

# VITAMINAS Y MINERALES

Están permitidas 2 tipos de declaraciones nutricionales relativas al contenido en **vitaminas y minerales**. Siempre debe indicarse el nombre de la vitamina o del mineral que se trate:

- ▶ **“Fuente de vitamina/s y/o mineral/es”** o equivalentes como **“Con Vitamina C”**, **“Con Hierro”**, etc
- ▶ **“Alto contenido en vitamina/s y/o mineral/es”** o equivalentes como **“Gran contenido en Vitamina D”**, **“Gran contenido en Calcio”**, etc.



## VALOR NUTRICIONAL MEDIO POR 100 g DE PRODUCTO:

Valor energético:	1266 kJ/301 kcal
Grasas:	21 g
de las cuales saturadas:	12 g
Hidratos de carbono:	1,8 g
de los cuales azúcares:	1,3 g
Proteínas:	25 g
Sal:	1,2 g

**Calcio: 702 mg (88% VRN)**

VRN: Valor de Referencia de Nutrientes



## Alto contenido de vitamina E

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Valor energético medio por 100 ml:	3.700 KJ (900 Kcal)
Grasas 100 g, de las cuales:	
Saturadas:	14 g
Monoinsaturadas:	78 g
Poliinsaturadas:	8 g
Hidratos de Carbono, de los cuales:	
Azúcares:	0 g
Proteínas:	0 g
Sal:	0 g

**Vitamina E: 15,5 mg (129 VRN)%**



Las condiciones para poder declarar estas propiedades en un alimento son:

Al menos la cantidad significativa de vitaminas y minerales, que es el 15% del Valor de Referencia del Nutriente (VRN) si el alimento es sólido o el 7,5% si el alimento es líquido.

Al menos 2 veces la cantidad significativa de vitaminas y minerales, que es el 30% del Valor de Referencia del Nutriente (VRN) si el alimento es sólido o el 15% si el alimento es líquido.