

# 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

第 1 版

平成 27 年 3 月

消費者庁食品表示企画課

○はじめに

食品表示法（平成 25 年法律第 70 号）は、食品衛生法（昭和 22 年法律第 233 号）、農林物資の規格化及び品質表示の適正化に関する法律（昭和 25 年法律第 175 号、以下「JAS 法」という。）及び健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）の食品の表示に関する規定を統合したもので、食品の表示に関する包括的かつ一元的な制度を創設するものです。

法律の目的が統一されたことにより、整合性の取れたルール策定が可能となったため、消費者、事業者の双方にとって分かりやすい表示を実現することができるようになりました。

また、栄養成分表示の義務化も可能となり、消費者の日々の栄養・食生活管理による健康増進への寄与にも資する制度の実現を図ることができるようになりました。

本ガイドラインは、食品関連事業者が栄養成分表示を行う上で必要とされる前提・規則・技術的手順等を分かりやすく解説するものです。

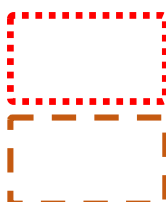
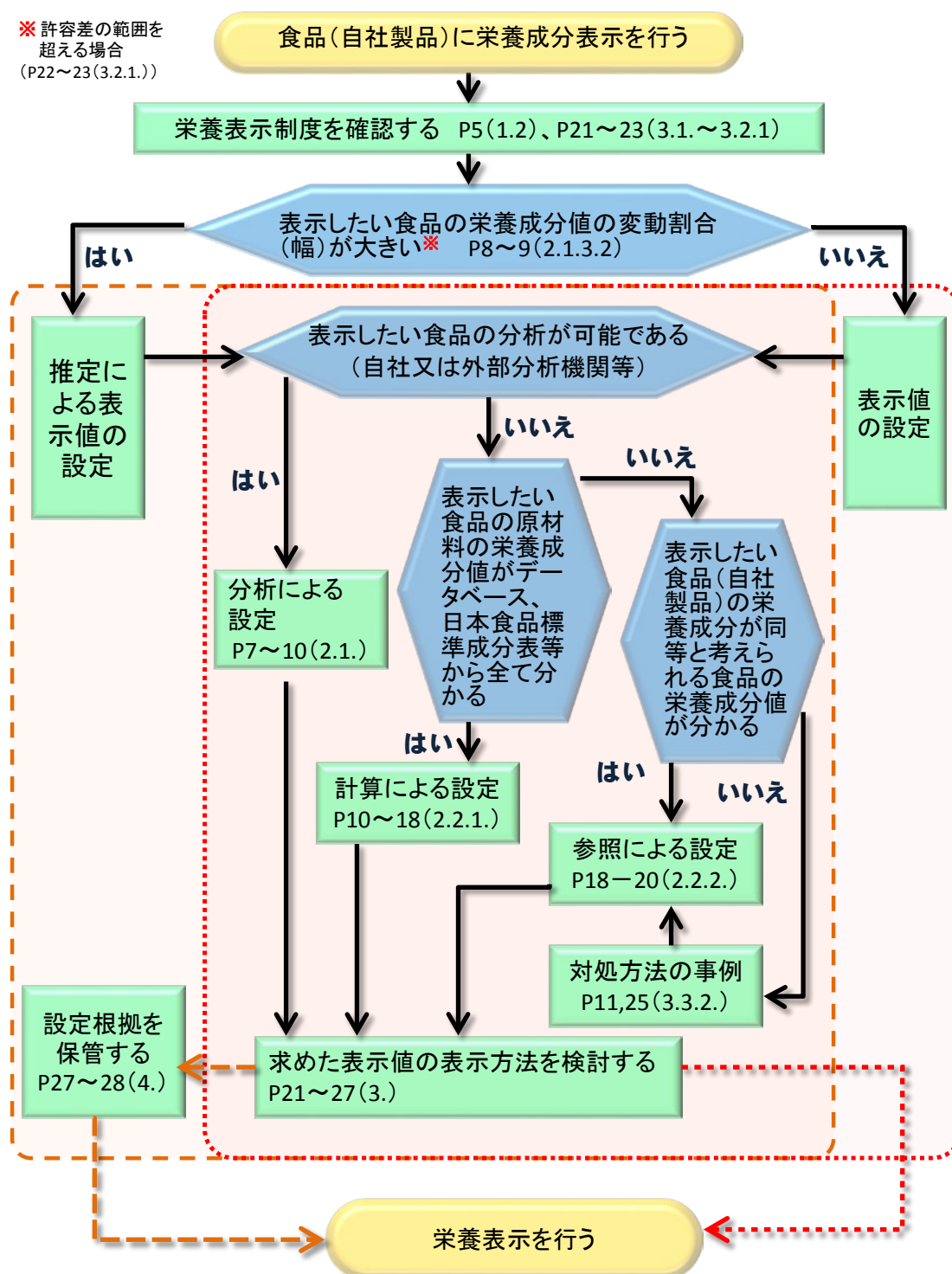
事業者の皆様におきましては、栄養成分表示が消費者の日々の栄養・食生活管理による健康増進への寄与することを踏まえ、本ガイドラインを活用し、適切な栄養成分表示に努めていただきたい。

## 栄養成分表示ガイドライン 目次

|             |                                    |    |
|-------------|------------------------------------|----|
| 1.          | 栄養成分表示制度について                       | 5  |
| 1. 1.       | 栄養成分表示とは                           | 5  |
| 1. 2.       | 栄養成分表示の基準は                         | 5  |
| 2.          | 栄養成分表示の設定方法について                    | 6  |
| 2. 1.       | 分析による栄養成分表示値の設定                    | 7  |
| 2. 1. 1.    | 基本的な考え方                            | 7  |
| 2. 1. 2.    | 分析により表示値を設定するための手順                 | 7  |
| 2. 1. 3.    | 分析により表示値を設定するために留意すべきポイントと注意点      | 8  |
| 2. 1. 3. 1. | 成分値に対する変動要因及び適切な選択                 | 8  |
| 2. 1. 3. 2. | 分析をする場合の分析機関等の要件                   | 9  |
| 2. 2.       | 分析以外の手法を基本として成分値を求める場合             | 9  |
| 2. 2. 1.    | データベース等の栄養成分値を用いて計算値として表示する場合(計算値) | 10 |
| 2. 2. 1. 1. | 基本的な考え方                            | 10 |
| 2. 2. 1. 2. | 計算値により表示値を設定するための手順                | 10 |
| 2. 2. 1. 3. | 計算値により表示値を設定する際に留意すべきポイントと注意点      | 13 |
| 2. 2. 2.    | 食品成分データベース等を参照して成分値を求める場合(参照値)     | 18 |
| 2. 2. 2. 1. | 基本的な考え方                            | 18 |
| 2. 2. 2. 2. | 参照データを用いることにより表示値を設定するための手順        | 18 |
| 2. 2. 2. 3. | 参照値により表示値を設定する際に留意すべきポイントと注意点      | 18 |
| 3.          | 栄養成分表示の表示方法について                    | 21 |
| 3. 1.       | 基本的ルール                             | 21 |
| 3. 2.       | 栄養成分の品質管理が十分なされている成分値の場合           | 22 |
| 3. 2. 1.    | 一定値を表示する場合                         | 22 |
| 3. 2. 2.    | 下限値及び上限値の幅として表示する場合                | 23 |
| 3. 3.       | 栄養成分値に表示値との差が認められると推定される場合         | 24 |
| 3. 3. 1.    | 表示値の選択方法                           | 24 |
| 3. 3. 1. 1. | 計算値を表示値とする場合                       | 24 |
| 3. 3. 1. 2. | 参照値を表示値とする場合                       | 24 |
| 3. 3. 1. 3. | 一部の栄養成分値に表示値との差が認められると推定される場合      | 25 |
| 3. 3. 1. 4. | 過去の分析結果などを参照する場合                   | 25 |
| 3. 3. 2.    | 計算値または参照値による表示が行えない場合と対処方法の事例      | 25 |

|        |                               |    |
|--------|-------------------------------|----|
| 3.3.3. | 表示上の栄養成分値を担保するものではないことの明示     | 26 |
| 3.3.4. | 表示方法                          | 27 |
| 3.3.5. | 表示例                           | 27 |
| 4.     | 栄養成分表示の設定根拠の保管について            | 27 |
| 4.1.   | 表示設定の根拠となる資料の種類               | 27 |
| 4.1.1. | 品質管理が十分に成されている成分値を基本として表示する場合 | 27 |
| 4.1.2. | 栄養成分値と表示値との差が認められると想定される場合    | 28 |
| 4.2.   | 資料の保管方法                       | 28 |
| 5.     | 経過措置                          | 28 |
| 5.1    | 加工食品及び添加物                     | 29 |
| 5.2    | 生鮮食品                          | 29 |

※ 許容差の範囲を超える場合  
(P22～23(3.2.1.))



表示した食品の栄養成分値の変動の割合が小さい場合

表示した食品の栄養成分値の変動の割合が大きい場合

## 1. 栄養成分表示制度について

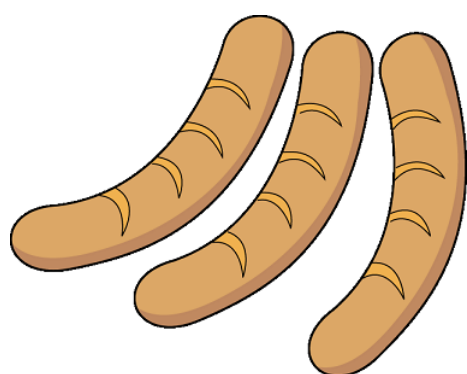
### 1.1. 栄養成分表示とは

食品表示法第4条第1項の規定に基づき、消費者が食品を安全に摂取し、自主的かつ合理的に食品を選択するために必要とされる販売の用に供する食品に関する表示の基準を定めた食品表示基準の中のひとつである。

消費者にとっては栄養成分表示を見ることを習慣化することで、適切な食品選択や栄養成分の過不足の確認等に役立てることができる。

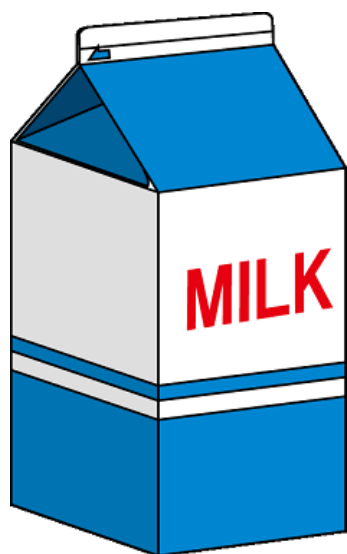
### 1.2. 栄養成分表示の基準は

食品表示基準の中に、食品に栄養成分を表示するときのルールを定めている。一般の消費者に販売する加工食品、添加物への義務表示である、熱量及びたんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム（表示するときは食塩相当量に換算すること）の栄養成分並びに任意表示である表示をしたい栄養成分の表示基準を定めている。



栄養成分表示（1本（20 g）当たり）

|       |         |
|-------|---------|
| 熱量    | 64 kcal |
| たんぱく質 | 2.6 g   |
| 脂質    | 5.7 g   |
| 炭水化物  | 0.6 g   |
| 食塩相当量 | 0.4 g   |



栄養成分表示（1本（100 g）当たり）

|       |         |
|-------|---------|
| 熱量    | 67 kcal |
| たんぱく質 | 3.3 g   |
| 脂質    | 3.8 g   |
| 炭水化物  | 4.8 g   |
| 食塩相当量 | 0.1 g   |

どのような栄養成分がどのくらい含まれているのか、食品を見ただけでは分からないが、それを分かりやすく表示したのが栄養成分表示である。

食品表示基準は、食品表示法第4条第1項に基づき、販売の用に供する食品について、栄養成分の量又は熱量に関する表示（以下、「栄養成分表示」という。）等を定めた基準である。販売の用に供する食品に栄養成分表示をする場合はもちろんのこと、栄養成分の総称（「ミネラル」、「ビタミン」等）等の表示を行う場合やその種類である栄養成分（「DHA」等）、別名やこれらの成分を示唆する表現（「プロテイン」、「オリゴ糖」等）を用いた場合にも、食品表示基準に従った表示をしなければならない。

## 2. 栄養成分表示の設定方法について

表示値を得る方法として分析値に加えて計算値、参照値又はこれらの併用値を用いることが出来る。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、表示することが可能である。

なお、本項で得た表示値を実際に表示するための手順については3.（P21～）に詳述する。

### ○分析値

分析値とは、公定法（公定法とは、食品表示基準別表第9の第3欄に掲げる方法であり、その詳細は、「食品表示基準について別添 栄養成分等の分析方法等」（平成27年3月30日消食表第139号消費者庁次長通知）に示されている。）により栄養成分を分析した値をいう。自社で分析を実施する場合と信頼できる分析機関に分析を依頼する場合がある。

また、複数回分析し、その平均値を求める場合と単回のみを分析する場合で質的な違いが出る場合がある。（P8：2.1.3.、P25：3.3.1.4.）

### ○計算値

計算値とは、公的なデータベース等から原料の栄養成分値を入手し、その食品の栄養成分を算出した値をいう。原料のデータが成分表収載食品などである場合、自社が持っている配合レシピや調理法から、計算できる。

また、原料のデータを原料の製造者から提供される場合も計算が可能となる。

### ○参照値

参照値とは、公的なデータベース等を基に表示しようとする食品と同一又は類似する食品から、栄養成分値を類推した値をいう。一般的な食品の場合適用できる可能性がある。

なお、栄養成分表示しようとする食品の過去の分析結果等を参照して表示値とする場合も参照値となる場合がある。（P25：3.3.1.4.）

## ○併用値

分析値、計算値及び参照値を併用した表示も可能であり、分析値、計算値又は参照値を基に、又は組み合わせて作成した値をいう。

### 2.1. 分析による栄養成分表示値の設定

#### 2.1.1. 基本的な考え方

栄養成分表示しようとする製品について、製造ロットごとの栄養成分表示に関する品質管理が十分に行われている場合（例えば、多頻度で分析を実施）とそうでない場合（例えば、単回のみ分析を実施）が考えられる。

分析による栄養成分等の表示値は、食品表示基準別表第9の第3欄に掲げる方法によって得られた値を用いることが一般的である<sup>1</sup>。同表の第3欄に掲げる方法の詳細は、「食品表示基準について別添 栄養成分等の分析方法等」（平成27年3月30日消食表第139号消費者庁次長通知）に示されている。

なお、分析法の変更を行う場合にはあらかじめその妥当性<sup>2</sup>について担保することが必要である。

製品ロットの栄養成分表示に関する品質管理を十分に行う場合には以下の考え方に従うことが望ましい。

#### 2.1.2. 分析により表示値を設定するための手順

2.1.3.1. に示した製品原料の個体間差、季節間差、生産地間差、生産者間差等の変動要因を把握・考慮し、そのばらつきなどの性質をあらかじめ踏まえた適切なロット数の製品（場合によっては代表サンプル<sup>3</sup>）を選択する。栄養成分は水分活性、温度、湿度の影響により変化しやすいため、分析は一定期間内に終了させることに注意を払う（予め栄養成分の安定性試験を実施したデータを踏まえて設定することが望ましい。）。

ただし、外部に委託する場合は、外部分析機関への輸送時の安定性を担保しなければならない。外部分析機関においては2.1.3.2. に示した分析に関わる能力（例えば、ISO/IEC 17025(JIS Q17025)試験所認定等）を維持し、分析を実施しなければならない。

---

<sup>1</sup> 国が実施する収去検査においては、公定法で得られた値と表示値の許容差の度合いによって許容範囲が定められている。（P22：3.2.1.）

<sup>2</sup> 分析法を変更する場合の妥当性確認に、検量線の直線性、標準品の添加回収試験による真度の確認並びに併行試験による室内再現精度の確認などがある。結果の評価については巻末に記したAOAC法による評価の目安などが参考となる。

<sup>3</sup> 製品のロット間のばらつきがある場合は、なるべく多くのロットの製品を等量混合・均質化して、代表サンプル（コンボジットサンプル）を作製して分析する方法もある。

外部分析機関は、分析を実施するものを選定する。(P9 : 2. 1. 3. 2.)

## 2. 1. 3. 分析により表示値を設定するために留意すべきポイントと注意点

### 2. 1. 3. 1. 成分値に対する変動要因及び適切な選択

例えば、単回分析の場合又は過去の分析値を用いる場合には以下に示す成分値の変動を適切に把握出来ない場合があるので注意が必要である。

#### 2. 1. 3. 1. 1. 自然要因による影響

##### 1) 植物性食品: 季節、生育環境 (地域)、成熟度合、土や肥料、種の違い等

例えば、露地栽培とハウス栽培の相違、春どりと秋どり、作型 (栽培型) 相違などにより成分量の差異がみられる場合がある。

ただし、日本食品標準成分表では、これらの相違が区別するほど大きくなければ、その食品を区別しないが、区別する例としてほうれん草の夏どりと冬どりのビタミンCがある。

その他の事例としては白菜がある。白菜の緑部分と白い部分は一定ではなく、カロテンは、白い部分には含まれていないため、緑部分が多い個体にはカロテン量が多い。

##### 2) 動物性食品: 季節、生育環境 (地域)、年齢、飼料、種の違い等

植物性食品と同様に例を示せば、生育環境が成分に及ぼす影響は、魚の天然と養殖の脂肪、熱量、脂溶性成分をみると明らかである。年齢が及ぼす影響も大きく、鶏の成鶏、若鳥、ひつじのラムとマトンの成分に現われる。飼料が及ぼす影響には、乳用肥育牛肉、輸入牛肉、和牛、魚の天然と養殖の成分の相違から明らかである (日本食品標準成分表 2010)。

種の相違の影響は、鮭の多様な品種間、豚肉の品種間、さばの品種間などから分かる (日本食品標準成分表 2010)。

季節の相違は、「旬」という言葉にあるように、食べ物は、走り、旬、なごりと呼ばれ、その食品の栄養成分量の変化が実際にあり、代表例として日本食品標準成分表 2010 では、戻りかつおと初かつおの2種類の成分値を収集している。

自然要因を考慮する場合、以上のことを踏まえ、適切な表示を行うためには、データの蓄積を図ることが望ましい。

なお、自然要因の結果、栄養成分の表示値が許容差の範囲に収まらない場合は、栄養成分の品質管理が十分ではない場合としての表示を検討することが必要である。

#### 2.1.3.1.2 人工要因による影響

製造時や製造後において、栄養成分に対して以下のような影響を考慮する。

##### 1) 製造、加工時の加熱調理等の影響

例えば、加熱調理では、塩を加えた沸騰水でゆでるとその塩は食品に吸着する。うどん（塩分 4.3%）は沸騰水でゆで、パスタ（塩分 0%）は塩を加えた沸騰水でゆでる、ゆであがった 2 つの食品の塩分量はほぼ等しくなる。水を使う加熱と使わない加熱では、成分が大きく異なる。

その他、光、酸化、酵素、微生物の有無、他の食品成分の影響等について考慮が必要である。

##### 2) 輸送と保管：経時変化、温度、保管環境、湿度湿気等

試料を製造現場から流通先に輸送する、又は外部分析機関に送付する際の温度、湿度等の環境要因は特に夏の高温、冬の低温を含めて食品中の栄養成分の変化に影響する場合がある。栄養成分表示をしようとする食品と栄養成分の組合せを踏まえて必要があれば、あらかじめ安定性試験などを実施したデータを基に保冷、保温状態などについて分解変質を防ぐ手立てを講じる。

#### 2.1.3.2. 分析をする場合の分析機関等の要件

分析機関が正しい分析結果を提出するためには、妥当性が確認された分析法により、適切に管理された標準品、試薬、機器、器具を用い、適切なトレーニングを受け、スキルのある分析者が試験を実施する必要がある。加えて、その試験機関内での精度管理がなされると共に技能試験等の外部精度管理においても、適切な結果が維持され、その状態を定期的な内部・外部監査等によって評価されることが望ましい。これらについて国際的な規格として ISO/IEC 17025（JIS Q17025）試験所認定があるので、その認定を受けた試験機関又は健康増進法に基づく登録試験機関などは要件を満たすと考えられる。

外部分析機関の選定にはインターネットでの検索が利用できる。検索条件に「分析機関」、「栄養分析」等を入力して、分析機関を選択する。分析を委託する際には先ず自社製品の栄養成分を問い合わせた後で、通常専用の依頼用紙に、必要事項を記入して分析サンプルと一緒に分析機関に送付することとなる。ビタミンなど含有量が変わる可能性がある成分の分析を委託する場合は分析機関に冷蔵又は冷凍で輸送するなどの注意が必要である。なお、分析費用は各機関に直接問い合わせることとなるが、基本 5 成分の分析を行うとして、1 件につき 20,000 円程度の費用が必要との報告がある。（第 6 回「栄養成分表示検討会（消費者庁）資料」より）

#### 2.2. 分析以外の手法を基本として成分値を求める場合

栄養成分等の含量を求める際には、栄養成分表示しようとする食品の分析値を基本とすることが望まれる。しかし、分析費用の捻出が困難、支援者がいない、分析に関する施設、技術が無い等の事情により、分析が難しい場合、合理的な推定方法に基づく「計算値」、「参照値」により栄養成分値を求めることができる。

## 2.2.1. データベース等の栄養成分値を用いて計算値として表示する場合（計算値）

### 2.2.1.1. 基本的な考え方

「計算値」とは、公的データベースなど利用可能なデータベースや分析値等信頼できるデータから得られた個々の原料の栄養成分量を用い、栄養成分表示しようとする食品の重量と調理・加工等による栄養成分の変化を加味し、各成分量を算出して合計した値である。

ただし、調理加工を行う場合、調理加工による影響の考え方等を参考として調理加工前後の重量変化率<sup>4</sup>、成分値の損耗率<sup>5</sup>等を考慮し、計算値を決定することが望ましい。

### 2.2.1.2. 計算値により表示値を設定するための手順

計算値は、以下の手順で求める。

○原料について成分値がそろわない場合には一部を分析で補うか、又はスペックについて原料メーカーに確認する。（P13：2.2.1.3.）

#### 1) 製造レシピを決定する。

①原料全てについて配合重量\*<sup>1</sup>を決める。

\*<sup>1</sup> 油や調味料等の配合量については、「適量」「大さじ〇杯」等ではなく、あらかじめ使用する量を重量で決定する。また、配合重量は、野菜の皮むき等の下処理を行う前の重量であるか、後の重量であるかを明確にする必要がある。

②調理加工の手順を決める。

③出来上がり量\*<sup>2</sup>を決める。

\*<sup>2</sup> 「出来上がり量」とは、レシピに従って作製した食品の最終的な重量をいう。

---

<sup>4</sup> 重量変化率とは水分や油などが調理加工の前後で変化することに伴い、調理前後で重量が変化する場合の比率をいう。

<sup>5</sup> 損耗率とは栄養成分が加熱、加圧、細切、混合、水分活性の上昇などによって、分解等変化をすることがあり、調理加工の前後での減少した比率をいう。

単純な組成の食品の場合は、日本食品標準成分表に記載されている重量変化率等を利用することで、出来上がり量を計算できる。複雑な組成の食品の場合、小規模調理を行い、重量変化率から出来上がり量を計算する。

$$\text{出来上がり量 (g)} = \frac{\text{原料の合計重量 (g)} \times \text{重量変化率 (\%)}}{100}$$

#### 【重量変化率について】

重量変化率は日本食品標準成分表に記載の数値を用いるか、小規模調理を行い秤量によって算出する。秤量によって算出する場合は以下の手順及び計算式に従う。

- A. 調理する前の加工食品の重量（食材、調味料、だしなど栄養計算に使うもの全て）を計る（Ag）。
- B. でき上がった加工食品の重量を計る（Bg）。
- C. 重量変化率の計算  $Bg \div Ag \times 100 = \text{重量変化率}$

④表示の際の食品単位\*<sup>3</sup>を決める。

\*<sup>3</sup> 栄養成分表示を行う際に、100 g、100 ml、1 食分、1 包装、その他の 1 単位当たりの含有量を表示するが、この 1 単位を「食品単位」という。1 食分、1 包装、その他の 1 単位を食品単位とする場合は、その具体的な重量 (g) を決める。

2) 原料ごとに成分表などのデータベース又は原料メーカーのスペック等からそれぞれの栄養成分の含有量を決定する。

3) 栄養成分含量を算出する際は、調理・加工の影響を調理加工による影響の考え方等を参考として検討する。

例えば、廃棄率や損耗率の要因も計算に加える場合がある。また、調理加工時に油で揚げる工程がある場合、吸油率に従い、使用した油の栄養成分を加味する。

油の栄養成分含量 =

$$\text{使用した油の栄養成分値} \times \left( \frac{\text{揚げた原料の合計重量 (g)} \times \text{吸油率 (\%)}}{100} \right)$$

4) 原料の栄養成分含量から、食品の全重量に対する栄養成分含量を計算する。

原料の配合重量に 2) で求めた栄養成分含量を掛け合わせ、原料毎の栄養成分含量を計算する。調理加工後の栄養成分含量のデータが得られる場合は、次式に従い調理加工後の成分量を算出する。

この際、計算ソフトなどを活用することも可能である。

調理加工後の原料の栄養成分値 =

$$\text{調理後の栄養成分含量} \times \left( \frac{\text{揚げた原料の合計重量 (g)} \times \text{吸油率 (\%)}}{100} \right) \times \left( \frac{\text{重量変化率 (\%)}}{100} \right)$$

### 【吸油率の具体例】

油の吸収率の目安

(食材 100g に対する衣材料の重量割合 (%) と吸油率の関係を以下に示した

|                     | 小麦粉 | 卵 | パン粉 | 吸油率 |
|---------------------|-----|---|-----|-----|
| 素揚げ                 | —   | — | —   | 10% |
| 唐揚げ、衣揚げ             | 5   | 5 | —   | 10% |
| 唐揚げ<br>(しょうゆ味)      | 5   | — | —   | 10% |
| 天ぷら・普通衣             | 5   | 5 | —   | 10% |
| 天ぷら・厚い衣<br>(かき揚げなど) | 8   | 8 | —   | 15% |
| フライ・普通衣             | 5   | 5 | 5   | 10% |
| フライ・厚い衣<br>(串カツなど)  | 8   | 8 | 8   | 15% |

日本栄養改善学会監修：“食事調査マニュアル はじめの一步からの実践・応用まで”、改訂 2 版、152 (2008) 南山堂

油揚げ食品を製造する場合、原料に加えて油の吸収の程度によって、脂質の成分量が大きく変化する。この場合、「ころも」として用いる成分の重量比率にも影響を受けるため、上記の表を踏まえて計算に用いることが望ましい。

- ・原料ごとの栄養成分含量を合計し、食品の全重量に対する栄養成分含量を算出する

### 5) 計算による成分値のまとめ方

以下のように計算し、栄養成分値を決定する。

$$\text{食品単位当たりの栄養成分含量} = \frac{\text{食品の全重量に対する栄養成分含量} \times \text{食品単位 (g)}}{\text{出来上がり量 (g)}}$$

### 6) <栄養成分表示の例>を以下に示す。

| 栄養成分表示 (100 g) 当たり |          | 栄養成分表示 1 箱 (74 g) 当たり |          |
|--------------------|----------|-----------------------|----------|
| 熱量                 | 130 kcal | 熱量                    | 110 kcal |
| たんぱく質              | 4.3 g    | たんぱく質                 | 1.3 g    |
| 脂質                 | 9.3 g    | 脂質                    | 0.5 g    |
| 炭水化物               | 7.7 g    | 炭水化物                  | 25 g     |
| 食塩相当量              | 1.2 g    | 食塩相当量                 | 4.6 g    |

なお、表示方法については、3. (P21～) を参照すること。

#### 2.2.1.3. 計算値により表示値を設定する際に留意すべきポイントと注意点

##### (1) 計算値として利用可能な食品成分データの条件

①以下の事例のように日本食品標準成分表、その他妥当な根拠に基づく利用可能なデータベースなどの数値を利用することが可能である。

##### 【利用可能なデータベースの事例】

###### ・日本食品標準成分表

ただし、日本食品標準成分表は最新版を利用するとともに、その数値は、あくまで標準的な成分値であり、個別の原料における栄養成分含量とは異なるため、計算によって得られた数値が実際の値とは異なることに留意する

###### ・加工用原料製造者等による原料の栄養成分表示値で、栄養成分含量の妥当性が担保されているもの

###### ・主として国外で食される原料の場合、他国の政府機関が公表している食品成分データベース

###### ・文献上の栄養成分値を用いる場合、査読付き学術雑誌に掲載されており、分析結果の妥当性<sup>6</sup>が担保されているもの

利用可能なデータベースとしては日本食品標準成分表、食品事業者による食品成分データベースで栄養成分の品質管理がなされているもの、又は海外の政府機関が公表している食品成分データベースなどがある。一方、原料の栄養成分値が品質管理されているための基準値を示すことは難しいものの、妥当性の根拠として、いつ、誰が、どのように成分値を決定したのかについてトレーサビリティが担保されているなど、社会的な検証に耐え得る必要がある。

<sup>6</sup> 妥当性が確認された分析法を用い、その施設、担当者による分析結果の妥当性について検証を得ることが望ましい。

#### 【利用不可能なデータベースの事例】

- ・ 日本食品標準成分表などのデータベースに収載されていない食品の栄養成分表示に当たり、当該データベースに収載されている類似の食品のデータを用いること<sup>7</sup>。
- ・ 加工用原料製造者による原料の栄養成分表示値で、データの妥当性についてトレーサビリティが担保されない場合
- ・ 一般的な書籍や雑誌に掲載されている食品の栄養成分情報

#### ②計算ソフト<sup>8</sup>

上記の原料の栄養成分含量として利用可能なデータベースを基とし、調理前後の重量変化率等を加味した計算が行われるものが利用可能な場合がある。

ただし、計算ソフトを利用する場合、幾つかの製品について本ガイドラインに書いてある方法により自ら計算した計算値と、ソフトが示す計算値が同じになることを検証することが望ましい。

#### (2) 調理加工による影響の考え方

食品を調理加工した場合、食品に含まれている水分の蒸発、調理に用いた水や油の吸着等により食品の重量が増減し、又は水さらしや加熱等により食品中の成分が溶出、変化するため、結果として栄養成分含量が変動する。そのため、計算値を求める際には合理的な根拠に基づき、重量変化率などの調理加工の影響を計算値に反映させることが望ましい。

大量調理、高度な加工を行う場合も、栄養成分表示値を計算により算出するためには、重量変化率などを考慮することは重要であるが、難しい場合にはモデル的な規模で調理を行い、推定することも必要となる。

なお、日本食品標準成分表には約 45 種類の食品について調理後の重量変化率及び栄養成分の損耗率のデータが示されており、活用が可能である。

---

<sup>7</sup> 例えば、あんパンの場合、あんとパンの比率（成分表ではパン 10、こしあん 7）が異なるような場合には代替食品としては用いることは妥当性があるとはいえない。

<sup>8</sup> 現在、原料の配合量から製品の栄養成分を計算するための幾つかのソフトが市販されている。ソフトによる計算方法は、大まかには本ガイドラインの計算方法と同じであり、原料の成分値と重量、重量変化率又は吸油率、損耗率、廃棄率に加えて、製造量、包装単位量などを入力すると包装単位当たり及び単位重量当たりの栄養成分の量が出力される。

<調理による栄養成分の変動に関する補正の方法例>

調理に水や油を用いると、その水や油が食品に吸収・吸着され、水分や脂質以外の栄養成分は調理前に比べ、100g当たりでは少なくなる場合がある。この操作に加熱調理を加えると、その水や油とともに栄養成分が流出し、水分や脂質以外の栄養成分をみると100g当たりでは、少なくなる場合がある。成分表ではこのような成分変化を重量変化率と呼ぶ。

調理による栄養成分の変動は、調理方法により異なる。そこで、栄養成分の変動を科学的に補正するためには、調理前の材料と、調理後の料理について、栄養成分を分析し（A：調理前の各栄養素の成分全量、B：調理後の各成分の成分全量）、それと合わせて調理前後の重量（調理前の重量C、調理後の重量D）を測定することが必要となる。このA、B、C及びDを用いると、栄養成分の変動（損耗率、損失率）を算出できる。（1）式で重量変化率、（2）式で成分変動（残存率）、（3）で成分変動（損耗率、損失率）が計算できる。計算例1に、重量及び成分の変動（損耗率、損失率）を示した。

$$\text{重量変化率(調理による残存重量率)} = D/C \times 100 \dots \dots (1) \text{式}$$

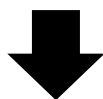
$$\text{成分変動(残存率)} = B/A \times 100 \dots \dots (2) \text{式}$$

$$\text{成分変動(損耗率, 損失率)} = 100 - (B/A \times 100) \dots \dots (3) \text{式}$$

[損耗率]

計算例1. 栄養成分の変動（損耗率、損失率）

| 食 材 料              | 生（調理する前）       |
|--------------------|----------------|
| 重量（合計重量）           | 100g           |
| ビタミンB <sub>1</sub> | 50 μg/100g 当たり |



| 食 材 料              | 調理した後          |
|--------------------|----------------|
| 重量（合計重量）           | 80g            |
| ビタミンB <sub>1</sub> | 30 μg/100g 当たり |

重量変化率（調理による残存重量率）

$$\frac{80\text{g}}{100\text{g}} \times 100 = 80\%$$

ビタミンB<sub>1</sub>の  
成分変動率（調理による残存重量率）

$$\frac{30\mu\text{g}}{50\mu\text{g}} \times 100 = 60\%$$

ビタミンB<sub>1</sub>の  
成分変動率（調理による損耗率・損失率）

$$100 - \left( \frac{30\mu\text{g}}{50\mu\text{g}} \times 100 \right) = 40\%$$

この計算を各成分別に行うと、各成分の変動（損耗率）が算出できることとなる。

## ★実際の栄養計算

### 手順 1

日本食品標準成分表2010の成分値を用いて栄養計算を行う事例を考えてみる。

例えば、おでんは、だいこんゆで、にんじんゆでなどの成分値を使う。計算を（４）式に、事例を計算例２に、示す。

調理加工後の原料の栄養成分量 =

$$\text{調理後の栄養成分値} \times \left( \frac{\text{調理前の可食部重量 (g)}}{100} \right) \times \left( \frac{\text{重量変化率 (\%)}}{100} \right) \cdots (4) \text{式}$$

### 計算例 2. だいこんとにんじんをゆでた場合

使う材料

|      | 生の重量 |
|------|------|
| だいこん | 60g  |
| にんじん | 50g  |

日本食品標準成分表 2010

|         | ビタミンC       | 重量変化率 |
|---------|-------------|-------|
| だいこん・ゆで | 9mg/100g当たり | 86%   |
| にんじん・ゆで | 2mg/100g当たり | 87%   |

だいこんを料理した後のビタミンC量

$$9\text{mg} \times \frac{60\text{g}}{100\text{g}} \times \frac{86\%}{100} = 4.64 \approx 5\text{mg}$$

だいこん 60g のときのビタミンC 量を求める

だいこん 60g を料理した後の重量を考慮する。

にんじんを料理した後のビタミンC量

$$2\text{mg} \times \frac{50\text{g}}{100\text{g}} \times \frac{87\%}{100} = 0.87 \approx 1\text{mg}$$

にんじん 50g のときのビタミンC 量を求める

にんじん 50g を料理した後の重量を考慮する。

この計算を各成分別に行うと、各成分の調理後の値が算出できる。

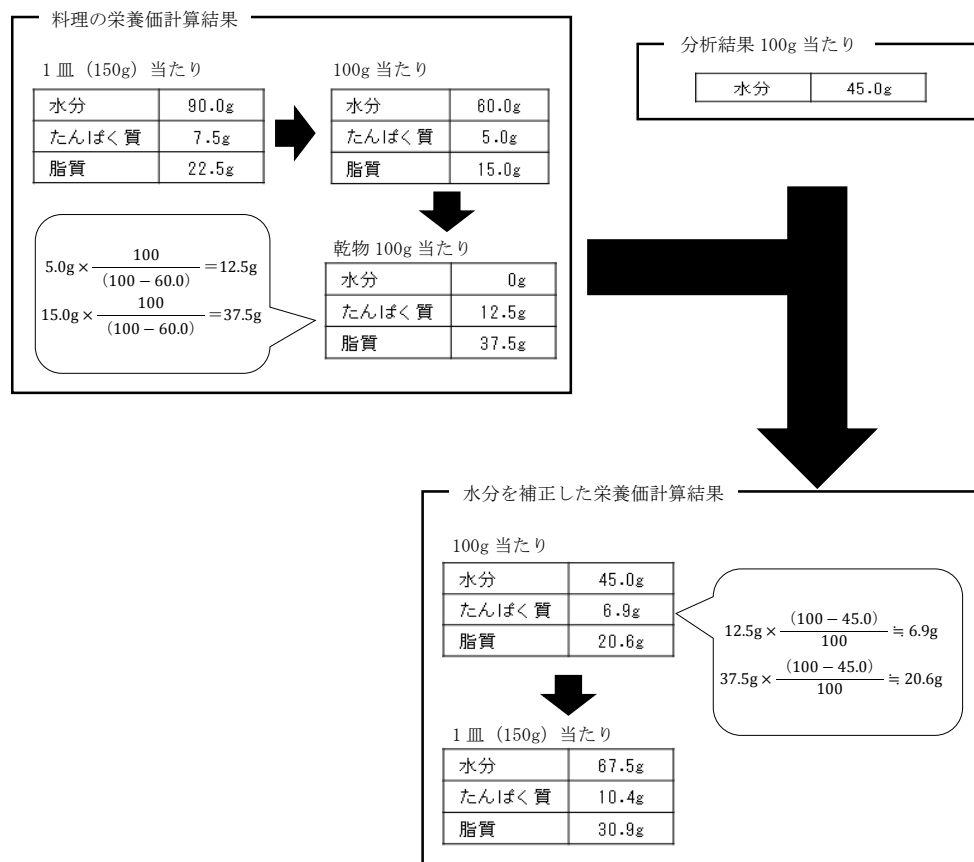
なお、調理による成分変化を考慮した栄養価計算のために成分表\*を用いると、生の食材の重量を用いて、計算例 2 の計算ができる。

\*佐藤裕美、渡邊智子、山口美穂子他：調理による成分変化を考慮した栄養価計算のための成分表：五訂増補成分表収載食品について、千葉県立衛生短期大学紀要、24. 2、 57-67（2008）

## 手順 2

最後に、調理後の食品の水分量を分析する。この水分量を栄養計算から得た調理後の水分量に置き換え、他の栄養成分量を算出し直すと、栄養成分変動を考慮した栄養成分値になる。計算例 3 に事例を示した。

### 計算例 3. 水分分析値で水分量を補正した栄養計算



#### 【計算時に特に注意すべき点】

- ・日本食品標準成分表を使用する場合は、これに収載されている成分値は可食部 100 g 当たりの栄養成分であるので、下処理前の重量で材料の配合量を決めている場合は廃棄率を考慮すること。
- ・日本食品標準成分表には標準的な食品の廃棄率が記載されているが、例えば、動物は、頭の割合が成長に伴い小さくなることや、にんじん等の根菜は、皮を剥く厚みにより廃棄率が左右されることなどから、日本食品標準成分表の値を使う場合はこのことに留意する必要がある。したがって加工食品の廃棄率は自社の値を算出することが望ましい。

【計算値による表示を行う際に注意が必要な事例】

- ・原料の中に、栄養成分含量が利用可能なデータベースに収載されていないデータが含まれる場合
- ・調味料等の量を味見等により調整しており、添加重量が不確定の原料が含まれている場合
- ・重量以外で配合量が示された原料（個数やカップ〇杯等）を含む場合

2.2.2. 食品成分データベース等を参照して成分値を求める場合（参照値）

2.2.2.1. 基本的な考え方

「参照値」とは、分析値又は計算値を用いることができない場合、公的な栄養成分データベース等を基に表示しようとする食品と同一又は類似する食品から、その食品の栄養成分値を類推した値である。農水産物一次加工品や一般的な加工食品の場合に適用できる可能性がある。

ただし、参照値を用いて栄養成分表示をする場合、以下の条件が必要となる。

- ・参照に利用するデータベースは、主に分析によって得られたデータを基本として構築する必要がある。
- ・配合重量表、レシピ等の類似したものを原則とする。

なお、栄養成分表示しようとする食品の過去の分析結果等を参照して表示値とする場合、参照値として取り扱うことが望ましい<sup>9</sup>。

2.2.2.2. 参照データを用いることにより表示値を設定するための手順

成分表、海外などの公的なデータベース、業界団体等が作成したデータベース、又は文献値を用いて参照値となるべき数値を検討する。

この際、「参照可能な食品の範囲」の条件（P18～20：2.2.2.3.）に従い、適用の可否判断の目安とする。

2.2.2.3. 参照値により表示値を設定する際に留意すべきポイントと注意点

1) 利用可能な食品成分データベース等の条件

主に分析による実測値や分析に基づく計算値等により作成されており、分析・サンプリング方法に関する情報や配合重量表、レシピ等を有していることが必要である。また、定期的に適切なメンテナンスが行なわれていること。データベース等は一般公開されている必要はないが、非公開のデータベース等を利用する場合、行政の求めに応じてその詳細を開示可能であることが必要となる。

---

<sup>9</sup> 参照値として過去の同一食品について分析したデータを利用する場合、消費期限内に実施された分析データを使用する。

#### 【利用可能な事例】

- ・ 日本食品標準成分表

成分表は最新版を利用するとともに、その数値はあくまで標準的な成分であり、表示対象となる食品の実際の成分値とは異なることに留意する必要がある

- ・ 要件を満たした食品事業者団体が会員向けに作成したデータベース

#### 【利用不可能な事例】

- ・ 収載値の根拠の記載がなく、適切な方法により作成されているか不明な場合

#### 2) 参照可能な食品の範囲

栄養成分表示しようとする食品と類似性が高い食品に限り、データベースの参照<sup>10</sup>が可能である。以下のような場合は、類似性が高い食品とはみなさず、参照値を表示することができないので注意が必要である。参照可能な食品がなかった場合は、計算又は分析による表示を検討することとなる。

#### 【参照不可能な事例】

次に示すような調理加工食品について成分表のデータを用いる場合、食品カテゴリーと表示しようとする食品との類似性を吟味することが不可欠である。仮に異なる場合にも表示を行う場合には合理性を補完する裏付けが必要となる。

##### ○事例1 冷凍コロッケに参照値を記載する場合

- ・ 日本食品標準成分表の「コロッケ、ポテトタイプ、フライ用、冷凍」の数値を具材等の有無にかかわらず参照値とすること。
- ・ 日本食品標準成分表の「コロッケ、ポテトタイプ、フライ用、冷凍」の数値をクリームタイプなどのポテトタイプではないコロッケについて参照値として記載すること。
- ・ 栄養成分表示しようとするコロッケと主原料種別、具材の種類等が類似した他社のコロッケの表示値を参照値として用いること<sup>11</sup>。

---

<sup>10</sup> 栄養成分表示しようとする食品と類似性が高い食品については厳密に定義することは困難である。そのため、参照不可能な事例を踏まえて自社で製造する食品との食品の類似性について合理的な説明が出来ることが必要である。

<sup>11</sup> 合理的根拠についてのトレーサビリティが担保されないことからの事例であり、相手先との関係性の中でこの点が担保されている場合にはこの限りではない。

○事例２ 日本食品標準成分表の「あんパン」の数値を参照値として記載する場合<sup>12</sup>

日本食品標準成分表「あんパン」の組成は、「部分割合がパン 10、こしあん 7」であるが、

- ・部分割合がパン 10、つぶしあん 7 のあんパン（あんの種類が違う。）。
- ・部分割合がパン 5、こしあん 7 の薄皮あんパン（部分割合が違う。）。
- ・部分割合がパン 10、こしあん 7 の揚げあんパン（調理法が違う。）。
- ・部分割合がパン 10、こしあん 7 の蒸しあんパン（調理法が違う。）。
- ・部分割合がパン 10、こしあん 7 のよもぎあんパン（添加物がある。）。

○事例３ 日本食品標準成分表の「ポテトチップス」の数値を参照値として記載する場合<sup>13</sup>

- ・ポテトチップス コンソメ味（商品名からは栄養成分の多寡が予想できない。）
- ・ポテトチップス うす塩味（ナトリウムが少ないと予想される。）
- ・ポテトチップス 濃厚ソース焼きそば味（ナトリウムが多いと予想される。）
- ・ノンフライポテトチップス（脂質が低いと予想される。）
- ・サツマチップス（ジャガイモではない。）
- ・ニンジンチップス（ジャガイモではない。）

---

<sup>12</sup> あげパンで吸油率を考慮、蒸しパンで調理による成分変動を考慮、よもぎあんパンで添加物の成分を追加する等合理的な根拠を踏まえた使用を否定するものではない。

<sup>13</sup> ここでも、例えば、うす塩味や濃厚ソース焼きそば味でナトリウムを分析値を用いる等合理的な根拠による補足を行って参照することは可能である。

### 3. 栄養成分表示の表示方法について

#### 3.1 基本的ルール

栄養成分表示で表示すべき項目の順序及び単位並びに食品の単位は以下に従う。

<表示項目と（単位）>

- ① 熱量 (kcal)
- ② たんぱく質 (g)
- ③ 脂質 (g)
- ④ 炭水化物 (g)
- ⑤ 食塩相当量<sup>14</sup> (g。ただし、ナトリウム塩を添加していない食品にのみ、ナトリウムの量を併記することができる。その場合、mg (1,000 mg 以上の場合は g 表示可) とする。)

<表示する食品単位>

加工食品等に表示する場合の食品ごとの単位が決められており、以下の単位ごとの栄養成分値を日本語で表示する。

100 g 若しくは 100 ml 又は 1 食分、1 包装、その他の 1 単位等。

ただし、栄養成分表示しようとする食品単位が 1 食分である場合にあっては、栄養成分表示しようとする 1 食分の量を（重量又は容量で）で示す。

表示例：

| 栄養成分表示（1 食（125 g）当たり） |         |
|-----------------------|---------|
| 熱量                    | 64 kcal |
| たんぱく質                 | 1.4 g   |
| 脂質                    | 1.7 g   |
| 炭水化物                  | 10.4 g  |
| 食塩相当量                 | 1.4 g   |

本ガイドラインで製品ロットの品質管理が十分になされているとは、賞味（消費）期限内において、表示値と実際の含有量（公定法による分析値）の許容差が基準となる許容範囲内に収まるように管理がなされていることをいう。これらの判断は事業者任せられるが、原料にばらつきがあることはもとより、調理、加工等による成分値の変動を確認することが望ましい。例えば、保存試験などによって定期的に分析を実施することでバックデータを担保するなど合理的根拠を維持することが可能となる。

<sup>14</sup> ナトリウムの量に 2.54 を乗じた値を食塩相当量として表示すること。

### 3.2. 栄養成分に関する品質管理が十分になされている成分値の場合

主に分析に基づく値のように栄養成分等のばらつきを把握し、かつ栄養成分表示しようとするロットの成分値について妥当なデータを維持している場合が該当するものと考えられる。

一方、例えば原料の成分値が全て分析値等の妥当な結果として得られており、かつ、調理加工による損耗率の要因を合理的に加味したレシピによる計算値が得られていて、妥当なデータを維持していると考えられる場合には栄養成分等の品質管理が十分とみなせる場合もある。

なお、表示は一定の値又は下限値及び上限値の幅で行う。

#### 3.2.1. 一定値を表示する場合

- ・品質管理がなされている栄養成分の含有量等を一定値で表示することは、全ての製品が、賞味（消費）期限内のいかなる時点においても、分析値に対する表示値の比率が定められた許容差の範囲内の栄養成分を含有していることを意味する
- ・特定ロット又は製造時の分析に基づき表示を行う場合は、分析値と製品中の栄養成分含有量が異なる場合があるので注意が必要である
- ・栄養成分ごとに一定値による表示と、幅による表示（P23：3.2.2.）を併用することも可能である

国等が実施する収去検査では公定法による分析値と表示値を以下の式で得られる許容差の範囲に基づき判断がなされる（許容範囲は次頁参照）。

$$\text{許容差の範囲（\%）} = \text{表示値} \div \text{収去検査による分析値} \times 100 - 100$$

幅表示の場合は、分析値が幅表示の範囲にあることが必要となる。

#### 【表示の単位について】

栄養成分等の含有量の表示単位は次の通りとする。

##### 栄養成分の表示単位

|               |                                                                                      |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 熱量            | kcal（又はキロカロリー）                                                                       |
| たんぱく質、脂質、炭水化物 | g（又はグラム）                                                                             |
| 食塩相当量         | g（又はグラム）[ただし、ナトリウム塩を添加していない食品にのみ、ナトリウムの量を併記することができる。その場合、1,000mg 以上であれば、g（グラム）でも良い。] |

### 【許容差の範囲について】

栄養成分表示の妥当性は公定法による分析により確認され、表示値に対する分析値の比率が許容差の範囲外であった場合、食品表示基準違反となる。

$$\text{許容差 (\%)} = \text{分析値} \div \text{表示値} \times 100 - 100$$

#### 許容差の範囲

|                        |             |
|------------------------|-------------|
| 熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム | -20 %～+20 % |
|------------------------|-------------|

#### 低含量食品の場合の許容差の範囲（100 g 当たり又は 100 ml 当たり）

| 栄養成分等         | 該当する含有量    | 許容差の範囲          |
|---------------|------------|-----------------|
| 熱量            | 25 kcal 未満 | -5 kcal～+5 kcal |
| たんぱく質、脂質、炭水化物 | 2.5 g 未満   | -0.5 g～+0.5 g   |
| ナトリウム         | 25 mg 未満   | -5 mg～ +5 mg    |

主要栄養成分の許容差の範囲は表示値の±20%であるが、含有量が極めて少ない製品の場合、ほんのわずかな成分の変動であっても、この範囲から外れてしまうこととなる。

食品表示基準では、主要栄養成分の含量が極めて少ない食品には、実際の含有量にかかわらず含量を 0 と表示することを認めている。

そこで、表示値と分析値の許容差は 0（ゼロ）表示が認められるほど小さい場合、許容差の範囲を±20%より大きくし、0（ゼロ）表示可能な範囲内の許容差であれば良いことになっている。具体的には、100 g 当たり又は 100 ml 当たり、熱量 25 kcal、たんぱく質 2.5 g、脂質 2.5 g、炭水化物 2.5 g、糖質 2.5 g、ナトリウム 25 mg 以下の低含量食品で、許容差の範囲が大きくなり、熱量±5 kcal、たんぱく質・脂質・炭水化物・糖質・糖類±0.5 g、ナトリウム・コレステロール±5 mg、飽和脂肪酸±0.1 g となる。

#### 3.2.2. 下限値及び上限値の幅として表示する場合

- ・栄養成分表示しようとするロットの品質管理が十分に行なわれた成分値として、栄養成分の含有量等を下限及び上限値の幅で記載する場合、全ての製品が、賞味（消費）期限内のいかなる時点においても、栄養成分の含有量等が下限値と上限値の間にある必要がある。なお、栄養成分ごとに一定値による表示と、幅による表示を併用しても良い
- ・栄養成分の含有量等を一定値表示における許容差の範囲内に収めることが困難な場合で、下記の新たな許容範囲拡大の枠組（ただし書を含む。）を選択することが難しい場合、下限及び上限値の幅としての表示は選択肢となり得る

ただし、一定値の場合と同様に栄養成分表示の妥当性は収去検査等により確認され、表示値が分析値の下限値未満又は上限値超だと食品表示基準違反となる

上限値及び下限値の幅として表示する場合、幅自体の範囲について細則はない。ただし、消費者に適切な情報を提供するとの観点から、その幅は水産製品中の脂質など科学的な裏付けがある場合を除いて常識的な範囲を考慮する必要がある、消費者を混乱させるような幅での表示は許されないので、注意が必要である。

### 3.3. 栄養成分値に表示値との差が認められると推定される場合

表示値とおりの栄養成分含量となるように製品を品質管理することが困難な場合、合理的な推定方法に基づく「この表示値は目安です」、「推定値」を明示し、かつ、そのことを適切な表現で示した上で表示することができる。

この場合、表示値設定根拠を保管し、行政からの求めに応じて開示することが必要となる。(P27～28：4.)

#### 3.3.1. 表示値の選択方法

##### 3.3.1.1. 計算値を表示値とする場合

以下の要件を満たす製品の場合、計算値による表示を行うことができる。

- ・原料について配合量が重量で記載されたレシピに基づき作成されていること。
- ・原料について、その栄養成分等の含有量を示す妥当な根拠が存在すること<sup>15</sup>。
- ・調理加工前後における重量変化率を検討していること。

##### 3.3.1.2. 参照値を表示値とする場合

以下の場合、参照値による表示を行うことができる。

- ・合理的な推定方法に基づき、栄養成分表示しようとする食品と類似性が高い食品の栄養成分含量を食品成分データベース等から参照する場合

ただし、2.2.2. に示した利用可能な食品成分データベース等の条件及び参照可能な食品の範囲を満たす必要がある。

- ・分析値であっても、例えば同一食品について過去に得られた値の場合や弁当惣菜などばらつきが大きな食品について単回のみ分析値の場合には参照値とし

<sup>15</sup> 用いる値の引用先となるデータベースや原料のスペックなどに妥当性の根拠が必要となる。

での表示がなされる場合がある。

ただし、この場合、3.3.1.4. に示す要件を満たす必要がある。

#### 3.3.1.3. 一部の栄養成分値に表示値との差が認められると推定される場合

栄養成分の品質管理が十分になされている表示といえないことから、「栄養成分の品質管理が十分ではない」ことの明示する必要がある。明示がなされていない場合、表示値が収去検査等における分析値の許容差の範囲を逸脱した場合、食品表示基準違反となるため注意が必要である。

#### 3.3.1.4. 過去の分析結果などを参照する場合

過去に分析により栄養成分表示しようとする食品の栄養成分値が得られている場合や個体差や季節間差が著しく単回の分析値ではその成分値を担保できないような場合には参照値に準拠して表示をすることができる。

#### 【栄養成分の品質管理が十分になされている表示との違い】

栄養成分の品質管理が十分になされている表示を行う場合、事業者は、賞味（消費）期限を通して栄養成分表示しようとする食品が表示値とおりの栄養成分を有していることを保証する必要がある。

一方、分析値が単回のみの場合や過去の値の場合で、栄養成分表示しようとする食品が摂取される時点における栄養成分値を保証できない場合、成分値に表示値との差が認められる旨の表示を行うことが望ましい。

#### 【分析に基づく参照値を表示するための要件】

- ・原料の種類及び配合重量比が同一であり、調理加工の手順が同一である食品の分析値であること。
- ・過去の場合であっても、賞味（消費）期限内に実施された分析値であること。
- ・参照値の根拠となる分析結果成績書、原料の種類及び配合重量比、調理加工過程等を文書で保管し、行政の求めに応じて開示が可能なこと。

#### 3.3.2. 計算値又は参照値による表示が行えない場合と対処方法の事例

- ##### 3.3.2.1. 原料に地方特産品等の特殊な栄養成分が含まれており、利用可能なデータベースがないため計算値による表示が行えない場合
- 対処方法の例：分析に基づく参照値を表示する。

- 3.3.2.2. 原料に栄養成分含量が不明な加工原料等の中間食品が含まれるため計算値による表示が行えない場合

対処方法の例：分析に基づく参照値を表示する。

- 3.3.2.3. 栄養成分表示しようとする食品と類似性が高い食品の栄養成分含量を収載したデータベースがないため参照値による表示が行えない場合

対処方法の例：食品事業者団体等で協力してデータベースを作成する。又は、分析に基づく参照値を表示する。

- 3.3.2.4. 早いサイクルで新商品を製造して販売するため、分析に基づく参照値を表示することが困難な場合

対処方法の例：原料をデータベースから栄養成分含量の利用が可能なものに限定し、計算値を表示する。

なお、極めて短期間（3 日以内）で原材料が変更されるものは、栄養成分表示の省略が認められている。

- 3.3.2.5. 事業規模が小さく、参照値を表示するための分析を行う費用を捻出することが困難な場合

対処方法の例：原料をデータベースから栄養成分含量の利用が可能なものに限定し、計算値を表示する。

なお、消費税法第 9 条に規定する小規模事業者（課税期間の基準期間における課税売上高が 1,000 万円以下の事業者）は、栄養成分表示の省略が認められている。また、当分の間は、おおむね常時使用する従業員の数が 20 人（商業又はサービス業に属する事業を主たる事業として営む者については、5 人）以下の事業者についても省略を認める。

- 3.3.3. 表示上の栄養成分値を担保するものではないことの明示

成分値に表示値との差が認められると思われる場合、計算値又は参照値である旨等を表示することが望ましい。

【分析値ではないことの明示例】

- ・ 数値は日本食品標準成分表を用いた計算値であり、この商品そのものの分析値ではありません。
- ・ 数値は〇〇協会データベースの類似食品の参照値であり、分析値とは異なる場合があります。
- ・ 数値は過去の分析結果の参照値であり、栄養成分表示しようとする食品の栄養

成分含量とは異なる場合があります。

【一部が分析値ではないことの明示例】

- ・食塩相当量の表示値は日本標準成分表を用いた計算値であり、栄養成分表示しようとする食品のナトリウム含量とは異なる場合があります。

### 3.3.4. 表示方法

成分値に表示値との差が認められると推定される場合、その含有量は一定値で記載しなくてはならない。下限及び上限値の幅として表示することは認められていないので注意が必要である。

【表示を行う順番と単位について】

栄養成分の品質管理が十分に行なわれている成分値を表示する場合と同一である。

【許容差の範囲について】

成分値に表示値との差が認められることを記載した場合、必要に応じて、行政から表示設定の根拠とした資料の開示が求められ、その妥当性が判断される。

### 3.3.5. 表示例

| 栄養成分表示 （1 本（350 g）当たり） |          |
|------------------------|----------|
| 熱量                     | 150 kcal |
| たんぱく質                  | 1.8 g    |
| 脂質                     | 0.4 g    |
| 炭水化物                   | 35 g     |
| 食塩相当量                  | 0.01 g   |
| この表示値は、目安です。           |          |

| 栄養成分表示 （100 ml 当たり）         |          |
|-----------------------------|----------|
| 熱量                          | 150 kcal |
| たんぱく質                       | 1.8 g    |
| 脂質                          | 0.4 g    |
| 炭水化物                        | 35 g     |
| 食塩相当量                       | 0.01 g   |
| 数値は日本食品標準成分表を用いて計算した、推定値です。 |          |

## 4. 栄養成分表示の設定根拠の保管について

### 4.1. 表示設定の根拠となる資料の種類

#### 4.1.1. 栄養成分の品質管理が十分になされている表示の場合

表示値が収去検査等において得られた分析値の許容差の範囲内であれば、その設定根拠は問われないが、以下の書類を作成し、保管することが望ましい。

- ・賞味（消費）期限内の栄養成分等の変動を把握するための根拠資料（個体差、季節間差などを含めて分析試験成績書など分析試験関連資料など）
- ・表示された栄養成分等の含有量を担保するための栄養成分の品質管理の方法に関する資料

計算値を表示する場合は、以下の資料を含む。

- ・採用した計算方法、引用したデータベースの名称
- ・原料について配合量が重量で記載されたレシピ
- ・原料について、その栄養成分等の含有量を示す妥当な根拠に基づくデータ
- ・調理加工前後における重量変化率に関するデータ

#### 4.1.2. 栄養成分値と表示値との差が認められると想定される場合

成分値に表示値との差が認められることが想定される場合、以下の書類を作成、保管し、行政の求めに応じて開示する必要がある。

##### 【計算値を表示する場合】

- ・原料の配合表及び調理加工工程表
- ・原料の栄養成分及び利用したデータベースの種類に関する資料
- ・栄養成分計算に関する資料

##### 【食品成分データベースに基づく参照値を表示する場合】

- ・参照したデータベースに関する資料
- ・参照した食品と栄養成分表示しようとする食品の類似性に関する資料

##### 【過去の分析や単回の分析に基づく参照値を表示する場合】

- ・原料の配合表及び調理加工工程表
- ・分析試験成績書
- ・過去の分析値や単回の分析値を参照可能であることを示す資料

#### 4.2 資料の保管方法

表示設定の根拠となる資料は、その資料を基に表示が行われる全期間に渡って、適切に保管されている必要がある。販売を終了する製品については、最後に製造した製品の賞味（消費）期限が終了するまで、資料を保管すること。

#### 5. 経過措置

#### 5.1 加工食品及び添加物

平成 32 年 3 月 31 日までに製造され、加工され又は輸入される加工食品及び添加物並びに同日までに販売される業務用加工食品及び業務用添加物の表示については、従前の例によることができる。

#### 5.2 生鮮食品

平成 28 年 9 月 30 日までに販売される生鮮食品の表示については、従前の例によることができる。