

Productos Alimenticios que Comúnmente Contienen Aditivos de Fósforo

Lea las etiquetas de ingredientes para encontrar aditivos de fósforo. Los aditivos de fósforo son comúnmente añadidos a los alimentos listos para comer como:

- Carnes / Pescado / Mariscos
 - Artículos procesados como los nuggets de pollo, salchichas calientes, embutidas, cangrejo
 - Artículos realzados con una solución de caldo, como pollo congelado, pavo
- Productos de panadería
 - Biscuits, bizcochitos
- Quesos
 - Quesos procesados y para untar
- Productos instantáneos
 - Budines, salsas
- Bebidas
 - Colas, aguas con sabor, bebidas de frutas

Un truco al leer las etiquetas:

En inglés busque los ingredientes que contengan **phos**, en español busque por los ingredientes que contengan **fos**

Español	Inglés
Fosfato dicálcico	Dicalcium phosphate
Fosfato mono cálcico	Monocalcium phosphate
Trifosfato de sodio	Sodium tri phosphate
Fosfato de sodio	Sodium phosphate
Trípoli fosfato de sodio	Sodium tripoly phosphate

¿Puede usted encontrar aditivos de **fósforo** en los siguientes ingredientes?

Ingredientes: Productos enriquecidos de macarrones (harina de trigo, niacina, sulfato ferroso [hierro], mononitrato de tiamina [vitamina B1], riboflavina [vitamina B2], ácido fólico), mezcla de salsa de queso (suero, grasa de leche, concentrado de proteína de leche, sal, carbonato de calcio, trípoli fosfato de sodio, contiene menos de 2% de ácido cítrico, fosfato de sodio, ácido láctico, leche, amarillo 5, amarillo 6, encimas, cultivo de queso)

Can you find the **phosphorus** additives in the ingredients?

Ingredients: Enriched macaroni product (wheat flour, niacin, ferrous sulfate [iron], thiamin mononitrate [vitamin B1], riboflavin [vitamin B2], folic acid), cheese sauce mix, (whey, milk fat, milk protein concentrate, salt, calcium carbonate, sodium tripolyphosphate, contains less than 2% of citric acid, sodium phosphate, lactic acid, milk, yellow5, yellow6, enzymes, cheese culture)