

食品に書いてある表示から、その食品についての様々なことが分かります。食品表示から読み取れる情報を見てみましょう。

## 食品表示の例「いちごジャム」



### 名称

商品名が書いてあります。

### 内容量

100gや100mlなど、重さや個数が書いてあります。

### 期限表示

消費期限と賞味期限のどちらかが書いてあります。

名 称	いちごジャム
原材料名	砂糖、いちご、酸味料(クエン酸)、ゲル化剤(ペクチン)
内 容 量	400g
賞味期限	2012.1.15
保存方法	開栓前は直射日光を避け、常温で保存してください。
製 造 者	農林水産株式会社 東京都千代田区霞が関〇—〇

### 原材料名

原材料の中で使用量が多いものから順に書いてあります。アレルギーを確認する際、ここから情報を得ることができます。

### 保存方法



保存時の注意点が書いてあります。

### 製造者

この食品を販売する会社の名前や住所が書いてあります。

資料：食品表示について  
(農林水産省ホームページ)

## 「消費期限」と「賞味期限」の違い

消費期限	賞味期限
<p>主に食肉や総菜、弁当など品質の劣化が早い食品に表示。 衛生上の危害がないと認められた期限。</p> 	<p>缶詰やスナック菓子など、品質が比較的長く保たれる食品に表示。 風味や味を損なうことなく美味しく食べられる期限。 この期限を過ぎても食べられるが、本来の味や食感が損なわれる可能性あり。</p> 



ただし、消費期限と賞味期限は、袋や容器を開けず、記載通りに保存していた場合の安全やおいしさを約束したものです。一度開けてしまった食品は、期限に関係なく早めに食べましょう。