



LLUCS
27, rue Henri Koch
L-4354 Esch-sur-
Alzette
(Luxembourg)

**INFORMATIONS ANALYSES :
Valeurs nutritionnelles**

Ref : COM-COM-FORM-035
Version : 01

VERSION ELECTRONIQUE FAISANT FOI



Valeurs nutritionnelles

Un régime alimentaire équilibré est un régime qui fournit des quantités adéquates de nutriments et d'énergie pour la santé et le bien-être. Les valeurs nutritionnelles de référence (VNR) constituent un ensemble complet de recommandations nutritionnelles et de valeurs de référence, telles que les apports de référence de la population, les besoins moyens, le niveau approprié de consommation et le seuil de consommation minimum. Les VNR peuvent être utilisées par exemple comme base pour les valeurs de référence dans l'étiquetage alimentaire et pour établir des recommandations nutritionnelles exprimées en termes d'aliments (FBDG – food-based dietary guidelines). Les FBDG transposent les recommandations nutritionnelles théoriques en messages précis sur les aliments et le régime alimentaire à privilégier et peuvent guider les consommateurs quant à leur régime alimentaire et les aider à faire des choix alimentaires sains.