

# ÉTIQUETAGE & ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ

La réglementation sur l'étiquetage et les allégations nutritionnelles & de santé pour les denrées alimentaires a été modifiée par deux règlements européens au cours des derniers mois :

- le règlement (CE) n°1169/2011 du Parlement européen et de conseil du 25 octobre 2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires

- le règlement (UE) n°432/2012 de la Commission du 16 mai 2012 établissant une liste d'allégations de santé autorisées portant sur les denrées alimentaires.



## Les allégations nutritionnelles et de santé

### Définitions

*Allégations nutritionnelles : « toute allégation qui affirme, suggère ou implique qu'une denrée alimentaire possède des qualités nutritionnelles bénéfiques particulières de par l'énergie qu'elle fournit / fourni à un degré moindre ou plus élevé ou / ne fournit pas, les nutriments ou autres substances qu'elle contient en proportion moindre ou plus élevée ou / ne contient pas. »*

*Allégations de santé : « toute allégation qui affirme, suggère ou implique l'existence d'une relation entre, d'une part, une catégorie de denrées alimentaires, une denrée alimentaire ou l'un de ses composants et, d'autre part, la santé. »*

Le règlement (CE) n° 1924 / 2006 du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires autorise la formulation d'allégations nutritionnelles ou de santé dans les **communications à caractère commercial**.

Ces allégations peuvent donc, dans certaines strictes conditions, apparaître dans **l'étiquetage, la présentation ou la publicité d'une denrée alimentaire**.

### A. GÉNÉRALITÉS APPLICABLES AUX ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ

#### 1 / Obligation générale d'information du consommateur (article 3)

Les allégations nutritionnelles et de santé **ne doivent pas** :

- être **inexactes, ambiguës ou trompeuses** ;
- **susciter des doutes quant à la sécurité et/ou l'adéquation nutritionnelle** d'autres denrées ;
- encourager ou tolérer la consommation excessive d'une denrée ;
- affirmer, suggérer ou impliquer qu'une alimentation équilibrée et variée ne peut, en général, fournir des nutriments en quantité appropriée ;
- mentionner des modifications des fonctions corporelles qui soient susceptibles d'inspirer des craintes au consommateur ou d'exploiter de telles craintes.

#### 2 / Conditions générales (article 5)

Seules les allégations nutritionnelles et de santé répondant aux conditions suivantes sont autorisées :

- Des **preuves scientifiques** généralement admises doivent établir de l'effet nutritionnel ou physiologique bénéfique de la présence, de l'absence ou de la teneur réduite du nutriment ou de la substance, dans la denrée et mis en avant par l'allégation. C'est à **l'exploitant du secteur alimentaire (c'est à dire la ou les personnes physiques ou morales chargées de garantir le respect des prescriptions de la législation alimentaire dans l'entreprise du secteur alimentaire qu'elles contrôlent) de justifier de l'emploi de l'allégation** ;
- Le nutriment ou la substance visée doit être en **quantité significative / absent / présent en moindre quantité de manière à produire l'effet nutritionnel ou physiologique** affirmé dans le produit final pour faire l'objet d'une allégation ;
- L'allégation doit pouvoir **être comprise** par le consommateur moyen ;

- la quantité du produit raisonnablement susceptible d'être consommée apporte une quantité significative du nutriment ou de toute autre substance que vise l'allégation c'est à dire que l'allégation doit être liée à une quantité de l'aliment qu'il est raisonnable de consommer sur une journée ;
- Ne peuvent être utilisées que les allégations nutritionnelles énumérées dans l'annexe du règlement (UE) n° 1924/2006 peuvent être utilisées et les allégations de santé citées dans le règlement (UE) n°432/2012.

**Seules les allégations nutritionnelles et de santé figurant sur les listes communautaires en tant qu'allégations autorisées peuvent être utilisées** (si les conditions le permettent).

### 3 / Informations nutritionnelles

Lorsqu'une allégation nutritionnelle ou de santé est mentionnée dans une communication à caractère commercial, celle-ci doit être accompagnée d'informations spécifiques sur la composition de la denrée.

#### a. A partir du 13 décembre 2014 et jusqu'au 12 décembre 2016

Durant cette période, ce sont les dispositions du règlement (UE) n° 1169/2011 qui s'appliquent à savoir la mise en place d'une déclaration nutritionnelles dans le cas de l'utilisation d'une allégation nutritionnelle. *Voir partie «Déclaration nutritionnelle».*

#### b. A compter du 13 décembre 2016.

A partir de cette date, la déclaration nutritionnelle devient (sauf exception) obligatoire sur l'étiquetage de toutes les denrées alimentaires. *Voir partie «Déclaration nutritionnelle».*



### 4 / Conditions liées aux minima dus à la composition des produits

**a. Les minima liés aux allégations nutritionnelles** (annexe du Règlement (UE) No 1924/2006 du Parlement européen et du conseil du 20 décembre 2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires et ses règlements modificatifs). **EXTRAIT.**

#### FAIBLE TENEUR EN SUCRES

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire a une faible teneur en sucres, ou toute autre allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit ne contient pas plus de 5 g de sucres par 100 g dans le cas des solides ou 2,5 g de sucres par 100 ml dans le cas des liquides.

#### SANS SUCRES

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire ne contient pas de sucres, ou toute autre allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit ne contient pas plus de 0,5 g de sucres par 100 g ou par 100 ml.

#### SOURCE DE FIBRES

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est une source de fibres, ou toute autre allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit contient au moins 3 g de fibres par 100 g ou au moins 1,5 g de fibres par 100 kcal.

#### RICHE EN FIBRES

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est riche en fibres, ou toute autre allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit contient au moins 6 g de fibres par 100 g ou au moins 3 g de fibres par 100 kcal.

#### SOURCE DE [NOM DE VITAMINES] OU [NOM DE MINÉRAUX]

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est une source de vitamines et/ou de minéraux, ou toute autre allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit contient au moins la quantité significative définie à l'annexe de la directive 90/496/CEE ou une quantité prévue au titre de dérogations accordées conformément à l'article 6 du règlement (CE) no 1925/2006 du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006 concernant l'adjonction de vitamines, de minéraux et de certaines autres substances aux denrées alimentaires (JO L404 du 30.12.2006, p. 26).

*D'une manière générale, les valeurs qui doivent être prises en considération pour décider de ce qui constitue une quantité significative de vitamines et/ou minéraux (voir tableau page 6) :*

- 15 % des valeurs nutritionnelles de référence par 100 g ou 100 ml dans le cas des produits autres que les boissons, ou,
- 15 % des valeurs nutritionnelles de référence par portion si l'emballage ne contient qu'une seule portion.

## RICHE EN [NOM DE VITAMINES] OU [NOM DE MINÉRAUX]

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est riche en vitamines et/ou en minéraux, ou toute autre allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit contient au moins deux fois la teneur requise pour l'allégation «source de [NOM DES VITAMINES] et/ou [NOM DES MINÉRAUX]».

## NATURELLEMENT / NATUREL

Lorsqu'une denrée alimentaire remplit naturellement la ou les conditions fixées dans la présente annexe pour l'utilisation d'une allégation nutritionnelle, le terme «naturellement/naturel» peut accompagner cette allégation.

## RICHE EN GRAISSES MONOINSATURÉES

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est riche en graisses monoinsaturées, ou toute allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit contient au moins 45 % d'acides gras dérivés de graisses monoinsaturées et si l'énergie fournie par les graisses monoinsaturées représente plus de 20 % de l'apport énergétique du produit.

## RICHE EN GRAISSES INSATURÉES

Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est riche en graisses insaturées, ou toute allégation susceptible d'avoir le même sens pour le consommateur, ne peut être faite que si le produit contient au moins 70 % d'acides gras dérivés de graisses insaturées et si l'énergie fournie par les graisses insaturées représente plus de 20 % de l'apport énergétique du produit.

### b. Les minima liés aux allégations de santé.

Les conditions d'indication d'une allégation de santé sont fixées individuellement pour chaque allégation autorisée et spécifiées dans le règlement correspondant à son autorisation. Le règlement (UE) n° 432/2012 de la Commission du 16 mai 2012 établissant une liste des allégations de santé autorisées pourtant sur les denrées alimentaires (...) établit une première liste d'allégations de santé autorisées.

## 5 / Conditions spécifiques aux allégations de santé (article 10)

Les allégations de santé ne sont autorisées que si l'étiquetage, ou, à défaut, le document de présentation du produit ou sa publicité, **mentionnent également** :

- l'importance d'une alimentation variée et d'un mode de vie sain ;
- la quantité de denrée alimentaire concernée et le mode de consommation requis pour obtenir l'effet bénéfique ;
- s'il y a lieu, une indication à l'attention des personnes qui devraient éviter de consommer cette denrée alimentaire ;
- et un avertissement approprié lorsque le produit présente un risque pour la santé en cas de consommation excessive.

## B. LES ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES UTILISABLES POUR LES PRODUITS OLÉICOLES

### Composition moyenne de l'huile d'olive vierge et des olives vertes & noires en saumure

Composition moyenne Valeur pour 100 g	Huile d'olive vierge	Olives vertes en saumure	Olives noires en saumure
Energie (kcal)	899	145	162
Eau (g)	0	75,2	68,5
Protéines (g)	0	1,02	0,92
Glucides (g)	0	1,32	1,71
Fibres alimentaires (g)	0	5,1	12,5
Lipides (g)	99,1	13,9	14
Sodium (mg)	0	1680	886

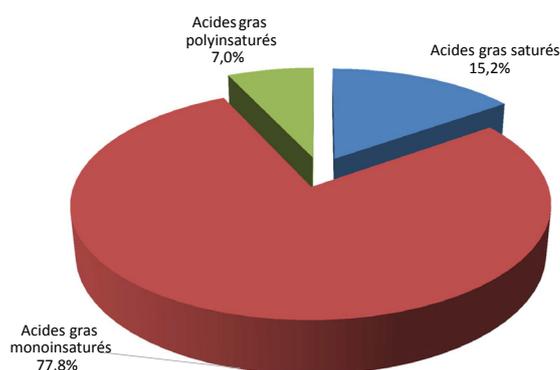
### 1 / Pour l'huile d'olive

Compte tenu de la quantité raisonnable journalière d'huile d'olive pouvant être consommée (soit 20 à 35 mL c'est-à-dire 1 à 2 cuillères à soupe), deux allégations nutritionnelles peuvent être utilisées pour l'huile d'olive compte tenu de sa composition et des règles édictées par la réglementation :

- **Riche en graisses mono-insaturées** dans la mesure où l'huile d'olive contient plus de 45 % d'acides gras dérivés de graisses mono-insaturées et que l'énergie fournie par ces graisses représente plus de 20 % de l'apport énergétique de l'huile d'olive.

- **Riche en vitamine E** : l'huile d'olive contient en moyenne 25 mg

Composition moyenne en acide gras de l'huile d'olive vierge (source : fiche nutritionnelle anses)



de vitamine E<sup>1</sup> pour 100 g soit 200 % des apports de référence (*consommée journalièrement en quantité raisonnable, l'huile d'olive apporte 37 à 65 % des apports de référence*).

La mention «naturellement» ou «naturel» peut accompagner l'allégation dans la mesure où l'huile d'olive contient naturellement les composés mis en avant.

ex. «Naturellement riche en vitamine E»



## 2 / Pour les olives

Compte tenu de la composition des olives noires en saumure, l'allégation «**Riche en fibres**» peut être utilisée dans les documents commerciaux. Pour utiliser cette allégation, il faut, en effet, que le produit contienne au moins 6 g de fibres pour 100 g. La mention «naturellement» ou «naturel» peut accompagner l'allégation dans la mesure où l'olive noire contient naturellement des fibres en quantité suffisante.

Pour l'olive noire, compte tenu des teneurs indiqués dans la table CIQUAL 2013, il est également possible d'utiliser les allégations suivantes :

- Source de magnésium
- Source de fer
- « Sans sucre » ou « Naturellement sans sucre ».

Pour l'olive verte, au regard de la composition moyenne généralement admise (table CIQUAL 2013), seule l'allégation «Source de vitamine A (bétacarotène)» peut être admise.

**Pour les olives comme pour l'huile d'olive, il est possible de réaliser des analyses spécifiques sur ses olives afin d'en connaître la teneur exacte et d'établir si une allégation est applicable ou non.**

## C. LES ALLÉGATIONS DE SANTÉ APPLICABLES AUX PRODUITS OLÉICOLES

A compter du 14 décembre 2012, l'étiquetage, les documents de présentation ou les publicités concernant l'huile d'olive pourront apposer l'une des allégations de santé suivantes, à condition de respecter les règles présentées ci-avant.

### 1 / Les allégations concernant les vitamines présentes dans l'huile d'olive

Compte tenu de la composition vitaminique moyenne de l'huile d'olive (*voir tableau en page 6*), les documents commerciaux liés à ce produit peuvent faire apparaître la mention suivante :

- «La vitamine E contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif».

### 2 / Les allégations liées à la composition en acides gras de l'huile d'olive

Compte tenu de la composition moyenne en acides gras de l'huile d'olive, les documents commerciaux liés à ce produit peuvent faire apparaître l'une des mentions suivantes :

- «Le remplacement de graisses saturées par des graisses insaturées dans le régime alimentaire contribue au maintien d'une cholestérolémie normale. L'acide oléique est une graisse insaturée.»
- «Le remplacement de graisses saturées par des graisses insaturées dans le régime alimentaire contribue au maintien d'une cholestérolémie normale. Les acides gras mono-insaturés et les acides gras poly-insaturés sont des graisses saturées.»



### 3 / Les allégations liées aux polyphénols

«Les polyphénols présents dans l'huile d'olive contribue à protéger les lipides sanguins contre le stress oxydatif.»

Cette allégation peut être utilisées uniquement si :

- l'huile d'olive correspondant contient au minimum 5 mg d'hydroxytyrosol et ses dérivés (complexe euloropéine, tyrosol) pour 20 g d'huile et
- une information que l'effet bénéfique est obtenu par une consommation journalière de 20 g d'huile d'olive est également mentionnée.

Il est donc impératif, pour cette allégation, de faire réaliser des analyses de polyphénols pour savoir si l'huile d'olive entre bien dans les critères de la réglementation.

A noter : la présence d'une quantité relativement élevée de polyphénol est généralement corrélée à l'intensité de l'amertume et du piquant.

A noter : depuis 2013, l'AFIDOL a mis en place une série d'analyses de polyphénols pour les huiles d'olive du Midi de la France pour la création d'une banque de données sur ce composé particulier. Un service d'analyse des polyphénols est proposé aux opérateurs par le Centre Technique de l'Olivier. Rens. 04 42 23 01 92.

<sup>1</sup> / Source Table de composition nutritionnelle CIQUAL 2013

# La déclaration nutritionnelle

La déclaration nutritionnelle est l'ensemble des informations liées à :

- la valeur énergétique,
- la quantité de graisses, d'acides gras saturés, de glucides, de sucres, de protéines et de sel d'une denrée alimentaire
- qui peut être complétée par les acides gras mono-insaturés, les acides gras poly-insaturés, les polyols, l'amidon, les fibres alimentaires, les vitamines ou les sels minéraux (présents en quantités significatives).

**A compter du 13 décembre 2016, la déclaration nutritionnelle sera obligatoire dans l'étiquetage de toutes les denrées alimentaires commercialisées dans l'Union Européenne** (sauf exception posée par la réglementation). Toutefois, ces éléments peuvent s'appliquer dès 2014 pour les opérateurs qui le souhaitent.

## 1 / Conditions générales

La déclaration nutritionnelle doit :

- apparaître **sous forme de tableau** (avec les chiffres alignés) ou sous forme linéaires lorsque la place dans l'étiquetage est insuffisante ;
- être facilement **accessible et visible**, inscrite **dans un endroit apparent, clairement lisible** ;
- figurer directement sur l'emballage ou sur une étiquette attachée à celui-ci ;
- être imprimée dans un corps de caractère dont la hauteur de «x» est égale ou supérieure à 1,2 mm (0.9 mm si la face la plus grande de l'emballage est inférieure à 80 cm<sup>2</sup>) ;
- dans une langue facilement compréhensible par les États membres des consommateurs où la denrée est commercialisée (il est possible de faire figurer la déclaration traditionnelle en plusieurs langues) ;
- tous les éléments de la **déclaration nutritionnelle doivent être présentés conjointement** dans l'ordre indiqué dans les tableaux en partie «3 / Valeurs nutritionnelles moyenne des produits oléicoles» et dans le champ visuel principal.

*A noter : Lorsque la face la plus grande de l'emballage a une surface inférieure à 10 cm<sup>2</sup>, la déclaration nutritionnelle peut être fournie par d'autres moyens et tout au moins est mise à disposition du consommateur à sa demande.*

Les valeurs déclarées sont les valeurs moyennes de la denrée établit sur la base :

- de l'analyse de la denrée effectuée par le fabricant ;
- du calcul effectué à partir de valeurs moyennes connues ou effectives relatives aux ingrédients utilisées ;
- ou du calcul effectué à partir de données généralement établies et acceptées pour la denrée concernée.

La valeur énergétique est calculée en fonction des coefficients fournis ci-dessous.

Glucides (à l'exception des polyols)	17 kJ/g - 4 kcal/g
Polyols	10 kJ/g - 2,4 kcal/g
Protéines	17 kJ/g - 4 kcal/g
Graisses	37 kJ/g - 9 kcal/g
Différentes formes de salatrim	25 kJ/g - 6 kcal/g

Alcool (éthanol)	29 kJ/g - 7 kcal/g
Acides organiques	13 kJ/g - 3 kcal/g
Fibres alimentaires	8 kJ/g - 2 kcal/g
Erythritol	0 kJ/g - 0 kcal/g

Les quantités sont exprimées en grammes pour les graisses, sucres, fibres alimentaires, protéines et sel. Pour les vitamines et minéraux, se référer au tableau en page 6 pour connaître les unités de mesure à utiliser.

En plus de la quantité, la composition peut également être exprimée en pourcentage des apports de références. Les vitamines et les sels minéraux peuvent être exprimés uniquement en pourcentage des apports de référence.

Il est également possible d'indiquer la valeur énergétique et les quantités de nutriments par portion et / ou par unité de consommation :

- en plus de l'expression pour 100 g ou 100 ml
- à condition de quantifier la portion ou l'unité de consommation sur l'étiquette à proximité de la déclaration nutritionnelle.

## 2 / Apports de référence

Ils servent de base au calcul d'une part des pourcentages de la déclaration nutritionnelle et d'autre part à la mise en avant ou non d'une allégation nutritionnelle ou de santé. Ils sont présentés en annexe XIII du *règlement (UE) n° 1169/2011 du Parlement européen et du conseil du 25 octobre 2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires*.

### Apport de référence pour les éléments obligatoires de la déclaration nutritionnelle.

Énergie ou nutriment	Apport de référence
Énergie	8 400 kJ (2 000 kcal)
Graisses totales	70 g
Acide gras saturés	20 g
Glucides	260 g
Sucres	90 g
Protéines	50 g
Sel	6 g

### Vitamines et sels minéraux pouvant être déclarés et valeurs nutritionnelles de référence (VNR)

	Teneur moyenne pour 100 g <sup>1</sup>				Teneur moyenne pour 100 g <sup>1</sup>				
	Apports de référence	Huile d'olive vierge	Olives vertes en saumure		Olives noires en saumure	Apports de référence	Huile d'olive vierge	Olives vertes en saumure	Olives noires en saumure
Beta-carotène (µg) (Vitamine A)	800		231	237	Chlorure (mg)	800			
Vitamine D (µg)	5				Calcium (mg)	800	<2.57	36	58.4
Vitamine E (mg)	12	25	1.99	2	Phosphore (mg)	700	1	13.9	10.2
Vitamine K (µg)	75				Magnésium (mg)	375	<0.583	24.5	70.4
Vitamine C (mg)	80			0.9	Fer (mg)	14	0.442	0.33	3.3
Thiamine (mg)	1.1		0.02	0.003	Zinc (mg)	10	0.0176	0.04	0.13
Riboflavine (mg)	1.4		0.007		Cuivre (mg)	1	0.00489	0.10	0.154
Niacine (mg)	16		0.23	0.03	Manganèse (mg)	2	0.0334	0.055	0.0526
Vitamine B6 (mg)	1.4		0.02	0.009	Fluorure (mg)	3.5			
Acide folique (µg)	200		4.7		Sélénium (µg)	55	<21.2	0.9	<5.4
Vitamine B12 (µg)	2.5				Chrome (µg)	40			
Biotine (µg)	50				Molybdène (µg)	50			
Acide pantothénique (mg)	6		0.02	0.01	Iode (µg)	150	0.267	4.5	4.5
Potassium (mg)	2 000	<0.81	39.3	8					

<sup>1/</sup> Source : Table de composition nutritionnelle CIQUAL 2012.

<sup>2/</sup> Béta-carotène



### 3 / Valeurs nutritionnelles moyenne des produits oléicoles

L'Anses, Agence National de Sécurité Alimentaire, de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail propose des fiches présentant la composition nutritionnelle moyenne de 1 300 aliments génériques dont l'huile d'olive vierge, les olives vertes en saumure (entières ou dénoyautées), les olives noires en saumure (entières ou dénoyautées). Ces fiches nutritionnelles regroupent les teneurs en différents constituants (glucides, protéines, lipides, vitamines, minéraux...) ainsi que les valeurs énergétiques des aliments. Les données sont toujours proposées pour 100 g d'aliment.

Ces données sont réunies dans les tables CIQUAL qui sont consultables sur <http://www.anses.fr/TableCIQUAL/> et peuvent servir de référence pour les opérateurs de l'agro-alimentaire qui souhaitent étiqueter les valeurs nutritionnelles de leurs produits.

Les tableaux ci-dessous ont été élaborés sur la base des données des tables CIQUAL et sur le modèle donné par la réglementation européen. Les valeurs des tableaux sont données à titre indicatif.

HUILE D'OLIVE VIERGE	Pour 100 ml	Pour 1 cuillère à soupe (15 ml)
Énergie	3 389 kJ / 823 kcal	508 kJ / 147 kcal
Graisses	91,5 g	13,7 g
dont :		
- acides gras saturés	12,6 g	1,9 g
- acides gras mono-insaturés	68,8 g	10,3 g
- acides gras polyinsaturés	6,3 g	0,9 g
Glucides	0	0
dont :		
- sucres	0	0
Fibres alimentaires	0	0
Protéines	0	0
Sel	< 0,0025	< 0,0004
Vitamine E	22,9 mg	3,4 mg

Les valeurs des colonnes colorées sont facultatives.

Valeurs moyennes - source : Table de composition nutritionnelle CIQUAL 2013.

Base de conversion : 1 litre d'huile = 0,916 kg

OLIVES VERTES EN SAUMURE	Pour 100 g
Énergie	595 kJ / 145 kcal
Graisses	13,9 g
dont :	
- acides gras saturés	1,99 g
- acides gras mono-insaturés	9,74 g
- acides gras polyinsaturés	1,31 g
Glucides	1,32
dont :	
- sucres	traces
Fibres alimentaires	5,1 g
Protéines	1,02 g
Sel	4,2 g
Calcium	36 mg
Betacarotène (vitamine A)	231 µg

Les valeurs des colonnes colorées sont facultatives.

Valeurs moyennes - source : Table de composition nutritionnelle CIQUAL 2013

OLIVES NOIRES EN SAUMURE	Pour 100 g	% des apports de référence
Énergie	663 kJ / 162 kcal	8,1 %
Graisses	14 g	20 %
dont :		
- acides gras saturés	1,42 g	7,1 %
- acides gras mono-insaturés	8,14 g	
- acides gras polyinsaturés	1,62 g	
Glucides	1,71	
dont :		
- sucres	0	
Fibres alimentaires	12,5 g	
Protéines	0,92 g	
Sel	2,2 g	
Calcium	58,4 mg	7,3 %
Betacarotène (vitamine A)	237 µg	29,6 %
Magnésium	70,4 mg	18,7 %
Fer	3,3 mg	23,5 %

Les valeurs des colonnes colorées sont facultatives.

Valeurs moyennes - source : Table de composition nutritionnelle CIQUAL 2013

## 4 / Exemples de déclarations nutritionnelles

Outre les tableaux donnés à titre d'exemple en page 7, il est possible de présenter les informations nutritionnelles dans des tableaux d'autres formes et couleurs à condition de conserver l'ordre des éléments présentés.

### a. Exemples d'étiquettes incluant les informations nutritionnelles obligatoires.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 ml Huile d'olive vierge		Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g Olives noires en saumure		Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g Olives vertes en saumure	
Energie	3 389 kJ / 823 kcal	Energie	663 kJ / 162 kcal	Energie	595 kJ / 145 kcal
Graisses	91,5 g	Graisses	14 g	Graisses	13,9 g
dont - acides gras saturés	12,6 g	dont - acides gras saturés	1,42 g	dont - acides gras saturés	1,99 g
Glucides	0 g	Glucides	1,71 g	Glucides	1,32 g
dont - sucres	0 g	dont - sucres	0 g	dont - sucres	traces
Protéines	0 g	Protéines	0,92 g	Protéines	1,02 g
Sel	< 0,0025 g	Sel	2,20 g	Sel	4,20 g

Lorsque la déclaration nutritionnelle obligatoire est présente dans l'étiquetage, il est possible de répéter :

- la valeur énergétique
- la valeur énergétique, ainsi que les quantités de graisses, d'acides gras saturés, de sucres et de sel.

Cette mention doit alors figurer dans le champ visuel principal dans une taille de caractère supérieur ou égal à 1,2 mm.

Quelques exemples de compléments à la déclaration nutritionnelle :



823 kcal  
3 389 kJ  
Pour 1 cuillère à  
soupe (15 ml) :  
123 kcal (508 kJ)

162 kcal  
663 kJ  
Portion de 30 g  
(5 à 8 olives):  
48,6 kcal (198,9 kJ)



145 kcal  
595 kJ  
Portion de  
30 g (5 à 8 olives) :  
43,5 kcal  
(178,5 kJ)

### b. Exemples d'étiquettes incluant les informations nutritionnelles obligatoires et facultatives

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 ml Huile d'olive vierge	
Energie	3 389 kJ / 823 kcal
Graisses	91,5 g
dont - acides gras saturés	12,6 g
- acides gras mono-insaturés	68,8 g
- acides gras polyinsaturés	6,3 g
Glucides	0 g
dont - sucres	0 g
Protéines	0 g
Sel	< 0,0025 g
Vitamine E	22,9 mg

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g Olives noires en saumure	
Energie	663 kJ / 162 kcal
Graisses	14 g
dont - acides gras saturés	1,42 g
Glucides	1,71 g
dont - sucres	0 g
Protéines	0,92 g
Sel	2,20 g
Fibres alimentaires	12,5 g
Calcium	58,4 mg
Vitamine A (betacarotène)	237,0 µg
Magnésium	70,4 mg

Règlements disponibles sur <http://eur-lex.europa.eu>

Pour tout renseignement, contactez : Alexandra PARIS - Tél. 04 75 26 90 92 - [alexandra.paris@afidol.org](mailto:alexandra.paris@afidol.org)



[www.huiletolives.fr](http://www.huiletolives.fr) / [www.afidol.org](http://www.afidol.org)



*Afidol*

Association Française Interprofessionnelle De l'OLive - **AFIDOL** - Maison des Agriculteurs 22 av. Henri Pontier 13626 AIX-EN-PROVENCE  
Standard - administration générale - comptabilité : 04 42 23 01 92 / [aix@afidol.org](mailto:aix@afidol.org)  
Economie - communication : 04 75 26 90 92 / [nyons@afidol.org](mailto:nyons@afidol.org)