

Rellenar y entregar como informe de los seminarios de Declaraciones Nutricionales. En la columna de requisitos deben describir los contenidos mínimos o máximos necesarios para cada declaración. En la columna cálculos deben reflejar las operaciones para comprobar si el producto puede o no llevar la declaración correspondiente y en la última columna la conclusión final (cumple o no cumple con los requisitos)

Nombre/s:

Declaración	Requisito	Información del producto	Cálculos	¿Cumple?
La vitamina B6 contribuye al metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno.	Ser fuente de Vitamina B6, es decir tener al menos el 15% de la cantidad recomendada (2mg)	Plátano 0.51 mg vitamina B6/100 g	$(0,51/2)*100 = 25,5\%$ $25,5\% > 15\%$	sí
Muy bajo en sal	$\leq 0,04$ g Na o equivalente en sal	Galletas de mantequilla con 0.09 g de sal/100 g	$0,04*2,5 = 0,1 \rightarrow 0,09g < 0,1g$	sí
El ácido alfa-linolénico contribuye a mantener niveles normales de colesterol sanguíneo.	que aporten un mínimo de 1,5 g de ácido linoleico por 100 g y 100 Kcal.	Mayonesa con aceite de girasol con 0.56 g de ALA/100 g y 700 kcal/100 g	$0,56g < 1,5g$	no
Light en grasa	-30% de grasa comparado con el original	Leche desnatada 0.25 g de grasa. Leche entera 1.55 g de grasas	$(1-(0,25/1,55))*100 = 83\%$ $83\% > 30\%$	sí

Fuente de vitamina E	Al menos el 15% de la cantidad recomendada (10mg)	Aceite de oliva 12 mg de vitamina E	$(12/10)*100 = 120\%$ $120\% > 15\%$	sí
Bajo contenido de grasas saturadas	no superior a 1,5 g/100 g para los productos sólidos y a 0,75 g/100 ml para los productos líquidos. No más del 10% de la energía	Galletas 0.33 g de grasas saturadas y 108 kcal por 100 g	$0,33g < 1,5g$ $((0,33*9)/108)*100 = 2,75\%$ $2,75\% < 10\%$	sí
Alto contenido en vitamina C	Debe tener 2 veces la cantidad de "fuente de" es decir que debe suponer el 30% de la cantidad recomendada (60mg)	Remolacha 10 mg de vitamina C por 100 g	$(10/60)*100 = 16,7\%$ $16,7\% < 30\%$	no
Alto contenido en proteínas	Mínimo el 20% del valor energético del alimento	Yogur de proteínas con 9.7 g de proteínas por 100 g y 58 kcal por cada 100 g	$((9,7*4)/58)*100 = 66,9\%$ $66,9\% > 20\%$	sí
Fuente de fibra	Si contiene como mínimo 3 g de fibra por 100 g o, como mínimo, 1,5 g de fibra por 100 kcal.	Yogur bífidus fuente de fibra con 1.3 g/100 g y 58 kcal/100 g	$1,3g < 3g$ $(1,3*100)/58 = 2,24 \text{ g}/100\text{kcal}$ $2,24g > 1,5g$	sí
Fuente de calcio	Al menos el 15% de la cantidad recomendada (800mg)	Leche de cabra 120 mg de calcio/ 100 ml	$(120/800)*100 = 15\%$ $15\% = 15\%$	sí

