

給食だより

H24.2 水俣市学校給食センター

食品の表示を見てみよう

みなさんは、食品の裏側に表示されている数字や内容を注意して見ていますか？
この表示がどんなことを意味するのか知っておくと、買い物に行って食品を選ぶときに、とても役に立ちますよ！

加工食品の表示の例

名称	幕の内弁当
原材料名	ご飯、鶏唐揚げ、煮物（里芋、人参、ごぼう、その他）、焼鮭、エビフライ、ポテトサラダ、調味料（アミノ酸等）、pH調整剤、グリシン、甘味料（甘草）、香料、保存料（ソルビン酸K） （原材料の一部に小麦、卵、大豆を含む）
内容量	〇〇g
消費期限	平成〇年〇月〇日 午後〇時
保存方法	10℃以下で保存すること
製造者	（株）〇〇食品 熊本県〇〇市〇〇町〇〇

①まず食品の中で量が
たくさん入っているものが
順に書いてあります

②食品添加物は食品の後に、
量がたくさん入っているもの
から順に書いてあります

たまご、そばなどアレルギーのある人は
特に注意して見ましょうね！！

給食センターでも
いつもチェックし
て記録しています

消費期限とは

「この日までに食べてください」という期限

この日付を過ぎると品質が急速に悪くなるとして製造日からおおむね5日以内の期限が表示されます。

賞味期限とは

「この日まではおいしく食べられます」という期限

この日付を過ぎてもすぐ食べられなくなるわけではありません。おいしく食べるためのおおよその目安です。

買い物の時にしっかり
表示をみるといいね

自分が食べるものにどんなもの
が使われているか、きちんと
知って、選んでいきたいね