

Categoría de alimento según RSA	Límites por porción				Porción de referencia
	Energía (kcal)	Grasas Saturadas (g)	Azúcares totales (g)	Sodio (mg)	
213. Leche saborizada	180	3,6	20,4	180	240 ml
219. Manjar o dulce de leche	90	1,7	7,5	150	30 g
220. Yogur adicionado con azúcares y/o edulcorantes autorizados de acuerdo a lo señalado en el artículo 146 del presente decreto	170	3,4	22,5	170	225 g
225. Mantequillas	70,0	4,0	1,3	50	10 g
243. Helados comestibles	140	2,8	16,2	180	120 ml
262. Margarina	45	2,2	1,3	50	10 g
358. Masas o pastas horneadas	135	1,5	5,0	150	30 g
368. Productos farináceos para cóctel	135	1,5	2,5	150	30 g
369. Cereales para el desayuno	135	1,5	5,0	150	30 g
395. Productos de confitería	53	0,4	7,5	60	15 g
399. Chocolate sucedáneo	180	2,0	6,7	160	40 g
400. Cacao azucarado en polvo	180	3,6	20,4	180	240 ml
401. Productos en polvo para preparar postres y refrescos	150	3,0	16,2	180	120 g
402. Polvos para preparar postres de gelatina	48	2,4	7,8	180	120 g
404. Polvos para preparar refrescos o bebidas instantáneas en polvo	62	2,6	7,5	180	240 ml
406. Confituras	38	0,7	7,5	60	15 g
449. Kétchup	30	0,7	3,1	100	15 g
450. Mayonesa	60	0,7	1,6	100	15 ml
478, 479, 480. Bebidas analcohólicas, bebidas refrescantes de fruta, y bebidas de fantasía	60	2,6	15,0	180	240 ml
482, 484, 485. Jugo o zumo puro de de fruta y hortaliza, jugo o zumo concentrado, y néctar de fruta	96	2,6	24,0	180	240 ml