

## Tablas de Composición de Alimentos y Bebidas de España Tabula®

Nueva Base de Datos de Composición de Alimentos y Bebidas post reformulación alimentaria en España elaborada con la información declarada en el etiquetado nutricional

### Helados, polos y sorbetes

#### » Información nutricional según categoría OMS Europa por cada 100 g ó 100 mL.

	Energía (kcal)	Grasas (g)	De las cuales grasas saturadas (g)	Hidratos de carbono (g)	De los cuales azúcares (g)	Proteínas (g)	Sal (g)
<b>Helados, polos y sorbetes</b>	264,5 (192,0 - 311,8)	13,0 (9,2 - 17,3)	8,4 (6,1 - 11,9)	27,7 (23,0 - 34,0)	23,2 (19,1 - 26,0)	3,5 (2,4 - 4,1)	0,2 (0,1 - 0,2)
Helados a base de agua	85,0 (74,0 - 91,0)	0,2 (0,0 - 0,8)	0,1 (0,0 - 0,7)	20,0 (18,3 - 22,0)	17,0 (16,0 - 20,5)	0,1 (0,0 - 0,5)	0,0 (0,0 - 0,0)
Helados a base de lácteos o bebidas vegetales	272,0 (200,0 - 314,0)	14,0 (10,0 - 18,0)	8,9 (6,9 - 12,0)	29,0 (24,0 - 34,0)	23,5 (20,0 - 26,0)	3,7 (2,6 - 4,2)	0,2 (0,1 - 0,3)

Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico)

#### » Energía

#### Información nutricional sobre contenido de energía en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Energía (Kcal) por cada 100 g ó 100 mL.

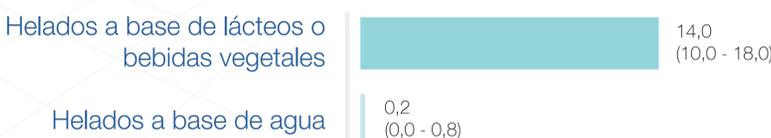


Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Grasas

#### Información nutricional sobre contenido de grasas en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Grasas (g) por cada 100 g ó 100 mL.

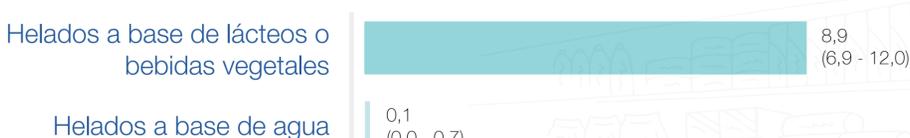


Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Grasas saturadas

#### Información nutricional sobre contenido de grasas saturadas en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Grasas saturadas (g) por cada 100 g ó 100 mL.



Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Hidratos de carbono

#### Información nutricional sobre contenido de hidratos de carbono en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Hidratos (g) por cada 100 g ó 100 mL.



Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Azúcares totales

#### Información nutricional sobre contenido de azúcares totales en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Azúcares (g) por cada 100 g ó 100 mL.

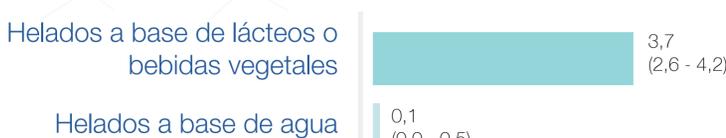


Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Proteínas

#### Información nutricional sobre contenido de proteínas en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Proteínas (g) por cada 100 g ó 100 mL.

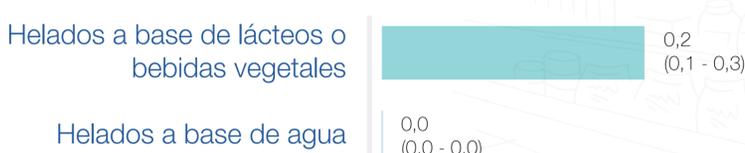


Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Sal

#### Información nutricional sobre contenido de sal en grupos y subgrupos

Helados, polos y sorbetes Sal (g) por cada 100 g ó 100 mL.



Los datos se presentan como mediana (rango intercuartílico).

#### » Bibliografía

• WHO Regional Office for Europe nutrient profile model: second edition. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2023. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponible en: <https://www.who.int/europe/publications/item/WHO-EURO-2023-6894-46660-68492>

Proyecto "Impacto de la reformulación alimentaria en España sobre la ingesta y calidad nutricional de la dieta en población infanto-juvenil" (REFORES; REFORmulación en España).

Grupo de Investigación de Excelencia "Nutrición para la Vida (NAL)"  
Instituto CEU "Alimentación y Sociedad", Universidad San Pablo CEU.

Equipo Investigador:

Gregorio Varela Moreiras (Investigador Principal).

Teresa Partearroyo Cediel, Mª Lourdes Samaniego-Vaesken, Ana Mª Montero Bravo, Ana Mª Puga Giménez de Azcárate, Alejandra Carretero Krug, Carmen Morais Moreno y Marina Redruello Requejo.