

Glossario e approfondimenti



Qui di seguito è riportato, in ordine alfabetico, l'elenco delle parole che sono state contrassegnate con una sottolineatura nei manuali rivolti agli operatori sanitari. Ciascuna parola viene spiegata ed approfondita.

Le categorie dessert a base di latte e formaggio fresco non sono riportate nei manuali ma abbiamo ritenuto comunque opportuno fornire alcuni approfondimenti in merito.

- **ADDITIVI:** qualsiasi sostanza, normalmente non consumata come alimento in quanto tale e non utilizzata come ingrediente tipico degli alimenti, indipendentemente dal fatto di avere un valore nutritivo, aggiunta intenzionalmente ai prodotti alimentari per un fine tecnologico nelle fasi di produzione, di trasformazione, di preparazione, di trattamento, di imballaggio, di trasporto o immagazzinamento degli alimenti, che si possa ragionevolmente presumere diventi, essa stessa o i suoi derivati, un componente di tali alimenti direttamente o indirettamente ⁽¹⁾.

Additivi e deficit di attenzione/iperattività dei bambini

Un recente studio condotto da ricercatori britannici (McCann e coll ⁽²⁾) ha riportato in luce il tema relativo all'eventuale ruolo di alcuni additivi alimentari nell'eziopatogenesi del disturbo "deficit di attenzione/iperattività" nei bambini, questione già valutata, anni addietro, da altri studiosi con risultati spesso controversi. Lo studio, condotto su 297 bambini sani di 3-9 anni, ha evidenziato un incremento di comportamenti iperattivi dopo il consumo di una miscela di coloranti alimentari (E102; E104, E110; E122; E124; E 129) e un conservante (E 211). L'eziopatogenesi di questo disturbo è tuttavia multifattoriale ⁽³⁾ e saranno necessari ulteriori ricerche che chiariscano la questione. In attesa di maggiori evidenze abbiamo ritenuto opportuno, nella nostra revisione dei dati relativi ai prodotti confezionati destinati all'età evolutiva, valutare la presenza e/o l'assenza degli additivi menzionati dallo studio. Ciascun operatore SIAN potrà così decidere, anche sulla base dei dati che potranno emergere in futuro, se consigliare o meno l'uso dei prodotti contenenti tali additivi le cui caratteristiche vengono di seguito riportate insieme alle definizioni di coloranti e conservanti.

Coloranti: sono sostanze che conferiscono un colore ad un alimento o che ne restituiscono la colorazione originaria, ed includono componenti naturali dei prodotti alimentari e altri elementi di origine naturale, normalmente non consumati come alimenti né usati come ingredienti tipici degli alimenti ⁽¹⁾.

Conservanti: sono sostanze che prolungano il periodo di conservazione dei prodotti alimentari proteggendoli dal deterioramento provocato da microrganismi ⁽¹⁾.

E102 o tartrazina: è un colorante giallo-arancione e si ritrova in dolci, sciroppi, bibite, cordiali, sottaceti, pasticceria, conserve vegetali (tranne quelle di pomodoro), gelato allo zabaione. E' controindicato per gli allergici all'acido acetilsalicilico (aspirina) e per gli asmatici ⁽¹⁾.

E124 o rosso cocciniglia o ponceau: è un colorante rosso, deriva da insetti e si ritrova in caramelle, paste, biscotti, sciroppi, bibite, dolci, gelati, ghiaccioli, marzapane e gelatine. E' controindicato per chi è allergico all'aspirina e per gli asmatici; può provocare eruzioni cutanee ed è sconsigliato a bambini, asmatici e allergici ⁽¹⁾.

E122 o carmoisina: è un colorante rosso, ottenuto dall'essiccazione di un insetto e si ritrova in sciroppi, bevande, bibite, gelati, marzapane e gelatine. Controindicato per chi è allergico all'aspirina e per gli asmatici, può provocare eruzioni cutanee ⁽¹⁾.

E110 o giallo arancio o tramonto: è un colorante giallo-arancione e si ritrova in bibite, sciroppi, cordiali, zuppe pronte, dolci in generale, gelati, ghiaccioli. Controindicato per gli allergici all'acido acetilsalicilico (aspirina) e per gli asmatici, può provocare eruzioni cutanee ed è tossico ad alte dosi. Negli Stati Uniti è presente solo in prodotti cosmetici ⁽¹⁾.

E104 o giallo di chinolina: è un colorante giallo-arancione e si ritrova in caramelle, bibite, liquori, gelati. E' leggermente tossico ed è proibito in Australia ⁽¹⁾.

E129 o rosso allura: è un colorante rosso e si ritrova in gelatine, latticini, dolci, bevande, condimenti ⁽¹⁾.

E211 o sodio benzoato: è un conservante antimicrobico che si può trovare in bibite a base di frutta, succhi, cordiali, dolci, gelati, pesce conservato. Tale conservante antimuffa ha presentato qualche rischio per l'eventuale ingestione di forti dosi, in quanto tossico. Nelle persone predisposte (asmatici, ipersensibili all'aspirina, sofferenti di orticaria e bambini piccoli) può scatenare reazioni allergiche; in grandi quantità può provocare irritazione gastrica e indurre disturbi neurologici ⁽¹⁾.

- **BEVANDE A BASE DI SUCCO DI FRUTTA:** sono bevande che possono essere così chiamate solo se contengono almeno il 12% di succo di frutta; tra gli ingredienti possono figurare lo sciroppo di glucosio, lo zucchero e alcuni conservanti come l'acido sorbico, l'acido benzoico o il suo sale, il sodio benzoato. Spesso sono addizionate con anidride carbonica che le rende frizzanti ⁽⁴⁾.
- **BEVANDE GASSATE** (bibite analcoliche): sono bibite, spesso gassate e dolci, aromatizzate con estratti vegetali (come cola, chinotto, cedro, tè freddo). La loro denominazione di legge è "Bibita (o bevanda) analcolica". Molte hanno anche la versione "light" e diventano così bibite analcoliche ipocaloriche, con edulcoranti. L'ingrediente principale è l'acqua, seguita dallo zucchero. Spesso sono utilizzati coloranti, conservanti (acido sorbico, acido benzoico), acidificanti come acido citrico o acido ortofosforico. In molti casi contengono anche caffeina; per tale motivo i bambini non ne dovrebbero abusare. Nei prodotti light lo zucchero è sostituito da edulcoranti: se tra questi c'è l'aspartame appare anche l'avvertenza "Contiene una fonte di fenilalanina" ⁽⁴⁾.
- **BEVANDE ISOTONICHE** (bibite per sportivi): sono dei prodotti dietetici utilizzati dagli sportivi per reintegrare sali minerali e, a volte, energia, persi durante la fatica sportiva. Possono essere bevande già pronte all'uso, ma anche polveri da ricostituire.

In base alla composizione possono avere denominazioni diverse: sono comunque sempre "Prodotti dietetici" e non delle bibite qualsiasi; è tuttavia facoltativo per le aziende produttrici riportare la dicitura "prodotto dietetico" sulla confezione. Poiché sono destinate ad usi speciali possiamo trovare sul prodotto diverse definizioni:

- integratore salino o di sali minerali: apporta prevalentemente sali minerali, ma a volte anche vitamine;
- integratore energetico salino: oltre ai sali minerali fornisce energia;
- integratore isotonico: integratore salino che ha la stessa concentrazione e composizione del plasma sanguigno; questo rende i sali più prontamente assorbibili e utilizzabili dall'organismo.

Nella lista degli ingredienti di queste bibite troviamo sempre, sali minerali e vitamine, ma anche zuccheri: saccarosio, glucosio, fruttosio, maltodestrine; alcune contengono anche caffeina.

L'etichetta nutrizionale è sempre presente in quanto sono dei prodotti dietetici ⁽⁴⁾.

- **BISCOTTI SECCHI:** biscotti denominati anche "gallette", la cui ricetta prevede farina in alta percentuale, zucchero e sciroppo di glucosio, burro oppure grasso vegetale, sale, latte scremato in polvere, agenti lievitanti e aromi. Oltre che per gli ingredienti, i biscotti secchi si differenziano dai frollini per la lavorazione dell'impasto base che, una volta mescolato, viene laminato, passando attraverso rulli lisci sempre più vicini fino ad ottenere lo spessore giusto; una volta tirata la pasta viene passata in stampi che danno la forma al biscotto ⁽⁵⁾.
- **BISCOTTI FROLLINI:** biscotti la cui ricetta prevede gli stessi ingredienti base dei biscotti secchi (farina, zucchero e sciroppo di glucosio, burro o grasso vegetale, sale, latte scremato in polvere, agenti lievitanti e aromi), ma con le seguenti differenze: una percentuale maggiore di grassi e spesso la presenza delle uova. A questi ingredienti, poi, possono sommarsi componenti particolari e aromatizzanti, come cacao, nocciole e altri sfarinati. Per quanto riguarda la lavorazione dell'impasto, questo non subisce la laminazione,

bensi viene formato con una “rotativa”, cioè pressato negli stampi con la forma dei biscotti; un coltello raschiatore, poi, livella la superficie ⁽⁵⁾.

- **BURRO:** è il prodotto ottenuto dalla crema ricavata dal latte o dal siero di latte di vacca nonché dalla miscela dei due indicati prodotti. Al prodotto ottenuto dalle creme ricavate da animali diversi dalla vacca può essere attribuita la denominazione burro, purchè seguita dall’indicazione della specie animale da cui proviene il latte.

La legge prescrive che il contenuto lipidico non deve essere inferiore all’82%, il rimanente è formato da acqua e tracce di proteine, carboidrati e minerali. Dal punto di vista degli acidi grassi nel burro abbondano gli acidi grassi saturi con prevalenza di acido palmitico, inoltre vi è una discreta quantità di acidi grassi a catena corta e media. Considerevole è il contenuto di vitamina A ⁽⁶⁾.

- **BURRO DI CACAO:** è un grasso estratto dai semi di cacao, che ne contengono dal 50% al 57%, ed è ottenuto tramite un processo di pressatura ed esposizione ad alte temperature. Il burro di cacao è di colore giallognolo e di sapore e odore gradevoli, simili a quelle del cacao. I suoi usi sono molteplici: oltre ad essere un ingrediente del cioccolato, è anche una materia prima impiegata nell’industria cosmetica (nei rossetti per ammorbidire le labbra e in alcune creme) e nell’industria farmaceutica (nelle supposte, nelle pillole, nelle pomate) ⁽⁷⁾.
- **CREMA SPALMABILE DI NOCCIOLE AL CIOCCOLATO:** è una crema la cui composizione è variabile; in genere il 50% è rappresentato dallo zucchero, il 25% da oli vegetali, il 13% dalle nocciole e solo il 12 % da cacao e latte. La lecitina di soia è quasi sempre presente come emulsionante ⁽⁸⁾.
- **DESCRIZIONE DEL PRODOTTO/DENOMINAZIONE DI VENDITA:** è la “denominazione prevista dalle disposizioni che disciplinano il prodotto stesso, quando questo è soggetto a specifica normativa”. In questo caso la legge indica i criteri che un prodotto deve avere per potersi fregiare di quella definizione. Può essere considerato una denominazione di vendita anche “un nome consacrato da usi e consuetudini”: ad

esempio, per la maionese non c’è una legge che definisce le caratteristiche e la composizione, ma tutti sanno cos’è. Infine può essere denominazione di vendita anche una descrizione del prodotto accompagnata, se necessario, da informazioni sulla sua natura e modalità di preparazione, in modo da consentire all’acquirente di distinguerlo dai prodotti con i quali potrebbe essere confuso. La denominazione di vendita non può essere sostituita da marchi di fabbrica o di commercio, ovvero da denominazioni di fantasia: anche quando il nome è entrato nel linguaggio comune deve essere accompagnato da una descrizione del prodotto. Ad esempio “Sottilette” è un marchio commerciale registrato: sulla confezione deve essere riportata anche la dicitura “sottili fette di formaggio fuso” ⁽⁴⁾.

- **DESSERT A BASE DI LATTE O FORMAGGIO FRESCO:** Comprendono varie tipologie di prodotto, diverse per tipo di confezione, vasetti di plastica, bicchierini monodose e per consistenza, da più densi a quasi liquidi. Non cambiano invece, molto la composizione, gli ingredienti e la tecnica di produzione. Dessert, creme pronte e budini sono tutti prodotti a base di latte, aromatizzati a volte al cioccolato, al caffè o alla vaniglia, che sono utilizzati come merenda o dolce a fine pasto. Una distinzione tra i vari prodotti presenti sul mercato si può operare sulla base della tecnologia di produzione e della loro durata. Questi dessert possono essere UHT, cioè trattati ad alte temperature per renderli conservabili più a lungo anche a temperatura ambiente o essere solo pastorizzati con una durata inferiore e la conservazione in frigorifero. La differenza si fa sentire dal punto di vista organolettico, i prodotti pastorizzati hanno un gusto più simile al gusto casalingo. Non esiste una denominazione di legge per questi prodotti, vengono in genere commercializzati con nomi di fantasia e sono normalmente “catalogati” come prodotti dolciari ⁽⁴⁾. Se si desidera consumarli per uno spuntino occorre leggere attentamente l’etichetta nutrizionale perché nell’ambito della categoria c’è una notevole disomogeneità dei contenuti calorici e lipidici (mentre abbastanza omogenee sono le porzioni di vendita contenute in vasetti che variano da 100 a 110 g). Considerando una porzione massima di 110 g si

consiglia pertanto di non superare su 100 g i seguenti parametri: kcal \leq 138 e lipidi totali \leq 5 g.

Esistono alcuni prodotti destinati ai più piccoli che sono a base di formaggio fresco zuccherato e preparazione di frutta le cui porzioni di vendita variano da 50 g a 80 g; considerando una porzione massima di 80 g si consiglia pertanto di non superare su 100 g i seguenti parametri: kcal \leq 190 e lipidi totali \leq 9 g.

- **GELATO:** è una preparazione alimentare ottenuta portando allo stato solido, attraverso il freddo (congelamento), una miscela di ingredienti quali latte e suoi derivati (burro e panna), uova, zuccheri (saccarosio, monosaccaridi), grassi e oli vegetali, cacao, frutta... Per essere definito come tale, il gelato deve contenere almeno il 2% di proteine del latte e il 2,5% di grassi totali; è esclusa la presenza di proteine che non provengano dal latte, a meno che non siano contenute in ingredienti caratterizzanti che ne arricchiscono il gusto (cioccolato o cacao, caffè, tè, pistacchi, mandorle, noci, nocciole, succhi e polpa di frutta, frutta candita e sciroppata, miele, sciroppi...). L'estratto secco, ossia ciò che rimane nel gelato eliminando l'acqua, deve essere almeno del 30%. Questa preparazione deve essere immagazzinata, venduta e consumata nello stesso stato di congelamento cui è stata portata durante la lavorazione. Inoltre, il gelato può contenere additivi dotati di specifiche funzioni, indispensabili a mantenere inalterate nel tempo le originarie qualità organolettiche. Emulsionanti e stabilizzanti hanno lo scopo di mantenere stabile nel tempo la consistenza del prodotto, aromi e coloranti di renderlo maggiormente gradevole al gusto e alla vista. Al gelato non vengono aggiunti conservanti in quanto la sola catena del freddo è sufficiente a garantirne la conservazione nel tempo; tuttavia essi possono essere presenti nel prodotto finito perché contenuti in alcuni ingredienti utilizzati per produrlo. Di seguito sono riportate alcune categorie di gelato ⁽⁹⁾.

Gelato al latte: deve contenere proteine del latte (almeno il 2%) e grassi del latte (almeno il 2,5%) e non deve contenere proteine e grassi che non derivino da latte, a meno che non

derivino da ingredienti caratterizzanti. L'estratto secco deve essere almeno del 25% ⁽⁹⁾.

Gelato alla crema di latte (o gelato alla panna): deve contenere panna, almeno il 2,5% di proteine del latte, almeno l'8% di grassi del latte. E' esclusa la presenza di grassi e proteine che non derivino dal latte, a meno che non siano contenuti in ingredienti caratterizzanti. Estratto secco pari o superiore al 32% ⁽⁹⁾.

Gelato ricoperto al cioccolato: deve avere una copertura costituita almeno dal 50% di cioccolato (uno dei tipi previsti dalla legge). Nei gelati **ricoperti al cacao**, il cacao (uno dei tipi previsti dalla legge) deve essere presente per almeno il 5% ⁽⁹⁾.

Gelato alla frutta: deve contenere succo e polpa di frutta in misura non inferiore al 15%; fanno eccezione i gelati agli agrumi o di frutta esotica che non devono averne meno del 10%, e i gelati di frutta secca a guscio (non meno del 5%). Il contenuto di zuccheri totali deve essere almeno del 20%. Si possono aggiungere latte e derivati, albume d'uovo e grassi vegetali. Le proteine di origine non lattiera non devono superare l'1%; l'estratto secco deve arrivare almeno al 25% ⁽⁹⁾.

Sorbetto alla frutta: non prevede l'aggiunta di grassi. La frutta presente (succo e polpa) deve essere almeno il 25% (15% per agrumi e frutta esotica e 7% per la frutta secca a guscio). Le proteine non derivate dal latte non devono superare l'1%; l'estratto secco deve arrivare almeno al 25% ⁽⁹⁾.

Ghiacciolo: è una miscela di acqua e zucchero con l'aggiunta di frutta (o ortaggi) e derivati, di infusi di tè e caffè, di bibite e sciroppi, di vini, liquori e acquaviti, di aromi. La presenza di grassi è ammessa, come pure quella delle proteine del latte, mentre le altre proteine possono arrivare fino all'1%; l'estratto secco deve essere almeno del 15% ⁽⁹⁾.

Ghiacciolo alla frutta: la quantità di frutta presente (succo e/ o polpa) deve essere almeno il 10%; nel caso di agrumi, frutta esotica e a guscio almeno il 5%. Nel caso in cui la quantità di frutta sia inferiore ai parametri indicati, è possibile l'aggiunta di

sostanze aromatizzanti purchè vi sia la denominazione “ghiacciolo al gusto di...o all’aroma di...”⁽⁹⁾.

- **MARGARINA:** è il più diffuso succedaneo del burro. La sua preparazione prevede l’utilizzo di sostanze grasse in molti casi indurite mediante idrogenazione. I prodotti di partenza più comunemente adoperati sono: olio di palma, di cocco, di palmisti ecc...

Va fatto presente che a seguito della idrogenazione, anche parziale, oltre alla perdita di alcune vitamine, si verificano delle trasformazioni a carico degli acidi grassi insaturi: alcuni polinsaturi si trasformano in monoinsaturi; i doppi legami slittano di posizione con formazione di isomeri; la configurazione cis passa a trans; i doppi legami degli acido linoleico, linolenico e arachidonico divengono coniugati.

Come composizione chimica si avvicina molto al burro; la percentuale di grassi, (tra i quali non devono essere presenti grassi derivati dal latte), non deve essere inferiore all’84%⁽⁶⁾.

Idrogenazione: è un’operazione applicata soprattutto agli oli fortemente insaturi, si effettua con idrogeno molecolare sotto alcune atmosfere di pressione in presenza di catalizzatori al nichel a temperature che possono variare da 150 a 200° secondo delle materie prime impiegate e del prodotto che si vuole ottenere. L’idrogenazione trasforma gli oli in grassi più o meno solidi destinati oltre alla produzione della margarina anche all’industria dei saponi⁽⁷⁾.

- **OLIO DI BABASSU:** è un olio vegetale che si ottiene dalle mandorle dei frutti della palma Babassu, molto comune nel Brasile. La composizione in acidi grassi dell’olio di babassu ricorda molto da vicino quella dell’olio di cocco; caratteristica è l’alta percentuale di acido laurico. Questa tipologia di olio viene impiegato per tutti quegli usi a cui sono adatti gli oli di palmisti e di cocco⁽⁷⁾.
- **OLIO DI CARTAMO:** è un olio vegetale che si estrae dai semi dell’omonima pianta, ricco di acidi grassi omega 6 (acido linoleico); contiene un discreto quantitativo di vitamina E⁽¹⁰⁾.
- **OLIO DI COCCO:** è un olio vegetale estratto dalla polpa delle noci di cocco, particolarmente ricco di acidi grassi saturi a

basso peso molecolare (contiene il 50% di acido laurico); risulta solido a temperatura ambiente. Per la sua composizione chimica, benché di origine vegetale, risulta tra gli oli più aterogeni. Viene utilizzato per produrre margarina, prodotti dolciari e da forno e creme spalmabili⁽⁷⁾.

- **OLIO DI PALMA:** è un olio vegetale saturo ricavato dai frutti della palma da olio. Dai semi della stessa pianta si ricava l’olio di palmisti. Data la loro composizione chimica simile all’olio di cocco sia l’olio di palma, sia l’olio di palmisti vengono collocati tra i grassi vegetali più aterogeni. Vengono impiegati per la produzione di margarina e di creme spalmabili⁽⁷⁾.

- **PANI CONFEZIONATI:** sono una tipologia di pani a lunga conservazione; rientrano nella categoria dei pani speciali in quanto a differenza dei pani comuni (prodotti con solo farina, lievito, acqua e sale) vengono addizionati di altre sostanze (grassi e additivi) per contrastare l’indurimento e l’ammuffimento⁽⁴⁾.

La legislazione (D.M. 13 luglio 1998, n312) consente l’utilizzo nei pani speciali preconfezionati dei seguenti additivi: acido propionico e i suoi sali di sodio, calcio e potassio o acido sorbico e i suoi sali di potassio e calcio. Tuttavia come additivo, in questi pani, viene generalmente utilizzato, in sostituzione degli additivi citati, l’alcol etilico (massimo 2% in peso, espresso in sostanza secca, sul prodotto finito messo in commercio) che svolge un’utile azione conservatrice antimicotica consentendo una più prolungata conservazione del prodotto. Tale tipologia di pane deve riportare sulla confezione la seguente indicazione: “Trattato con alcol etilico”⁽¹¹⁾.

- **SUCCO DI FRUTTA:** è il prodotto ottenuto mediante spremitura del frutto tale e quale o per ricostituzione da succo concentrato con successiva aggiunta di acqua. Questa denominazione comprende tutti i prodotti che dichiarano di essere “100% succo”, siano derivati da prodotto fresco o concentrato. Il succo fresco, spesso definito in etichetta “Spremuta di...”, è congelato prima del trasporto, poi sminuzzato, pastorizzato e confezionato: un sistema di

produzione che mantiene integre le caratteristiche naturali della sostanza. Nel succo concentrato, invece il prodotto, dopo la spremitura, è sottoposto a riscaldamento per ridurre il contenuto di acqua fino al 25%. Il trasporto e lo stoccaggio sono così facilitati. Il succo sarà ricostituito al momento del confezionamento aggiungendo la medesima percentuale di acqua eliminata in precedenza. A differenza del succo fresco, quello concentrato subisce uno stress termico notevole e perde parte degli aromi e delle vitamine. Entrambi i prodotti subiscono una pastorizzazione prima di essere confezionati. Per tali prodotti l'elenco degli ingredienti potrebbe non essere riportato, perché costituiti solo da succo di frutta: l'acqua aggiunta al succo concentrato per ricostituire il prodotto di partenza, non è indicata, perché non è considerata ingrediente ⁽⁴⁾.

- NETTARE O SUCCO E POLPA DI FRUTTA: è ottenuto mediante aggiunta di acqua e di zucchero al succo di frutta, che può essere naturale, concentrato, in purea o una miscela delle precedenti. La legge stabilisce quale deve essere la percentuale di succo contenuta nel prodotto finito: non meno del 50% per agrumi, pera, mela, pesca e ananas; 40% per albicocca, ciliegia, fragola, mirtilli; 30% per prugne e susine ⁽⁴⁾. E' consentita l'aggiunta degli zuccheri nel limite massimo del 20% in peso rispetto al peso totale del prodotto finito. Nella produzione dei nettari senza zuccheri aggiunti questi ultimi sono sostituiti totalmente o parzialmente da edulcoranti, ai sensi del Dlgs 151/04 ⁽¹²⁾.
- SNACK AL CIOCCOLATO: sono barrette o tavolette monoporzionamento con copertura di cioccolato ed un ripieno a base di cereali, biscotto, wafer, latte, caramello, nocciole, ecc... ⁽¹³⁾.

BIBLIOGRAFIA

1. Ministero della Salute: *sicurezza alimentare; approfondimenti*. Available at: <http://www.ministerosalute.it/alimenti/sicurezza/sicApprofondimento.jsp?lang=italiano&label=addi&id=195&dad=s>. Accessed on 10/9/2008
2. McCann D, Barret A, Cooper A, Crumpler D, Dalen L., Grimshaw K, et al. "Food additives and hyperactive behaviour in 3-year-old and 8/9 year –old children in the community a randomised, double-blinded, placebo-controlled trial" The Lancet 2007; 370: 1560-70
3. Kemp, A. "Food additives and hyperactivity" British Medical Journal 2008; 336:1144
4. V. Valdicelli. *Le etichette alimentari. Capire quello che dicono e anche ciò che tacciono*. Eds. Altro consumo, Milano 2000
5. Associazione Industrie dolciarie Italiane. *Il processo produttivo*. Available at: <http://www.dolceitalia.net/public/upload/users/file/processo%20prod.pdf>; Accessed on 3/12/2007
6. G. Burini, F. Fidanza, F. Morini, G. B. Panata, M. Severini, G. Testolin. *Alimenti caratteristiche nutrizionali, analisi, controllo*. G. Gnocchi Editore srl 1996
7. G. V. Villavecchia, G. Eigenmann, I. Ubaldini, *Nuovo dizionario di merceologia e chimica applicata*. HOEPLI EDITORE, 1977, pag. 718-719. Available at: http://books.google.it/books?id=X5QmLAXpMKQC&pg=PA691&lpg=PA691&dq=merceologia+burro&source=web&ots=7X5R8mtFY0&sig=tn2MI_xcVcNMz6UXSMzxluk1ir8&hl=it&sa=X&oi=book_result&resnum=2&ct=result#PPA686,M1; Accessed on 8/10/2008
8. R. Molaschi. *Cosa c'è nel piatto – come sono prodotti, trasformati conservati gli alimenti di cui ci nutriamo*. Altroconsumo Editore, Milano 2004.
9. Istituto del Gelato Italiano. *Il codice di autodisciplina produttiva per i prodotti della gelateria industriale*. Available at: [www.http://istitutodelgelato.it/codice.php](http://istitutodelgelato.it/codice.php); Accessed on 7/07/08
10. P.Cappelli, V. Vannucchi. *Chimica degli alimenti, conservazione e trasformazioni*. Eds. Zanichelli, Bologna 1990
11. D.M. 13 luglio 1998, n. 312 (1). *Regolamento recante norme per il trattamento con alcool etilico del pane speciale preconfezionato*. Available at: http://www.ipfsaph.org/cds_upload/kopool_data/FAOLEX_0/unknown_ita21494.doc; Accessed on: 9/12/2008
12. Decreto Legislativo 21 maggio, 2004, n. 151: "Attuazione della direttiva 2001/112/CE, concernente i succhi di frutta ed altri prodotti analoghi destinati all'alimentazione umana". Available at: <http://www.camera.it/parlam/leggi/deleghe/testi/04151dl.htm>; Accessed on 19/03/2008
13. Associazione Industrie dolciarie Italiane. *Snack al cioccolato*. Available at: <http://194.187.255.53/ciocolato.asp?id=18>; Accessed on 3/12/2008