

WHICH MEXICAN NUTRITION LABEL FORMAT SHOULD YOU USE?

1 Is your product consumed in multiple forms (e.g., sold as is and prepared)?

Yes

No

2 Do you need to display nutritional information per container and per serving?

Per serving

3 Is your product marketed in regions requiring bilingual labels?

Per container

Use the **Mexico Dual Column Nutrition Facts Label (per container)**

Use the **Mexico Dual Column Nutrition Facts Label (per serving)**

Declaración Nutricional

Tamaño de la Porción 1 taza (278.19 g)
Porciones por Envase 1

Contenido energético por envase		Por 100 ml (Por Porción)	
Contenido energético	96 kcal (402 kJ)	35 g	8.0 g
Proteínas	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas totales	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas saturadas	2 g	2 g	0.7 g
Grasas trans	0 mg	0 mg	0 mg
Hidratos de carbono disponibles	14 g	14 g	5.1 g
Azúcares	14 g	14 g	5.1 g
Fibra dietética	0 g	0 g	0 g
Sodio	48 mg	48 mg	17 mg

%NRI Por Porción*

Vitamina B12	50%	1 mg
Calcio	30%	200 mg
Cobre	20%	122 µg

*Niveles Normativos de Referencia para la Población Mexicana.

Declaración Nutricional

Tamaño de la Porción 1 taza (278.19 g)
Porciones por Envase 1

Contenido energético		Por 100 ml (Por Envase)	
Contenido energético	96 kcal (402 kJ)	35 g	8.0 g
Proteínas	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas totales	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas saturadas	2 g	2 g	0.7 g
Grasas trans	0 mg	0 mg	0 mg
Hidratos de carbono disponibles	14 g	14 g	5.1 g
Azúcares	14 g	14 g	5.1 g
Fibra dietética	0 g	0 g	0 g
Sodio	48 mg	48 mg	17 mg

%NRI Por Porción*

Vitamina B12	50%	1 mg
Calcio	30%	200 mg
Cobre	20%	122 µg

*Niveles Normativos de Referencia para la Población Mexicana.

4 Do you want to highlight additional health benefits with voluntary nutrients in both official languages?

5 Do you want to highlight additional health benefits with voluntary nutrients?

Use the **Bilingual Mexico Standard Nutrition Facts Label with Voluntary Nutrients**

Use the **Mexico Standard Nutrition Facts Label with Voluntary Nutrients**

Is packaging space limited?

No

Use the **Bilingual Mexico Standard Nutrition Facts Label**

Declaración Nutricional

Tamaño de la Porción 1 taza (278.19 g)
Porciones por Envase 1

Contenido energético		Por 100 ml (Por Envase)	
Contenido energético	96 kcal (402 kJ)	35 g	8.0 g
Proteínas	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas totales	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas saturadas	2 g	2 g	0.7 g
Grasas trans	0 mg	0 mg	0 mg
Hidratos de carbono disponibles	14 g	14 g	5.1 g
Azúcares	14 g	14 g	5.1 g
Fibra dietética	0 g	0 g	0 g
Sodio	48 mg	48 mg	17 mg

%NRI Por Porción*

Vitamina B12	50%	1 mg
Calcio	30%	200 mg
Cobre	20%	122 µg

*Niveles Normativos de Referencia para la Población Mexicana.

Use the **Bilingual Mexico Linear Nutrition Facts Label**

Is packaging space limited?

Yes

Use the **Bilingual Mexico Linear Nutrition Facts Label**

Use the **Mexico Standard Nutrition Facts Label**

Declaración Nutricional / Nutrition Statement

Tamaño de la Porción 1 taza (278.19 g)
Porciones por Envase 1

Contenido energético		Por 100 ml (Por Envase)	
Contenido energético	96 kcal (402 kJ)	35 g	8.0 g
Proteínas	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas totales	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas saturadas	2 g	2 g	0.7 g
Grasas trans	0 mg	0 mg	0 mg
Hidratos de carbono disponibles	14 g	14 g	5.1 g
Azúcares	14 g	14 g	5.1 g
Fibra dietética	0 g	0 g	0 g
Sodio	48 mg	48 mg	17 mg

%NRI Por Porción*

Vitamina B12	50%	1 mg
Calcio	30%	200 mg
Cobre	20%	122 µg

*Niveles Normativos de Referencia para la Población Mexicana.

Declaración Nutricional / Nutrition Statement

Tamaño de la Porción 1 taza (278.19 g)
Porciones por Envase 1

Contenido energético		Por 100 ml (Por Envase)	
Contenido energético	96 kcal (402 kJ)	35 g	8.0 g
Proteínas	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas totales	3.5 g	3.5 g	1.3 g
Grasas saturadas	2 g	2 g	0.7 g
Grasas trans	0 mg	0 mg	0 mg
Hidratos de carbono disponibles	14 g	14 g	5.1 g
Azúcares	14 g	14 g	5.1 g
Fibra dietética	0 g	0 g	0 g
Sodio	48 mg	48 mg	17 mg

%NRI Por Porción*

Vitamina B12	50%	1 mg
Calcio	30%	200 mg
Cobre	20%	122 µg

*Niveles Normativos de Referencia para la Población Mexicana.

***NOTE:** If your product contains excessive levels of calories, sugars, sodium, saturated fats, trans fats, caffeine, and sweeteners, please remember to add this label to the front of your package.

Mexico Front-of-Package (FOP) Warning Labels

