¿Qué nos cuentan las etiquetas de los alimentos?

Link

Además de la marca comercial, la etiqueta informa de qué alimento se trata.

IDENTIFICACIÓN

Cantidad:

Conocer los ingredientes es importante si tenemos alguna alergia o intolerancia. También para llevar una **dieta saludable**.

Ingredientes:

No olvides leer la información nutricional para realizar una **dieta equilibrada**.

Información nutricional:

Modo de uso:

Fíjate cómo preparar el alimento o cómo conservarlo adecuadamente.

EUSKO LABEL

Euskal Okela
Carne de Vacuno del País Vasco

Lugar de procedencia:
Lugar de envasado:

Otros datos:

Algunos productos también tienen una etiqueta identificativa de su lugar de procedencia.

Alimentos ecológicos, alimentos de comercio justo, etc.

Fecha de caducidad/ Consumo preferente

Nos indica la fecha hasta la que el alimento se puede consumir de forma segura.

Mini-Diccionario