

#LABONAETIQUETA

Guia essencial
per entendre
el que mengem

PRODUCTES DE CONFIANÇA

LA BONA
ETIQUETA



Els al·lèrgens en els aliments que consumim

A vegades, quan algunes persones consumeixen un aliment, les seves defenses fallen i el seu cos reacciona com si l'aliment que han menjat sigui nociu i els provoca una reacció al·lèrgica, que en alguns casos pot arribar a ser mortal.

PRINCIPALS SÍMPTOMES LOCALITZATS A LA BOCA, LLENGUA I GOLA:

- FORMIGUEIG
- PICOR
- INFLAMACIÓ DE LA ZONA
- DIFICULTAT PER RESPIRAR
- MAL DE PANXA, DIARREA, NÀUSEES I VÒMITS
- ATORDIMENT, MAREIG I DESMAI

En cas de sospita de patir una reacció al·lèrgica en consumir un producte alimentari s'ha de consultar el metge per establir un diagnòstic i prendre les mesures corresponents.

Així doncs, com a consumidors de productes alimentaris sempre hem d'estar informats dels al·lèrgens que poden contenir.

Informació alimentària requerida als locals de restauració

La declaració d'al·lèrgens i dels ingredients que els contenen és obligatòria per informar i protegir els consumidors amb al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.

CEREALS que contenen GLUTEN	FRUITS SECS AMB CLOSCA	LLET + DERIVATS (inclou la lactosa)
GRANS DE SÈSAM + prod. que en contenen	OUS + prod. que en contenen	SOJA + prod. que en contenen
CRUSTACIS + prod. que en contenen	API + productes derivats	MOL·LUSCS + prod. a base de mol·luscs
MOSTASSA + productes derivats	PEIX + prod. que en contenen	ANHÍDRID SULFURÓS + SULFITS (SO2)
CACAUET + prod. que en contenen	TRAMUSSOS + prod. a base de tramussos	

Informació alimentària obligatòria en aliments envasats al lloc de venda

DENOMINACIÓ DE L'ALIMENT | Indicar de forma exacta pel seu nom legal o per la denominació habitual o descriptiva.

LLISTA D'INGREDIENTS | Incloure les substàncies o productes que hi ha a l'aliment. Sempre es posen de més a menys pes.

AL·LÈRGENS | Ressaltar, és el més important.

QUANTITAT NETA | Quantitat contingut en l'envàs.

DURADA DE L'ALIMENT I CADUCITAT | 03/05/2025

CONSERVACIÓ I UTILITZACIÓ DE L'ALIMENT | Conservar entre 0 i 4°C.

EMPRESA QUE COMERCIALITZA | Empresa S.L.

LLOC DE PROCEDÈNCIA | Indicar el país d'origen.

FORMA DE CONSUM | Com fer-ho servir (si cal).

ALCOHOL | A les begudes de més d'1,2% d'alcohol.

Informació alimentària obligatòria dels aliments que es venen on-line

DENOMINACIÓ DE L'ALIMENT | Indicar de forma exacta pel seu nom legal o per la denominació habitual o descriptiva.

LLISTA D'INGREDIENTS | Incloure les substàncies o productes que hi ha a l'aliment. Sempre es posen de més a menys pes.

AL·LÈRGENS | Ressaltar, és el més important.

QUANTITAT NETA | Quantitat contingut en l'envàs.

DURADA DE L'ALIMENT I CADUCITAT | 03/05/2025

CONSERVACIÓ I UTILITZACIÓ DE L'ALIMENT | Conservar entre 0 i 4°C

EMPRESA QUE COMERCIALITZA | Empresa S.L.

LLOC DE PROCEDÈNCIA | Indicar el país d'origen.

FORMA DE CONSUM
Com fer-ho servir (si cal).

ALCOHOL | A les begudes de més d'1,2% d'alcohol.

INFORMACIÓ NUTRICIONAL (PER 100G)

Valor energètic.....	1788KJ
Greixos.....	36g
dels quals saturats.....	25g
Hidrats de carboni.....	1,8g
del quals sucres.....	0,6g
Proteïnes.....	25g
Sal.....	1,8g

Informació alimentària obligatòria per a tots els productes alimentaris

A través de la informació que trobem a l'etiqueta, tenim la clau per prendre decisions alimentàries que s'ajustin a les nostres necessitats i preferències. A més, ens ajuda a prevenir al·lèrgies o intoleràncies i ens guia cap a una alimentació segura, saludable i responsable.

Amb ella connectem amb el productor, coneixem l'origen dels aliments, la seva conservació, els ingredients i els nutrients que aporten a la nostra dieta.

DENOMINACIÓ DE L'ALIMENT | Indicar de forma exacta pel seu nom legal o per la denominació habitual o descriptiva.

LLISTA D'INGREDIENTS | Incloure les substàncies o productes que hi ha a l'aliment. Sempre es posen de més a menys pes.

AL·LÈRGENS | Ressaltar, és el més important.

QUANTITAT NETA | Quantitat contingut en l'envàs.

DURADA DE L'ALIMENT I CADUCITAT | 03/05/2025

LLOC DE PROCEDÈNCIA | Indicar el país d'origen.

ALCOHOL | A les begudes de més d'1,2% d'alcohol.

REQUISITS ESPECÍFICS PROPIS DE L'ALIMENT PER LA MODALITAT DE VENDA | Vegeu els exemples en el dors d'aquest desplegable informatiu.

ETIQUETATGE DE LA CARN A GRANEL

DENOMINACIÓ CANAL Vedella	PREU PER KG
DENOMINACIÓ PEÇA Jarret	24 €/Kg
NÚM. REFERÈNCIA¹ ES 001578369847	EDAT DE SACRIFICI² 6 mesos
PAÍS DE NAIXEMENT⁴ França	PAÍS D'ESPECEJAMENT Espanya
PAÏSOS D'ENGREIX⁴ França / Espanya	NÚM. SALA DE DESFER³ E. 10.05462/VI
PAÍS DE SACRIFICI⁴ Espanya	NÚM. ESCORXADOR E. 10.05462/VI

¹Codi de l'animal del què procedeix.
²En vedells d'edat inferior a 12 mesos.
³Si la carn passa per aquesta sala.
⁴En el cas que el país de naixement, d'engreix i de sacrifici sigui el mateix, es pot substituir per Origen | País.

ETIQUETATGE DE LA CARN ENVASADA

DENOMINACIÓ CANAL Vedella	PREU PER KG
DENOMINACIÓ PEÇA Jarret	24 €/Kg
NÚM. REFERÈNCIA¹ ES 001578369847	EDAT DE SACRIFICI³ 6 mesos
PAÍS DE NAIXEMENT² França	PAÍS D'ESPECEJAMENT España
PAÏSOS D'ENGREIX² França / Espanya	NÚM. SALA DE DESFER E. 10.05462/VI
PAÍS DE SACRIFICI² Espanya	NÚM. ESCORXADOR E. 10.05462/VI

IDENTIFICACIÓ DEL RESPONSABLE COMERCIAL Càrniques Mateo S.A.			
DATA DE CADUCITAT 03/05/2025	QUANTITAT NETA 0,500 Kg	PREU 12,00 €	
CONDICIONS ESPECIALS DE CONSERVACIÓ I/O UTILITZACIÓ Conservar entre 0 i 7°C			

¹Codi de l'animal del què procedeix.
²En el cas que el país de naixement, d'engreix i de sacrifici sigui el mateix, es pot substituir per ORIGEN | País.
³En vedells d'edat inferior a 12 mesos.

ETIQUETATGE DE LA CARN PICADA ENVASADA: de vacú, d'aviram, porcí i oví/cabrum

DENOMINACIÓ Carn picada de vedella	PREU PER KG		
NÚM. REFERÈNCIA¹ ES 001578369847	24 €/Kg		
PAÍS D'ELABORACIÓ Espanya	PAÍS DE SACRIFICI França		
PAÍS DE NAIXEMENT² França	PAÍS D'ENGREIX² França		
TIPUS DE CARN PICADA Magra	% DE GREIX Inferior a 2%		
NÚM. DEL LOT 8550938			
RELACIÓ COL·LAGEN/PROTEÏNES DE LA CARN Inferior a 2%			
CONDICIONS ESPECIALS DE CONSERVACIÓ I/O UTILITZACIÓ Conservar entre 0 i 2°C			
IDENTIFICACIÓ DEL RESPONSABLE COMERCIAL Càrniques Mateo S.A.			
DATA DE CADUCITAT 03/05/2025	QUANTITAT NETA 0,500 Kg	PREU 12,00 €	

¹Codi de l'animal del què procedeix.
²Indicar país de naixement i d'engreix quan aquests no coincideixin amb el país d'elaboració.

ETIQUETATGE DE LA CARN PICADA DE VACÚ

DENOMINACIÓ Carn picada de vedella	PREU PER KG
NÚM. REFERÈNCIA¹ ES 001578369847	24 €/Kg
PAÍS D'ELABORACIÓ Espanya	PAÍS DE SACRIFICI França
PAÍS DE NAIXAMENT² França	PAÍS D'ENGREIX² França

¹Codi de l'animal del què procedeix.
²Indicar país de naixement i d'engreix quan aquests no coincideixin amb el país d'elaboració.

ETIQUETATGE DE FRUITA I VERDURA

PRODUCTE Poma	PREU PER KG
PAÍS D'ORIGEN Espanya	1,40 €/Kg
VARIETAT* La varietat és l'expressió fenotípica de la poma que comprem. Per exemple: Golden, Fuji, Pink lady, Royal Gala...	CATEGORIA COMERCIAL* I [Classifica les peces segons el seu aspecte]
RAÓ SOCIAL Fruites Poma S.L.	

* En el cas dels productes amb normes específiques de comercialització (pomes, peres, cítrics, kiwis, enciams, escaroles, tomàquets, raim de taula, préssecs, nectarines, pebrots dolços, maduixes, plàtans i patates).

ETIQUETATGE DEL PA

DENOMINACIÓ DE L'ALIMENT Pa comú
INGREDIENTS Farina de blat, aigua, llevat i sal
AL·LÈRGENS Gluten [si escau]
QUANTITAT NETA EN CAS QUE ESTIGUI ENVASAT 500 g

PA COMÚ: Producte resultant de la cocció d'una massa obtinguda per la barreja de farina i aigua, amb o sense addició de sal, fermentat amb l'ajuda de llevat de panificació o massa mare.
PANS ESPECIALS: Aquells no inclosos en l'anterior definició, incorporen altres ingredients o utilitzen procediments tecnològics especials.

ETIQUETATGE DEL MENJAR PREPARAT

DENOMINACIÓ DE L'ALIMENT Lasanya de carn	
LLISTA D'INGREDIENTS Carn de porc 70%, carn de vedella 30%, tomàquet, ceba, pastanaga, formatge, ou pasteuritzat , farina d'arròs, fècula de blat de moro, oli d'oliva verge extra, pebre negre, nou moscada , orenga i sal.	
AL·LÈRGENS Fruits secs amb closca, ous i llet.	
QUANTITAT NETA 500 g	DATA DE CADUCITAT 03/05/2025
CONSERVACIÓ I UTILITZACIÓ DE L'ALIMENT Conservar entre 0 i 4°C	
EMPRESA QUE COMERCIALITZA Preparats alimentació S.L.	
LLOC DE PROCEDÈNCIA Espanya	
FORMA DE CONSUM Escalfar al microones durant 20 minuts	

ETIQUETATGE DE PEIX A GRANEL

NOM COMERCIAL Llenguado	PREU PER KG
NOM CIENTÍFIC Paralichthys patagonicus	24 €/Kg
MÈTODE DE PRODUCCIÓ Pesca extractiva	PAÍS D'ORIGEN¹/² Espanya
ZONA DE CAPTURA Mar Mediterrània	INDICACIÓ³ Congelat
ARTS DE PESCA Xarxes de tir	DATA DE DURACIÓ MÍN.³ 6 mesos
MASSA D'AIGUA DOLÇA²	

¹En cas de cria.
²En cas de captura en aigua dolça.
³En el cas que sigui descongelat.

ETIQUETATGE DE PEIX ENVASAT

NOM COMERCIAL Llenguado	PREU PER KG
NOM CIENTÍFIC Paralichthys patagonicus	12,50 €/Kg
MÈTODE DE PRODUCCIÓ Pesca extractiva	PAÍS D'ORIGEN¹ Marroc
ZONA DE CAPTURA/CRIA/ORIGEN Mar Mediterrània	LOT 7144120010

IDENTIFICACIÓ DEL RESPONSABLE COMERCIAL Peix Peixet S.L.	PREU 6,25 €	
FORMA DE PRESENTACIÓ² SENCER	INDICACIÓ³ Congelat	PES NET 500 g
DATA DE CADUCITAT² 03/05/2025	DATA DE DURACIÓ MÍNIMA³ 6 mesos	
CONDICIONS DE CONSERVACIÓ I/O UTILITZACIÓ Mantenir congelat: com a mínim a -18°C, descongelar en refrigeració, cuinar completament abans de consumir.		
NO TORNAR A CONGELAR UN COP DESCONGELAT³		

¹Només per països que no siguin de la UE.
²Només pel peix fresc.
³Només pel peix congelat.

ETIQUETATGE DELS COMPLEMENTS ALIMENTARIS

DENOMINACIÓ Complement alimentari	QUANTITAT NETA 0,500 Kg
NÚM. DEL LOT 8550938	DATA DE CADUCITAT 03/05/2025
UTILITZACIÓ DEL PRODUCTE Diluir dos cullerades de pols en 250 ml d'aigua	
NOM O RAÓ SOCIAL Sport Complementes S.L 26.07914/CS	

INGREDIENTS Incloure els ingredients utilitzats a la formulació del producte, indicats de major a menor quantitat. A més, al llistat d'ingredients s'hi ha de remarcar clarament els que poden generar al·lèrgia o intolerància alimentària.	INFORMACIÓ NUTRICIONAL (Per 100g) <p>Valor energètic.....1430KJ Greixos.....36g dels quals saturats.....0g Hidrats de carboni.....0g del quals sucres.....50g Proteïnes.....7,5g Sal.....3,2g</p>
--	---

NO SUPERAR LA DOSI DIÀRIA RECOMANADA

NO UTILITZAR COM A SUBSTITUT D'UNA DIETA EQUILIBRADA

MANTENIR FORA DE L'ABAST DE MENORS

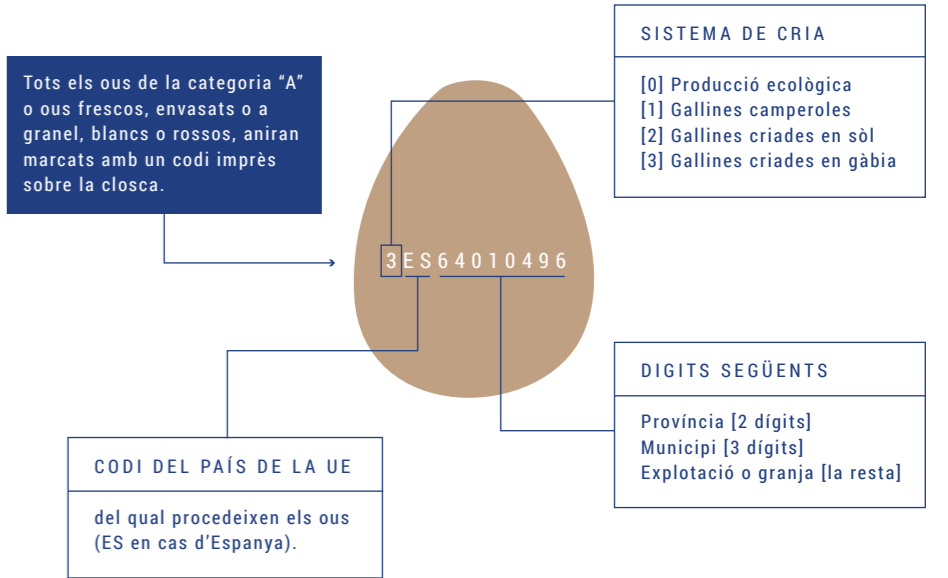
ADVERTÈNCIES DE SEGURETAT ADDICIONALS SI ESCAU.

ETIQUETATGE DELS OUS

SUPER GRANS [XL]* 73 g o més	NOM/RAÓ SOCIAL I ADREÇA DE L'EMPRESA ENVASADORA
GRANS [L]* Entre 63 i 73 g	La Gallina S.L. C. Granja s/n 43000 Reus (Espanya)
MITJANS [M*] Entre 53 i 63 g	RECOMANACIÓ DE CONSERVACIÓ
PETITS [S]* Menys de 53 g	Conservar en un lloc net, fresc i sec.
NÚM. D'OUS ENVASATS 6 ous	CODI CENTRE D'EMBALATGE ES 1400000
CATEGORIA DE QUALITAT Extra	DATA DE CONSUM PREFERENT 03/05/2025

* Els ous de la categoria A o "ous frescos" es classifiquen segons el seu pes.

MARCATGE DELS OUS



ETIQUETATGE DEL FORMATGE

DENOMINACIÓ FORMATGE* Formatge de vaca	MADURACIÓ Curat
ELABORAT AMB LLET CRUA [En el cas que no s'hagi fet cap tractament tèrmic a la llet]	
INGREDIENTS Quan no s'hagi fet servir res a part de la llet, no cal indicar-ho.	NOM/RAÓ SOCIAL I ADREÇA DE L'OPERADOR RESPONSABLE
PAÍS D'ORIGEN Espanya [No obligatori en formatges DOP/IGP]	La Formatgeria S.L. C. de la ovella s/n 43000 Reus (Espanya)

AL·LÈRGENS Llet	INFORMACIÓ NUTRICIONAL (Per 100g) <p>Valor energètic.....1788KJ Greixos.....36g dels quals saturats.....25g Hidrats de carboni.....1,8g del quals sucres.....0,6g Proteïnes.....25g Sal.....1,8g</p>
IDENTIFICACIÓ Manxec	
NÚM. DE LOT B50487	
QUANTITAT NETA 0,500 Kg	
DATA DE CADUCITAT 03/05/2025	

CONDICIONS ESPECIALS DE CONSERVACIÓ | En cas de formatges frescos o segons quins altres tipus s'han de conservar en refrigeració a 7°C. Si estan fets en base de llet crua: Conservar a 4°C.

RECOBRIMENT | No comestible [En el cas que no ho sigui]

* Si el formatge s'ha elaborat amb diferents tipus de llet, s'han d'especificar de manera decreixent (segons la quantitat) o bé posar "barreja".