나트륨 함량 비교표시로 쉽게 알 수 있어요!



l 총 내용량(120g)당 나트륨 함량이 1790mg인 제품의 경우, 유탕면(국물형) 주요 제품에 대한 나트륨 함량 비율(%)은 90-110% 구간에 있어요

● 나트륨 함량 비교표시제 정의

Ⅰ 동일하거나 유사한 식품종류(식품 유형)에 대하여 나트륨 함량 기준에 따라 비교표시함으로서 소비자가 구매하는 식품의 나트륨 함량정보를 보다 쉽게 알 수 있어요

● 나트륨. 과다섭취의 문제점!







안전하고 건강한 식생활을 위한 식품안전정보포럼

식품안전나라

http://www.foodsafetykorea.go.kr







더 쉽게! 덜 짜게! 딱자 나트륨 함량 비교표시제

식품의약품안전처

우리가 오늘 먹은 식품은 과연 얼마나 짠걸까요? 이제부터 나트륨 함량 비교표시로 더 쉽게 덜 짜게 먹기로 해요!







식품의약품안전처

충청북도 청주시 흥덕구 오송읍 오송생명2로 187 오송보건의료행정타운 식품안전정책국 식품안전표시인증과

나트륨 함량 비교표시, 어떤 내용을 확인해야 할까요?

나트륨 함량 비교표시 체크 포인트!

STEP 01

구매한 제품이 나트륨 함량 비교표시 대상식품인지 확인해요

STEP 02

구매하고자 하는 제품의 영양표시 중 나트륨 함량을 확인해요



STEP 03

나트륨 비교표시도안 내 제품에 함유된 나트륨 함량 구간을 확인해요

STEP 04

"00제품에 표시된 나트륨 함량 QR코드를 스캔하면

나트륨 함량 비교표시도안을 확인할 수 있어요"

나트륨 비교구간을 확인하여 제품의 나트륨 함량이 평균 이상 또는 이하인지 확인해요

나트륨을 적게 먹는 습관을 가지면 심장질환, 고혈압, 위장병, 골다공증, 뇌졸증 등 성인병을 예방할 수 있어요



게품이		00	니다		HEHINS			ਜਰਦ		
유 탕면(국물형) 의 주요 제품에 대한 나트륨 함량 비율(%)										
#당한(국물병/의 구요 제품에 대한 나트륨 임당 미퓰(%)										
0 25 50 70 90 110 130 150 175 200										
I⊢	-	\vdash	ш		\vdash	\vdash		\vdash	\vdash	ı
Ш	ı									П
총 내용량(120g)당 나트륨 함량 1,790mg										
				_	_	_		+	=F120-	

	영양정보	500Kcal
	총 내용량당	1일 영양성분 기준치에 대한 비율
_	나트륨 1,790mg	90%
트	탄수화물 79g	24%
県	당류 4g	4%
	지방 16g	30%
~	h~~~	~~~

확인해보세요!"

"제품의 영양표시도

나트륨 함량 비교표시 대상 식품은?



식품유형	세부분류	해당 제품형태(예시)			
	국물형	잔치국수, 칼국수, 쌀국수 우동, 메밀소바			
국수(스프포함)	비국물형	짜장국수, 비빔국수,비빔 쫄면, 볶음우동, 볶음짬뽕			
	국물형	국물라면, 짬뽕라면, 튀김 우동라면, 카레라면			
유탕면(스프포함)	비국물형	짜장라면, 비빔라면, 볶음라면			
	국물형	물냉면			
냉면 (스프포함)	비국물형	비빔냉면			
	햄버거	새우버거, 불고기버거, 치즈버거			
T MANUT	새드위치	닭가슴살 샌드위치,			

샌드위치

● 나트륨 함량 비교표시도안 예시

즉석섭취식품



도안1) 단위 내용량당



에그샌드위치

도안2) OR코드