

DECLARACIÓN NUTRICIONAL

“Alto Contenido Minerales”

“Solamente podrá declararse que un alimento posee un alto contenido de [minerales](#), así como efectuarse cualquier otra declaración que pueda tener el mismo significado para el consumidor, si el producto contiene como mínimo dos veces el valor de la «[Fuente de MINERALES](#)».”

De esta forma, se considera un alimento con *ALTO CONTENIDO DE MINERALES (RICO EN MINERALES)* si *al menos* contiene:

Alimentos sólidos y distintos a las bebidas	----->	30% VRN / 100 g o 100 ml alimento
Bebidas	----->	15% VRN / 100 ml bebida
Si el envase solo contiene una porción	----->	30% VRN / porción

En la siguiente tabla se indican los valores de cada mineral que debe tener un alimento para poder declararse *ALTO CONTENIDO DE MINERALES*. Para más detalles ver los textos individuales pinchando en cada mineral.

MINERAL	Alimentos sólidos y distintos a las bebidas (cantidad por 100 g o 100 ml)	Bebidas (cantidad por 100 ml)	Si el envase solo contiene una porción (cantidad por porción)
Calcio (Ca)	240 mg	120 mg	240 mg

Cloro (Cl)	240 mg	120 mg	240 mg
Cobre (Cu)	0,30 mg	0,15 mg	0,30 mg
Cromo (Cr)	12 µg	6 µg	12 µg
Flúor (F)	1,05 mg	0,525 mg	1,05 mg
<u>Fósforo (P)</u>	210 mg	105 mg	210 mg
<u>Hierro (Fe)</u>	4,2 mg	2,1 mg	4,2 mg
<u>Magnesio (Mg)</u>	112,5 mg	56,25 mg	112,5 mg
Manganeso (Mn)	0,6 mg	0,3 mg	0,6 mg
Molibdeno (Mo)	15 µg	7,5 µg	15 µg
<u>Potasio (K)</u>	600 mg	300 mg	600 mg
Selenio (Se)	16,5 µg	8,25 µg	16,5 µg



Yodo (Y)	45 µg	22,5 µg	45 µg
----------	-------	---------	-------

Referencias

- [Reglamento \(CE\) No 1924/2006](#) del Parlamento Europeo y del Consejo de 20 de diciembre de 2006 relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos.
- [Reglamento \(UE\) No 1169/2011](#) de 25 de octubre de 2011 sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

