

La proposta italiana per un sistema di etichettatura nutrizionale fronte pacco armonizzato a livello europeo

Guida alla lettura

1. Tutti i valori espressi sono relativi alla singola porzione.
2. Ogni box contiene l'indicazione quantitativa del contenuto di energia, grassi, grassi saturi, zuccheri e sale della singola porzione. Il contenuto energetico è espresso sia in Joule che in Calorie. I contenuti di grassi, grassi saturi, zuccheri e sale sono espressi in grammi.
3. All'interno del simbolo "batteria" è indicata la percentuale di energia, grassi, grassi saturi, zuccheri e sale apportati dalla singola porzione rispetto alla quantità giornaliera di assunzione raccomandata. Le quantità di assunzione giornaliera raccomandate in EU sono:
 - a. Energia: 8400 kJ / 2000 kcal
 - b. Grassi: 70 g
 - c. Grassi saturi: 20 g
 - d. Zuccheri: 90 g
 - e. Sale: 6 g
4. La parte carica della batteria rappresenta graficamente la percentuale di energia o nutrienti contenuta nella singola porzione, permettendo di quantificarla anche visivamente. La somma di ciò che si mangia durante il giorno può "riempire" la carica della batteria, senza andare oltre, al fine di non superare le quantità di assunzione giornaliera raccomandate.

