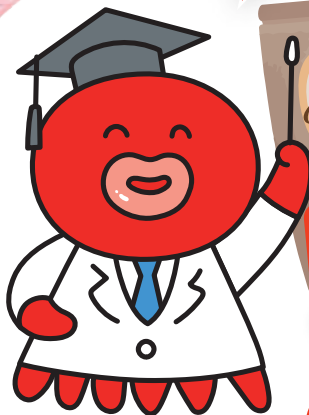


パッケージの裏にある
自己紹介(表示)を見て
食品のことを
よく知みましょう！



墨田区の食品衛生キャラクター
すみだこ

発見！ 食べ物の 自己紹介！

食品が入っている袋やパッケージには、原材料、栄養成分などの詳しい
「食品の自己紹介」= 食品表示が記載されています。

名称	焼菓子
1 原材料名	小麦粉(国内製造)、砂糖、マーガリン、2 チョコレートチップ(乳成分を含む)、卵、食塩／ 乳化剤、香料、カラメル色素、膨張剤
内容量	100g
3 賞味期限	20XX 年 4 月 30 日
保存方法	直射日光・高温多湿を避けて保存してください。
製造者	△△株式会社 東京都墨田区 ××-××

栄養成分表示(100gあたり)

エネルギー	475kcal
たんぱく質	5.1g
脂質	23.0g
炭水化物	62.0g
食塩相当量	0.2g

ナトリウムは食塩相当量で表示されます！

① 原材料名

原材料と添加物を明確に区分し、
それぞれに占める

重量割合の高いものから
順番に記載されています。



② アレルゲン

アレルギーの原因となり得る食品が入っているかが記載
されています。

少しでもアレルゲン混入の可能性がある場合には、注意喚起表示
が記載されている場合があります。

例：「この工場では、えびを使用した製品も製造しています。」

表示の義務があるもの



③ 期限表示と保存方法

未開封の状態、記載された方法により保存した場合の
安全やおいしさを約束する期間です。

一度開封した食品は、表示された期限に
かかわらず、早めに食べましょう！

消費 期限

安全に食べられる期限
例：おにぎり、生菓子など

賞味 期限

品質が保たれ、おいしく食べられる期限
例：チョコレート、缶詰、カップラーメンなど

④ 栄養成分表示

エネルギーや栄養素がどのくらいあるかが
記載されています。表示を見て、上手に
食品を選び、健康の維持・増進を
図りましょう！

墨田区保健所 生活衛生課

TEL 03-5608-6943