

食品表示に関する責任は事業者の皆様にあることをご理解の上、表示を作成してください。

高知県 食品表示セルフチェックシート(栄養成分表示編)

適切に表示できているか確認のうえ、☒をお願いします。

ページ番号は消費者庁作成「＜事業者向け＞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※」の該当ページを記載しています。チェックシート利用時はこちらをご参照ください。

※**＜事業者向け＞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**

https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/nutrient_declaration/business/assets/food_labeling_cms206_250403_12.pdf

【栄養成分表示】

☐「栄養成分表示」と表示できているか。[p22](#)

☐食品単位(100g 当たり、100ml 当たり、1食分(量を併記)、その他の1単位のいずれか)が表示できているか。[p22](#)

※1食分(量を併記)の例→1食分(350g)当たり、1食分(250ml)当たり

☐熱量(エネルギー)、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量が表示できているか。[p22](#)

※順番もこのとおり

☐ナトリウム量(mg)を、食塩相当量(g)に換算して表示できているか。

※＜換算式＞ナトリウム(mg)×2.54÷1000＝食塩相当量(g)

☐食塩相当量(g)の表示値は、小数第1位まで表示できているか。[p26](#)

※食品 100g 当たりのナトリウム量が 5mg 以上の場合は、有効数字1桁以上の表示が必要

☐栄養成分の単位は正確に表示できているか。[p22, 45～47](#)

※熱量 kcal、たんぱく質 g、脂質 g、炭水化物 g、食塩相当量 g

☐合理的な推定により得られた表示値であることを表す場合、「推定値」又は「この表示値は、目安です。」のいずれかを含む文言が表示できているか。[p35](#)

☐文字の大きさは、日本産業規格 Z8305 に規定する8ポイント(約 2.8mm)以上であるか。[p30](#)

※表示可能面積が 150 cm²以下の場合には 5.5 ポイント以上

☐栄養強調表示(高○○、□□たっぷり、△△ゼロ等)をする場合は、基準(食品表示基準別表第 12 及び 13)を満たしているか。[p10～16, 51, 52](#)

・その他、表示方法の詳細について [p22～31](#)

・食品表示基準に規定される栄養成分及び熱量
(食品表示基準別表第9)[p2, 45～47](#)

・加工食品・生鮮食品・添加物における栄養成分表示の規定 [p3～9](#)

・栄養成分表示を省略できる場合又は要さない場合について [p4～6](#)

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

※このチェック項目は、栄養成分表示すべてのルールを網羅しているものではありません。

消費者庁作成「＜事業者向け＞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」等を参考に、その他の内容、法令等も併せてご確認ください。

食品表示に関する責任は事業者の皆様にあることをご理解の上、表示を作成してください。