

LISTA I

NOME, ORDEM E RESPECTIVAS UNIDADES DE MEDIDA PARA DECLARAÇÃO DOS CONSTITUINTES DA TABELA NUTRICIONAL.

Nome e ordem dos constituintes	Unidades de medida
Valor energético	kcal
Carboidratos	g
Açúcares totais	g
Dissacarídeos específicos	g
Monossacarídeos específicos	g
Poliois totais	g
Poliois específicos	g
Outros carboidratos específicos	g
Proteínas	g
Aminoácidos específicos	mg
Gorduras totais	g
Gorduras saturadas	g
Gorduras trans	g
Gorduras monoinsaturadas	g
Ômega 9	g
Gorduras poli-insaturadas	g
Ômega 6	g
Ômega 3	mg
Ácido linolênico	mg
EPA e DHA	mg
Colesterol	mg
Fibras alimentares	g
Fibras alimentares específicas	g

Sódio	mg
Vitamina A	mcg de RAE
Vitamina D	mcg
Vitamina E	mg
Vitamina K	mcg
Vitamina C	mg
Tiamina	mg
Riboflavina	mg
Niacina	mg de NE
Vitamina B6	mg
Biotina	mcg
Folato	mcg de DFE
Ácido pantotênico	mg
Vitamina B12	mcg
Cálcio	mg
Cloro	mg
Cobre	mcg
Colina	mg
Cromo	mcg
Ferro	mg
Flúor	mg
Fósforo	mg
Iodo	mcg
Magnésio	mg
Manganês	mg
Molibdênio	mcg
Potássio	mg

Selênio	mcg
Zinco	mg
Adenosina	mg
Carnitina	mg
Creatina	mg
Taurina	mg
10-HDA	mg
Ácido clorogênico	mg
Alicina	mg
Astaxantina	mg
Cafeína	mg
Coenzima Q10	mg
Compostos Fenólicos	mg
Fitoesteróis	g
Fitoestanois	g
Fosfatidilserina	mg
Licopeno	mg
Luteína	mg
Proantocianinas	mg
Rutina	mg
Zeaxantina	mg
Fitase	FTU
Lactase	U.FCC
Nome científico ou comercial da linhagem de probiótico	UFC

LISTA II

FORMA DE ARREDONDAMENTO E EXPRESSÃO DOS VALORES DE CONSTITUINTES DECLARADOS NA TABELA NUTRICIONAL.

Faixa de valores dos constituintes	Arredondamento dos valores de constituintes	Forma de declaração dos valores de constituintes
Valores maiores ou iguais a 10.	<p>Quando a primeira casa decimal for menor que 5, manter o número inteiro.</p> <p>Quando a primeira casa decimal for maior ou igual a 5, arredondar o número inteiro para cima em 1 unidade.</p>	Declarar os valores em números inteiros.
Valores menores que 10 e maiores ou iguais a 1	<p>Quando a segunda casa decimal for menor que 5, manter a primeira casa decimal inalterada.</p> <p>Quando a segunda casa decimal for maior ou igual a 5, arredondar a primeira casa decimal para cima em 1 unidade.</p>	Declarar os valores com um dígito decimal.
Para os constituintes com valores menores do que 1 e unidades de medida em mg ou mcg.	<p>Quando a terceira casa decimal for menor que 5, manter a segunda casa decimal inalterada.</p> <p>Quando a terceira casa decimal for maior ou igual a 5, arredondar a segunda casa decimal para cima em 1 unidade.</p>	Declarar os valores com dois dígitos decimais.
Para os constituintes com valores menores do que 1 e outras unidades de medida.	<p>Quando a segunda casa decimal for menor que 5, manter a primeira casa decimal inalterada.</p> <p>Quando a segunda casa decimal for maior ou igual a 5, arredondar a primeira casa decimal para cima em 1 unidade.</p>	Declarar os valores com um dígito decimal.

LISTA III

FORMA DE EXPRESSÃO DAS QUANTIDADES NÃO SIGNIFICATIVAS DE CONSTITUINTES DA TABELA NUTRICIONAL.

Constituintes	Valor não significativo	Condições do valor não significativo no produto	Forma de declaração dos valores não significativos na tabela nutricional
Valor energético	Menor ou igual a 4 kcal.	Produto possui quantidades não significativas de valor energético por 100 g ou ml e por porção.	0, zero ou não contém
		Produto possui quantidades não significativas de valor energético apenas por 100 g ou ml, ou apenas por porção.	Menos que 4 kcal
Carboidratos	Menor ou igual a 0,5 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de carboidratos por 100 g ou ml e por porção; e</p> <p>Produto possui quantidades não significativas de açúcares totais por 100 g ou ml e por porção; e</p> <p>Nenhum outro tipo de carboidrato é declarado com valores significativos.</p>	0, zero ou não contém
		<p>Produto possui quantidades não significativas de carboidratos apenas por 100 g ou ml, ou por porção; ou</p> <p>Produto possui quantidades significativas de açúcares totais por 100 g ou ml, ou por porção; ou</p> <p>Outro tipo de carboidrato é declarado com valores significativos.</p>	Menos que 0,5 g

Açúcares totais	Menor ou igual a 0,5 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de açúcares totais por 100 g ou ml e por porção; e</p> <p>Nenhum outro tipo de açúcar é declarado com valores significativos.</p>	0, zero ou não contém
		<p>Produto possui quantidades não significativas de açúcares totais apenas por 100 g ou ml, ou por porção; ou</p> <p>Outro tipo de açúcar é declarado com valores significativos.</p>	Menos que 0,5 g
Lactose	Menor ou igual a 0,1 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de lactose por 100 g ou ml do alimento tal como exposto à venda.</p>	0, zero ou não contém
Proteínas	Menor ou igual a 0,5 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de proteínas por 100 g ou ml e por porção; e</p> <p>Nenhum tipo de aminoácido é declarado com valores significativos.</p>	0, zero ou não contém
		<p>Produto possui quantidades não significativas de proteínas apenas por 100 g ou ml, ou por porção; ou</p> <p>Algum aminoácido é declarado com valores significativos.</p>	Menos que 0,5 g

Gorduras totais	Menor ou igual a 0,5 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras totais por 100 g ou ml e por porção; e</p> <p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras saturadas e trans por 100 g ou ml e por porção; e</p> <p>Nenhum outro tipo de gordura e colesterol é declarado com valores significativos.</p>	0, zero ou não contém
		<p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras totais apenas por 100 g ou ml, ou por porção; ou</p> <p>Produto possui quantidades significativas de gorduras saturadas ou trans por 100 g ou ml, ou por porção; ou</p> <p>Outro tipo de gordura e colesterol é declarado com valores significativos.</p>	Menos que 0,5 g
Gorduras saturadas	Menor ou igual a 0,1 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras saturadas por 100 g ou ml e por porção.</p>	0, zero ou não contém
		<p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras saturadas apenas por 100 g ou ml, ou por porção.</p>	Menos que 0,1 g
Gorduras trans	Menor ou igual a 0,1 g.	<p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras trans por 100 g ou ml e por porção.</p>	0, zero ou não contém
		<p>Produto possui quantidades não significativas de gorduras trans apenas por 100 g ou ml, ou por porção.</p>	Menos que 0,1 g

Colesterol	Menor ou igual a 5 mg.	Produto possui quantidades não significativas de colesterol por 100 g ou ml e por porção.	0, zero ou não contém
		Produto possui quantidades não significativas de colesterol apenas por 100 g ou ml, ou por porção.	Menos que 5 mg
Fibras alimentares	Menor ou igual a 0,5 g.	Produto possui quantidades não significativas de fibras alimentares por 100 g ou ml e por porção.	0, zero ou não contém
		Produto possui quantidades não significativas de fibras alimentares apenas por 100 g ou ml, ou por porção.	Menos que 0,5 g
Sódio	Menor ou igual a 5 mg.	Produto possui quantidades não significativas de sódio por 100 g ou ml e por porção.	0, zero ou não contém
		Produto possui quantidades não significativas de sódio apenas por 100 g ou ml, ou por porção.	Menos que 5 mg

LISTA IV

FORMA DE ARREDONDAMENTO E EXPRESSÃO DO NÚMERO DE PORÇÕES DECLARADAS NA TABELA NUTRICIONAL

Números de porções na embalagem	Arredondamento do número de porções na embalagem	Forma de declaração do número de porções na embalagem
Embalagens com 3 ou mais porções inteiras.	Não se aplica.	Contém (número de porções) porções.
Embalagens com mais de 2 e menos de 10 porções não inteiras.	Quando a primeira casa decimal for menor que 5, manter o número inteiro.	Contém cerca de (número de porções) porções.
	Quando a primeira casa decimal for maior ou igual 5, manter a primeira casa decimal em 5.	Contém (número de porções) porções, quando a primeira casa decimal antes do arredondamento for 5. Contém cerca de (número de porções) porções, para os demais casos.
Embalagens com 10 ou mais porções não inteiras.	Quando a primeira casa decimal for menor que 5, manter o número inteiro. Quando a primeira casa decimal for maior ou igual 5, arredondar o número inteiro para cima em 1 unidade.	Contém cerca de (número de porções) porções.

LISTA V

TIPOS DE UTENSÍLIOS DOMÉSTICOS E SUAS CAPACIDADES PARA DECLARAÇÃO DA MEDIDA CASEIRA DOS ALIMENTOS NA TABELA NUTRICIONAL.

Tipos de utensílios domésticos	Capacidades
Xícara de chá	200 cm ³ ou ml
Copo	200 cm ³ ou ml
Colher de sopa	10 cm ³ ou ml
Colher de chá	5 cm ³ ou ml
Prato raso	22 cm de diâmetro
Prato fundo	250 cm ³ ou ml

LISTA VI

FORMA DE EXPRESSÃO DO NÚMERO DE MEDIDAS CASEIRAS DECLARADAS NA TABELA NUTRICIONAL.

Relação entre a porção e a medida caseira	Forma de expressão do número de medidas caseiras.
Quando a porção corresponder a 30% ou menos da medida caseira utilizada.	$\frac{1}{4}$ (nome da medida caseira)
Quando a porção corresponder a mais de 30% até 70% da medida caseira utilizada.	$\frac{1}{2}$ (nome da medida caseira)
Quando a porção corresponder a mais de 70% até 130% da medida caseira utilizada.	1 (nome da medida caseira)
Quando a porção corresponder a mais de 130% até 170% da medida caseira utilizada.	1 $\frac{1}{2}$ (nome da medida caseira)
Quando a porção corresponder a mais de 170% até 230% da medida caseira utilizada.	2 (nome da medida caseira)

LISTA VII

VALORES DIÁRIOS DE REFERÊNCIA (VDR) PARA FINS DE ROTULAGEM NUTRICIONAL DOS ALIMENTOS EM GERAL.

Racional e referências utilizadas:

Para definição dos VDR, foram consideradas, inicialmente, a proposta listada na Tabela 16 do Relatório Preliminar de Análise de Impacto Regulatório sobre Rotulagem Nutricional, cujos valores foram estabelecidos com base nas recomendações do Codex Alimentarius.

Em função das sugestões apresentadas na TPS nº 1/2018 que indicaram a relevância de se buscar uma maior convergência com referências internacionais, também foi conduzido um levantamento dos VDR das principais referências internacionais: Codex Alimentarius, Austrália e Nova Zelândia, Canadá, Chile, Estados Unidos, Peru, União Europeia. Também foram consideradas as recomendações nutricionais da OMS, FAO e IOM.

Após avaliação e comparação dos valores encontrados, para os macronutrientes optou-se por priorizar a referência da OMS. Para os micronutrientes, as principais referências foram o Codex, prioritariamente, e o IOM, nos casos em que não foi encontrada referência do Codex.

Documentos de referência:

1. Codex Alimentarius. CAC/GL 2-1985;
2. WHO. Diet, Nutrition and Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. WHO Technical Report Series 916, 2003;
3. FAO. Fats and fatty acids in human nutrition. Report of an expert consultation. FAO Food and Nutrition Paper 91, 2010;
4. WHO. Potassium intake for adults and children. 2012;
5. WHO. Guideline: sugars intake for adults and children, 2015;
6. IOM. Dietary Reference Intakes for Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folate, Vitamin B12, Pantothenic Acid, Biotin, and Choline. Washington D.C. National Academy Press, 1998. 592p;
7. IOM. Dietary Reference Intakes for Vitamin A, Vitamin K, Arsenic, Boron, Chromium, Copper, Iodine, Iron, Manganese, Molybdenum, Nickel, Silicon, Vanadium, and Zinc. Washington D.C. National Academy Press, 2000. 800p;
8. IOM. Dietary Reference Intakes for Vitamin C, Vitamin E, Selenium, and Carotenoids. Washington D.C. National Academy Press, 2000. 529p;
9. IOM. Dietary Reference Intakes for Water, Potassium, Sodium, Chloride, and Sulfate. Washington D.C. National Academy Press, 2004. 640p;
10. IOM. Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids (Macronutrients). Washington D.C. National Academy Press, 2005. 1357p;
11. IOM. Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D. Washington D.C. National Academy Press, 2011. 1132p.

Constituintes	VDR (unidade)	Referências
Valor energético	2.000 kcal	OMS
Carboidratos	300 g	OMS, IOM (60% VET)
Açúcares totais	50 g	OMS (10% VET)
Proteínas	50 g	OMS, IOM, Codex (10%VET)
Gorduras totais	65 g	OMS, IOM, FAO (30% VET)
Gorduras saturadas	20 g	OMS, Codex (10% VET)
Gorduras trans	2 g	OMS (1% VET)
Gorduras monoinsaturadas	20 g	OMS, FAO (por diferença)
Gorduras poli-insaturadas	20 g	OMS (10% VET)
Ômega 6	18 g	OMS, IOM (8% VET)
Ômega 3	4.000 mg	OMS, FAO (2% VET)
Colesterol	300 mg	OMS
Fibras alimentares	25 g	OMS
Sódio	2.000 mg	Codex, OMS
Vitamina A	800 mcg de RAE	Codex
Vitamina D	15 mcg	IOM
Vitamina E	15 mg	IOM
Vitamina K	120 mcg	IOM
Vitamina C	100 mg	Codex
Tiamina	1,2 mg	Codex
Riboflavina	1,2 mg	Codex

Niacina	15 mg de NE	Codex
Vitamina B6	1,3 mg	Codex
Biotina	30 mcg	Codex, IOM
Folato	400 mcg de DFE	Codex, IOM
Ácido pantotênico	5 mg	Codex, IOM
Vitamina B12	2,4 mcg	Codex, IOM
Cálcio	1.000 mg	Codex, IOM
Cloro	2.300 mg	IOM
Cobre	900 mcg	Codex, IOM
Colina	550 mg	IOM
Cromo	35 mcg	IOM
Ferro	14 mg	Codex
Flúor	4 mg	IOM
Fósforo	700 mg	Codex, IOM
Iodo	150 mcg	Codex, IOM
Magnésio	420 mg	IOM
Manganês	3 mg	Codex
Molibdênio	45 mcg	Codex, IOM
Potássio	3.500 mg	Codex
Selênio	60 mcg	Codex
Zinco	11 mg	Codex, IOM

LISTA VIII

VALORES DIÁRIOS DE REFERÊNCIA (VDR) PARA FINS DE ROTULAGEM NUTRICIONAL DOS ALIMENTOS PARA FINS ESPECIAIS E DOS SUPLEMENTOS ALIMENTARES.

Racional e referências utilizadas:

O primeiro passo para determinação dos VDR para grupos populacionais específicos, foi a definição das faixas etárias de referência. Nesse caso, optou-se por utilizar a abordagem regulatória empregada recentemente para os suplementos alimentares.

Em seguida, foi definido o valor energético de referência, com base na referência da FAO/OMS. Para determinar o valor energético para crianças abaixo de 3 anos, foi feita média das necessidades energéticas para meninos e meninas por faixa etária (0 a 6 meses, 7 a 11 meses, 1 a 3 anos, 4 a 8 anos, 9 a 18 anos). Para gestantes, considerou-se um acréscimo de 300 kcal/dia da necessidade energética de indivíduos com mais de 19 anos. Para lactantes, um acréscimo de 600 kcal/dia, que corresponde à média entre o gasto de energia para amamentar lactentes de 0 a 6 meses (675 kcal/dia) e lactentes de 7 a 12 meses (460 kcal/dia). Para indivíduos com mais de 19 anos, foram utilizadas as referências da Lista VII, tanto para valor energético, quanto para os nutrientes.

Para definição dos valores de carboidratos, açúcares totais, proteínas e gorduras foram adotadas as distribuições energéticas listadas abaixo que estão amparadas nas recomendações da OMS/FAO:

- Para carboidratos, 60% do VET para todas as faixas etárias;
- Para açúcares totais, 10% do VET para as faixas etárias acima de 1 ano;
- Para proteínas, 10% do VET para todas as faixas etárias;
- Para gorduras totais, 50% do VET para faixa etária de 0 a 6 meses, 35% para 7 a 11 meses e 30% para os demais grupos;
- Para gorduras saturadas, mono e poli-insaturadas, 10% do VET para as faixas etárias acima de 1 ano;
- Para gorduras trans, 1% do VET para as faixas etárias acima de 1 ano;
- Para ômega 6, 8% do VET para as faixas etárias acima de 1 ano;
- Para ômega 3, 2% do VET para todas as faixas etárias acima de 1 ano.

No caso das fibras alimentares e dos micronutrientes foram utilizadas as recomendações do IOM, adotando-se as maiores recomendações disponíveis para cada faixa. Todavia, no caso do sódio e do potássio, a referência do IOM foi utilizada apenas para as faixas até 3 anos. Para os demais grupos foram utilizadas as referências da OMS.

Documentos de referência:

1. WHO. Diet, Nutrition and Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. WHO Technical Report Series 916, 2003;
2. FAO/WHO. Human energy requirements. Report of a Joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation. 2001;
3. FAO. Fats and fatty acids in human nutrition. Report of an expert consultation. FAO Food and Nutrition Paper 91, 2010;
4. WHO. Potassium intake for adults and children. 2012;
5. WHO. Guideline: sugars intake for adults and children, 2015;
6. IOM. Dietary Reference Intakes for Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folate, Vitamin B12, Pantothenic Acid, Biotin, and Choline. Washington D.C. National Academy Press, 1998. 592p;
7. IOM. Dietary Reference Intakes for Vitamin A, Vitamin K, Arsenic, Boron, Chromium, Copper, Iodine, Iron, Manganese, Molybdenum, Nickel, Silicon, Vanadium, and Zinc. Washington D.C. National Academy Press, 2000. 800p;
8. IOM. Dietary Reference Intakes for Vitamin C, Vitamin E, Selenium, and Carotenoids. Washington D.C. National Academy Press, 2000. 529p;
9. IOM. Dietary Reference Intakes for Water, Potassium, Sodium, Chloride, and Sulfate. Washington D.C. National Academy Press, 2004. 640p;
10. IOM. Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids (Macronutrients). Washington D.C. National Academy Press, 2005. 1357p;
11. IOM. Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D. Washington D.C. National Academy Press, 2011. 1132p.

Constituintes	Unidades	0 a 6 meses	7 a 11 meses	1 a 3 anos	4 a 8 anos	9 a 18 anos	≥ 19 anos	Gestantes	Lactantes
Valor energético	kcal	550	700	1.000	1.500	2.500	2.000	2.300	2.600
Carboidratos	g	60	95	150	225	375	300	345	360
Açúcares totais	g			25	35	60	50	55	65
Proteínas	g	9	11	25	35	60	50	55	65
Gorduras totais	g	30	27	33	50	80	65	75	85
Gorduras saturadas	g			11	16	27	20	25	28
Gorduras trans	g			1	1,5	2,5	2	2,5	2,5
Gorduras monoinsaturadas	g			11	16	27	20	25	28
Gorduras poli-insaturadas	g			11	16	27	20	25	28
Ômega 6	g			9	13	22	18	20	23
Ômega 3	mg			2.000	3.000	5.000	4.000	5.000	5.000
Colesterol	mg			300	300	300	300	300	300
Fibras alimentares	g			19	25	38	25	28	29
Sódio	mg	120	370	1.000	2.000	2.000	2.000	2.000	2.000

Vitamina A	mcg de RAE	400	500	300	400	900	800	770	1.300
Vitamina D	mcg	10	10	15	15	15	15	15	15
Vitamina E	mg	4	5	6	7	15	15	15	15
Vitamina K	mcg	2	2,5	30	55	75	120	90	90
Vitamina C	mg	40	50	15	25	75	100	85	120
Tiamina	mg	0,2	0,3	0,5	0,6	1,2	1,2	1,4	1,4
Riboflavina	mg	0,3	0,4	0,5	0,6	1,3	1,2	1,4	1,6
Niacina	mg de NE	2	4	6	8	16	15	18	17
Vitamina B6	mg	0,1	0,3	0,5	0,6	1,3	1,3	1,9	2
Biotina	mcg	5	6	8	12	25	30	30	35
Folato	mcg de DFE	65	80	150	200	400	400	600	500
Ácido pantotênico	mg	1,7	1,8	2	3	5	5	6	7
Vitamina B12	mcg	0,4	0,5	0,9	1,2	2,4	2,4	2,6	2,8
Cálcio	mg	200	260	700	1.000	1.300	1.000	1.300	1.300
Cloro	mg	180	570	1.500	1.900	2.300	2.300	2.300	2.300

Cobre	mcg	200	220	340	440	890	900	1.000	1.300
Colina	mg	125	150	200	250	550	550	450	550
Cromo	mcg	0,2	5,5	11	15	35	35	30	45
Ferro	mg	0,27	11	7	10	15	14	27	10
Flúor	mg	0,01	0,5	0,7	1	3	4	3	3
Fósforo	mg	100	275	460	500	1.250	700	1.250	1.250
Iodo	mcg	110	130	90	90	150	150	220	290
Magnésio	mg	30	75	80	130	410	420	400	360
Manganês	mg	0,003	0,6	1,2	1,5	2,2	3	2	2,6
Molibdênio	mcg	2	3	17	22	43	45	5	50
Potássio	mg	400	700	3.000	3.500	3.500	3.500	3.500	3.500
Selênio	mcg	15	20	20	30	55	60	60	70
Zinco	mg	2	3	3	5	11	11	12	13

LISTA IX

FATORES DE CONVERSÃO PARA DETERMINAÇÃO DO VALOR ENERGÉTICO DOS ALIMENTOS.

Nutriente	Fator de conversão (kcal/g)
Carboidratos, exceto poliois	4
Proteínas	4
Gorduras	9
Álcool (etanol)	7
Ácidos orgânicos	3
Lactitol	2
Xilitol	2,4
Maltitol	2,1
Sorbitol	2,6
Manitol	1,6
Eritritol	0
Isomalte	2
Fibras alimentares, exceto polidextrose	2
Polidextrose	1

LISTA X

FATORES DE CONVERSÃO DE NUTRIENTES PARA DETERMINAÇÃO DO VALOR NUTRICIONAL DOS ALIMENTOS.

Nutriente	Fatores de conversão
Vitamina A	1 mcg de equivalente de atividade de retinol (RAE) = 3,33 UI de vitamina A = 1 mcg de retinol = 12 mcg de β -caroteno = 24 mcg de outros carotenoides provitamina A.
Vitamina D	1 mcg de colecalciferol = 40 UI de vitamina D.
Vitamina E	1 mg de α -tocoferol = 1 mg de d-alfa tocoferol (natural) = 2 mg de alfa tocoferol sintético = 1,49 UI
Niacina	1 mg de niacina equivalente (NE) = 1 mg de niacina = 60 mg de triptofano.
Folato	1 mcg de folato dietético equivalente (DFE) = 1 mcg de folato naturalmente presente no alimento = 0,6 mcg de ácido fólico.