中小事業者向け

やさしい

食品表示の手引き

- 弁当･そうざい編 -

2025年5月 改訂版
群馬県　食品･生活衛生課

■　目次

ご利用にあたって・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　2

Ⅰ　どのように表示しますか
　１　表示の様式・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3
　２　表示方法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3
　３　表示禁止事項・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　3

Ⅱ　何を表示しますか
　１　名称・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　4
　２　原材料名・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　5
　　◆外から中身が見える弁当の表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　7
　３　添加物・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　8
　４　アレルゲン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　11
　５　原料原産地名・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　14
　６　遺伝子組換え食品・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　16
　７　内容量・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　18
　８　消費期限・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　18
　９　保存方法・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　19
　10　製造者・表示内容に責任を有する食品関連事業者・・・・・・・・・・　20
　11　栄養成分表示・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　21
Ⅲ　表示の作成手順・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　26
　コラム　小分け包装して販売するそうざい等について・・・・・・・・・・　28
Ⅳ　インストア加工等、同一敷地内で製造、販売する場合について・・・　29

お問い合わせ先・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　30

■　ご利用にあたって

● この手引きは、弁当・そうざいの製造や販売を行う事業者（主として中小事業者）向けに、弁当・そうざいの表示のルールを解説したものです。
　食品表示の基礎的な内容は、『事業者向け　食品表示の手引き（基礎編）食品表示の基本』で解説していますので、併せてご活用ください。

● 食品表示は、消費者にとって、食品を安全に摂取するため、また食品の内容を理解して選択するための大切な情報です。食品表示のルールに従って、正しくわかりやすい表示をすることで、消費者へ必要な情報を伝えることができます。

● 「食品表示法」は、食品衛生法、JAS 法、健康増進法の３つの法律のうち、食品表示に関する分野を一元化したもので、平成２７年４月１日から施行されました。これにあわせて、表示の具体的なルールを定めた「食品表示基準」が制定されました。
　その後「食品表示基準」は、原料原産地表示に関する改正、遺伝子組換え食品の任意表示についての改正、「くるみ」の特定原材料追加など、複数の改正が行われています。

● 国では表示制度について様々な検討を行っているので、今後も表示制度の変更が予想されます。

● 実際に食品表示を作成するにあたっては、消費者庁のホームページで最新の情報を確認したり、関係機関に問い合わせるなど、十分に注意してください。

★事業者向け　食品表示の手引き（基礎編）　食品表示の基本★
群馬県ホームページ　ぐんま食の安全・安心ポータルサイト
https://www.pref.gunma.jp/site/shokunoanzen/623989.html

★食品表示に関する参考ホームページ「食品表示法等（法令及び一元化情報）」★
消費者庁食品表示課
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_labeling_act/

★問い合わせ先★
群馬県健康福祉部　食品・生活衛生課　食品安全推進室　安全推進・表示対策係
電話番号　027-226-2421
食品表示に関するご相談は、各保健福祉事務所で受け付けております。

※本文の条文及び別表番号は、食品表示基準における根拠条文及び別表番号です。

Ⅰ　どのように表示しますか

1　表示の様式（第３条、第４条、第８条）

弁当・そうざいを容器包装に入れて販売する場合は、原則として次の事項並びに栄養成分表示を、容器包装の見やすい場所に表示します。

食品表示基準で規定されている表示の様式は以下のとおりです。

別記様式１（一括表示）

名称
原材料名 添加物
・アレルゲン（アレルギー物質）
・遺伝子組換え食品である旨
原料原産地名
内容量
消費期限又は賞味期限
保存方法
製造者等

別記様式２

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

※原料原産地名は、原材料名欄に併せて記載することもできます。

2　表示方法（第８条）

（１）日本語で、読みやすく、理解しやすい用語で正確に行います。

（２）容器包装の見やすい箇所に表示します。

（３）表示に用いる文字及び枠の色は、背景の色と対照的な色とします。

（４）表示に用いる文字は、日本産業規格Ｚ８３０５（１９６２）に規定する８ポイントの活字以上の大きさの文字とします。

８ﾎﾟｲﾝﾄはこのくらいの大きさです。

（注）A4 用紙に拡大縮小せず印刷した場合

●表示可能面積がおおむね 150 ㎠以下のものは 5.5 ポイントの活字以上の大きさの文字で表示することができます。表示可能面積とは、容器包装の表示可能な部分の表面積のことです。

5.5 ポイントはこのくらいの大きさです。

（注）A4 用紙に拡大縮小せず印刷した場合

（５）上記様式により、または同程度に分かりやすく一括して表示します。

3　表示禁止事項（第９条）

（１）　実際のものより著しく優良又は有利であると誤認させる用語

（２）　表示すべき事項の内容と矛盾する用語

（３）　産地名を示す表示であって、産地名の意味を誤認させるような表示

（４）　内容物を誤認させるような文字、絵、写真その他の表示

Ⅱ　何を表示しますか

１　名　称（第３条第１項）

（１）弁当にあっては「幕の内弁当」、「のり弁当」、「とんかつ弁当」、「いなりすし」等、惣菜にあっては「煮豆」、「つくだ煮」、「コロッケ」、「マカロニサラダ」等その内容を表す一般的な名称を表示します。一般的名称ではない商品名を名称として表示することは不適切です。

例　名称　　幕の内弁当

例　名称　　煮豆

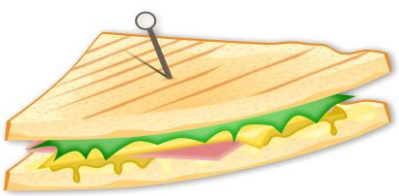
（２）名称に括弧を付けて商品名を併記することについては、併記することにより名称を誤認させるものでなければ差し支えありません。

例　名称　つくだ煮（旬の彩り）

（３）名称の表示例

次の表は、名称の表示例です。以下の具体例のほか、「弁当」、「そうざい」等の分類としての名称を表示することも差し支えありません。

種類	具体例
弁　　当	幕の内弁当、折詰弁当、かまめし、いなりすし、おにぎり、すし
調理パン	サンドイッチ、ハムサンド、ハンバーガー
そうざい	煮豆、うま煮、おでん、煮しめ、きんとん、白金時、湯煮、金時豆、つくだ煮、でんぶ、そぼろ煮
	かば焼、塩焼、串焼、てり焼
	天ぷら、フライ、精進揚、から揚、コロッケ、揚シュウマイ
	酢だこ、酢れんこん
	胡麻あえ、味噌あえ、白あえ、ぬた、サラダ
	茶わん蒸し、酒蒸し、味噌蒸し、シュウマイ
	折詰料理



２　原材料名（第３条第１項）

使用した添加物以外の原材料を、原材料に占める重量の割合の高いものから順に表示します。

例　鮭おにぎり

原材料	重量割合
ご飯	84.8 %
鮭	11.6 %
のり	1.2 %
食塩	1.1 %
添加物	
調味料(アミノ酸)	0.9 %
pH 調整剤	0.4 %

原材料名	**ご飯（米（国産））、鮭、のり(国産）、食塩**
添 加 物	調味料（アミノ酸）、pH 調整剤

原材料の表示方法

①　原材料は、最も一般的な名称で表示します。

例

原材料名	**じゃがいも、牛肉、たまねぎ、・・・**

②　使用する原材料が２種類以上の原材料からなるもの(複合原材料といいます。)は、次のとおり表示します。

(ｱ)　複合原材料の名称の次に括弧を付けて、複合原材料に使用されている原材料を、複合原材料の原材料に占める重量の割合の高いものから順に表示します。この場合、添加物は括弧の中に入れずに、製品全体に含まれる他の添加物と合わせて、製品全体に占める重量割合の高い順に表示します。

例　酢だこを複合原材料として使用した場合(既に加工された酢だこを仕入れて新たに製造するそうざいの具材として使用した場合)

(表中青色は添加物です。)

一次原材料	一次重量割合	二次原材料	二次重量割合	全体重量割合
酢だこ	80.0 %			
		たこ	70.6 %	56.5 %
		砂糖	12.7 %	10.2 %
		醸造酢	8.5 %	6.8 %
		食塩	7.1 %	5.6 %
		酸化防止剤(V.C)	0.7 %	0.6 %
		ミョウバン	0.3 %	0.2 %
		着色料(赤 102)	0.1 %	0.1 %
わかめ	10.5 %			10.5 %
きゅうり	9.1 %			9.1 %
酸味料	0.4 %			0.4 %

原材料名	**酢だこ（たこ、砂糖、醸造酢、食塩）**、わかめ、きゅうり
添 加 物	酸化防止剤（V.C）、酸味料、ミョウバン、着色料（赤 102）

(ｲ)　当該複合原材料の原材料が 3 種類以上ある場合にあっては、当該複合原材料の原材料に占める重量の割合の高い順が 3 位以下であって、かつ、当該割合が 5%未満である原材料について、「その他」と表示することができます。なお、「その他」とするものの中にアレルゲンを含む原材料がある場合は、適切に表示する必要があります。

例　（表中青色は添加物、赤色はアレルゲンです。）

一次原材料	一次重量割合	二次原材料	二次重量割合	アレルゲン
（略）	（略）			
ごまあえ	6.7 %			
		さやいんげん	66.6 %	
		にんじん	16.7 %	
		ごま	9.3 %	ごま
		しょうゆ	4.0 %	小麦、大豆
		砂糖	1.7 %	
		調味料(アミノ酸)	1.7 %	

原材料名	**・・・、ごまあえ（さやいんげん、にんじん、ごま、その他）、（一部にごま・小麦・大豆を含む）**
添 加 物	・・・、調味料（アミノ酸）

(ｳ)　複合原材料の製品の原材料に占める重量の割合が 5%未満である場合は、当該複合原材料の原材料の記載を省略することができます。なお、省略した複合原材料の原材料に添加物やアレルゲンが含まれる場合は、適切に表示する必要があります。

例　（表中青色は添加物、赤色はアレルゲンです。）

一次原材料	一次重量割合	二次原材料	二次重量割合	アレルゲン
（略）	（略）			
ごまあえ	３．３%			
		さやいんげん	66.6 %	
		にんじん	16.7 %	
		ごま	9.3 %	ごま
		しょうゆ	4.0 %	小麦、大豆
		砂糖	1.7 %	
		調味料(アミノ酸)	1.7 %	

原材料名	**・・・、ごまあえ、（一部にごま・小麦・大豆を含む）**
添 加 物	・・・、調味料（アミノ酸）

また、複合原材料の名称からその原材料が明らかなときは、当該複合原材料の原材料の表記を省略することができます。具体的には、次のような場合が挙げられます。

・複合原材料の名称に主要原材料が明示されている場合
例　鶏唐揚げ、鯖味噌煮

・複合原材料の名称に主要原材料を総称する名称が明示されている場合
例　ミートボール、魚介エキス、植物性たん白加水分解物

・ＪＡＳ規格、食品表示基準、公正競争規約で定義されている場合
例　ハム、マヨネーズ

・上記以外で一般にその原材料が明らかである場合
例　かまぼこ、がんもどき、ハンバーグ

◆外から中身が見える容器の場合

弁当の外から見て、その原材料が分かるおかずについては、次のように簡素化して表示することができます。
なお、アレルゲンを含む旨の表示と、添加物の表示については省略できません。

・おかず類をまとめて「おかず」と記載
・メインとなるおかずを記載し、これ以外は「その他おかず」「その他付け合わせ」と表示

○簡素化して表示しない場合

原材料名	**ご飯（米（国産））、鶏唐揚げ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、スパゲッティ、エビフライ、ポテトサラダ、（一部に鶏肉・さけ・小麦・えび・卵・大豆を含む）**
添加物	調味料（アミノ酸等）、ｐＨ調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤 102、赤 106、紅花黄）、香料、膨張剤、甘味料（甘草）、保存料（ソルビン酸Ｋ）

○簡素化１：「おかず」と記載

原材料名	**ご飯（米（国産））、おかず、（一部に鶏肉・さけ・小麦・えび・卵・大豆を含む）**
添加物	調味料（アミノ酸等）、ｐＨ調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤 102、赤 106、紅花黄）、香料、膨張剤、甘味料（甘草）、保存料（ソルビン酸Ｋ）

○簡素化２：「その他おかず」と記載

原材料名	**ご飯（米（国産））、鶏唐揚げ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、その他おかず、（一部に鶏肉・さけ・小麦・えび・卵・大豆を含む）**
添加物	調味料（アミノ酸等）、ｐＨ調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤 102、赤 106、紅花黄）、香料、膨張剤、甘味料（甘草）、保存料（ソルビン酸Ｋ）

フライや天ぷらのように衣で包まれたおかずは、衣の中身を確認するのが困難であり、その原材料が明らかでないと考えられるため、基本的に省略できません。
ただし、次のような場合には「おかず」「その他おかず」などと省略して表示することができます。

・外部から主要原材料の推定が可能なもの
　例　形状からエビであることが推定可能なエビフライ

・主要なおかずであって、弁当の名称に使用されているもの
　例　ロースカツ弁当のロースカツ

・シール等で内容物が明確なもの
　例　メンチカツである旨のシールを商品表面に添付

３　添加物（第３条第１項）

添加物を食品に使用した場合や、原材料として使用した複合原材料に添加物が含まれている場合は､原則としてそれらの添加物を添加物以外の原材料と明確に区分して、全て表示します。

（１）一括表示における表示方法

①　添加物は、添加物以外の原材料（食材）と明確に区分して、製品全体に占める添加物の重量割合の高い順に表示します。原則としては、原材料名の次に「添加物」の項目を設けて表示します。

原材料名 **添 加 物**	マカロニ（小麦・乳成分を含む、国内製造）、マヨネーズ（卵を含む）、きゅうり、・・・、食酢 **調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（V.C）、コチニール色素、カゼインNa（乳由来）、増粘多糖類**

使用した原材料に添加物が含まれている場合も、 直接使用した添加物とまとめて表示します。

②　「添加物」項目を設けずに、原材料名欄において原材料と添加物を明確に区分して表示することもできます。

例１　／（スラッシュ）等の記号を用いて原材料と区分する

原材料名	マカロニ（小麦・乳成分を含む、国内製造）、マヨネーズ（卵を含む）、きゅうり、・・・食酢／**調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（V.C）、･･･、増粘多糖類**

例２　改行して区分する

原材料名	マカロニ（小麦・乳成分を含む、国内製造）、マヨネーズ（卵を含む）、きゅうり、・・・食酢 **調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（V.C）、･･･、増粘多糖類**

（２）個々の添加物の表示方法

①物質名表示

原則として物質名で表示します。また、別名や簡略名等で表示することができる添加物もあります。

物質名	別名	簡略名等
Ｄ－ソルビトール	Ｄ－ソルビット	ソルビトール ソルビット

②用途名併記

（表１）に掲げる 8 用途に使用する添加物は、消費者への情報として表示の必要性が高いことから、用途名を併記することが義務づけられています。

（表１）添加物の用途名一覧と表示例

用　途　名	表　　示　　例
甘味料	甘味料（カンゾウ）、甘味料（ステビア）
着色料※	着色料（赤 2）、着色料（黄 4、青 1、アナトー）
保存料	保存料（安息香酸 Na）、保存料（ソルビン酸 K）
増粘剤※、安定剤、ゲル化剤又は糊料	増粘剤(キサンタンガム)、安定剤（ローカスト）、 ゲル化剤（ペクチン）、糊料（加工デンプン）
酸化防止剤	酸化防止剤（V.C）、酸化防止剤（エリソルビン酸 Na）
発色剤	発色剤（亜硝酸 Na）、発色剤（硝酸 K）
漂白剤	漂白剤（亜硫酸 Na）、漂白剤（亜硫酸塩）
防かび剤又は防ばい剤	防かび剤（OPP）、防ばい剤（TBZ）

※添加物の名称に「色」の文字を含む場合は、用途名「着色料」の表示を省略することができます。

例：「着色料（赤色 102 号）」→　「赤色 102 号」

※添加物の名称に「増粘」の文字を含む場合は、用途名「増粘剤」「糊料」の表示を省略することができます。

例：「増粘剤（増粘多糖類）」→　「増粘多糖類」

③一括名表示

（表２）に掲げる 14 種類の目的で使用される添加物は、物質名の代わりに成分の機能・効果等を一括する名称（一括名）で表示することが認められています。ただし、一括名を用いることができる添加物の範囲は決められています。

（表２）添加物の一括名表示一覧

一　括　名	使　用　目　的
イーストフード	イーストの栄養源
ガムベース	ﾁｭｰｲﾝｶﾞﾑの基材
かんすい	中華麺の製造
苦味料	苦味の付与、増強
酵素	炭水化物やタンパク質の分解などを行う
光沢剤	食品に光沢を与える
香料	香りの付与、増強
酸味料	酸味の付与、増強

一　括　名	使　用　目　的
軟化剤	ﾁｭｰｲﾝｶﾞﾑを柔軟に保つ
調味料※	味の付与、調整等
豆腐用凝固剤 又は凝固剤	豆乳を凝固させる
乳化剤	食品の乳化、起泡等
水素イオン濃度調整剤又は pH 調整剤	適切な水素イオン濃度に保つ
膨張剤、膨脹剤、ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ又はふくらし粉	パン、菓子等の製造工程でガスを発生して生地を膨張させる

※調味料は構成成分がアミノ酸、核酸、有機酸、無機塩の４種類に分類されるため、その種類名を括弧を付けて表示します。

例１：アミノ酸だけで構成されている場合は、「調味料（アミノ酸）」

例２：主としてアミノ酸から構成されている場合は、「調味料（アミノ酸等）」

（３）添加物の表示が免除される場合

①加工助剤となる場合

食品の加工の際に添加されるものであって、次のいずれかに該当する場合、表示が免除されます。

- 当該食品の完成前に除去されるもの
- 食品中に通常含まれる成分と同じ成分に変えられ、かつ、その成分の量を明らかに増加させるものでないもの
- 食品中に含まれる量が少なく、かつ、その成分による影響を当該食品に及ぼさないもの

②キャリーオーバーとなる場合

食品の原材料に使用された添加物で、最終食品には残っていても添加物としての効果を発揮しないもの。

次の 3 つの条件に全て該当する場合は表示が免除されます。

- 食品の原材料の製造又は加工の過程において使用されるもの
- 当該食品の製造又は加工の過程において使用されないもの
- 当該食品中には当該物が効果を発揮することができる量より少ない量しか含まれていないもの

４　アレルゲン（第３条第２項、別表第１４）

アレルゲン（アレルギー物質）を含む旨の表示は、食物アレルギー患者の健康危害の発生を予防する観点から、食品表示基準において規定されています。微量な摂取によっても症状が出ることがあるので、ごく微量に含まれる場合であっても、表示する必要があります。

（１）表示が必要なアレルゲン

アレルゲンのうち、重篤度・症例数の多い 8 品目を「特定原材料」といいます。特定原材料を含む食品に対しては、食品表示基準により表示が義務付けられています（**義務表示**）。

一定の症例数・重篤な患者数はあるものの、それらが特定原材料と比べて少ない 20 品目を、「特定原材料に準ずるもの」といいます。これらについては、通知によりできる限り表示する事が推奨されています（推奨表示）。

特定原材料等（特定原材料及び特定原材料に準ずるもの）

義務	特定原材料 （8 品目）	**えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生（ピーナッツ）**
推奨	特定原材料に準ずるもの （20 品目）	**アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、 鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン**

原材料として使用する複合原材料や添加物に特定原材料等が使用されている場合があるので注意してください。

（２）アレルゲンの表示方法

①個別表示（原則）

(ｱ)　個々の原材料の直後に括弧を付けて「（○○を含む）」（○○は特定原材料等の名称）と表示します。どの原材料にアレルゲンが含まれるか、アレルギー患者にとって分かりやすいというメリットがあります。

なお、個別表示で重複したアレルゲンの表示は省略できます。

例　スパゲッティ（**小麦を含む**）

特定原材料等の間は、「、」ではなく「・」で結びます。

例　しょうゆ（**小麦・大豆を含む**）

原材料に特定原材料等を使用し、原材料として表示をしている場合には、その原材料表示でアレルゲンの表示をしていることになります。

例　**卵、えび、・・・**

(ｲ) 特定原材料等に由来する添加物にあっては、添加物名に続けて「○○由来」と表示します。

例　カゼイン Na（乳由来）、酵素（小麦由来）

用途名併記が必要な添加物が特定原材料に由来する場合は、「用途名（物質名：〇〇由来）」と表示します。

例　酸化防止剤（ビタミンＥ：大豆由来）

※キャリーオーバーに該当し、表示が免除される添加物についても、特定原材料に由来する旨を表示する必要があります。

(ｳ)「乳」については、原材料の場合は「（乳成分を含む）」、添加物の場合は「（乳由来）」と表示します。

②一括表示（例外）

個別表示によりがたい場合は、全ての原材料又は添加物を表示した後に、原材料として表示している場合を含めて全ての特定原材料等を「（一部に〇〇を含む）」とまとめて表示します。

例１

原材料名	ご飯（米（国産））、鶏唐揚げ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、その他おかず、**（一部に小麦・卵・大豆・さけ・えび・鶏肉を含む）**
添加物	調味料（アミノ酸等）、pH 調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤 102、赤 106、紅花黄）、香料、･･･、**（一部に〇〇・△△を含む）**

「添加物」の事項名がある場合は、アレルゲンを含む旨の一括表示は、原材料、添加物ごとにそれぞれ整理して表示します。

例２

原材料名	ご飯（米（国産））、鶏唐揚げ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、その他おかず／調味料（アミノ酸等）、pH 調整剤、グリシン、着色料（カラメル、カロチノイド、赤 102、赤 106、紅花黄）、香料、･･･、**（一部に小麦・卵・大豆・さけ・えび・鶏肉・〇〇・△△を含む）**

「添加物」の事項名がない場合は、製品全体に含まれる全てのアレルゲンを最後にまとめて表示します。

★　一括表示によるアレルギー表示が可能な場合とは？

アレルゲンを含む旨の表示方法は、食物アレルギー患者の商品選択の幅を広げるために、個別表示を原則としています。一括表示は、個別表示よりも一括表示の方が文字数を減らせる場合であって、表示面積に限りがあり、一括表示でないと表示が困難な場合や、食品の原材料に使用されている添加物に特定原材料等が含まれているが、最終食品においてはキャリーオーバーに該当し、当該添加物が表示されない場合等に選択することが望ましいです。

③代替表記等による表示方法

表記から特定原材料等が含まれていることが理解できる原材料等は、その表示をもって、アレルゲンを含む旨の表示をしていると認められています。（（表３）を参照）。

(ｱ) 代替表記
　表記方法や言葉が異なりますが、特定原材料等と同一であると理解できる表記（『食品表示基準について（平成 27 年３月 30 日消食表第 139 号）別添　アレルゲンを含む食品に関する表示』により定められたものに限ります）
例：小麦の代替表記として「こむぎ」「コムギ」

(ｲ) 拡大表記
　特定原材料等又はその代替表記の名称を含む食品であり、これらを用いた食品であると理解できる食品

（表３）特定原材料の代替表記方法一覧

特定原材料	代替表記	拡大表記（表記例）
えび	海老、エビ	えび天ぷら、サクラエビ
かに	蟹、カニ	上海がに、カニシューマイ、 マツバガニ
くるみ	クルミ	くるみパン、 くるみケーキ
小麦	こむぎ、コムギ	小麦粉、こむぎ胚芽
そば	ソバ	そばがき、そば粉
卵※	玉子、たまご、タマゴ、エッグ、 鶏卵、あひる卵、うずら卵	厚焼玉子、ハムエッグ
乳	ミルク、バター、バターオイル、 チーズ、アイスクリーム	アイスミルク、ガーリックバター、 プロセスチーズ、乳糖、 乳たんぱく、生乳、牛乳、濃縮乳、 加糖れん乳、調製粉乳
落花生	ピーナッツ	ピーナッツバター、 ピーナッツクリーム

※　「卵黄」、「卵白」については、名称に特定原材料名「卵」を含みますが、卵黄、卵白の一方にのみにアレルギー症状を発症する人がいることを考慮して、**「卵黄（卵を含む）」**といったように、「卵」のアレルギー表示が必要です（「卵黄」、「卵白」は拡大表記として認められません）。

（３）注意喚起表示（コンタミネーション表示）
　食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料等が意図せずごく微量、最終加工食品に混入（コンタミネーション）してしまう場合があります。
　製造ラインを十分に洗浄する、特定原材料等を含まない食品から順に製造する、又は可能な限り専用器具を使用するなど、コンタミネーションを防止するための対策の実施を徹底しても、なおコンタミネーションの可能性が排除できない場合は、注意喚起表示をすることが認められています。
　例：「本品製造工場では、〇〇を含む製品を生産しています。」

５　原料原産地名（第３条第２項、別表第１５）

全ての加工食品（輸入品を除く）の重量割合上位１位の原材料（対象原材料）について、原料原産地の表示が義務付けられています。原則として対象原材料が生鮮食品の場合は産地を表示し、加工食品の場合は製造地を表示します。

なお、食品表示基準別表第 15 に掲げる 22 食品群と５品目については、個別に規定が設けられています。22 食品群については重量割合 50%以上である原材料に、個別５品目については、個別に定めた原材料に原産地を表示します。

（１）表示方法

使用している重量割合上位１位の原材料の原産地を原材料名に対応させて表示します。

①原料原産地名欄による表示

例

名　　称	煮豆
原材料名	大豆、こんぶ、砂糖、・・・・・・
原料原産地名	**国産（大豆）**

②原材料名欄に括弧書きで表示

例

名　　称	煮豆
原材料名	**大豆（国産）**、こんぶ、砂糖、・・・・・・

（２）原料原産地の表示

①国別重量順表示（原則１）

使用している重量割合上位１位の原材料が生鮮食品の場合は、その産地を原材料名に対応させて表示します。２か国以上の産地の原材料を混合して使用する場合は、重量の割合の高い順に国名を表示します。また、重量順位が３位以下の原産地は「その他」と表示することもできます。

例

名　　称	煮豆
原材料名	大豆（**アメリカ産、国産、その他**）、こんぶ、砂糖・・

②製造地表示の国別重量順表示（原則２）

使用している重量割合上位１位の原材料が加工食品の場合は、原則としてその製造地を原材料名に対応させて表示します。

例

名　　称	白あえ
原材料名	豆腐（**国内製造**）、こんにゃく、にんじん、・・・・・

ただし、重量割合上位１位の原材料に使われた生鮮食品の産地がわかっている場合は、その産地を原材料名に対応させて表示することもできます。

例

名　　称	白あえ
原材料名	豆腐、こんにゃく、にんじん、・・・・・・・・・・
原料原産地名	**日本（大豆）、アメリカ（大豆）**

③又は表示（例外）

原産地として使用可能性がある複数国を、使用が見込まれる重量割合の高いものから順に「又は」でつないで表示する方法です。過去の一定期間における産地別使用実績（★１）又は今後の一定期間における産地別使用計画（★２）からみて、国別重量順表示が困難な場合で、次の条件を満たす場合に限り表示できます。

ア.　根拠書類の保管
イ.　過去の使用実績又は今後の使用計画に基づく表示である旨を付記
ウ.　過去の使用実績又は今後の使用計画における平均使用割合が５%未満の原産地は、原産地の後ろに（５%未満）と表示

★１　過去の一定期間における産地別使用実績とは、表示しようとする時点（製造日）を含む１年間（製造年、製造年度等）から遡って３年以内の中での１年以上の実績に限ります。

★２　今後の一定期間における産地別使用計画は、当該計画に基づく製造の開始日から１年間以内の予定に限ります。

例

名　　称	煮豆
原材料名	大豆（**アメリカ産又は国産**）、こんぶ、砂糖、・・

※大豆の産地は、〇年の使用実績順

★製造地表示をする場合は、（アメリカ製造又は国内製造）となります。

④大括り表示（例外）

３以上の外国の原産地表示を「輸入」又は「外国製造」と括って表示する方法です。過去の一定期間における産地別使用実績又は今後の一定期間における産地別使用計画からみて、国別重量順表示が困難な場合には、「大括り表示」を用いることができますが、根拠書類の保管が条件になります。

例

名　　称	煮豆
原材料名	大豆（**輸入**）、こんぶ、砂糖、・・・・・・

★製造地表示をする場合は、（外国製造）となります。
★国産と混合がある場合は、（輸入、国産）や（外国製造、国内製造）と表示します。

⑤大括り表示＋又は表示（例外）

国産を含む４か国以上の産地を使用し、輸入と国産の重量順表示が困難な場合で、「又は表示」と同様の条件を満たす場合に限り表示できます。

例

名　　称	煮豆
原材料名	大豆（**国産又は輸入**）、こんぶ、砂糖、・・

※大豆の産地は、〇年の使用実績順

★製造地表示をする場合は、（国内製造又は外国製造）となります。

《大括り表示＋又は表示が認められる条件例》

対象原材料の国別使用割合の月別実績

４～６月	Ａ国	Ｂ国	Ｃ国	国産	輸入合計＞国産 １位はＡ国
７～９月	Ｃ国	Ａ国	Ｂ国		輸入のみ １位はＣ国
10～12 月	国産	Ｂ国	Ａ国	Ｃ国	輸入合計＜国産 １位は国産
１～３月	Ｂ国	Ａ国	Ｃ国	国産	輸入合計＞国産 １位はＢ国

（３）おにぎりの「のり」の表示

おにぎりについては、個別に規定が設けられており、原材料に占める重量割合が最も高い原材料（重量割合上位１位の原材料）に加えて、重量割合にかかわらず、のりについて、原料原産地表示が必要です。

表示方法は国別重量順表示を行うこととし、「又は表示」や「大括り表示」は認められません。具体的には、のりとのりの原そうの産地が同一の産地となることから「のり（国産）」、あるいは「のり（原そう（国産））」のように、のりの名称の次に括弧を付して、当該のりの原料となる原そうの原産地を表示することになります。

国産品にあっては国産である旨を、輸入品にあっては原産国名を表示します。

名　　称 原材料名	おにぎり ご飯（米（国産））、鮭、**のり（国産）**、食塩、・・・

米トレーサビリティ法の規定に基づき、米穀の産地を表示する場合は、重量割合上位１位の原料原産地表示の規定を適用しません。

唐揚げ、たくあんなどのおかずと一緒に容器包装に入れたものや、巻き寿司、軍艦巻き、手巻き寿司等、お寿司に該当するものは、対象外となります。

◆米トレーサビリティ法に基づく表示について

米飯類（各種弁当、各種おにぎりなど）を消費者に販売する場合は、米の産地情報を伝達する必要があります。

米の産地が国内の場合には「国内産」や「国産」と、産地が外国の場合は、その国名を伝達します。ただし、産地が国内の場合には都道府県名、市町村名や一般的に知られた地名を伝達してもかまいません。

消費者に対する産地情報の伝達方法としては、商品の容器包装に記載するほか、販売店の店内看板等、消費者の目につきやすい場所に産地情報を記載する方法などがあります。

米トレーサビリティ法の規定に基づき、米穀の産地を表示する場合は、原料原産地表示の規定を適用しません。

６　遺伝子組換え食品（第３条第２項、別表第 17・18）

審査により安全性が確認された遺伝子組換え食品と同一の科に属する農産物とこれを原材料とする加工食品について表示が義務付けられています。

（１）表示の対象となる食品

①　従来のものと組成、栄養価等が同質の形質をもつ農産物９作目（大豆、とうもろこし、ばれいしょ、なたね、綿実、アルファルファ、てん菜、パパイヤ、からしな）とこれを原材料とする豆腐・油揚げ類などの加工食品３３食品群。

②　従来のものと組成、栄養価等が著しく異なる農産物（ステアリドン酸産生大豆、高リシンとうもろこし、エイコサペンタエン酸　（ＥＰＡ）産生なたね、ドコサヘキサエン酸（ＤＨＡ）産生なたね）及びこれを原材料とする加工食品。

（２）遺伝子組換え食品の表示方法

①　義務表示

分別生産流通管理※1をして遺伝子組換え農産物を区別している場合	➡ 分別生産流通管理※1が行われた遺伝子組換え農産物である旨を表示 【例】「大豆（遺伝子組換え）」
分別生産流通管理※1をせず、遺伝子組換え農産物及び非遺伝子組換え農産物を区別していない場合 分別生産流通管理※1をしたが、遺伝子組換え農産物の意図せざる混入※2が５％を超えていた場合 （大豆・とうもろこしの場合）	➡ 遺伝子組換え農産物と非遺伝子組換え農産物が分別されていない旨を表示 【例】「大豆（遺伝子組換え不分別）」
従来のものと組成、栄養価等が著しく異なる遺伝子組換え農産物を使用した場合	➡ 従来のものと組成、栄養価等が著しく異なる遺伝子組換え農産物である旨を表示 【例】「大豆（ステアリドン酸産生遺伝子組換え）」

「不分別」という言葉では消費者に分かりにくいとの指摘もあります。パッケージに余白がある場合は、「遺伝子組換え不分別」の意味について説明文を付記することが消費者の正しい理解につながります。

②　任意表示

分別生産流通管理※1をして、意図せざる混入※2を５％以下に抑えている大豆及びとうもろこしを使用した場合	➡ 適切に分別生産流通管理※1された旨の表示が可能 【例】「大豆（分別生産流通管理済み）」 【例】「原材料に使用している大豆は、遺伝子組換えの混入を防ぐため分別生産流通管理を行っています」
分別生産流通管理※1をして、遺伝子組換えの混入がないと認められる大豆及びとうもろこしを使用した場合	➡ 「遺伝子組換えでない」、「非遺伝子組換え」の表示が可能 【例】「大豆（遺伝子組換えでない）」 【例】「大豆（非遺伝子組換え）」

注）任意表示であるため、①の義務表示以外は、「大豆」と表示することも可能です。

※1　分別生産流通管理
　遺伝子組換え農産物と、非遺伝子組換え農産物を、生産、流通及び加工の各段階で相互に混入が起こらないよう管理し、そのことが書類等により証明されていることをいいます。

※2　意図せざる混入
　分別生産流通管理を行っても、意図せざる遺伝子組換え農産物の一定の混入の可能性は避けられないことから、分別生産流通管理が適切に行われていれば、遺伝子組換え農産物の意図せざる混入（大豆及びとうもろこしについては５％以下）がある場合でも、分別生産流通管理を行っている旨の表示ができることとされています。

7　内容量（第３条第１項）

（１）内容重量をグラム(g)等の単位で表示するか、内容数量を「１個」、「１食」、「１人前」等の単位で表示します。いずれの場合も単位を明記する必要があります。
（２）内容量を外見上容易に識別できるものについては、内容量の表示を省略することができます。
（３）政令で定める商品（特定商品）を密封して計量販売する場合は、一定の誤差の範囲（量目公差）を超えないように計量するとともに、その容器又は包装に内容量を表記します。（計量法）

8　消費期限（第３条第１項）

（１）消費期限の設定

消費期限の設定は、食品等の特性、品質変化の要因や原材料の衛生状態、製造時の衛生管理の状態、容器包装の形態、保存状態等の諸要素を勘案し、科学的・合理的に行う必要があります。このため、その食品等を一番よく知っている者、すなわち製造者が責任を持って消費期限を設定し、表示します。

（２）消費期限の意味

定められた方法により保存した場合において、腐敗、変敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月日のことで、一般的に品質が急速に劣化する食品に表示します。

（３）消費期限の表示方法

消費期限の項目名を表示した上で、「年」「月」「日」の順で表示します。
例：消費期限が令和７年７月１日の場合

例

消費期限	令和７年７月１日

消費期限	２０２５．７．１

消費期限	２５．７．１

なお、数字の間の「．」を省略しても差し支えありませんが、読み間違えが起こらないよう月または日が１桁の場合は２桁目に「０」を付して表示します。

例

消費期限	０７０７０１

消費期限	２５０７０１

一括表示欄に記載することが困難な場合は、消費期限欄に記載箇所を具体的に示し、枠外に記載することができます。

例

消費期限　枠外下部に記載

※「別途記載」「裏面記載」等、曖昧な表現は不可。

消費期限　２０２５．７．１

◆食品表示基準では、消費期限の日付の表示を義務付けており、「時間」までの表示を義務付けていません。しかしながら、品質（状態）の劣化が特に早い弁当の類にあっては、「年月日」に加えて、必要に応じて「時間」まで表示することが望まれます。

９　保存方法（第３条第１項）

（１）消費期限に近接した場所に、その製品の特性に従って具体的に表示します。

例

１０℃以下で保存してください。
直射日光を避けて常温で保存してください。
高温多湿を避けて常温で保存してください。

「開封後はお早めにお召し上がりください。」のように開封後の注意を促す表示は、保存方法ではありませんので、一括表示の枠外に表示してください。

（２）常温で保存すること以外にその保存方法に関し留意すべき特段の事項がない場合は、保存方法の表示を省略できます。

（３）消費期限の表示箇所を表示して他の箇所に表示する場合において、保存方法についても、その表示箇所を表示すれば、消費期限の表示箇所に近接して表示することができます。

例

消費期限　枠外下部に記載 保存方法　枠外下部に記載

消費期限　　７．７．１
保存方法　　直射日光を避けて常温で保存

（不適正表示の例）

消費期限　２０２５．７．１ 保存方法　枠外右側に記載

保存方法　１０℃以下で保存

※保存方法のみを枠外記載することはできません。

10 製造者・表示内容に責任を有する食品関連事業者（第３条第１項）

（１）製造者又は加工者等の氏名の表示

① 個人の場合は氏名を表示します。

② 法人の場合は法人名を表示します。ただし、容器包装の表示面積、形態等から判断してやむを得ない場合は株式会社にあっては「ＫＫ」または「(株)」、有限会社にあっては「(有)」、農業協同組合にあっては「農協」等、略記して差し支えありません。

③ 製品を仕入れ、小分け包装する場合は、加工者として表示します。

（２）製造者又は加工者等所在地の表示

① 製造者又は加工者の住所ではなく、実際に当該食品が製造（加工）された施設（製造所又は加工所）の所在地を県名から番地まで表示します。

例

製造者	群馬太郎 群馬県〇〇市〇〇町〇〇番地

② 県庁が所在する市（前橋市）は、県名（群馬県）の表示を省略することができます。また、県内に同一の町村名がない場合は、郡名の省略もできますが、大字の省略はできません。

（３）製造者等以外の表示内容に責任を有する者が表示する場合

販売業者が弁当・そうざいを他社に製造委託する等、製造者等とは別に表示内容に責任を有する者（食品関連事業者）がいる場合は、当該事業者を「販売者」として、一括表示の枠内に表示します。このとき、製造者等の所在地及び氏名（名称）を併せて表示する必要があります。

例

販売者	(株)〇〇弁当 群馬県〇〇市〇〇町〇〇番地
製造者	□□(株) 群馬県□□郡□□町□□

※「製造者」の事項名は、「製造所」とすることも可能です。

11　栄養成分表示（第３条第１項、第７条別表第９～13）

食品表示基準では、消費者向けに販売される全ての加工食品及び添加物について、以下の栄養成分及び熱量を容器包装に表示することが義務づけられています。

熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、ナトリウム（**食塩相当量**として表示）

（１）以下の栄養成分は任意表示ですが、商品のアピール等として、これらの栄養成分の名称や総称、これらの栄養成分を示唆する表現を容器包装に記載した場合は、当該栄養成分の量を表示する必要があります（原材料の一つとして一括表示枠内に表示した場合を除く）。

【推奨表示※1】飽和脂肪酸、食物繊維
【任意表示】n-3 系脂肪酸、n-6 系脂肪酸、コレステロール、糖質、糖類※2、ミネラル（亜鉛、カリウム、カルシウム、クロム、セレン、鉄、銅、マグネシウム、マンガン、モリブデン、ヨウ素、リン）、ビタミン（ナイアシン、パントテン酸、ビオチン、ビタミンＡ、ビタミンＢ$_1$、ビタミンＢ$_2$、ビタミンＢ$_6$、ビタミンＢ$_{12}$、ビタミンＣ、ビタミンＤ、ビタミンＥ、ビタミンＫ、葉酸）

※１　現時点では任意表示であるが、今後、表示の義務化が検討される栄養成分
※２　単糖類又は二糖類であって、糖アルコールでないものに限る

（２）栄養成分の量及び熱量は、以下の様式に従って表示します。

別記様式２

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

★ 食品単位は、100g、100ml、１食分、１包装その他の１単位のいずれかを表示します。なお１食分である場合は、１食分の量を併記します。
★ 左の様式の栄養成分の量及び熱量の表示順を変更することはできません。
★ 任意表示を含めた栄養成分表示の様式や表示方法は、食品表示基準をご確認ください。

定められた様式による表示が困難な場合は、分かりやすく一括で表示してあれば、横に並べて表示することも可能です。

栄養成分表示（食品単位）／熱量　　kcal、たんぱく質　　g、脂質　　g
炭水化物　　g、食塩相当量　　g

（３）各栄養成分及び熱量の表示で使用する単位と、表示すべき最小の位は決められています。

栄養成分	単位	最小表示の位
熱量	kcal	１の位
たんぱく質	g	１の位
脂質	g	１の位
炭水化物	g	１の位
食塩相当量	g	小数第１位

★「0（ゼロ）と表示できる基準」以上の場合　→　有効数字を1桁以上とする。
★「0（ゼロ）と表示できる基準」未満の場合　→　0と表示することができる。

（４）食塩相当量は、以下の計算式により、ナトリウムの量から算出します。

例

食塩相当量（g）＝ ナトリウムの量（mg）×2.54÷1000

（５）表示値を得る方法として、分析による方法に加え、データベース等に基づく計算値や参照値又はこれらの併用値を用いることも可能です。

分析値	分析値とは、公定法により栄養成分を分析した値をいいます。 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ります。
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います。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、計算できます。
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います。一般的な食品の場合適用できる可能性があります。
併用値	併用値とは、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います。

（６）栄養成分及び熱量の含有量は、「〇〇g」のような一定値又は「〇〇～□□g」のような下限値・上限値で表示します。「〇〇g 以下」又は「□□g 以上」のように、下限値のみ、上限値のみを表示することはできません。

表示された含有量は、製品の消費期限又は賞味期限内に、表示内容と食品表示基準で定められた分析方法により得られた分析値が合っていることが必要です。材料のバラツキや経時変化を考慮して、一定値で表示する場合は、決められた誤差の許容範囲内に、下限値及び上限値で表示する場合は誤差の幅の中に含まれていなければなりません。

例

栄養成分表示 １食（〇g 当たり）	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇～〇ｇ
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇g

←下限値、上限値を表示する。（片方のみは不可）

★食品の単位は、販売される状態の可食部分の 100g 若しくは 100ml 又は１食分（量を併せて記載）、１包装その他の１単位当たりの栄養成分の含有量について表示します。

（７）分析値が定められた許容差の範囲に収まることが困難な場合や、計算値、参照値又はこれらの併用値を用いた場合は、「この表示値は、目安です」、「推定値」を含む文言を、栄養成分表示の近接した場所に表示します。この場合、「許容差の範囲」は適用されません。

表示値の設定根拠（分析試験成績書、採用した計算方法、原材料について、配合量が重量順で記載されたレシピなど）は保管しておきましょう。

例

栄養成分表示 （100g 当たり）	
熱量	〇kcal
たんぱく質	〇g
脂質	〇g
炭水化物	〇g
食塩相当量	〇g

「日本食品標準成分表(八訂)増補 2023 年」を用いて計算した推定値

例

栄養成分表示 （１個当たり）	
エネルギー	〇ｷﾛｶﾛﾘｰ
蛋白質	〇ｸﾞﾗﾑ
脂質	〇ｸﾞﾗﾑ
炭水化物	〇ｸﾞﾗﾑ
食塩相当量	〇ｸﾞﾗﾑ

この表示値は、目安です。

★「熱量」は「エネルギー」と、「たんぱく質」は「蛋白質」等と、「kcal」は「キロカロリー」と、「ｇ」は「グラム」と表示可能です。

（８）次の①～③に該当する場合は、栄養成分表示を省略することができます。

①容器包装の表示可能面積がおおむね 30 ㎠以下であるもの。
②極めて短い期間で原材料（配合割合を含む。）が変更されるもの。
③消費税法第９条において、消費税を納める義務が免除される事業者(注1)が販売するもの。（当分の間は中小企業基本法第２条第５項に規定する小規模企業者(注２)も対象）

(注１) 課税に係る基準期間における課税売上高が 1000 万円以下の事業者（適格請求書発行事業者を除く。）
(注２) 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）以下の事業者が販売するもの

①～③に該当する場合であっても、栄養成分に関する文言（特定の栄養成分を示唆する表現を含む。）を表示しようとする場合は、栄養成分表示を省略することはできません。

（９）「減塩」「低脂肪」「カルシウムたっぷり」「ビタミン C 配合」など「高」「低」「たっぷり」「含む」などの表示をする場合は、当該栄養成分の含有量が、食品表示基準で定める基準を満たしていることが条件です（食品表示基準別表第 12、13 参照）。
栄養強調表示をする場合は、分析値を記載してください。

例

栄養成分表示（100g 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
カルシウム	３３０mg

↑
「カルシウムたっぷり」と表示する場合は、カルシウムの高い旨の基準値（210 mg／100 g 以上）を満たしている必要があります。

例

栄養成分表示（１個（20ｇ）当たり）	
熱量	○kcal
たんぱく質	○g
脂質	○g
炭水化物	○g
糖質	○g
食物繊維	１g
食塩相当量	○g

↑
「食物繊維入り」と表示する場合は食物繊維を含む旨の基準値（3 g／100 g 以上）を満たしている必要があります。

★糖質又は食物繊維のいずれかを表示する場合は、両方を表示しなければなりません。

弁当・そうざいの表示例

（１）一括表示の例

名　　称	幕の内弁当
原材料名	ご飯（米（国産））、野菜かき揚げ（小麦・卵を含む）、鶏唐揚げ、焼さば、スパゲッティ、エビフライ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）（大豆を含む）、ポテトサラダ、メンチカツ（牛肉を含む）、付け合わせ
添 加 物	調味料（アミノ酸等）、ｐＨ調整剤、着色料（カラメル、カロチノイド、赤 102、赤 106、紅花黄）、香料、膨張剤、甘味料（甘草）、保存料（ソルビン酸Ｋ）
消費期限	２０２５．３．１
保存方法	高温多湿、直射日光を避けて常温で保存
製 造 者	群馬　太郎 前橋市〇〇町１－１－１

名　　称	マカロニサラダ
原材料名	マカロニ（小麦・乳成分を含む、国内製造）、マヨネーズ（卵・大豆を含む）、きゅうり、人参、玉ねぎ、ハム（豚肉を含む）、香辛料、食塩、砂糖、食酢／調味料（アミノ酸等）、酸化防止剤（Ｖ．Ｃ）、コチニール色素、カゼインＮａ、増粘多糖類、発色剤（亜硝酸Ｎａ）、リン酸塩（Ｎａ）
内 容 量	１００ｇ
消費期限	２５．３．１
保存方法	１０℃以下で保存
製 造 者	群馬　太郎 前橋市〇〇町１－１－１

・この表示例では、アレルゲンは個別表示であり、繰り返しになるアレルゲンの表示を省略しています。
・個別表示・代替表記により繰り返しになるアレルゲンの表示は省略できますが、省略する場合や一括表示によりアレルギー表示をする場合には、ある原材料だけにアレルゲンが含まれているとの誤認を与えないように注意が必要です。

（２）栄養成分表示の例

栄養成分表示 （１食 80g 当たり）	
熱量	418 kcal
たんぱく質	20.6 g
脂質	9.7 g
炭水化物	61.8 g
食塩相当量	6.6 g

・見出しは、「栄養成分表示」以外の用語（「栄養価」、「栄養成分」等）は認められませんので、ご注意ください。
・食品単位について、１食分の場合は、１食当たりの量を併記する必要があります。

Ⅲ　表示の作成手順

食品表示には複雑な決まりがあり、特に原材料の記載方法についてはルールが多いため、表示作成で苦慮する部分だと思われます。ルールを遵守するためには、単純に使用原材料を記載しているだけでは不十分です。

ここでは、適正な原材料名・添加物欄を作成するための準備作業を示していきます。

加工食品の基本的表示

名　　称
原材料名
添 加 物
原料原産地名
内 容 量
消費期限
保存方法
製 造 者

原材料・添加物の記載方法には以下のルールが定められています。

①添加物以外の原材料と添加物に区分してすべて記載

②それぞれ原材料に占める重量割合の高いものから順に記載

③複合原材料は、その名称の次に括弧を付してその原材料を記載

④添加物は、原則、物質名で記載。用途名併記するものに注意

⑤含まれているアレルゲンをすべて記載

栄養成分表示

★　原料原産地名は、原材料名欄に原材料と併せて記載することもできます。

重量割合上位１位の原材料について、生鮮食品の場合は産地を表示し、加工食品の場合は製造地を表示します。

おにぎりは「のり」の名称の次に括弧を付して、当該のりの原料となる原そうの原産地を表示します。

● **原材料名・添加物欄でよくある違反事例**

・添加物以外の原材料と添加物が明確に区分されず、混在している。
・一般的名称で記載されていない。商品名が記載されている。
・使用している原材料の記載欠落。又は、使用していない原材料が記載されている。
・重量割合の高い順に記載されていない。
・添加物の記載欠落。
・添加物の表示方法が間違っている（用途名の欠落、一括名の表示ミス等）。
・アレルゲンの記載が欠落している。

（１）表示作成の流れを太巻き寿司を例に示します。適正な原材料・添加物の表示作成の準備として、使用する原材料・添加物とその配合割合を一覧表にしましょう。（使用原材料等、配合割合等はすべて例示です。）

【一覧表】（表中緑色は複合原材料、青色は添加物、赤色はアレルゲンです。）

使用原材料等	配合割合(%)	
ごはん	６０	
卵	１５．２	
きゅうり	６．３	
かんぴょう	６．１	
すし酢	５．５	
しょうゆ	３	
桜でんぶ	１．６	
植物油	１	
のり	０．６	
砂糖	０．５	
ポリリジン	０．２	←保存料として使用

（２）次に、使用した複合原材料等の一括表示における原材料名・添加物欄をチェックします。

【原材料名・添加物欄】（赤字はアレルゲンです。）

名　　称　かんぴょう
原材料名　ゆうがおの実（国産） 添 加 物　保存料（二酸化硫黄）

名　　称　すし酢
原材料名　米酢（国内製造）、果糖ぶどう糖液糖、食塩、砂糖 添 加 物　調味料（アミノ酸等）

名　　称　しょうゆ
原材料名　大豆（国産）、小麦、食塩

名　　称　桜でんぶ
原材料名　たら（国産）、砂糖、しょうゆ／赤色１０６号

添加物については、原材料名欄において、記号等で区分して表示される場合があります。

また、特に間違えやすい部分は、複合原材料の表示と、添加物とアレルゲンについての表示です。該当するページを参考に、正しい表示を作成してください。

【表示例】

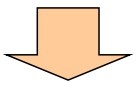
名　　称	太巻き寿司
原材料名	ご飯（米（国産））、卵、きゅうり、かんぴょう、すし酢（米酢、果糖ぶどう糖液糖、食塩、砂糖）、しょうゆ（小麦・大豆を含む）、桜でんぶ、植物油、のり、砂糖
添 加 物	保存料（二酸化硫黄、ポリリジン）、調味料（アミノ酸等）、赤色１０６号
内 容 量	４個
消費期限	２０２５．７．１
保存方法	高温多湿、直射日光を避けて常温で保存
製 造 者	三山　花子 前橋市〇〇町１－１－１

【ポイント】
・すし酢は複合原材料表示が必要。
・しょうゆは食品表示基準で定義が規定されているため、複合原材料表示は不要。
・桜でんぶは製品の全体に占める重量の割合が５%未満であるため、複合原材料表示は不要。
・しょうゆに含まれるアレルゲン、桜でんぶに含まれる添加物は、忘れずに表示。
・重量割合上位１位の原材料に原産地を表示する。この場合、ご飯が１位となるが、ご飯は、米トレーサビリティ法により、米の産地を「国産」等、事実に即して表示。米トレーサビリティ法の規定に基づき、米穀の産地を表示する場合は、重量割合上位１位の原材料について、原料原産地表示の規定を適用しない。
・製造所の所在地が前橋市の場合は、県名の省略が可能。

コラム　小分け包装して販売するそうざい等について
仕入れた製品を小分け包装して販売する場合、当該小分け行為はインストア加工にあたりません。そのため、できあがったバルク製品のそうざい等を仕入れてバックヤードで小分け包装した場合、原材料名、内容量、原産国（輸入品に限る）の表示が義務付けられます。 ただし、食品表示法上、食品の小分け包装は「加工」に該当するため、公衆衛生上の見地から、表示義務である製造者等は、小分けを行った者になります。したがって、そうざい等を小分けして販売する際は、小分けを行った者を「加工者」として表示するとともに、小分けする元の商品の一括表示を参考に表示を作成する必要があります。

例　バルクで仕入れた煮豆を小分けし、容器包装に入れて販売する場合

名　　称	煮豆
原材料名	大豆（国産）、こんぶ、・・・
添 加 物	酸味料
内 容 量	１ｋｇ
賞味期限	○○．○．○○
保存方法	１０℃以下で保存
製 造 者	○○食品株式会社 群馬県高崎市○○町○○―○



名　　称	煮豆
原材料名	大豆（国産）、こんぶ、・・・
添 加 物	酸味料
内 容 量	１００ｇ
賞味期限	△△．△．△△
保存方法	１０℃以下で保存
加 工 者	群馬太郎 群馬県前橋市大手町１－１－１

Ⅳ　インストア加工等、同一敷地内で製造、販売する場合について

　インストア加工等、同一敷地内で弁当・そうざいを製造し、販売する場合の表示について、食品表示基準第５条で義務表示の特例が設けられており、原材料名、内容量、原産国名、原料原産地名、食品関連事業者等（表示責任者）の氏名又は名称及び住所、食品表示基準別表第 19 の中欄に掲げる事項の一部、栄養成分表示（栄養表示を使用とする場合を除く）の表示は要しません。ただし、アレルゲンについては、表示例のように、その商品に含まれる全てのアレルゲンを表示してください。

　なお、仕入れた製品をバックヤード等で小分けし包装して販売する場合（27 ページ参照）や、弁当・そうざいを製造し、別の場所で販売する場合は、インストア加工に該当しません。

表示例

名　　称	鮭弁当
添 加 物	調味料（アミノ酸等）、加工デンプン、ポリリン酸Ｎａ、増粘多糖類、乳化剤、膨張剤、ソルビトール、ｐＨ調整剤、酒精、グリシン、酸味料、甘味料（ステビア）、香料、着色料（野菜色素、カロチン色素、クチナシ色素）、酸化防止剤（Ｖ．Ｃ）、（一部に小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・鶏肉・豚肉を含む）
消費期限	２０２５．３．１
保存方法	高温多湿、直射日光を避けて常温で保存
製 造 者	群馬　太郎 前橋市〇〇町１－１－１

※ごはんは国産米を使用しています。

名　　称	エビフライ
添 加 物	加工デンプン、増粘剤（グァーガム）、膨張剤、着色料（アナトー）、調味料（アミノ酸）、乳化剤、香辛料抽出物、リン酸塩（Ｎａ）、（一部にえび・小麦・卵・大豆を含む）
内 容 量	２本
消費期限	２０２５．３．１
保存方法	高温多湿、直射日光を避けて常温で保存
製 造 者	群馬　太郎 前橋市〇〇町１－１－１

■　お問い合わせ先

● この手引きの内容や表示についての問い合わせ先は、次のとおりです。

群馬県健康福祉部　食品・生活衛生課

食品安全推進室　安全推進・表示対策係

〒371-8570　群馬県前橋市大手町一丁目１番１号
電　話　０２７－２２６－２４２１（直通）

ぐんま食の安全・安心ポータルサイト
https://www.pref.gunma.jp/site/shokunoanzen/

● 食品表示に関するご相談は、各保健福祉事務所で受け付けております。

保健福祉事務所

名　称	住所・電話	管轄市町村
渋　川	渋川市金井 394 ☎:０２７９－２２－４１６６	渋川市、榛東村、吉岡町
伊勢崎	伊勢崎市下植木町 499 ☎:０２７０－２５－５０６６	伊勢崎市、玉村町
安　中	安中市高別当 336-8 ☎:０２７－３８１－０３４５	安中市
藤　岡	藤岡市下戸塚 2-5 ☎:０２７４－２２－１４２０	藤岡市、上野村、神流町
富　岡	富岡市田島 343-1 ☎:０２７４－６２－１５４１	富岡市、南牧村、甘楽町、下仁田町
吾　妻	吾妻郡中之条町西中之条 183-1 ☎:０２７９－７５－３３０３	中之条町、長野原町、嬬恋村、草津町、高山村、東吾妻町
利根沼田	沼田市薄根町 4412 ☎:０２７８－２３－２１８５	沼田市、片品村、川場村、昭和村、みなかみ町
太　田	太田市西本町 41-34 ☎:０２７６－３１－８２４３	太田市
桐　生	桐生市相生町 2-351 ☎:０２７７－５３－４１３１	桐生市、みどり市
館　林	館林市大街道 1-2-25 ☎:０２７６－７２－３２３０	館林市、板倉町、明和町、千代田町、大泉町、邑楽町

● 中核市の各保健所の連絡先は、次のとおりです。
前橋市保健所（前橋市朝日町 3-36-17　電話：027-220-5778）
高崎市保健所（高崎市高松町 5-28　　電話：027-381-6116）