

คำถามที่ 78

กรณีอธิบายการติดฉลากแสดงองค์ประกอบทางโภชนาการ และปริมาณพลังงานที่ได้รับ

คำตอบ: มีบางประเทศที่กฎหมายบังคับให้ต้องติดฉลากแสดงองค์ประกอบทางโภชนาการ ในขณะที่ประเทศไทยยังไม่มี การบังคับใช้สำหรับสินค้าอาหาร อย่างไรก็ตาม ในกรณีที่ต้องการติดฉลากแสดงโภชนาการหรือพลังงานที่ได้รับเป็นภาษา ญี่ปุ่นบนสินค้าอาหารแปรรูปที่จำหน่ายให้กับผู้บริโภครายย่อย จำเป็นต้องปฏิบัติตามมาตรฐานแสดงคุณค่าทางโภชนาการ ซึ่ง ถูกกำหนดโดยกฎหมายปรับปรุงโภชนาการ (Nutrition Improvement Law)

<อาหารที่อยู่ในข่าย>

อาหารแปรรูปเพื่อการจำหน่าย (รวมทั้งไข่ไก่)

<ใจความสำคัญของมาตรฐานแสดงโภชนาการ>

1. กรณีที่มีการแสดงสัดส่วนปริมาณขององค์ประกอบทางโภชนาการ ให้เรียงลำดับการระบุดังนี้ คือ ปริมาณพลังงาน โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต โซเดียม ฯลฯ โดยต้องบอก ปริมาณสุทธิของสารแต่ละชนิด
2. กรณีที่มีการระบุข้อความที่เน้นว่ามีสารนั้นเป็นองค์ประกอบอยู่สูงหรือต่ำ เช่น “แคลเซียมสูง” “ผสมวิตามินเอ” หรือ “คอเลสเตอรอลต่ำ” “ขาดมันเนย” เป็นต้น ให้แสดงเฉพาะองค์ประกอบทางโภชนาการที่ได้รับอนุญาต และปริมาณที่ใช้ก็จะต้องเป็นไปตามค่ามาตรฐานที่ กำหนด

<บริเวณที่ติดฉลาก>

ติดฉลากลงบนบรรจุภัณฑ์หรือหีบห่อในที่ที่สังเกตเห็นได้ง่ายโดยไม่ต้องเปิดฉีกบรรจุภัณฑ์

<ตัวอย่างฉลาก>

ขนมปังกรอบไส้ครีม	
1 แผ่น มีวิตามินซีเท่ากับสตรอเบอร์รี่ 10 ผล	
รสสตรอเบอร์รี่	
(ต่อ 1 แผ่น (....กรัม))	
พลังงาน	54 kcal
โปรตีน	0.4 g
ไขมัน	2.9 g
คาร์โบไฮเดรต	6.5 g
โซเดียม	56 mg
วิตามิน ซี	120 mg

*ติดต่อ: Office of Health Policy on Newly Developed Foods, Policy Planning Division,
Department of Food Safety, Pharmaceutical and Medical Safety Bureau,
Ministry of Health, Labour and Welfare (TEL: 03-5253-1111)