

## FDA 새로운 영양분석표 최종규제 발표

### < 요약 >

- FDA는 새로운 영양분석표에 **설탕, 비타민 D 및 칼륨(potassium)**을 추가하기로 하였음
- 새로운 규제는 **추가한 설탕(added sugar)** 그램양을 적어야 하며 기존에 “sugars” 라고 적혔던 부분을 “total sugars” 로 바꿨음
  - 설탕 항목 아래 몇 그램의 설탕이 추가되었는지를 적어야 함
- **비타민 및 미네랄 리스트 또한 업데이트** 되며 **비타민 D 및 칼륨은 적어야** 하고 **비타민 A 및 C는 반드시 적어야** 하진 않음
- 그 외에 바뀐 몇 가지는 다음과 같음
  - 영양분석표 혹은 보충제분석표의 **1일 값(Daily Value)** 부분에 사용되는 **참조 값 업데이트**
  - 분석표 라벨의 **포맷변화**
  - **각주(footnote)**에 적었어야 하는 2,000 및 2,500 칼로리에 근거한 **참조 값 목록**
- 이 규제는 식품 및 음료 업체 중 **천만불이상의 판매량을** 갖고 있는 제조업체의 경우 **2018년 7월 26일부터** 발효되며 **천만불 이하의 판매량을** 갖고 있는 업체의 경우 **2019년 7월 26일부터** 발효됨

### □ 영양분석표 최종규정의 주요내용

#### ○ 새로운 디자인

- 기존의 전체적인 모양은 그대로지만 소비자들이 식품에 대한 결정을 쉽게 할 수 있도록 정보를 제공해야 함. 칼로리(Calories), 컨테이너 당 제공(servings per container) 및 제공량(serving size)의 글씨크기를 크게 하고 칼로리 숫자 및 제공량은 굵은 글씨체로 적어야 함
- 실제적인 양(actual amount)을 적어야 하며 그와 더불어 비타민D, 칼슘, 칼륨 및 철분의 퍼센트 일일 값(percent Daily Value)을 적어야 함. 비타민 및 미네랄은 자발적으로 적을 수 있음

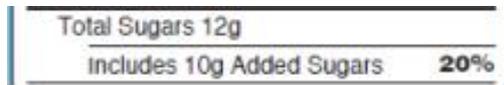
<b>Nutrition Facts</b>	
8 servings per container	
<b>Serving size</b> 2/3 cup (55g)	
<b>Amount per serving</b>	
<b>Calories</b> <span style="font-size: 1.2em;"><b>230</b></span>	
<small>% Daily Value*</small>	
<b>Total Fat</b> 8g	<b>10%</b>
Saturated Fat 1g <span style="float: right;">5%</span>	
Trans Fat 0g	
<b>Cholesterol</b> 0mg	<b>0%</b>
<b>Sodium</b> 160mg	<b>7%</b>
<b>Total Carbohydrate</b> 37g	<b>13%</b>
Dietary Fiber 4g <span style="float: right;">14%</span>	
Total Sugars 12g	
Includes 10g Added Sugars <span style="float: right;">20%</span>	
<b>Protein</b> 3g	
Vitamin D 2mcg	10%
Calcium 260mg	20%
Iron 8mg	45%
Potassium 235mg	6%

\* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

- 퍼센트 일일 값(percent Daily Value)을 더 잘 설명하도록 각주(footnote)에 변화가 있음. 적힐 문구는 다음과 같음 : “The % Daily Value tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.”

○ **영양과학에 새로 업데이트된 정보를 반영**

- 일일값 대비 추가된 설탕(added sugars)을 그램으로 적어야 함. 과학적인 데이터에 의하면 전체 칼로리의 10%이상의 추가된 설탕을 소비할 경우 칼로리 한도 내로 먹으면서 필요한 영양소를 얻을 수 없다고 밝혀졌으며 이는 2015~2020년 미국인을 위한 식사지침(Dietary Guidelines for Americans)에도 지속됨



- 지속적으로 총 지방량(Total Fat), 포화지방(Saturated Fat) 및 트랜스지방(Trans Fat)을 적어야 하고 지방 칼로리(Calories from Fat)는 더 이상 적지 않아도 됨.

○ **제공량(serving size) 및 몇몇 패키지 사이즈 라벨링 조건의 업데이트**

- 법에 의해 제공량은 소비자들이 실제로 먹는 양을 기준으로 되어야 함. 1993년도에 전의 제공량이 발표된 후 소비자들의 먹는 것과 마시는 것의 양이 달라졌으며 한 예로 아이스크림의 제공량은 전에는 1/2 컵이었지만 지금은 2/3 컵으로 바뀜. 탄산음료(soda)의 경우 8oz에서 12oz로 바뀜.



\* 자료 : FDA

- 패키지 사이즈에 의해 소비자들의 먹는 양이 달라짐. 예를 들어 20oz의 탄산음료 혹은 15oz의 스프같이 패키지가 한 번의 제공(single serving)에서 두 번 제공(two serving)의 사이일 경우 소비자들이 보통 한번에 모두 소비를 하기 때문에 한 번의 제공량으로 표기해야 함



\* 자료 : FDA

- 한 번의 제공량(single serving)보다 양이 더 많은 제품이지만 한 번에 다 먹을 수도 있고 여러번에 나눠서 먹을 수도 있을 경우 제조업체는 이중 열 (dual column) 라벨을 통해 칼로리 및 영양소를 제공량(per serving) 및 패키지당 제공량/상품 한 개당 제공량(per package/per unit) 둘 다 적어야 함. 예를 들어 24oz 탄산음료 병 혹은 아이스크림 파인트(pint)가 이 부분에 속함.

<b>Nutrition Facts</b>			
2 servings per container			
<b>Serving size</b>		<b>1 cup (255g)</b>	
<b>Calories</b>	<b>Per serving</b>	<b>Per container</b>	
	<b>220</b>	<b>440</b>	
	<b>% DV*</b>	<b>% DV*</b>	
<b>Total Fat</b>	5g <b>6%</b>	10g	<b>13%</b>
Saturated Fat	2g <b>10%</b>	4g	<b>20%</b>
Trans Fat	0g	0g	
<b>Cholesterol</b>	15mg <b>5%</b>	30mg	<b>10%</b>
<b>Sodium</b>	240mg <b>10%</b>	480mg	<b>21%</b>
<b>Total Carb.</b>	35g <b>13%</b>	70g	<b>25%</b>
Dietary Fiber	6g <b>21%</b>	12g	<b>43%</b>
Total Sugars	7g	14g	
Incl. Added Sugars	4g <b>8%</b>	8g	<b>16%</b>
<b>Protein</b>	9g	18g	
Vitamin D	5mcg 25%	10mcg	50%
Calcium	200mg 15%	400mg	30%
Iron	1mg 6%	2mg	10%
Potassium	470mg 10%	940mg	20%

\* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Dual column 예시

□ 현재 영양분석표 및 새로운 영양분석표 비교

Nutrition Facts		Nutrition Facts	
Serving Size 2/3 cup (55g) Servings Per Container About 8		8 servings per container Serving size 2/3 cup (55g)	
Amount Per Serving		Amount per serving	
<b>Calories</b> 230	Calories from Fat 72	<b>Calories</b> 230	
% Daily Value*		% Daily Value*	
<b>Total Fat</b> 8g	12%	<b>Total Fat</b> 8g	10%
Saturated Fat 1g	5%	Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g		Trans Fat 0g	
<b>Cholesterol</b> 0mg	0%	<b>Cholesterol</b> 0mg	0%
<b>Sodium</b> 160mg	7%	<b>Sodium</b> 160mg	7%
<b>Total Carbohydrate</b> 37g	12%	<b>Total Carbohydrate</b> 37g	13%
Dietary Fiber 4g	16%	Dietary Fiber 4g	14%
Sugars 1g		Total Sugars 12g	
<b>Protein</b> 3g		Includes 10g Added Sugars	20%
Vitamin A	10%	<b>Protein</b> 3g	
Vitamin C	8%	Vitamin D 2mcg	10%
Calcium	20%	Calcium 260mg	20%
Iron	45%	Iron 8mg	45%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily value may be higher or lower depending on your calorie needs.		* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.	
	Calories: 2,000 2,500		
Total Fat	Less than 65g 80g	Potassium 235mg	6%
Sat Fat	Less than 20g 25g		
Cholesterol	Less than 300mg 300mg		
Sodium	Less than 2,400mg 2,400mg		
Total Carbohydrate	300g 375g		
Dietary Fiber	25g 30g		

U.S. FOOD AND DRUG ADMINISTRATION

- ① 제공량(serving size) : 글자크기를 더 크고 굵게. 제공량은 실제 소비되는량을 반영하여 작성
- ② 칼로리(calorie) : 글자크기가 크고 굵게되어 읽기 쉽게 변함
- ③ 일일값(daily value) : 새로운 영양가이드라인을 반영하여 업데이트됨
- ④ 추가된 설탕(added sugars) : 새롭게 추가된 부분으로 제품에 추가된 설탕함유량을 적어야 함
- ⑤ 실제적 함유량(actual amounts) : 비타민 D, 칼슘, 철분, 칼륨의 실제적 함유량 및 일일 값 대비 퍼센트
- ⑥ 각주(footnote) : 퍼센트 일일값(% daily value)이 바뀌어 좀 더 이해하기 쉽도록 수정