

#ChecaTuCompra

Comparativo del **PANETÓN**



Estos son los principales puntos que debes revisar en la etiqueta de un panetón antes de realizar tu compra:



Procura elegir productos sin octógonos o los que cuenten con menores niveles de azúcar, grasas saturadas y sodio.

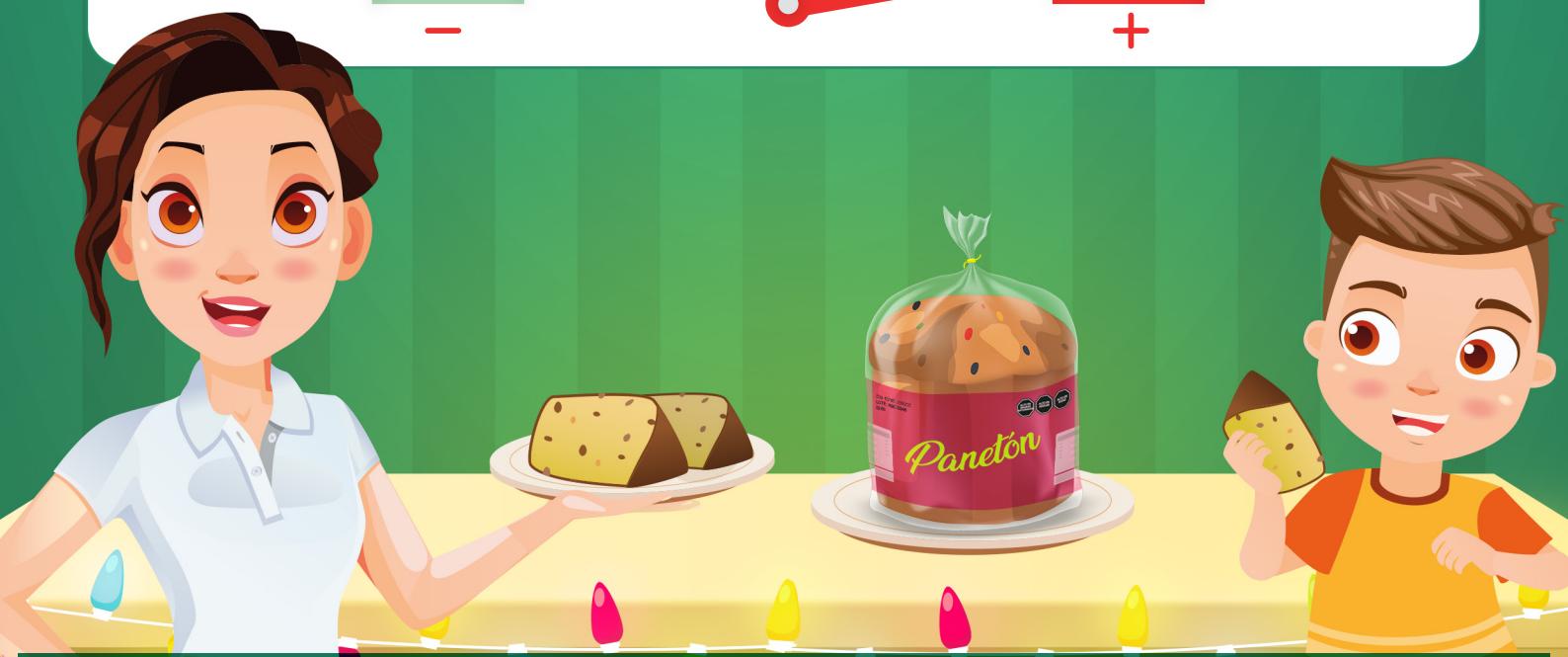
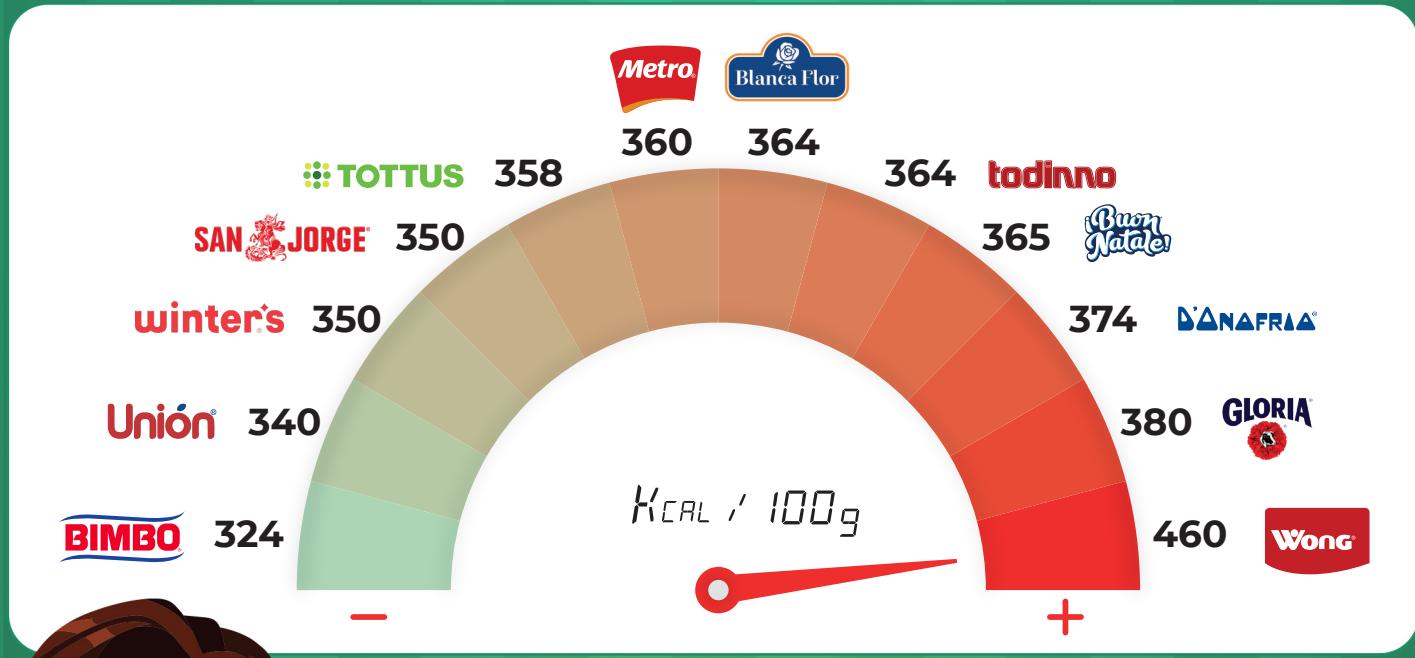


Analizamos 12 marcas

verificamos que:

Al ser el panetón un alimento energético, posee, en promedio, 366 kcal por cada 100 g.
Por ello, evita su consumo excesivo.

Kilocalorías (Kcal) declaradas por cada 100g

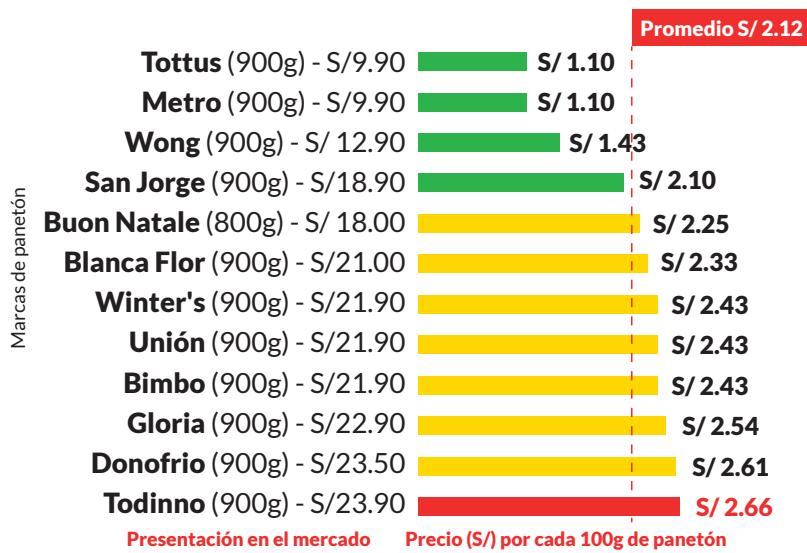


Fuente: Información declarada en los empaques / Elaboración: CEMI

Nota: Productos obtenidos el 07/11/21 en mercados y supermercados de Lima. Se consideraron presentaciones en bolsa. La marca Bell's no proporciona información nutricional a sus consumidores, por ello fue excluido del análisis. En la información analizada en las etiquetas de los panetones **no superaron el parámetro de sodio**.

Analizamos 12 marcas

Precio



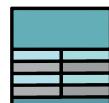
Recuerda analizar la información nutricional declarada en los envases

Las marcas Tottus y Metro son las de menor precio.

Registro sanitario



Marca	Presentación	Registro sanitario
BIMBO	900 g	H4902418N NKPBNM
Blanca Flor	900 g	H4908415N NAIDTA
Buon Natale	800 g	H4904314N NANSPR
DANAFRÍA	900 g	H4904214N NANSPR
GLORIA	900 g	H4905615N NAGOSA
SAN JORGE	900 g	H4908918N NAPNSN
todinno	900 g	H4903721N NAMLSA
Unión	900 g	H4907619N NAUIPR
winter's	900 g	H4903919N NACMNC
Metro	900 g	H4902719N NACMNC
Wong	900 g	H4900915N NACMNC
TOTTUS	900 g	H4905017N NAGLSR



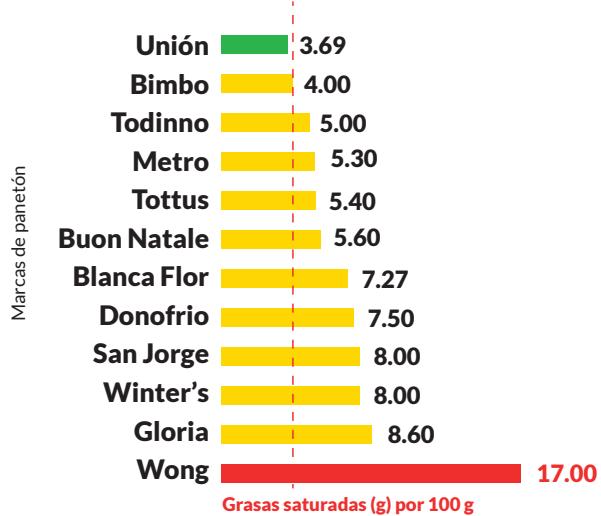
Analizamos 12 marcas



Grasas saturadas



El exceso de grasa saturada puede aumentar el riesgo de contraer enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.



Unión no supera el parámetro alto en grasas saturadas.

Wong es la que cuenta con mayor cantidad de grasas saturadas con 17g por cada 100g de panetón.

Azúcares totales



Grandes cantidades de azúcar aumentan el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, sobrepeso y obesidad.



Todas las marcas superan el límite de 10 g de azúcar por cada 100 g de panetón y poseen octágono.