

미국 식품영양표시(Nutrition labeling of food) 규정

-로스엔젤레스 aT센터 -

□ 식품표시규정에 관한 사항은 미국의 연방 식품법(CFR Title 21)의 Part 101에 나타나 있으며 식품의 영양표시에 대한 내용은 101.9 에서 설명하고 있음

□ 식품영양표시 규정 중 성분표시에 관한 주요내용 요약

영양성분의 용량이나 포장지에 표기하는 것이 자발적으로 되어 있는 것 외의 것들은 반드시 영양성분이 표기되어 있어야 함. 표기방법은 특별한 경우를 제외하고 영양소 이름은 표시기준표에 나와 있는 방식대로 표기해야 함

Nutrition Facts	
Serving Size 172 g	
Amount Per Serving	
Calories 200	Calories from Fat 8
% Daily Value*	
Total Fat 1g	1%
Saturated Fat 0g	1%
Trans Fat	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 7mg	0%
Total Carbohydrate 36g	12%
Dietary Fiber 11g	45%
Sugars 6g	
Protein 13g	
Vitamin A 1%	Vitamin C 1%
Calcium 4%	Iron 24%
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.	
NutritionData.com	

<영양성분분석 표시방법>

(1) 칼로리표기 - "Calories, total," "Total calories," 혹은 "Calories": 제품섭취 시 포함되는 칼로리를 말함. 50 칼로리까지는 5칼로리 단위로 반올림하여 표시하고(예: 22칼로리의 경우 20칼로리로, 24칼로리의 경우 25칼로리로 표기) 50칼로리를 초과할 경우 10칼로리 단위로 반올림하여 표기(54칼로리는 50으로, 56칼로리

는 60으로 표기). 5칼로리 미만은 칼로리표시를 0으로 해도 됨.

(2) 지방표기 - "Fat, total" 혹은 "Total fat": 전체 지방질 지방산 (lipid fatty acid)을 말하며 triglycerides로 표기함. 5g 이하는 0.5g단위로 반올림하여 표시하고(예: 3.2g은 3g으로 3.4g은 3.5g으로 표기) 5g이상일 경우 근접한 g으로 반올림하여 표시(예: 5.4g일 경우 5g으로 5.6g일 경우 6g으로 표기). 용량이 0.5g 미만일 경우 0으로 표기할 수 있음.

(3) 콜레스테롤 표기 - "Cholesterol" 성분 함유 제품들은 5mg 단위로 반올림하여 표기하나 콜레스테롤 함유량이 2mg 이하이며, 지방, 지방산, 혹은 콜레스테롤의 내용물에 대해 표기할 필요가 없는 제품은 콜레스테롤 수치를 0으로 표기할 수 있음. 기타성분표시 외에 콜레스테롤을 표기할 필요가 없어 표기하지 않았을 경우 "Not a significant source of cholesterol"이라고 영양성분표와 같은 글자 크기로 성분표 아래에 표기해야 하며 콜레스테롤 함유량이 2-5mg일 경우 "less than 5 mg"으로 표기할 수 있음.

(4) 나트륨표기 - "Sodium": 나트륨 함유량이 5mg 미만일 경우 0으로 표기할 수 있고 5~140mg 5mg단위로 반올림하여 표기하며 140mg 초과일 경우 10mg단위로 반올림하여 표기함.

(5) 칼륨표기 - "Potassium" (자율표기): 칼륨성분은 자율표기사항이며 표기시엔 5mg 이하는 0으로 표기할 수 있고 140mg 이하는 5mg단위로 반올림하여 표기하며 140mg이상은 10mg단위로 반올림하여 표기함.

(6) 탄수화물표기 - "Carbohydrate, total" or "Total carbohydrate": 탄수화물은 1g미만일 경우를 제외하고는 반올림한 g단위로 표기함. 1g미만일 경우, "Contains less than 1gram" 혹은 "less than 1gram"으로 표기할 수 있음. 0.5g 미만은 0으로 표기 가능함.

(7) 단백질표기 - "Protein": 단백질은 1g미만일 경우를 제외하고는 반올림한 g으

로 표기함. 1g 미만은 “Contains less than 1 gram” 혹은 ”less than 1 gram”으로 표기하고 0.5g미만은 0으로 표기할 수 있음.

(8) 비타민과 미네랄표기 - “Vitamins and minerals”: 비타민이나 미네랄은 RDI (Reference Daily Intake:일일섭취권장량)의 퍼센트로 계산되어지거나 1일 기준량의 퍼센트로 표기됨.

※ 식품영양표관련 링크

<http://www.fda.gov/Food/GuidanceRegulation/GuidanceDocumentsRegulatoryInformation/LabelingNutrition/ucm064894.htm>