



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

	SPECIE	ALFA3
1.	<i>Ameiurus melas</i>	<u>ITM</u>
2.	<i>Amphioctopus fangsiao</i>	<u>XZY</u>
3.	<i>Anguilla anguilla (Capitone)</i>	<u>ELEC</u>
4.	<i>Anguilla anguilla (di fiume)</i>	<u>ELEF</u>
5.	<i>Anguilla anguilla (di mare)</i>	<u>ELEM</u>
6.	<i>Anguilla japonica</i>	<u>ELJ</u>
7.	<i>Anoplopoma fimbria</i>	<u>SAB</u>
8.	<i>Atherina boyeri</i>	<u>AVX</u>
9.	<i>Boops boops</i>	<u>BOG</u>
10.	<i>Brama brama</i>	<u>POA</u>
11.	<i>Brosme brosme</i>	<u>USK</u>
12.	<i>Cancer pagurus</i>	<u>CRE</u>
13.	<i>Carassius auratus</i>	<u>CGO</u>
14.	<i>Chamelea gallina</i>	<u>SVE</u>
15.	<i>Clupea harengus</i>	<u>HER</u>
16.	<i>Clupea pallasii</i>	<u>HEP</u>
17.	<i>Cololabis saira</i>	<u>SAP</u>
18.	<i>Conger conger</i>	<u>COE</u>
19.	<i>Conger myriaster</i>	<u>ELS</u>
20.	<i>Coryphaena hippurus</i>	<u>DOL</u>
21.	<i>Crangon crangon</i>	<u>CSH</u>
22.	<i>Crassostrea gigas</i>	<u>OYG</u>
23.	<i>Cyprinus carpio</i>	<u>FCP</u>
24.	<i>Dentex dentex</i>	<u>DEC</u>
25.	<i>Dentex tumifrons</i>	<u>DTI</u>
26.	<i>Dicentrarchus labrax (farmed)</i>	<u>BSS F</u>
27.	<i>Dicentrarchus labrax (wild)</i>	<u>BSS</u>
28.	<i>Diplodus sargus</i>	<u>SWA</u>

A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

	SPECIE	ALFA3
29.	<i>Dissostichus eleginoides</i>	<u>TOP</u>
30.	<i>Engraulis encrasicolus</i>	<u>ANE</u>
31.	<i>Engraulis japonicus</i>	<u>JAN</u>
32.	<i>Epinephelus marginatus</i>	<u>GPD</u>
33.	<i>Esox lucius</i>	<u>EPI</u>
34.	<i>Euphausia superba</i>	<u>KRI</u>
35.	<i>Fenneropenaeus / Panaeus merguensis</i>	<u>PBA</u>
36.	<i>Fenneropenaeus chinensis/Panaeus chinensis</i>	<u>FLP</u>
37.	<i>Gadus chalcogrammus/Theragra chalcogramma</i>	<u>ALK</u>
38.	<i>Gadus macrocephalus</i>	<u>PCO</u>
39.	<i>Gadus morhua</i>	<u>COD</u>
40.	<i>Hippoglossus hippoglossus</i>	<u>HAL</u>
41.	<i>Homarus americanus</i>	<u>LBA</u>
42.	<i>Homarus gammarus</i>	<u>LBE</u>
43.	<i>Ictalurus punctatus</i>	<u>ITP</u>
44.	<i>Jasus edwardski</i>	<u>LOR</u>
45.	<i>Katsuwonus pelamis</i>	<u>SKI</u>
46.	<i>Lepidobombus bosci</i>	<u>LDB</u>
47.	<i>Lethrinus nebulosus</i>	<u>LZX</u>
48.	<i>Lithognathus mormyrus</i>	<u>SSB</u>
49.	<i>Litopenaeus / Panaeus vannamei</i>	<u>PNV</u>
50.	<i>Loligo edulis</i>	<u>OJE</u>
51.	<i>Loligo vulgaris</i>	<u>SQR</u>
52.	<i>Lophius litulon</i>	<u>MVN</u>
53.	<i>Lophius piscatorius</i>	<u>MON</u>
54.	<i>Lota lota</i>	<u>FBU</u>
55.	<i>Macrobrachium rosenbergii</i>	<u>PRF</u>

A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

	SPECIE	ALFA3
56.	<i>Macruronus novaezelandiae</i>	<u>GRN</u>
57.	<i>Maja squinado</i>	<u>SCR</u>
58.	<i>Makaira mazara</i>	<u>BUM</u>
59.	<i>Melanogrammus aeglefinus</i>	<u>HAD</u>
60.	<i>Melicertus latisulcatus</i>	<u>WKP</u>
61.	<i>Meretrix lusoria</i>	<u>HCJ</u>
62.	<i>Merluccius australis</i>	<u>HKN</u>
63.	<i>Merluccius merluccius</i>	<u>HKE</u>
64.	<i>Metapenaeus monoceros</i>	<u>MPN</u>
65.	<i>Micromesistius australis</i>	<u>POS</u>
66.	<i>Micromesistius poutassou</i>	<u>WHB</u>
67.	<i>Mimachlamys varia</i>	<u>VSC</u>
68.	<i>Mizubopecten yessoensis</i>	<u>JSC</u>
69.	<i>Molva molva</i>	<u>LNZ</u>
70.	<i>Mugil cephalus</i>	<u>MUF</u>
71.	<i>Mullus surmuletus</i>	<u>MUR</u>
72.	<i>Muraenesox cinereus</i>	<u>DPC</u>
73.	<i>Mustelus mustelus</i>	<u>SMD</u>
74.	<i>Mytilus edulis</i>	<u>MUS</u>
75.	<i>Mytilus galloprovincialis</i>	<u>MSM</u>
76.	<i>Nemipterus virgatus</i>	<u>THG</u>
77.	<i>Nephrops norvegicus</i>	<u>NEP</u>
78.	<i>Oblada melanura</i>	<u>SBS</u>
79.	<i>Octopus vulgaris</i>	<u>OCC</u>
80.	<i>Oncorhynchus gorbuscha</i>	<u>PIN</u>
81.	<i>Oncorhynchus keta</i>	<u>CHU</u>
82.	<i>Oncorhynchus nerka</i>	<u>SOC</u>

A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

	SPECIE	ALFA3
83.	<i>Oreochromis niloticus</i>	<a href="#">TLN</a>
84.	<i>Ostrea edulis</i>	<a href="#">OYE</a>
85.	<i>Pagellus bogaraveo</i>	<a href="#">SBR</a>
86.	<i>Pagrus major</i>	<a href="#">REV</a>
87.	<i>Pagrus major (farmed)</i>	<a href="#">REV_F</a>
88.	<i>Palinurus elephas</i>	<a href="#">SLO</a>
89.	<i>Pandalus borealis</i>	<a href="#">PRA</a>
90.	<i>Paralithodes camtschatica</i>	<a href="#">KCS</a>
91.	<i>Pecten jacobaeus</i>	<a href="#">SJA</a>
92.	<i>Pecten maximus</i>	<a href="#">SCE</a>
93.	<i>Pecten novaezelandiae</i>	<a href="#">SCZ</a>
94.	<i>Penaeus esculentus</i>	<a href="#">PRB</a>
95.	<i>Penaeus monodon</i>	<a href="#">GIT</a>
96.	<i>Penaeus semisulcatus</i>	<a href="#">TIP</a>
97.	<i>Perca fluviatilis</i>	<a href="#">FPE</a>
98.	<i>Perna canaliculus</i>	<a href="#">MUZ</a>
99.	<i>Perna spp.</i>	<a href="#">XMS</a>
100.	<i>Perna viridis</i>	<a href="#">MSV</a>
101.	<i>Pollachius virens</i>	<a href="#">POK</a>
102.	<i>Polypriion americanus</i>	<a href="#">WRF</a>
103.	<i>Pomatomus saltatrix</i>	<a href="#">BLU</a>
104.	<i>Portunus pelagicus</i>	<a href="#">SCD</a>
105.	<i>Prionace glauca</i>	<a href="#">BSH</a>
106.	<i>Psetta maxima</i>	<a href="#">TUR</a>
107.	<i>Pseudocaranx dentex</i>	<a href="#">TRZ</a>
108.	<i>Raja asterias</i>	<a href="#">JRS</a>
109.	<i>Raja clavata</i>	<a href="#">JRC</a>

A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**





**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

	SPECIE	ALFA3
110.	<i>Ruditapes decussatus</i>	<u>CTG</u>
111.	<i>Ruditapes philippinarum</i>	<u>CLJ</u>
112.	<i>Salmo salar</i> (allevato)	<u>SALA</u>
113.	<i>Salmo salar</i> (generico)	<u>SAL</u>
114.	<i>Salmo salar</i> (pescato)	<u>SALP</u>
115.	<i>Sardina pilchardus</i>	<u>PIL</u>
116.	<i>Sardinops sagax</i>	<u>CHP</u>
117.	<i>Sarpa salpa</i>	<u>SLM</u>
118.	<i>Sciaena umbra</i>	<u>CBM</u>
119.	<i>Scomber australasicus</i>	<u>MAA</u>
120.	<i>Scomber japonicus</i>	<u>MAS</u>
121.	<i>Scomber scombrus</i>	<u>MAC</u>
122.	<i>Scomberomorus cavalla</i>	<u>KGM</u>
123.	<i>Scorpaena scrofa</i>	<u>RSE</u>
124.	<i>Scylla serrata</i>	<u>MUD</u>
125.	<i>Sebastes alutus</i>	<u>OPP</u>
126.	<i>Sebastes marinus</i>	<u>REG</u>
127.	<i>Sepia esculenta</i>	<u>EJK</u>
128.	<i>Sepia officinalis</i>	<u>CTC</u>
129.	<i>Seriola dumerili</i>	<u>AMB</u>
130.	<i>Seriola lalandi</i>	<u>YTC</u>
131.	<i>Seriola quinqueradiata</i>	<u>AMJ</u>
132.	<i>Seriolella brama</i>	<u>SEM</u>
133.	<i>Solea solea</i>	<u>SOL</u>
134.	<i>Sparus aurata</i> (farmed)	<u>SBG_F</u>
135.	<i>Sparus aurata</i> (wild)	<u>SBG</u>
136.	<i>Spratelloides gracilis</i>	<u>SRH</u>

A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

	SPECIE	ALFA3
137.	<i>Squalus acanthias</i>	<u>DGS</u>
138.	<i>Stenotomus chrysops</i>	<u>SCP</u>
139.	<i>Tetrapturus audax</i>	<u>MLS</u>
140.	<i>Thunnus alalunga</i>	<u>ALB</u>
141.	<i>Thunnus albacares</i>	<u>YFT</u>
142.	<i>Thunnus obesus</i>	<u>BET</u>
143.	<i>Thunnus thynnus</i>	<u>BFT</u>
144.	<i>Tinca tinca</i>	<u>EFE</u>
145.	<i>Todarodes pacificus</i>	<u>SQJ</u>
146.	<i>Trachurus mediterraneus</i>	<u>HMM</u>
147.	<i>Trachurus trachurus</i>	<u>HOM</u>
148.	<i>Trichiurus lepturus</i>	<u>LHT</u>
149.	<i>Trisopterus luscus</i>	<u>BIB</u>
150.	<i>Xiphias gladius</i>	<u>SWO</u>
151.	<i>Zeus faber</i>	<u>JOD</u>

A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Ameiurus melas</i>			
NOME COMMERCIALE: Pesce gatto			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	389,00	/	/
Energia (kcal)*	92,50	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,84	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,16	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,98	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,02	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	15,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	12,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	5,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,51	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	380,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	130,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	12,60	8,25	16,50
Ferro (mg)	3,70	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	35,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Amphioctopus fangsiao</i>			
NOME COMMERCIALE: Polpo ocellato			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	277,80	/	/
Energia (kcal)*	65,60	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,11	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,63	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,06	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,20	/	/
Vitamina A ( $\mu\text{g}$ )	44,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu\text{g}$ )	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu\text{g}$ )	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	20,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,10	1,50	3,00
Magnesio (mg)	43,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	200,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	190,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu\text{g}$ )	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	2,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu\text{g}$ )	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Anguilla anguilla			
NOME COMMERCIALE: Anguilla di FIUME			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	1085,50	/	/
Energia (kcal)*	261,00	40	4
	Grassi (g)*	A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
		3	0,5
	Acidi Grassi Saturi (g)*	A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
		1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,10	/	/
	Proteine (g)*	Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
		12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
	Sale (g)*	A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
		0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	10,38	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	5,51	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	1200,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	6,57	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	31,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	27,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	217,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	218,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	18,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	107,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Anguilla anguilla			
NOME COMMERCIALE: Anguilla di MARE			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	989,00	/	/
Energia (kcal)*	237,00	40	4
	Grassi (g)* <th>A basso contenuto di grassi (<math>\leq</math>)</th> <th>Senza grassi (<math>\leq</math>)</th>	A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
		3	0,5
	Acidi Grassi Saturi (g)* <th>A basso contenuto di grassi saturi (<math>\leq</math>)</th> <th>Senza grassi saturi (<math>\leq</math>)</th>	A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
		1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,70	/	/
Zuccheri (g)*	0,70	/	/
	Proteine (g)* <th>Fonte di proteine (<math>\geq</math>)</th> <th>Ad alto contenuto di proteine (<math>\geq</math>)</th>	Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
		12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
	Sale (g)* <th>A basso contenuto di sale (<math>\leq</math>)</th> <th>A bassissimo contenuto di sale (<math>\leq</math>)</th>	A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
		0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	8,58	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	4,56	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	980,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,90	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	17,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	27,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	270,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	223,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	18,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	80,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Anguilla anguilla			
NOME COMMERCIALE: Anguilla			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	913,92	/	/
Energia (kcal)*	115,76	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	13,59	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	3,17	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,21	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	7,11	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,77	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	1121,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	14,10	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,80	12,00	24,00
Calcio (mg)	19,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,06	1,50	3,00
Magnesio (mg)	19,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	271,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	263,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	6,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,85	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	25,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Anguilla japonica			
NOME COMMERCIALE: Anguilla giapponese			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	1009,90	/	/
Energia (kcal)*	243,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	19,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	4,12	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	8,44	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,89	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	2400,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	18,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	130,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	20,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	230,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	260,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	50,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	17,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Anoplopoma fimbria			
NOME COMMERCIALE: Carbonaro			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	856,65	/	/
Energia (kcal)*	206,55	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	16,95	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	3,85	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	13,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	8,96	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,82	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	796,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,15	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	3,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	25,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,31	1,50	3,00
Magnesio (mg)	40,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	349,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	174,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,79	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Atherina boyeri</i>			
NOME COMMERCIALE: LATTERINO O ACQUARDELLA			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	603,40	/	/
Energia (kcal)*	144,80	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	9,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,18	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	14,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,30	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,56	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	3,78	/	/
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Vitamina A (µg)	113,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	11,00	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	11,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	888,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	360,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	350,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	34,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,40	2,10	4,20
Iodio (µg)	29,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Boops boops</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Boga</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	369,10	/	/
Energia (kcal)*	87,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,37	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,80	/	/
Zuccheri (g)*	0,80	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,56	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,26	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	65,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	22,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	348,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	125,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	70,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	4,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Brama brama</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Pesce castagna</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	417,60	/	/
Energia (kcal)*	98,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,50	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,40	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,14	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,45	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,21	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	14,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,70	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	8,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,35	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	365,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	221,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	33,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	22,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Brosme brosme</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Brosme</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	348,53	/	/
Energia (kcal)*	82,21	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,69	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,13	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,08	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,09	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,28	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	18,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,04	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	10,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,38	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	392,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	204,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,83	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Cancer pagurus</i>			
NOME COMMERCIALE: Granciporro atlantico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	312,10	/	/
Energia (kcal)*	73,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,10	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,90	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	1,22	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,17	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,32	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	7,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,80	12,00	24,00
Calcio (mg)	52,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	4,59	1,50	3,00
Magnesio (mg)	40,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	265,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	191,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	53,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	39,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Carassius auratus</i>			
NOME COMMERCIALE: Carassio dorato o pesce rosso			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	403,60	/	/
Energia (kcal)*	95,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,50	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,52	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,08	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,72	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,69	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	12,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	5,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	100,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,90	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	340,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	160,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Chamelea gallina			
NOME COMMERCIALE: Vongola o lupino			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	280,71	/	/
Energia (kcal)*	66,52	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,40	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	3,80	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	9,23	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	1,27	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,21	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,53	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	93,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	38,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,70	12,00	24,00
Calcio (mg)	223,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,26	1,50	3,00
Magnesio (mg)	78,08	56,25	112,50
Potassio (mg)	204,84	300,00	600,00
Fosforo (mg)	147,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	130,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	7,70	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Clupea harengus			
NOME COMMERCIALE: Aringa			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	769,44	/	/
Energia (kcal)*	184,83	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	12,87	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,69	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,25	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,30	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	6,18	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,37	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	20,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	14,85	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	17,10	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,70	12,00	24,00
Calcio (mg)	60,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,05	1,50	3,00
Magnesio (mg)	36,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	323,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	174,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	40,25	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	36,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Clupea pallasii			
NOME COMMERCIALE: Aringa oceanica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	856,20	/	/
Energia (kcal)*	205,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	15,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,97	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,28	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	7,18	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,39	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	18,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	22,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	27,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,10	1,50	3,00
Magnesio (mg)	33,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	350,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	240,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Cololabis saira</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Costardella del Pacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	1174,10	/	/
Energia (kcal)*	283,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	23,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	4,06	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,33	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	10,01	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	4,39	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	16,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	15,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	14,90	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	26,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,80	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	190,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	170,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	30,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	21,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <b>Conger conger</b>			
NOME COMMERCIALE: <b>Grongo</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	426,60	/	/
Energia (kcal)*	101,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,55	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,13	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,91	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,37	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	500,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	22,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	30,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	340,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	202,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	30,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,70	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	4,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Conger myriaster</i>			
NOME COMMERCIALE: Grongo indopacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	638,20	/	/
Energia (kcal)*	152,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	9,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,26	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,40	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	3,70	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,65	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	500,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,40	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	75,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,70	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	370,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	210,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	39,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	15,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Coryphaena hippurus</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Corifena o lampuga</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	386,40	/	/
Energia (kcal)*	91,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,34	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,16	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,23	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	82,78	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	35,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	5,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	14,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,48	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	448,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	196,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,92	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Crangon crangon			
NOME COMMERCIALE: Gambero grigio			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	349,25	/	/
Energia (kcal)*	82,50	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,24	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,10	/	/
Zuccheri (g)*	2,90	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,05	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,37	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,22	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,36	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	2,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	110,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,90	1,50	3,00
Magnesio (mg)	39,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	266,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	349,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	35,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,75	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	62,50	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Crassostrea gigas</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Ostrica concava</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	316,44	/	/
Energia (kcal)*	75,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,18	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,56	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	4,16	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	9,72	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	1,02	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,38	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,66	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	39,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	22,03	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	7,53	12,00	24,00
Calcio (mg)	78,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	13,33	1,50	3,00
Magnesio (mg)	67,75	56,25	112,50
Potassio (mg)	178,75	300,00	600,00
Fosforo (mg)	143,75	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	53,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	3,68	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	81,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Cyprinus carpio</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Carpa</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	570,18	/	/
Energia (kcal)*	136,26	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	7,13	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,46	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,25	/	/
Zuccheri (g)*	0,30	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,78	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,13	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	3,27	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,42	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	27,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,56	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	18,58	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,97	12,00	24,00
Calcio (mg)	28,25	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,22	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	344,25	300,00	600,00
Fosforo (mg)	260,25	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	24,87	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,87	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	17,50	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Dentex tumifrons			
NOME COMMERCIALE: Dentice indopacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	434,30	/	/
Energia (kcal)*	103,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,87	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,83	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,68	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	50,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	23,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	390,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	210,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Pseudocaranx dentex			
NOME COMMERCIALE: Carango			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	566,15	/	/
Energia (kcal)*	134,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	5,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,27	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,15	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,52	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,33	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	18,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,95	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	14,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	16,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,89	1,50	3,00
Magnesio (mg)	28,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	388,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	234,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	29,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,03	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	24,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Dentex tumifrons			
NOME COMMERCIALE: Dentice indopacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	434,30	/	/
Energia (kcal)*	103,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,87	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,83	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,68	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	50,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	23,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	390,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	210,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Dicentrarchus labrax</i> (wild)			
NOME COMMERCIALE: Spigola o branzino (pescato)			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	449,00	/	/
Energia (kcal)*	106,50	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,78	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,16	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,72	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,86	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	6,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	13,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,75	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	339,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	191,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	25,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	23,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



## ASSOITTICA Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Dicentrarchus labrax</i> (farmed)			
NOME COMMERCIALE: Spigola o branzino (allevato)			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kJ)*	576,20	/	/
Energia (kcal)*	137,40	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	6,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,53	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	20,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,16	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,01	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,89	/	/
Vitamina A (µg)	19,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	3,50	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	28,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,62	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	407,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	255,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	21,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio (µg)	12,00	22,50	45,00

#### Legenda

I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.

\*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.

I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"

A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Diplodus sargus</i>			
NOME COMMERCIALE: Sarago maggiore			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	417,80	/	/
Energia (kcal)*	99,60	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,57	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,19	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,85	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,49	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	48,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,45	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	34,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	27,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	350,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	264,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	18,50	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Dissostichus eleginoides</i>			
NOME COMMERCIALE: Moro oceanico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	1075,10	/	/
Energia (kcal)*	259,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	22,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	4,15	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	13,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,16	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	13,33	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,31	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	1800,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	17,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	10,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,30	1,50	3,00
Magnesio (mg)	18,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	300,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	210,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Engraulis encrasicolus</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Acciuga o alice</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	482,55	/	/
Energia (kcal)*	114,85	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,45	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,48	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,50	/	/
Zuccheri (g)*	1,50	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,28	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,87	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,52	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	39,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,25	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	9,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	89,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	4,20	1,50	3,00
Magnesio (mg)	25,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	304,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	189,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	37,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	37,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Engraulis japonicus</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Acciuga indopacifica</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	762,20	/	/
Energia (kcal)*	182,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	12,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	3,79	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,65	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,78	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	11,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	13,90	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	60,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	32,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	300,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	240,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	40,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	38,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Epinephelus marginatus</i>			
NOME COMMERCIALE: Cernia			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	340,40	/	/
Energia (kcal)*	80,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,16	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,60	/	/
Zuccheri (g)*	0,60	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,13	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,14	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,22	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	11,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	483,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	128,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	37,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	20,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Esox lucius</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Luccio</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	349,32	/	/
Energia (kcal)*	82,42	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,76	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,14	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,10	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,79	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,13	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,17	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,24	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	16,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	5,63	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	5,37	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	3,73	12,00	24,00
Calcio (mg)	34,67	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,86	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,33	56,25	112,50
Potassio (mg)	301,33	300,00	600,00
Fosforo (mg)	224,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	16,87	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,62	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	11,50	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Euphausia superba</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Krill</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	376,80	/	/
Energia (kcal)*	89,60	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,70	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	1,05	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,66	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,70	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	180,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	6,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	360,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	85,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	320,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	310,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Penaeus merguensis</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Mazzancolla indopacifica</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficients	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	247,00	/	/
Energia (kcal)*	58,00	40	4
	Grassi (g)* <th>A basso contenuto di grassi (<math>\leq</math>)</th> <th>Senza grassi (<math>\leq</math>)</th>	A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
		3	0,5
	Acidi Grassi Saturi (g)* <th>A basso contenuto di grassi saturi (<math>\leq</math>)</th> <th>Senza grassi saturi (<math>\leq</math>)</th>	A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
		1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
	Proteine (g)* <th>Fonte di proteine (<math>\geq</math>)</th> <th>Ad alto contenuto di proteine (<math>\geq</math>)</th>	Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
		12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
	Sale (g)* <th>A basso contenuto di sale (<math>\leq</math>)</th> <th>A bassissimo contenuto di sale (<math>\leq</math>)</th>	A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
		0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficients	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,07	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,16	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	67,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	20,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,91	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	78,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	331,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	30,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	23,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Fenneropenaeus chinensis/ Penaeus chinensis</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Mazzancolla del pacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	381,70	/	/
Energia (kcal)*	89,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,04	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,50	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,04	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,06	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	10,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	34,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	45,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	360,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	300,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Gadus morhua</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Merluzzo nordico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	336,92	/	/
Energia (kcal)*	79,49	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,74	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,14	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,10	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,27	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	7,25	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,80	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,83	12,00	24,00
Calcio (mg)	14,25	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,41	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	362,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	188,25	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	30,03	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,25	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	150,67	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Gadus macrocephalus</i>			
NOME COMMERCIALE: Merluzzo nordico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	299,29	/	/
Energia (kcal)*	70,53	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,37	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,07	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,45	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,05	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,14	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	4,67	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,75	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,83	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	17,67	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,39	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,67	56,25	112,50
Potassio (mg)	315,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	243,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	25,63	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,19	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	275,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Gadus chalcogrammus/ Theragra chalcogramma</i>			
NOME COMMERCIALE: Merluzzo d'Alaska o Pollack d'Alaska			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	314,57	/	/
Energia (kcal)*	74,18	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,56	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,09	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,29	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,32	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,07	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,18	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	10,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,90	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,45	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	340,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	185,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	25,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,24	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	160,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Hippoglossus hippoglossus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Halibut</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	402,06	/	/
Energia (kcal)*	95,14	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,82	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,31	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,61	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,51	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	33,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,05	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,70	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	27,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,38	1,50	3,00
Magnesio (mg)	53,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	442,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	229,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	41,30	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,48	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Homarus americanus</i>			
NOME COMMERCIALE: Astice americano			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kJ)*	328,58	/	/
Energia (kcal)*	77,53	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	0,73	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,14	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	16,45	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,93	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,17	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,23	/	/
Vitamina A (µg)	4,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	1,28	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	65,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,22	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	231,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	195,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	74,30	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,23	2,10	4,20
Iodio (µg)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Homarus gammarus			
NOME COMMERCIALE: Astice			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	366,53	/	/
Energia (kcal)*	86,57	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,13	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,80	/	/
Zuccheri (g)*	0,50	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,37	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,64	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,21	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,34	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	38,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,25	12,00	24,00
Calcio (mg)	51,33	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,63	1,50	3,00
Magnesio (mg)	27,67	56,25	112,50
Potassio (mg)	252,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	211,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	53,53	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,40	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	68,50	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Ictalurus punctatus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Pesce gatto americano</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	424,07	/	/
Energia (kcal)*	100,99	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,11	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,98	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,62	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,06	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	11,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,32	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	12,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,60	12,00	24,00
Calcio (mg)	17,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,67	1,50	3,00
Magnesio (mg)	22,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	325,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	211,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	11,30	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,55	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	100,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Jasus edwardsii</i>			
NOME COMMERCIALE: Aragosta australe			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	430,55	/	/
Energia (kcal)*	101,60	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	1,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,16	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,70	/	/
Zuccheri (g)*	0,70	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	22,45	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,62	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,25	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,26	/	/
Vitamina A (µg)	13,50	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	0,92	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,25	12,00	24,00
Calcio (mg)	31,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,90	1,50	3,00
Magnesio (mg)	38,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	419,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	301,50	105,00	210,00
Selenio (µg)	35,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,32	2,10	4,20
Iodio (µg)	30,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Katsuwonus pelamis</i>			
NOME COMMERCIALE: Tonnetto striato			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	585,19	/	/
Energia (kcal)*	139,05	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,61	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,39	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,60	/	/
Zuccheri (g)*	0,60	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	23,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,09	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,29	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,33	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	47,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	5,70	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,65	12,00	24,00
Calcio (mg)	16,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,68	1,50	3,00
Magnesio (mg)	35,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	394,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	238,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	53,25	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,48	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	13,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Lepidorhombus bosci</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Rombo quattrocchi</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	338,90	/	/
Energia (kcal)*	80,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,33	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,38	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,39	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,61	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	33,60	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	42,10	56,25	112,50
Potassio (mg)	250,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	260,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	24,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,96	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	16,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Lethrinus nebulosus</i>			
NOME COMMERCIALE: Pesce imperatore			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	359,60	/	/
Energia (kcal)*	84,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,07	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,05	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,07	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	8,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,70	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	11,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	43,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	450,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	250,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Lithognathus mormyrus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Mormora</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	376,30	/	/
Energia (kcal)*	89,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,48	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,48	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,75	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	69,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	4,60	1,50	3,00
Magnesio (mg)	20,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	287,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	125,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	5,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Penaeus vannamei</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Mazzancolla tropicale</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficients	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	347,00	/	/
Energia (kcal)*	82,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,25	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,54	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficients	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,12	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,30	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	67,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	34,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,32	1,50	3,00
Magnesio (mg)	32,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	126,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	155,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	34,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	5,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Uroteuthis edulis (Loligo edulis)</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Calamaro indopacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	336,20	/	/
Energia (kcal)*	79,40	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,16	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,53	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,04	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,22	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	7,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,30	1,50	3,00
Magnesio (mg)	46,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	330,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	260,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Loligo vulgaris</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Calamaro</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	325,92	/	/
Energia (kcal)*	77,17	40	4
Grassi (g)*	1,63	A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
		3	0,5
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,58	A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
		1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,63	/	/
Zuccheri (g)*	0,60	/	/
Proteine (g)*	14,98	Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
		12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
Sale (g)*	0,67	A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
		0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,23	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,57	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	55,01	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,44	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,60	12,00	24,00
Calcio (mg)	100,33	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,79	1,50	3,00
Magnesio (mg)	33,30	56,25	112,50
Potassio (mg)	218,71	300,00	600,00
Fosforo (mg)	197,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	54,60	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,27	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	36,33	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Lophius litulon</i>			
NOME COMMERCIALE: Rana pescatrice del Pacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	233,50	/	/
Energia (kcal)*	55,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,02	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	13,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,33	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,02	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,04	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	13,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	8,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,60	1,50	3,00
Magnesio (mg)	19,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	210,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	140,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	288,27	/	/
Energia (kcal)*	68,13	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,04	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,24	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,60	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,39	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,06	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,20	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,34	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	10,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,93	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,67	12,00	24,00
Calcio (mg)	14,67	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,44	1,50	3,00
Magnesio (mg)	21,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	361,33	300,00	600,00
Fosforo (mg)	231,67	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,67	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,34	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*I indicazioni nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Lota lota</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Bottatrice</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficients	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	358,07	/	/
Energia (kcal)*	84,49	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,81	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,16	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,24	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficients	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,13	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,30	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu\text{g}$ )	5,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu\text{g}$ )	0,80	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu\text{g}$ )	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	50,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,76	1,50	3,00
Magnesio (mg)	32,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	404,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	200,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu\text{g}$ )	12,60	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu\text{g}$ )	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Macrobrachium rosenbergii</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Gambero blu</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	383,10	/	/
Energia (kcal)*	90,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,51	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,60	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,38	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,32	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,75	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	16,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	7,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	22,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,03	1,50	3,00
Magnesio (mg)	22,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	326,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	141,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	26,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	120,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Macrurus novaezelandiae</i>			
NOME COMMERCIALE: Nasello merluzzo australe			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	325,85	/	/
Energia (kcal)*	76,95	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,95	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,21	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,29	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,27	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,29	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	23,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,78	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,79	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	13,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,34	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	370,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	179,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	40,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,22	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	6,30	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Maja squinado			
NOME COMMERCIALE: Grancevola o Granceola			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	534,10	/	/
Energia (kcal)*	127,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	5,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,79	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,93	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,28	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,47	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	29,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	5,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	48,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	270,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	312,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	37,40	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	40,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Makaira mazara			
NOME COMMERCIALE: Marlin indopacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	398,40	/	/
Energia (kcal)*	93,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,04	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	22,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,02	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,05	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	2,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	38,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	5,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,70	1,50	3,00
Magnesio (mg)	34,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	390,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	260,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Melanogrammus aeglefinus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Eglefino</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	294,09	/	/
Energia (kcal)*	69,33	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,45	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,09	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,32	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,53	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,06	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,02	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	17,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,83	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	11,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,32	1,50	3,00
Magnesio (mg)	21,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	286,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	227,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	25,90	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,17	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Melicertus latisulcatus</i>			
NOME COMMERCIALE: Mazzancolla indopacifica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	439,60	/	/
Energia (kcal)*	103,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,18	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	23,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,67	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,12	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,28	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	67,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	45,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,49	1,50	3,00
Magnesio (mg)	49,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	412,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	326,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	44,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	50,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Meretrix lusoria</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Vongola del Pacifico</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	156,50	/	/
Energia (kcal)*	37,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,09	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,80	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	6,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	2,00	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,05	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,13	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	32,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	28,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	130,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,70	1,50	3,00
Magnesio (mg)	81,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	160,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	96,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	2,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Merluccius australis</i>			
NOME COMMERCIALE: Nasello australe o merluzzo			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	341,40	/	/
Energia (kcal)*	80,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,39	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,16	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,57	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,15	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	15,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,70	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	11,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	376,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	235,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	48,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,39	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	22,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Merluccius merluccius</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Merluzzo</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	284,76	/	/
Energia (kcal)*	67,31	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,05	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,21	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,47	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,22	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,25	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,29	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,05	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	29,05	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,19	1,50	3,00
Magnesio (mg)	22,55	56,25	112,50
Potassio (mg)	307,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	168,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	26,25	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	68,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Metapenaeus monoceros</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Gamberone monocero</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	393,80	/	/
Energia (kcal)*	93,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,50	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,36	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,28	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,24	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,56	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	67,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	133,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,25	1,50	3,00
Magnesio (mg)	45,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	267,48	300,00	600,00
Fosforo (mg)	316,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	42,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	26,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Micromesistius australis</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Melù australe</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	323,80	/	/
Energia (kcal)*	76,35	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,55	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,09	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,65	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,42	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,07	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,20	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	7,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,15	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,20	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	18,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,35	1,50	3,00
Magnesio (mg)	39,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	363,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	186,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	23,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,58	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	22,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Micromesistius poutassou</i>			
NOME COMMERCIALE: Melù o potassolo			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	321,70	/	/
Energia (kcal)*	75,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,18	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,19	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,08	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,28	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	16,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	320,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	218,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	28,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Mimachlamys varia</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Canestrello</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	324,30	/	/
Energia (kcal)*	76,60	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,30	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,50	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,14	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,20	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,20	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	90,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,41	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	46,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,20	1,50	3,00
Magnesio (mg)	51,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	314,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	169,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	24,30	8,25	16,50
Ferro (mg)	14,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	27,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Mizuhopecten yessoensis</i>			
NOME COMMERCIALE: Cappasanta oceanica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	288,30	/	/
Energia (kcal)*	68,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,18	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,50	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	13,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,80	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,09	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,15	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	161,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	11,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	3,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	22,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,70	1,50	3,00
Magnesio (mg)	59,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	310,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	210,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	2,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Molva molva			
NOME COMMERCIALE: Molva			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
Valori per etichetta		Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	346,68	/	/
Energia (kcal)*	81,76	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	0,64	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,12	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	19,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,34	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
Valori per etichetta		Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,09	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,22	/	/
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Vitamina A (µg)	30,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	0,56	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	34,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,78	1,50	3,00
Magnesio (mg)	63,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	379,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	198,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,65	2,10	4,20
Iodio (µg)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Mugil cephalus</i>			
NOME COMMERCIALE: Cefalo, volpina, muggine			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	507,37	/	/
Energia (kcal)*	120,78	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,75	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,31	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,40	/	/
Zuccheri (g)*	0,55	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,11	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,24	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,13	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	23,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,87	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	3,45	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,83	12,00	24,00
Calcio (mg)	24,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,86	1,50	3,00
Magnesio (mg)	25,75	56,25	112,50
Potassio (mg)	359,75	300,00	600,00
Fosforo (mg)	215,75	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	35,83	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,13	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	107,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Mullus surmuletus</i>			
NOME COMMERCIALE: Triglia di scoglio			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	456,00	/	/
Energia (kcal)*	108,75	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,95	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,35	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,95	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,23	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,14	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,25	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	9,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,06	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	25,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,45	1,50	3,00
Magnesio (mg)	27,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	340,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	219,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	29,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	100,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Muraenesox cinereus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Grongo indopacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	575,20	/	/
Energia (kcal)*	136,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	5,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,36	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	22,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,28	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,45	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	59,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,90	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	5,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	79,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,60	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	450,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	280,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Mustelus mustelus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Palombo</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	338,50	/	/
Energia (kcal)*	80,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,25	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,30	/	/
Zuccheri (g)*	1,30	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,30	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,48	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,32	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	15,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	5,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	9,10	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	31,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	21,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	290,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	218,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	55,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Mytilus edulis</i>			
NOME COMMERCIALE: Cozza atlantica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	347,24	/	/
Energia (kcal)*	82,37	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,28	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,50	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	3,66	/	/
Zuccheri (g)*	0,30	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	11,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,81	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,52	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,58	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	56,67	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	15,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	8,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	51,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	38,67	56,25	112,50
Potassio (mg)	272,67	300,00	600,00
Fosforo (mg)	209,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	47,93	8,25	16,50
Ferro (mg)	4,72	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	140,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Mytilus galloprovincialis</i>			
NOME COMMERCIALE: Cozza o mitilo			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	306,45	/	/
Energia (kcal)*	72,65	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,85	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,45	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	3,50	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	10,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,80	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,34	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,49	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	162,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	11,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	8,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	84,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,20	1,50	3,00
Magnesio (mg)	33,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	210,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	215,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	52,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	4,35	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	87,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Nemipterus virgatus</i>			
NOME COMMERCIALE: Nempitero			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	372,30	/	/
Energia (kcal)*	88,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,40	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,34	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,46	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	28,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	11,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	46,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	390,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	200,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Nephrops norvegicus</i>			
NOME COMMERCIALE: Scampo			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	360,00	/	/
Energia (kcal)*	85,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,14	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,70	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,96	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,14	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,32	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	55,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,15	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	87,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,19	1,50	3,00
Magnesio (mg)	62,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	384,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	276,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	47,70	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Oblada melanura</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Occhiata</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	493,90	/	/
Energia (kcal)*	117,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,13	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,00	/	/
Zuccheri (g)*	2,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,19	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,17	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,03	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	32,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	17,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	427,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	200,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	70,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	4,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

<b>NOME SCIENTIFICO: Octopus vulgaris</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Polpo</b>			
<b>Indicazioni nutrizionali obbligatorie</b>			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	306,21	/	/
Energia (kcal)*	72,34	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	4,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,24	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,16	/	/
Zuccheri (g)*	1,40	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	14,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,77	0,3	0,1

<b>Indicazioni nutrizionali complementari</b>			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,13	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,31	/	/
Vitamina A (µg)	34,20	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	12,86	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,88	12,00	24,00
Calcio (mg)	78,20	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,12	1,50	3,00
Magnesio (mg)	39,40	56,25	112,50
Potassio (mg)	354,20	300,00	600,00
Fosforo (mg)	172,80	105,00	210,00
Selenio (µg)	54,65	8,25	16,50
Ferro (mg)	2,60	2,10	4,20
Iodio (µg)	41,67	22,50	45,00

<b>Legenda</b>	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Oncorhynchus gorbuscha</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Salmone rosa</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	563,90	/	/
Energia (kcal)*	134,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	5,50	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,02	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,73	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,20	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	24,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,38	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	16,45	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	10,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	28,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	383,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	260,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	31,40	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,39	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Oncorhynchus keta</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Salmone keta</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	508,04	/	/
Energia (kcal)*	120,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,94	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,75	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,22	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,59	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,90	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	20,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,45	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	32,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,49	1,50	3,00
Magnesio (mg)	25,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	389,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	261,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	33,75	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,53	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	5,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Oreochromis niloticus</i>			
NOME COMMERCIALE: Nile tilapia			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	464,15	/	/
Energia (kcal)*	110,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,05	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,05	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,12	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,23	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,84	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	2,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,80	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	15,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	22,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,42	1,50	3,00
Magnesio (mg)	25,03	56,25	112,50
Potassio (mg)	356,88	300,00	600,00
Fosforo (mg)	180,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	24,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,65	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	5,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Ostrea edulis</i>			
NOME COMMERCIALE: Ostrica o ostrica piatta			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	272,18	/	/
Energia (kcal)*	64,41	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,25	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,32	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	3,15	/	/
Zuccheri (g)*	0,50	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	10,14	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	1,27	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,30	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,25	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	68,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	17,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,77	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	6,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	163,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	27,24	1,50	3,00
Magnesio (mg)	42,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	260,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	238,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	23,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	5,85	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	60,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Pagellus bogaraveo			
NOME COMMERCIALE: Pagello pezzogna o pezzogna			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kJ)*	400,97	/	/
Energia (kcal)*	94,89	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	1,85	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,47	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	19,56	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,18	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,52	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,33	/	/
Vitamina A (µg)	9,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	2,46	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,19	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	37,36	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,97	1,50	3,00
Magnesio (mg)	22,11	56,25	112,50
Potassio (mg)	500,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	202,50	105,00	210,00
Selenio (µg)	40,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	2,55	2,10	4,20
Iodio (µg)	18,54	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Pagrus major</i> (wild)			
NOME COMMERCIALE: Pagro maggiore selvaggio			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	566,50	/	/
Energia (kcal)*	135,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	5,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,47	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,14	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,59	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,38	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	8,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	5,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	11,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	440,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	220,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Pagrus major (coltured, with tegument)</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Pagro maggiore allevato</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	704,80	/	/
Energia (kcal)*	168,60	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	9,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,26	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	20,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,11	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,72	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,44	/	/
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Vitamina A (µg)	11,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	1,50	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	7,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	3,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	32,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	450,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	240,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio (µg)	6,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Palinurus elephas</i>			
NOME COMMERCIALE: Aragosta			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	378,15	/	/
Energia (kcal)*	89,55	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,95	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,44	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,00	/	/
Zuccheri (g)*	1,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,56	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,45	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,72	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,25	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	60,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,25	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	200,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	270,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	50,10	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,75	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	68,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Pandalus borealis</i>			
NOME COMMERCIALE: Gamberetto boreale			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	310,10	/	/
Energia (kcal)*	73,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,12	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	1,57	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,15	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,24	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	21,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,12	1,50	3,00
Magnesio (mg)	37,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	0,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	147,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	23,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	20,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Paralithodes camtschatica</i>			
NOME COMMERCIALE: Granchio reale			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (s)	Senza calorie (s)
Energia (kj)*	333,30	/	/
Energia (kcal)*	78,60	40	4
		A basso contenuto di grassi (s)	Senza grassi (s)
Grassi (g)*	0,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (s)	Senza grassi saturi (s)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,09	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (z)	Ad alto contenuto di proteine (z)
Proteine (g)*	18,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (s)	A bassissimo contenuto di sale (s)
Sale (g)*	2,09	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,08	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,13	/	/
		Fonte di (z)	Ad alto contenuto di (z)
Vitamina A (µg)	7,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	9,00	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	7,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	46,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	5,95	1,50	3,00
Magnesio (mg)	49,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	204,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	219,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	36,40	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,59	2,10	4,20
Iodio (µg)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Pecten jacobaeus</i>			
NOME COMMERCIALE: Cappasanta o conchiglia di S. Giacomo*			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	315,20	/	/
Energia (kcal)*	74,40	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,08	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,40	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,04	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,26	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	15,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	24,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	56,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	322,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	219,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	20,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Pecten maximus</i>			
NOME COMMERCIALE: Cappasanta atlantica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	296,50	/	/
Energia (kcal)*	70,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,15	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,90	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,73	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,06	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,26	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	2,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,70	12,00	24,00
Calcio (mg)	64,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,76	1,50	3,00
Magnesio (mg)	38,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	298,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	305,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	13,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,70	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	25,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



**ASSOITTICA**  
Ricerca & Sviluppo srl

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Pecten novaezelandiae</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Cappasanta australe</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	340,50	/	/
Energia (kcal)*	80,50	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,28	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,40	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,26	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,14	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,43	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	39,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,20	12,00	24,00
Calcio (mg)	21,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,94	1,50	3,00
Magnesio (mg)	38,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	259,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	193,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	23,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,28	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	250,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

**Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata**



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Penaeus esculentus</i>			
NOME COMMERCIALE: Mazzancolla indopacifica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	436,20	/	/
Energia (kcal)*	102,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,20	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	23,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,68	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,13	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,31	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	61,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	163,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,69	1,50	3,00
Magnesio (mg)	54,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	404,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	327,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	29,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	78,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Penaeus monodon</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Gambero gigante indopacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	363,35	/	/
Energia (kcal)*	85,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,17	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,85	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,41	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,10	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,18	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	17,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	58,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,68	1,50	3,00
Magnesio (mg)	43,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	259,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	231,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	28,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	26,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Penaeus semisulcatus</i>			
NOME COMMERCIALE: Mazzancolla indopacifica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	413,00	/	/
Energia (kcal)*	97,50	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,10	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,25	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,37	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,17	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,39	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	67,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,10	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	60,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,43	1,50	3,00
Magnesio (mg)	43,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	218,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	168,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	42,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	49,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Perca fluviatilis</i>			
NOME COMMERCIALE: Pesce persico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	317,30	/	/
Energia (kcal)*	75,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,50	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,30	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,23	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,25	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,60	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	9,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	80,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,10	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	80,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	200,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	13,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Perna canaliculus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Cozza verde</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	313,10	/	/
Energia (kcal)*	74,20	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	1,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,41	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	3,80	/	/
Zuccheri (g)*	0,70	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	10,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	1,18	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,24	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,65	/	/
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Vitamina A (µg)	106,50	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	7,30	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	1,10	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,75	12,00	24,00
Calcio (mg)	66,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,13	1,50	3,00
Magnesio (mg)	70,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	210,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	147,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	51,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	3,30	2,10	4,20
Iodio (µg)	110,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Perna spp.			
NOME COMMERCIALE: Cozza verde			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	346,00	/	/
Energia (kcal)*	82,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,46	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,50	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	13,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,85	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,27	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,73	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	149,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	7,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	5,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	46,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,58	1,50	3,00
Magnesio (mg)	70,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	210,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	163,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	51,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	6,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	110,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Perna virdis</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Cozza verde</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	225,40	/	/
Energia (kcal)*	53,30	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,16	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	9,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,53	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,09	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,26	/	/
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Vitamina A (µg)	149,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	7,30	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	25,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,62	1,50	3,00
Magnesio (mg)	70,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	210,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	178,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	51,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	10,30	2,10	4,20
Iodio (µg)	110,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Pollachius virens</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Merluzzo carbonaro</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	366,74	/	/
Energia (kcal)*	86,58	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,98	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,14	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,44	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,22	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,11	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,48	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	14,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,19	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	60,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,47	1,50	3,00
Magnesio (mg)	67,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	356,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	221,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,46	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Polyprion americanus</i>			
NOME COMMERCIALE: Cernia o dotto			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	523,30	/	/
Energia (kcal)*	125,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	6,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,51	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,60	/	/
Zuccheri (g)*	0,60	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,30	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,31	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,10	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	43,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	11,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	45,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,48	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	258,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	121,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	37,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	29,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Pomatomus saltatrix</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Pesce serra</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	497,56	/	/
Energia (kcal)*	118,32	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,24	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,92	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,04	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,79	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,06	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	120,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	5,39	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	7,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,81	1,50	3,00
Magnesio (mg)	33,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	372,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	227,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,48	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Portunus pelagicus</i>			
NOME COMMERCIALE: Granchio dentellato			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	371,60	/	/
Energia (kcal)*	87,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,16	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,76	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,15	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,25	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	290,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	9,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	120,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,45	1,50	3,00
Magnesio (mg)	40,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	405,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	258,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	57,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,40	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Prionace glauca			
NOME COMMERCIALE: Verdesca			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	343,50	/	/
Energia (kcal)*	81,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,07	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,53	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,05	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,10	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	9,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	5,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	19,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	290,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	150,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,40	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Psetta maxima</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Rombo chiodato</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	381,57	/	/
Energia (kcal)*	90,55	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,62	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,68	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,60	/	/
Zuccheri (g)*	1,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	16,15	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,29	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,56	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,93	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	12,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,07	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,70	12,00	24,00
Calcio (mg)	26,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,31	1,50	3,00
Magnesio (mg)	39,67	56,25	112,50
Potassio (mg)	282,33	300,00	600,00
Fosforo (mg)	195,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,67	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,85	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	23,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Pseudocaranx dentex			
NOME COMMERCIALE: Carango			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	566,15	/	/
Energia (kcal)*	134,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	5,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,27	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,15	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,52	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,33	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	18,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,95	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	14,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	16,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,89	1,50	3,00
Magnesio (mg)	28,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	388,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	234,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	29,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,03	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	24,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Raja asterias			
NOME COMMERCIALE: Razza			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	286,60	/	/
Energia (kcal)*	67,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,19	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,70	/	/
Zuccheri (g)*	0,70	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,33	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,36	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,24	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	15,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	6,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	31,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	222,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	218,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	37,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	20,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Raja clavata</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Razza</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	409,74	/	/
Energia (kcal)*	96,78	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,26	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,29	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,80	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,56	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,23	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,29	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,53	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	3,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	6,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	38,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,98	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	250,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	155,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,75	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	3,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Ruditapes decussatus</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Vongola verace</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	241,47	/	/
Energia (kcal)*	57,29	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,61	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,34	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	10,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,14	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,24	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,59	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	90,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	75,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,30	1,50	3,00
Magnesio (mg)	51,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	314,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	130,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	24,30	8,25	16,50
Ferro (mg)	24,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	160,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Ruditapes philippinarum</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Vongola verace</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	119,90	/	/
Energia (kcal)*	28,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,02	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,40	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	6,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	2,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,01	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,04	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	24,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	52,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	66,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	100,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	140,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	85,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	38,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	3,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	55,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Salmo salar</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Salmone (allevato)</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	842,60	/	/
Energia (kcal)*	202,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	13,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	3,05	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,15	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	3,77	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	3,89	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	58,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,23	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	11,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	9,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,36	1,50	3,00
Magnesio (mg)	27,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	363,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	240,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,34	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Salmo salar</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Salmone (pescato)</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	571,18	/	/
Energia (kcal)*	136,26	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	6,34	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,98	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,11	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,10	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,54	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,18	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,64	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	490,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	200,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Sardina pilchardus</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Sardina</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	578,15	/	/
Energia (kcal)*	137,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	6,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,83	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,50	/	/
Zuccheri (g)*	1,50	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,45	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,21	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,50	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,03	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	46,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	8,75	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	6,25	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	38,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,67	1,50	3,00
Magnesio (mg)	19,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	327,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	345,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	29,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,45	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	20,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Sardinops sagax*</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Sardina oceanica</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	670,20	/	/
Energia (kcal)*	160,40	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	9,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,55	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,86	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,53	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	8,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	15,70	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	32,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	74,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,60	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	270,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	230,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	48,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	2,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	24,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichirazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Sarpa salpa</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Salpa</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	439,90	/	/
Energia (kcal)*	104,30	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,35	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	2,00	/	/
Zuccheri (g)*	2,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,17	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,52	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,52	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	28,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,30	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	540,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	125,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	70,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	4,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichirazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Sciaena umbra</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Corvina</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	373,00	/	/
Energia (kcal)*	88,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,18	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,13	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,16	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,25	/	/
Vitamina A ( $\mu\text{g}$ )	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu\text{g}$ )	0,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu\text{g}$ )	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	74,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,00	1,50	3,00
Magnesio (mg)	0,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	128,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	0,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu\text{g}$ )	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	14,40	2,10	4,20
Iodio ( $\mu\text{g}$ )	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Scomber australasicus</i>			
NOME COMMERCIALE: Sgombro australe			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	669,20	/	/
Energia (kcal)*	159,65	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	7,45	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	2,06	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,25	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	22,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,95	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,54	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,59	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	50,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	6,65	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	6,70	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	10,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,81	1,50	3,00
Magnesio (mg)	34,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	409,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	253,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	56,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,40	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	24,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Scomber japonicus</i>			
NOME COMMERCIALE: Lanzardo o sgombro occhione			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	971,80	/	/
Energia (kcal)*	233,60	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	16,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	4,57	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,28	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	5,03	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,66	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	38,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	12,90	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	5,10	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	6,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,10	1,50	3,00
Magnesio (mg)	30,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	330,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	220,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	70,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	21,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Scomber scombrus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Sgombro</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	900,57	/	/
Energia (kcal)*	216,58	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	15,92	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	3,41	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,45	/	/
Zuccheri (g)*	0,50	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,87	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,25	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	5,56	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	3,76	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	46,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	8,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	8,25	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,70	12,00	24,00
Calcio (mg)	17,25	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,01	1,50	3,00
Magnesio (mg)	38,75	56,25	112,50
Potassio (mg)	345,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	233,75	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	30,97	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,23	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	84,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichirazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Scomberomorus cavalla			
NOME COMMERCIALE: Maccarello reale			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	419,10	/	/
Energia (kcal)*	99,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,36	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,40	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,76	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,46	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	218,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	15,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,60	12,00	24,00
Calcio (mg)	31,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,56	1,50	3,00
Magnesio (mg)	32,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	435,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	248,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,78	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Scorpaena scropha</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Scorfano</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	348,00	/	/
Energia (kcal)*	82,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,09	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,60	/	/
Zuccheri (g)*	0,60	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,13	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,08	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,13	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	61,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,80	1,50	3,00
Magnesio (mg)	21,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	465,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	128,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	5,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Scylla serrata</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Granchio indopacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	331,50	/	/
Energia (kcal)*	78,50	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,38	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,57	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,38	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,58	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	299,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	9,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	190,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	3,25	1,50	3,00
Magnesio (mg)	42,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	210,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	216,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	55,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Sebastes alutus</i>			
NOME COMMERCIALE: Scorfano del Pacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	419,90	/	/
Energia (kcal)*	99,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,49	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,46	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,59	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	20,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,60	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	3,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	22,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	290,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	170,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Sebastes marinus</i>			
NOME COMMERCIALE: Scorfano atlantico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	317,08	/	/
Energia (kcal)*	75,06	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,54	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,27	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,72	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,48	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,30	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	12,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,20	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	28,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,29	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	187,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	248,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	28,60	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,22	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Sepia esculenta</i>			
NOME COMMERCIALE: <i>Seppia indopacifica</i>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	266,10	/	/
Energia (kcal)*	62,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	DATO ASSENTE	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	14,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,70	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	DATO ASSENTE	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	DATO ASSENTE	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	5,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	17,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	48,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	220,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	170,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	23,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	4,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Sepia officinalis</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Seppia</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	329,43	/	/
Energia (kcal)*	77,87	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,31	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,90	/	/
Zuccheri (g)*	0,70	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,87	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,59	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,13	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,37	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	16,33	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,33	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	3,70	12,00	24,00
Calcio (mg)	29,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	2,98	1,50	3,00
Magnesio (mg)	37,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	361,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	218,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	59,67	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	21,50	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Seriola dumerili</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Ricciola</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	514,10	/	/
Energia (kcal)*	122,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,12	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,00	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,03	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,24	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	4,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	5,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	4,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	15,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,70	1,50	3,00
Magnesio (mg)	34,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	490,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	270,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	29,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	11,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Seriola lalandi</i>			
NOME COMMERCIALE: Ricciola oceanica			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	489,10	/	/
Energia (kcal)*	115,95	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,95	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,74	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,05	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	22,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,12	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,69	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,86	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	9,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,05	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	3,20	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,50	12,00	24,00
Calcio (mg)	8,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,53	1,50	3,00
Magnesio (mg)	35,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	460,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	285,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	46,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,35	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	28,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Seriola quinqueradiata</i>			
NOME COMMERCIALE: Ricciola del Pacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	1020,10	/	/
Energia (kcal)*	245,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	17,60	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	4,42	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	21,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,08	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	4,35	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	3,72	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	50,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,80	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	8,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	5,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,70	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	380,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	130,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	57,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,30	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	24,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Seriolella brama			
NOME COMMERCIALE: Ricciola australe			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	492,50	/	/
Energia (kcal)*	117,00	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	3,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,87	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,30	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	20,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,12	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monounsaturi (g)	1,65	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,78	/	/
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Vitamina A (µg)	36,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	0,70	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	10,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	6,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,43	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	427,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	243,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	26,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,47	2,10	4,20
Iodio (µg)	22,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Solea solea</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Sogliola</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	343,23	/	/
Energia (kcal)*	81,13	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,27	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,21	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,80	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,43	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,25	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,24	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,56	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	5,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,63	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	21,67	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,77	1,50	3,00
Magnesio (mg)	18,67	56,25	112,50
Potassio (mg)	286,33	300,00	600,00
Fosforo (mg)	208,33	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	34,33	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,63	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	49,33	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Spaurus aurata (allevamento)</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Orata (allevamento)</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	666,10	/	/
Energia (kcal)*	159,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	8,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,94	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,20	/	/
Zuccheri (g)*	1,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	19,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,24	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,78	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	2,21	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	30,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	24,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	434,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	1050,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	70,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,60	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Spaurus aurata</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Orata (pescato)</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	509,50	/	/
Energia (kcal)*	121,00	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,88	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,00	/	/
Zuccheri (g)*	1,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,70	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,21	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,93	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,21	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	15,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	24,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	376,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	152,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	70,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,50	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: <i>Spratelloides gracilis</i></b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Spratto indopacifico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	373,10	/	/
Energia (kcal)*	88,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,40	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,33	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,40	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,18	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,24	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	0,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	8,30	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	10,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	3,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	100,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,90	1,50	3,00
Magnesio (mg)	34,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	330,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	240,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Squalus acanthias</i>			
NOME COMMERCIALE: Spinarolo			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	577,80	/	/
Energia (kcal)*	138,10	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	7,30	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,33	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,30	/	/
Zuccheri (g)*	0,30	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,32	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	2,17	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,45	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	140,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,20	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,80	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	8,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,36	1,50	3,00
Magnesio (mg)	21,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	398,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	194,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	55,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,92	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	22,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Stenotomus chrysops</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Sarago atlantico</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	422,31	/	/
Energia (kcal)*	100,17	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,73	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,64	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,11	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,56	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,03	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	27,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,40	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	1,20	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	40,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,48	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	287,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	185,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	36,50	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,53	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Tetrapturus audax</i>			
NOME COMMERCIALE: Marlin*			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	461,00	/	/
Energia (kcal)*	109,00	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	1,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,47	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	23,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,35	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,52	/	/
Vitamina A (µg)	8,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	4,30	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	12,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	5,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,60	1,50	3,00
Magnesio (mg)	35,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	380,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	270,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	55,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,60	2,10	4,20
Iodio (µg)	11,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Thunnus alalunga			
NOME COMMERCIALE: Alalunga			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	548,70	/	/
Energia (kcal)*	129,90	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	2,70	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,78	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	26,20	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,09	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,75	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,79	/	/
Vitamina A ( $\mu\text{g}$ )	25,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu\text{g}$ )	1,75	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu\text{g}$ )	6,35	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,65	12,00	24,00
Calcio (mg)	9,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,48	1,50	3,00
Magnesio (mg)	41,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	435,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	299,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu\text{g}$ )	60,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,96	2,10	4,20
Iodio ( $\mu\text{g}$ )	17,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Thunnus albacares			
NOME COMMERCIALE: Tonno a pinne gialle			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	430,42	/	/
Energia (kcal)*	101,41	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,45	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,13	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	24,35	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,11	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,08	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,13	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	10,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	3,94	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	3,85	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	4,50	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,44	1,50	3,00
Magnesio (mg)	36,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	445,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	284,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	82,30	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,39	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	14,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali <b>OBBLIGATORIE</b> secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Thunnus obesus</i>			
NOME COMMERCIALE: Tonno obeso			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	435,40	/	/
Energia (kcal)*	102,80	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,20	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,25	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	22,80	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,10	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,31	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,31	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	3,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,50	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	2,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	4,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,40	1,50	3,00
Magnesio (mg)	35,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	420,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	330,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	67,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,40	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	8,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Thunnus thynnus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Tonno o tonno rosso</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	561,65	/	/
Energia (kcal)*	133,46	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	4,43	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,45	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,10	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	23,31	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,11	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	1,01	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,54	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	303,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	4,93	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	8,55	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	2,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	16,75	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,55	1,50	3,00
Magnesio (mg)	38,50	56,25	112,50
Potassio (mg)	388,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	254,50	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	85,13	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,18	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	20,33	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: Tinca tinca			
NOME COMMERCIALE: Tinca			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	338,10	/	/
Energia (kcal)*	79,70	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,50	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,10	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,90	/	/
Zuccheri (g)*	0,90	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,20	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,21	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,13	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	18,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	10,60	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	31,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	36,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	245,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	218,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	28,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,00	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	13,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoitica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Todarodes pacificus</i>			
NOME COMMERCIALE: Totano del Pacifico			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	335,60	/	/
Energia (kcal)*	79,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,11	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	17,90	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,50	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,03	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,19	/	/
Vitamina A ( $\mu\text{g}$ )	13,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu\text{g}$ )	4,90	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu\text{g}$ )	0,30	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	11,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	46,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	300,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	250,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu\text{g}$ )	41,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,10	2,10	4,20
Iodio ( $\mu\text{g}$ )	7,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Trachurus mediterraneus</i>			
NOME COMMERCIALE: Suro o sugarello			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	439,10	/	/
Energia (kcal)*	104,20	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	3,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,87	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,30	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,28	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,58	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,66	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	65,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	5,00	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	13,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	125,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	1,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	31,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	212,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	224,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	10,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,90	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	30,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sar� possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Trachurus trachurus</i>			
NOME COMMERCIALE: Suro o sugarello			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	594,65	/	/
Energia (kcal)*	142,05	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	7,25	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,91	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,10	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	19,10	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,28	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monounsaturi (g)	2,27	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,82	/	/
Vitamina A (µg)	10,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	7,45	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	17,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	33,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,66	1,50	3,00
Magnesio (mg)	33,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	369,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	225,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	53,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	1,05	2,10	4,20
Iodio (µg)	29,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Trichiurus lepturus</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Pesce coltello</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico (≤)	Senza calorie (≤)
Energia (kj)*	1053,80	/	/
Energia (kcal)*	254,10	40	4
		A basso contenuto di grassi (≤)	Senza grassi (≤)
Grassi (g)*	20,90	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi (≤)	Senza grassi saturi (≤)
Acidi Grassi Saturi (g)*	5,83	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine (≥)	Ad alto contenuto di proteine (≥)
Proteine (g)*	16,50	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale (≤)	A bassissimo contenuto di sale (≤)
Sale (g)*	0,22	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di (≥)	Ad alto contenuto di (≥)
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	7,26	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	3,87	/	/
Vitamina A (µg)	52,00	120,00	240,00
Vitamina B12 (µg)	0,90	0,38	0,75
Vitamina D (µg)	14,00	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	1,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	29,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	290,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	180,00	105,00	210,00
Selenio (µg)	0,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,20	2,10	4,20
Iodio (µg)	0,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Trisopterus luscus</i>			
NOME COMMERCIALE: Busbana bruna			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	315,80	/	/
Energia (kcal)*	74,60	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	1,00	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,25	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	1,00	/	/
Zuccheri (g)*	0,00	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	15,40	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,35	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,18	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,27	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	9,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	2,90	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,19	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,00	12,00	24,00
Calcio (mg)	30,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,50	1,50	3,00
Magnesio (mg)	25,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	316,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	210,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	45,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,80	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	7,00	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata





# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
NOME SCIENTIFICO: <i>Xiphias gladius</i>			
NOME COMMERCIALE: Pesce spada			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kJ)*	595,84	/	/
Energia (kcal)*	142,36	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	7,36	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	1,73	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,35	/	/
Zuccheri (g)*	0,65	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	18,68	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,24	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	3,20	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	1,31	/	/
Vitamina A ( $\mu$ g)	59,50	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	1,58	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	11,93	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,77	12,00	24,00
Calcio (mg)	12,75	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,77	1,50	3,00
Magnesio (mg)	23,25	56,25	112,50
Potassio (mg)	392,50	300,00	600,00
Fosforo (mg)	265,25	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	65,35	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,62	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	22,33	22,50	45,00

Legenda
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg. (UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata



# ASSOITTICA

Ricerca & Sviluppo srl

Database Nutrizionale realizzato nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di"

Dichiarazione nutrizionale			
<b>NOME SCIENTIFICO: Zeus Faber</b>			
<b>NOME COMMERCIALE: Pesce S. Pietro</b>			
Indicazioni nutrizionali obbligatorie			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
		A basso contenuto calorico ( $\leq$ )	Senza calorie ( $\leq$ )
Energia (kj)*	383,20	/	/
Energia (kcal)*	90,40	40	4
		A basso contenuto di grassi ( $\leq$ )	Senza grassi ( $\leq$ )
Grassi (g)*	0,80	3	0,5
		A basso contenuto di grassi saturi ( $\leq$ )	Senza grassi saturi ( $\leq$ )
Acidi Grassi Saturi (g)*	0,19	1,5	0,1
Carboidrati (g)*	0,20	/	/
Zuccheri (g)*	0,20	/	/
		Fonte di proteine ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di proteine ( $\geq$ )
Proteine (g)*	20,60	12% di Energia (kcal)	20% di Energia (kcal)
		A basso contenuto di sale ( $\leq$ )	A bassissimo contenuto di sale ( $\leq$ )
Sale (g)*	0,21	0,3	0,1

Indicazioni nutrizionali complementari			
	Valori per etichetta	Coefficienti	
Acidi Grassi Monoinsaturi (g)	0,16	/	/
Acidi Grassi Polinsaturi (g)	0,17	/	/
		Fonte di ( $\geq$ )	Ad alto contenuto di ( $\geq$ )
Vitamina A ( $\mu$ g)	8,00	120,00	240,00
Vitamina B12 ( $\mu$ g)	0,70	0,38	0,75
Vitamina D ( $\mu$ g)	0,50	0,75	1,50
Vitamina C (mg)	0,30	12,00	24,00
Calcio (mg)	19,00	120,00	240,00
Zinco (mg)	0,42	1,50	3,00
Magnesio (mg)	26,00	56,25	112,50
Potassio (mg)	369,00	300,00	600,00
Fosforo (mg)	204,00	105,00	210,00
Selenio ( $\mu$ g)	53,00	8,25	16,50
Ferro (mg)	0,70	2,10	4,20
Iodio ( $\mu$ g)	24,00	22,50	45,00

Legenda	
I valori medi dei coefficienti sono stati calcolati ai sensi del Reg.(UE) n. 1169/2011 e del Reg. (CE) 1924/2006.	
*Indicazione nutrizionali OBBLIGATORIE secondo l'art. 30 del Reg. 1169/2011.	
I dati riportati nella colonna "valori" sono desunti dalla consultazione dei diversi database in ambito mondiale. Dalla parametrizzazione del valore riportato per singolo elemento con i diversi coefficienti sarà possibile riportare in etichetta specifici "claim nutrizionali"	
A cura di Assoittica Ricerca & Sviluppo srl nell'ambito del progetto "Un Pesce al Di".	

Riproduzione dei contenuti e delle rappresentazioni vietata