

食品表示法による栄養成分表示＜事業者用＞

食品の表示について定めた法律「食品表示法」により、原則として、あらかじめ包装された全ての一般消費者向け加工食品及び添加物（業務用を除く）に栄養成分表示が義務付けられました。

食品の栄養表示につきましては、消費者庁ウェブサイトにて、食品表示法関係法規をご確認ください。



消費者庁 食品表示企画

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/

Step1 関係法令を確認する～表示する前に見ておきたいもの～

食品表示法

- ・JAS法、食品衛生法、健康増進法の食品表示に関する規定を一元化、事業者の責任、立入検査、指示・命令、罰則について示されています。
- ・平成27年4月1日に施行、令和2年3月31日経過措置終了。

食品表示基準

- ・食品表示法に基づき具体的な表示のルールが示されています。
- ・構成(5章):総則、加工食品、生鮮食品、添加物、雑則（*以下、基準と記載）

食品表示基準について

- ・食品表示基準の解釈が示されています。（*以下、基準についてと記載）

食品表示基準Q&A

- ・一問一答のスタイルで、具体的な内容が示されています。
- ・目次で探して内容を確認されることをお勧めします。（*以下、Q&Aと記載）

食品表示法に基づく 栄養成分表示のためのガイドライン

- ・食品関連事業者が栄養成分表示を行ううえで必要とされる前提・規則・技術的支援が解説されています。（*以下、ガイドラインと記載）

Step2 表示する食品の規定を確認する

食品により義務表示か任意表示か異なります。各食品の定義は食品表示基準第2条をご覧ください。

内容 (食品表示基準参照箇所)		加工食品(第2章)		生鮮食品(第3章)		添加物(第4章)	
		一般用	業務用	一般用	業務用	一般用	業務用
栄養成分表示	熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム(食塩相当量)	義務(3条)	任意(12条)	任意(21条)	任意(26条)	義務(32条)	任意(34条)
	飽和脂肪酸、食物繊維	推奨(6条)				任意(34条)	
	n-3系脂肪酸、n-6系脂肪酸、コレステロール、糖質、糖類、ビタミン・ミネラル類	任意(7条)					
栄養強調表示		(7条)	—	(21条)	—	—	—
特定保健用食品		(3条)	—	(18条)	—	—	—
栄養機能食品		(7条)	—	(21条)	—	—	—
機能性表示食品		(3条)	—	(18条)	—	—	—

○義務表示のなかで栄養成分表示を省略できる一般用加工食品（基準第3条第3項）

- 1 容器包装の表示可能面積がおおむね30cm²以下であるもの
- 2 酒類
- 3 栄養の供給源としての寄与の程度が小さいもの（例：香辛料）
- 4 極めて短い期間で原材料（その配合割合を含む。）が変更されるもの（例：日替わり弁当）
- 5 消費税法第9条第1項において消費税を納める義務が免除される事業者が販売するもの
※当分の間は中小企業基本法第2条第5項に規定する小規模事業者が販売するものも省略できる（附則第6条）

○義務表示の特例（表示を要しないもの）（基準第5条）

- 1 酒類を販売する場合
- 2 食品を製造し、又は加工した場所で販売する場合
- 3 不特定多数の者に対して譲渡（販売を除く。）する場合

栄養機能食品、特定保健用食品、
機能性表示食品における
栄養成分表示は義務表示です

- 表示値を求めるには、分析、データベース等の参照、参照値からの計算による方法があります。
- ・いずれの方法でも、結果として表示された含有量に合理的な根拠があれば、表示することができます。
- 表示された値の設定の根拠資料を保管しておいてください。
- ・食品の消費期限又は賞味期限内でどの商品をとっても、表示された値が一定値をもって表示されている場合は許容差の範囲内（下限値及び上限値の場合はその範囲内）にある必要があります。
- ・データベースの参照や、その参照値から計算する等、合理的な推定により得られた値を記載する場合は、**「推定値」、「この表示値は、目安です。」**のいずれかの文言を含む必要があります。
- 栄養成分によって、最小表示の位が規定されています。
- 栄養成分の機能の表示や一般加工食品等に栄養強調表示をする場合、全ての栄養成分及び熱量は、分析によって表示値を得なくてはならず、強調表示したい栄養成分の量及び熱量については、必ず定められた分析方法※により得られた値とします。※基準別表第9第3欄に掲げる方法

Step4① 義務表示事項を表示する

*基準 第3条
別表第9
別記様式2◆

- 栄養成分の量及び熱量は、次に定める方法により表示します。
- 食品単位を表示します。
- 食品単位は、100g、100ml、1食分、1包装、その他の1単位のいずれかを表示する（1食分である場合、1食分の量を併記して表示する。）。
- 熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の順に
- 規定された単位で表示します。旧制度で表示していたナトリウムは、2.54を乗じた食塩相当量で表示します。
- 一定の値又は上限値及び下限値により表示します。(Step3参照)
- ・一定の値での表示 例：熱量 98kcal
- ・下限値及び上限値での表示 例：熱量 78kcal～118kcal
- 表示方法は、他の表示事項と同様です。*基準第8条
- ・邦文 ・見やすい箇所 ・8ポイント以上※ ・背景と対照的な色
- ※表示可能面積によります

(基準 別記様式2)◆

栄養成分表示 食品単位当たり	
熱量	kcal
たんぱく質	g
脂質	g
炭水化物	g
食塩相当量	g

(基準 別記様式3)◆

栄養成分表示 食品単位当たり	
熱量	kcal
たんぱく質	g
脂質	g
－ 飽和脂肪酸	g
－ n-3系脂肪酸	g
－ n-6系脂肪酸	g
コレステロール	mg
炭水化物	g
－ 糖質	g
－ 糖類	g
－ 食物繊維	g
食塩相当量	g
上記以外の その他の栄養成分 [#]	mg 又は μg

Step4② 任意表示事項も表示する場合

*基準 第3条
別表第9
別記様式3◆

任意の表示事項も表示する場合、表示しようとする栄養成分等と共に、義務表示の5項目も必ず表示します。

#その他の栄養成分

飽和脂肪酸、n-3系脂肪酸、n-6系脂肪酸、コレステロール、糖質、糖類（単糖類又は二糖類であって、糖アルコールでないものに限る。）、食物繊維、亜鉛、カリウム、カルシウム、クロム、セレン、鉄、銅、マグネシウム、マンガン、モリブデン、ヨウ素、リン、ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンA、B₁、B₂、B₆、B₁₂、C、D、E、K、葉酸

パッケージに応じてレイアウトを調整できます

例1：横に並べて表示できます。 *ガイドライン、Q&A

栄養成分表示（食品単位当たり）

熱量 kcal、たんぱく質 g、脂質 g、炭水化物 g、食塩相当量 g

例2：分割して表示できます。（右図参照）

栄養成分表示 食品単位当たり			
熱量	kcal	炭水化物	g
たんぱく質	g	－ 糖質	g
脂質	g	－ 糖類	g
－ 飽和脂肪酸	g	－ 食物繊維	g
コレステロール	mg	食塩相当量	g
		その他の 栄養成分 [#]	mg 又は μg