grassi saturi, zuccheri e sale.

Art. 33 par.2

In deroga all'articolo 32, paragrafo 2, nei casi di cui all'articolo 30, paragrafo 3, lettera b), la quantità di sostanze nutritive e/o la percentuale delle assunzioni di riferimento fissate nell'allegato XIII, parte B, possono essere espressi soltanto per porzione o per unità di consumo.

Quando le quantità di sostanze nutritive sono espresse soltanto per porzione o per unità consumo in conformità del primo comma, il valore energetico è **espresso** per 100 g o per 100 ml nonché per porzione o per unità di consumo.

ALTRE FORME DI DICHIARAZIONI NUTRIZIONALI

Art. 34 par. 3

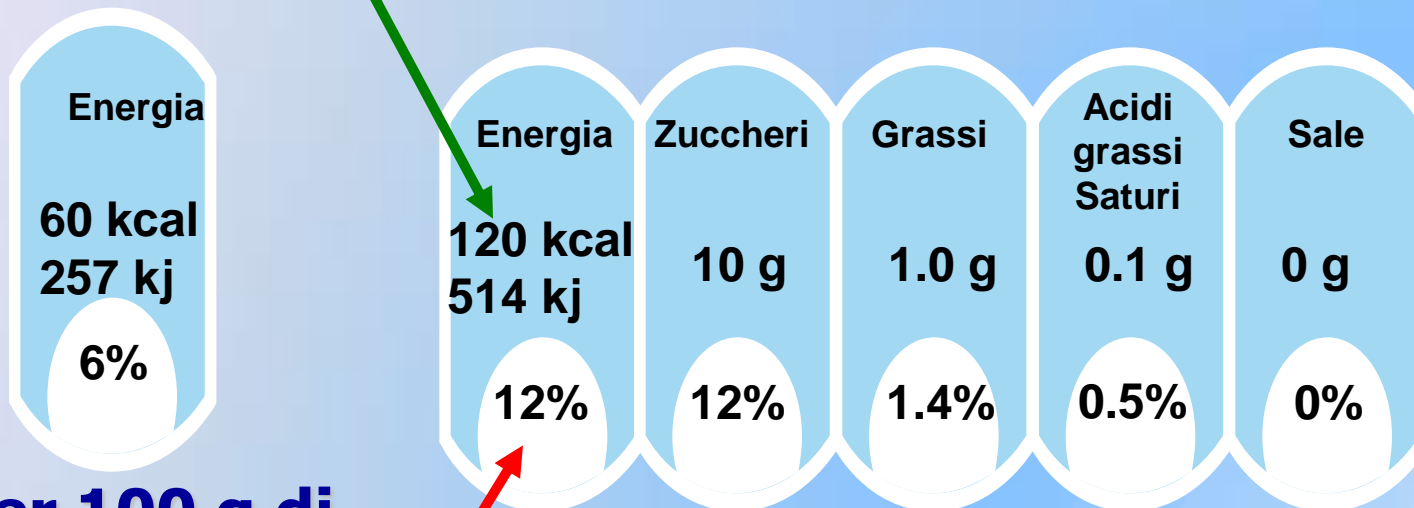
Le indicazioni di cui all'articolo 30, paragrafo 3, sono presentate:

- a) nel campo visivo principale; e**
- b) utilizzando una dimensione di carattere conforme all'articolo 13, paragrafo 2.**

Le indicazioni di cui all'articolo 30, paragrafo 3, possono essere presentate in un formato diverso da quello specificato al paragrafo 2 del presente articolo.

Esempio → ogni porzione contiene:

Questo è l'**importo totale** di **calorie** in una porzione (200 g) del prodotto



Per 100 g di prodotto

Questo è l'**apporto** di calorie offerto da una porzione di prodotto, espresso in **percentuale rispetto al fabbisogno medio giornaliero**

Le informazioni nutrizionali possono riferirsi sia a sostanze contemplate nell'art 30 sia ad altri tipi di nutrienti, ottemperando a quanto previsto dal regolamento 1924/06

Reg. UE n.1169/2011 - art. 49

Qualora sia formulata un'indicazione nutrizionale e/o sulla salute per una sostanza nutritiva di cui all'articolo 30, paragrafo 2, del regolamento (UE) n. 1169/2011, la quantità di detta sostanza nutritiva è dichiarata in conformità degli articoli da 31 a 34 di tale regolamento.

La quantità della sostanza cui fa riferimento un'indicazione nutrizionale o sulla salute che non figura nell'etichettatura nutrizionale è indicata nello stesso campo visivo dell'etichettatura nutrizionale ed è espressa a norma degli articoli 31, 32 e 33 del Regolamento (UE) n. 1169/2011. Le unità di misura utilizzate per esprimere la quantità della sostanza sono appropriate alle singole sostanze interessate.

Indicazioni nutrizionali consentite

- ✓ A BASSO CONTENUTO CALORICO
- ✓ A RIDOTTO CONTENUTO CALORICO
- ✓ SENZA CALORIE
- ✓ A BASSO CONTENUTO DI GRASSI
- ✓ SENZA GRASSI
- ✓ A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI
- ✓ SENZA GRASSI SATURI
- ✓ A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI
- ✓ SENZA ZUCCHERI
- ✓ SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI
- ✓ A BASSO CONTENUTO DI SODIO/SALE
- ✓ A BASSISSIMO CONTENUTO DI SODIO/SALE
- ✓ SENZA SODIO o SENZA SALE
- ✓ SENZA SODIO/SALE AGGIUNTO
- ✓ FONTE DI FIBRE
- ✓ AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE
- ✓ FONTE DI PROTEINE
- ✓ AD ALTO CONTENUTO DI PROTEINE

- ✓ FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]
- ✓ AD ALTO CONTENUTO DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]
- ✓ CONTIENE [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA O DI ALTRO TIPO]
- ✓ A TASSO ACCRESCIUTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]
- ✓ A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]
- ✓ LEGGERO/LIGHT
- ✓ NATURALMENTE/NATURALE
- ✓ FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3
- ✓ RICCO DI ACIDI GRASSI OMEGA-3
- ✓ RICCO DI GRASSI MONOINSATURI
- ✓ RICCO DI GRASSI POLINSATURI
- ✓ RICCO DI GRASSI INSATURI

Indicazioni nutrizionali consentite

A BASSO CONTENUTO CALORICO

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto calorico e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 40 kcal (170 kJ)/100 g per i solidi o più di 20 kcal (80 kJ)/100 ml per i liquidi. Per gli edulcoranti da tavola si applica il limite di 4 kcal (17 kJ)/dose unitaria, equivalente a 6 g di zucchero (circa un cucchiaino).

A RIDOTTO CONTENUTO CALORICO

L'indicazione che un alimento è a ridotto contenuto calorico e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il valore energetico è ridotto di almeno il 30 %, con specificazione delle caratteristiche che provocano una riduzione nel valore energetico totale dell'alimento.

SENZA CALORIE

L'indicazione che un alimento è senza calorie e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 4 kcal (17 kJ)/100 ml. Per gli edulcoranti da tavola si applica il limite di 0,4 kcal (1,7 kJ)/dose unitaria equivalente a 6 g di zucchero (circa un cucchiaino).

Indicazioni nutrizionali consentite

A BASSO CONTENUTO DI GRASSI

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di grassi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 3 g di grassi per 100 g per i solidi o 1,5 g di grassi per 100 ml per i liquidi (1,8 g di grassi per 100 ml nel caso del latte parzialmente scremato).

SENZA GRASSI

L'indicazione che un alimento è senza grassi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,5 g di grassi per 100 g o 100 ml. Le indicazioni con la dicitura «X % senza grassi» sono tuttavia proibite.

A BASSO CONTENUTO DI GRASSI SATURI

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di grassi saturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se la somma degli acidi grassi saturi e degli acidi grassi trans contenuti nel prodotto non supera 1,5 g/100 g per i solidi o 0,75 g/100 ml per i liquidi; in entrambi i casi la somma degli acidi grassi saturi e acidi grassi trans non può corrispondere a più del 10 % dell'apporto energetico.

Indicazioni nutrizionali consentite

SENZA GRASSI SATURI

L'indicazione che un alimento è senza grassi saturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se la somma degli acidi grassi saturi e acidi grassi trans non supera 0,1 g di grassi saturi per 100 g o 100 ml.

A BASSO CONTENUTO DI ZUCCHERI

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di zuccheri e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 5 g di zuccheri per 100 g per i solidi o 2,5 g di zuccheri per 100 ml per i liquidi.

SENZA ZUCCHERI

L'indicazione che un alimento è senza zuccheri e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,5 g di zuccheri per 100 g o 100 ml.

Indicazioni nutrizionali consentite

SENZA ZUCCHERI AGGIUNTI

L'indicazione che all'alimento non sono stati aggiunti zuccheri e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto non contiene mono- o disaccaridi aggiunti o ogni altro prodotto alimentare utilizzato per le sue proprietà dolcificanti. Se l'alimento contiene naturalmente zuccheri, l'indicazione seguente deve figurare sull'etichetta: «CONTIENE NATURALMENTE ZUCCHERI».

A BASSO CONTENUTO DI SODIO/SALE

L'indicazione che un alimento è a basso contenuto di sodio/sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,12 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g o 100 ml. Per le acque diverse dalle acque minerali naturali che rientrano nel campo di applicazione della direttiva 80/777/CEE, questo valore non deve superare 2 mg di sodio per 100 ml.

Indicazioni nutrizionali consentite

A BASSISSIMO CONTENUTO DI SODIO/SALE

L'indicazione che un alimento è a bassissimo contenuto di sodio/sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,04 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g o 100 ml. Tale indicazione non è utilizzata per le acque minerali naturali o per altre acque.

SENZA SODIO o SENZA SALE

L'indicazione che un alimento è senza sodio o senza sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene non più di 0,005 g di sodio, o un valore equivalente di sale, per 100 g.

SENZA SODIO/SALE AGGIUNTO

L'indicazione che all'alimento non è stato aggiunto sodio/sale e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore è consentita solo quando il prodotto non contiene sodio/sale aggiunto né ogni altro ingrediente contenente sodio/sale aggiunto e il contenuto di sodio del prodotto non supera 0,12 g, o il valore equivalente di sale, per ogni 100 g o 100 ml.

Indicazioni nutrizionali consentite

FONTE DI FIBRE

L'indicazione che un alimento è fonte di fibre e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno 3 g di fibre per 100 g o almeno 1,5 g di fibre per 100 kcal.

AD ALTO CONTENUTO DI FIBRE

L'indicazione che un alimento è ad alto contenuto di fibre e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno 6 g di fibre per 100 g o almeno 3 g di fibre per 100 kcal.

FONTE DI PROTEINE

L'indicazione che un alimento è fonte di proteine e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 12 % del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine.

AD ALTO CONTENUTO DI PROTEINE

L'indicazione che un alimento è ad alto contenuto di proteine e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 20 % del valore energetico dell'alimento è apportato da proteine.

Indicazioni nutrizionali consentite

FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]

L'indicazione che un alimento è fonte di vitamine e/o minerali e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno una quantità significativa di cui all'allegato della direttiva 90/496/CEE o una quantità prevista dalle deroghe di cui all'articolo 6 del regolamento (CE) n. 1925/2006 del Parlamento europeo e del Consiglio, del 20 dicembre 2006, sull'aggiunta di vitamine e minerali e di talune sostanze di altro tipo agli alimenti (1).

AD ALTO CONTENUTO DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI]

L'indicazione che un alimento è ad alto contenuto di vitamine e/o minerali e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno due volte il valore di una fonte naturale di «[NOME DELLA O DELLE VITAMINE] e/o[NOME DEL O DEI MINERALI]».

Indicazioni nutrizionali consentite

CONTIENE [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA O DI ALTRO TIPO]

L'indicazione che un alimento contiene una sostanza nutritiva o di altro tipo, per cui non sono stabilite condizioni specifiche nel presente regolamento, e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto è conforme a tutte le disposizioni applicabili del presente regolamento, in particolare all'articolo 5. Per le vitamine e i minerali si applicano le condizioni dell'indicazione «fonte di».

A TASSO ACCRESCIUTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]

L'indicazione che il contenuto di una o più sostanze nutritive, diverse dalle vitamine e dai minerali, è stato accresciuto e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto è conforme alle condizioni stabilite per l'indicazione «fonte di» e l'aumento del contenuto è pari ad almeno il 30 % rispetto a un prodotto simile.

Indicazioni nutrizionali consentite

A TASSO RIDOTTO DI [NOME DELLA SOSTANZA NUTRITIVA]

L'indicazione che il contenuto di una o più sostanze nutritive è stato ridotto e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se la riduzione del contenuto è pari ad almeno il 30 % rispetto a un prodotto simile, ad eccezione dei micronutrienti, per i quali è accettabile una differenza del 10% nei valori di riferimento di cui alla direttiva 90/496/CEE, e del sodio o del valore equivalente del sale, per i quali è accettabile una differenza del 25%.

L'indicazione «a tasso ridotto di grassi saturi» e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore è consentita solo:

- a) se la somma degli acidi grassi saturi e degli acidi grassi trans nel prodotto riportante l'indicazione risulta inferiore almeno del 30 % alla somma degli acidi grassi saturi e degli acidi grassi trans in un prodotto analogo; nonché
- b) se il contenuto in acidi grassi trans del prodotto riportante l'indicazione è uguale o inferiore a quello rintracciabile in un prodotto analogo.

L'indicazione «a tasso ridotto di zuccheri» e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore è consentita solo se la quantità di energia del prodotto riportante l'indicazione è pari o inferiore alla quantità di energia di un prodotto analogo.

Indicazioni nutrizionali consentite

LEGGERO/LIGHT

L'indicazione che un prodotto è «leggero» o «light» e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono soggette alle stesse condizioni fissate per il termine «ridotto»; l'indicazione è inoltre accompagnata da una specificazione delle caratteristiche che rendono il prodotto «leggero» o «light».

NATURALMENTE/NATURALE

Se un alimento soddisfa in natura le condizioni stabilite dal presente allegato per l'impiego di un'indicazione nutrizionale, il termine «naturalmente/naturale» può essere inserito all'inizio dell'indicazione.

FONTE DI ACIDI GRASSI OMEGA-3

L'indicazione che un alimento è fonte di acidi grassi omega-3 e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno 0,3 g di acido alfa-linolenico per 100 g e per 100 kcal oppure almeno 40 mg della somma di acido eicosapentanoico e acido docosaesaenoico per 100 g e per 100 kcal.

Indicazioni nutrizionali consentite

RICCO DI ACIDI GRASSI OMEGA-3

L'indicazione che un alimento è ricco di acidi grassi omega-3 e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se il prodotto contiene almeno 0,6 g di acido alfa-linolenico per 100 g e per 100 kcal oppure almeno 80 mg della somma di acido eicosapentanoico e acido docosaesaenoico per 100 g e per 100 kcal.

RICCO DI GRASSI MONOINSATURI

L'indicazione che un alimento è ricco di grassi monoinsaturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 45 % degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano dai grassi monoinsaturi e a condizione che i grassi monoinsaturi apportino oltre il 20 % del valore energetico del prodotto.

Indicazioni nutrizionali consentite

RICCO DI GRASSI POLINSATURI

L'indicazione che un alimento è ricco di grassi polinsaturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 45 % degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano dai grassi polinsaturi e a condizione che i grassi polinsaturi apportino oltre il 20 % del valore energetico del prodotto.

RICCO DI GRASSI INSATURI

L'indicazione che un alimento è ricco di grassi insaturi e ogni altra indicazione che può avere lo stesso significato per il consumatore sono consentite solo se almeno il 70 % degli acidi grassi presenti nel prodotto derivano da grassi insaturi e a condizione che i grassi insaturi apportino oltre il 20 % del valore energetico del prodotto

Grazie per la cortese attenzione

a cura di
A. Trifirò

www.ssica.it
antonio.trifiro@ssica.it