

食品表示法に基づく

栄養成分表示の

作成手引き

平成 30 年 9 月

岐阜県健康福祉部生活衛生課

公益社団法人岐阜県栄養士会

目 次

1 はじめに

- (1) 栄養成分表示の義務化 1
- (2) 栄養成分表示の必要性 2

2 栄養成分表示の基本

- (1) 栄養成分表示の対象 4
- (2) 義務表示の特例 4
- (3) 栄養成分表示の省略 5
- (4) 表示する栄養成分等 7
- (5) 表示の方法 8

3 栄養成分表示の作成

- (1) 栄養成分表示の設定方法 10
- (2) 栄養成分表示値の求め方 11
- (3) 栄養成分の表示 12

4 演習

- (1) 表示する値の設定（確認） 24
- (2) 計算等により値を求める方法 24
- (3) 「食品成分表」の使い方 26
- (4) データベース等から得られた個々の原材料の値から計算をして
表示値を求める方法 27

具体例① 焼き鮭おにぎり	- 1個ずつ作り、加熱調理をしないもの	27
具体例② 草餅	- まとめて作って、1個当たりを算出するもの	32
具体例③ 五目炊き込みご飯	- 廃棄率や重量変化率を考慮するもの	37

5 問い合わせ先一覧 43

6 参考 43

ワンポイント

エネルギーや栄養素の働き	3
栄養成分表示を見たことがある岐阜県民の割合は？	13
栄養成分表示を参考にしている岐阜県民の割合は？	16
岐阜県民が意識している栄養成分は？	18
消費者が栄養成分表示を確認する理由は？	31
食生活習慣に関する岐阜県の状況	36