

Etichettatura nutrizionale

L'etichettatura nutrizionale è attualmente **facoltativa**, tuttavia, essa diventa obbligatoria se un'informazione nutrizionale figura nell'etichettatura, nella presentazione o nella pubblicità dell'alimento (ad esempio, "a basso contenuto calorico", "ad alto contenuto di fibre", "leggero/light", "senza grassi saturi").

Se presente, essa deve essere redatta secondo la normativa.

Se lo spazio lo permette, è rappresentata in tabelle, altrimenti i dati possono essere disposti su una o più righe.

Fino al 12 dicembre 2014, vi sono due schemi (Tabelle 1 e 2) i cui valori sono indicati per 100 g/100 ml ed eventualmente per razione, se questa è quantificata sull'etichetta, o per porzione, a condizione che sia indicato il numero di porzioni contenute nella confezione. Lo schema completo (Tabella 2) diventa obbligatorio se è riportata un'indicazione nutrizionale sul contenuto di zuccheri, di acidi grassi saturi, di fibre alimentari o di sodio.

Tabella 1: Etichetta nutrizionale Schema semplificato

Valore energetico (kj o kcal)
Proteine (g)
Carboidrati (g)
Grassi (g)

Possono anche essere indicate le quantità di una o più sostanze tra le seguenti: amido; polialcoli; acidi grassi monoinsaturi; acidi grassi polinsaturi; colesterolo; vitamine o sali minerali se presenti in quantità significative (almeno il 15% della Razione Giornaliera Raccomandata - RDA). Le informazioni riguardanti le vitamine ed i sali minerali devono essere espresse in percentuale della RDA (Tabella 3).

Tabella 2: Etichetta nutrizionale Schema completo

Valore energetico (kj o kcal)
Proteine (g)
Carboidrati (g)
di cui Zuccheri (g)
Grassi (g)
di cui Acidi grassi saturi (g)
Fibre alimentari (g)
Sodio (g)

Tabella 3: Razioni giornaliere raccomandate

Vitamine e sali minerali	RDA	Vitamine e sali minerali	RDA	Vitamine e sali minerali	RDA
Vitamina A (mcg)	800	Folacina (mcg)	200	Ferro (mg)	14
Vitamina D (mcg)	5	Vitamina B12 (mcg)	2,5	Zinco (mg)	10
Vitamina E (mg)	12	Biotina (mcg)	50	Rame (mg)	1
Vitamina K (mcg)	75	Acido pantotenico (mg)	6	Manganese (mg)	2
Vitamina C (mg)	80	Potassio (mg)	200	Fuoruro (mg)	3,5
Tiamina (mg)	1,1	Cloruro (mg)	800	Selenio (mcg)	55
Riboflavina (mg)	1,4	Calcio (mg)	800	Cromo (mcg)	40
Niacina (mg)	16	Fosforo (mg)	700	Molibdeno (mcg)	50
Vitamina B6 (mg)	1,4	Magnesio (mg)	375	Iodio (mcg)	150

Dal 13 dicembre 2014, la dichiarazione nutrizionale, se apposta, dovrà seguire quanto indicato nel regolamento (Ue) n. 1169/2011.

Dal 13 dicembre 2016, tutti i prodotti alimentari preconfezionati dovranno obbligatoriamente riportare una dichiarazione nutrizionale.

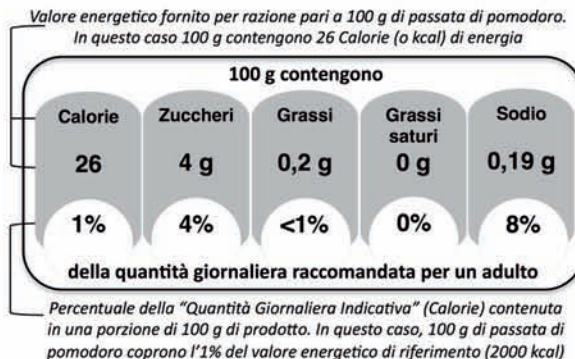
Quantità Giornaliera Indicativa (GDA)

Le **GDA** (Guideline Daily Amounts - Quantità Giornaliera Indicativa) forniscono informazioni aggiuntive rispetto all'etichettatura nutrizionale. Esse, attualmente, sono **facoltative** e danno informazioni sul contributo che una porzione di prodotto alimentare confezionato fornisce alla dieta.

L'indicazione della GDA è riferita almeno al valore energetico (kcal o Calorie), informazione più immediata e di facile comprensione per il consumatore che desidera controllare l'assunzione di energia nell'arco della giornata.

Possono essere indicati, eventualmente, i valori di alcuni nutrienti (Figura 1) e di fibra.

Figura 1: Esempio e spiegazione di una etichetta GDA



Il riferimento al fabbisogno di energia è stabilito prendendo in considerazione un'assunzione giornaliera media per un adulto di 2000 Calorie.

I valori sono espressi in termini assoluti ed in percentuale (ad esempio, 26 Calorie pari all'1% della GDA - Figura 1).

Le GDA possono essere apposte sia sul fronte sia sul retro della confezione; possono essere indicate in forma grafica o in altra forma.

La modalità grafica raccomandata dalle Industrie Alimentari Europee è quella rappresentata nella Figura 1.

Per ciascun consumatore i fabbisogni di energia e di nutrienti possono essere maggiori o minori rispetto ai valori di GDA pubblicati in funzione del sesso, dell'età, del peso corporeo, del livello di attività fisica e di altri fattori (Tabella 4).

Tabella 4: Quantità giornaliere indicative

Energia	2000 kcal
Proteine	50 g
Carboidrati	270 g
di cui Zuccheri	90 g
Grassi	70 g
di cui Grassi saturi	20 g
Fibre alimentari	25 g
Sodio (sale)	2,4 (6) g

**Una buona occasione:
Impariamo a leggere**

l'etichettatura del prodotti alimentari



Passata di pomodoro
Indicazioni obbligatorie



Fotografa il QR Code e seguici sul web!

www.unabuonaoccasione.it

Realizzato nell'ambito del Programma generale di intervento "Per una nuova cultura del consumo" con fondi del Ministero dello Sviluppo Economico

Una Buona Occasione



REGIONE PIEMONTE



Università degli Studi di Torino
Dipartimento di Management
Sezione di Scienze Merceologiche

Indicazioni obbligatorie presenti sull'etichettatura della "Passata di pomodoro"

L'etichettatura (1) dei prodotti alimentari preconfezionati (2) è definita da molti come un "venditore silenzioso": è grazie alla sua attenta lettura che possiamo conoscere preziose indicazioni sull'alimento che desideriamo comperare!

Contiene numerose informazioni (obbligatorie e facoltative) che la rendono una vera e propria "carta di identità del prodotto". Ecco quelle obbligatorie previste dal d. lgs. 109/1992: impariamo a riconoscerle!

- A. Denominazione di vendita;
- B. Elenco degli ingredienti;
- C. Quantità;
- D. Termine minimo di conservazione (TMC) o data di scadenza;
- E. Nome o ragione sociale o marchio depositato e sede o del fabbricante o del confezionatore o di un venditore stabilito nella Cee (ora Ue);
- F. Sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento;
- G. Titolo alcolometrico volumico effettivo per le bevande aventi un contenuto alcolico superiore a 1,2% in volume;
- H. Lotto di appartenenza del prodotto;
- I. Modalità di conservazione e di utilizzazione qualora sia necessaria l'adozione di particolari accorgimenti in funzione della natura del prodotto;
- L. Istruzioni per l'uso, ove necessario;
- M. Luogo di origine o di provenienza, nel caso in cui l'omissione possa indurre in errore l'acquirente circa l'origine o la provenienza del prodotto.

A. Denominazione di vendita: è il nome con cui un alimento è commercializzato. Nel 2005, è stato stabilito che la definizione "**passata di pomodoro**" può essere utilizzata solo per i prodotti ottenuti dalla spremitura di pomodori freschi. I prodotti diversamente ottenuti (ad esempio, mediante ortaggi surgelati) possono essere commercializzati solo con diciture diverse (ad esempio, "preparato per sugo").

B. Elenco degli ingredienti: è costituito dalla enumerazione di tutti gli ingredienti dell'alimento, in ordine decrescente di peso.

I. Modalità di conservazione e di utilizzazione: in questo caso, sono indispensabili per la natura del prodotto.

H. Lotto: un insieme di prodotti fabbricati o confezionati in circostanze praticamente identiche. Questa informazione non è richiesta, ad esempio, quando il termine minimo di conservazione o la data di scadenza figurano con l'indicazione almeno del giorno e del mese.

D. TMC: è la data fino alla quale l'alimento conserva le sue proprietà specifiche in adeguate condizioni di conservazione. La dicitura è "**da consumarsi preferibilmente entro**". Sui prodotti rapidamente deperibili dal punto di vista microbiologico e che possono costituire, dopo breve tempo, un pericolo per la salute umana, il TMC è sostituito dalla **data di scadenza**. In questo caso, la dicitura è "**da consumarsi entro**". Entrambe le diciture sono seguite dalla data stessa o dall'indicazione del punto della confezione in cui essa figura (ad esempio, "vedi tappo").

A. Passata di pomodoro

B. Ingredienti: pomodoro 99,8%, sale.

Da consumarsi preferibilmente entro: 31.08.2015

I. Una volta aperto conservare in frigorifero e consumare entro 3 giorni.

400 g

H. L 228

E., F.

Italia

Prodotto e confezionato da Luigi Rossi S.p.A.
Stabilimento di Via Spremuta, 8 - 84121 Salerno.

E., F. Produttore/confezionatore e sede dello stabilimento di produzione o di confezionamento: devono comparire nome o ragione sociale o marchio depositato e sede (località) del produttore o del confezionatore o di un venditore stabilito nella Ue.

M. Origine del prodotto: è obbligatorio indicare l'origine solo se la sua omissione può indurre in errore il consumatore circa l'effettiva origine dell'alimento. Nel caso di una **passata di pomodoro**, però, nel 2006, è stato stabilito che debba **sempre** essere riportata la **zona di coltivazione del pomodoro fresco** utilizzato indicando:
a) la zona effettiva di coltivazione del pomodoro fresco coincidente con la Regione (ad esempio, *Campania*);
oppure
b) lo Stato ove il pomodoro fresco è stato coltivato (ad esempio, *Italia*).

C. Quantità.
Quantità netta: è la quantità che un imballaggio effettivamente contiene al netto della tara.
Quantità nominale (come in questo caso): è la quantità che l'imballaggio contiene. Sono, tuttavia, consentite minime variazioni di peso.

(1) Per "etichettatura" si intende l'insieme delle menzioni, delle indicazioni, dei marchi di fabbrica o di commercio, delle immagini o dei simboli che si riferiscono al prodotto alimentare e che figurano direttamente sull'imballaggio o su un'etichetta appostavi o sul dispositivo di chiusura o su cartelli, su anelli o su fascette legati al prodotto medesimo o, in mancanza, sui documenti di accompagnamento del prodotto alimentare (art. 1, d. lgs. 109/1992).

(2) Per "prodotto alimentare preconfezionato" si intende l'unità di vendita destinata ad essere presentata come tale al consumatore ed alle collettività, costituita da un prodotto alimentare e dall'imballaggio in cui è stato immesso prima di essere posto in vendita, avvolta interamente o in parte da tale imballaggio ma comunque in modo che il contenuto non possa essere modificato senza che la confezione sia aperta o alterata (art. 1, d. lgs. 109/1992).