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もご参照ください。

※＜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（第6版）
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/nutrient_declearation/business/assets/food_labeling_cms206_261001_01.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。**p26
※≪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 ㎠以下の場合は 5.5 ポイント以上

□**栄養強調表示（高〇〇、□□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。