

미국의 식품영양표시 준비과정

정 해 랑 / 한국식품연구소 영양연구부

참고자료 1. 소규모기업에 대한 면제범위의 확대
참고자료 2. 식품군별 참고량('93. 8.18자 수정안)
참고자료 3. 표지양식별 예시
참고자료 4. 식품표지관련자료

미국 FDA는 1993년 1월 6일 연방관보에 식품영양표시 규정을 공표한 이래 몇 차례에 걸쳐 기술적 수정안이나 새로운 관련 규정을 발표한 바 있다. 본 자료에서는 그간의 변화된 내용과 이를 알기 쉽게 정리하여 사용에 도움을 주고자 하였다.

영양정보를 표시해야 하는 제품인지를 판단한다.

1. 원칙적으로 1994년 5월 8일 이후 표지를 붙인 모든 가공식품은 영양정보를 표시하여야 한다(93년 8월 18일자 수정안 참조).
2. 해당 기업이 표시면제 기준에 일치하는지를 본다. 101.9(j)(1).
연간 총 판매액 50만불 미만이거나 연간 식품의 판매액이 5만불 미만인 회사에서 생산되는 제품은 영양표시가 면제된다. 그러나 그동안 식품제조업자들로 부터 면제범위의 확대를 끈질기게 요구받은 의회는 93년 8월 6일에, "Nutrition Labeling and Education Act of 1990"의 개정안인 "Nutrition Labeling and Education Act Amendments of 1993"을 통과시켰다. 이 법안에서는, 소규모기업에 대한 원래의 규정은 그대로 둔 채, 종업원수와 연간 판매단위에 따른 면제 규정을 추가하였다. 이 법안에 따라 FDA는 94년 3월 14일 소규모기업의 면제에 대한 규정안을 제안하였다. 본 제안안에 대한 의견제출 기간인 60일 이후 바로 최종안을 공표할 예정으로 있다. 이에 대해서는 참고자료 1의 "소규모기업에 대한 면제범위의 확대"를 참조할 것.
3. 해당 제품이 강제 표시대상에서 면제되는지를 판단한다. 101.9(j).

FDA는 면제대상이거나 5월 8일 이전에 표지를 붙인 수입제품은 701조 entry form에 이를 첨부하도록 권장하고 있다.

4. FDA는 일반 가공식품에 대한 새로운 영양표시 규정을 1993년 1월 4일자로 발표한데 이어, 지난 1994년 1월 4일 비타민, 무기질, 약초 및 기타 유사한 영양물질의 식이보조제에 대한 강제영양표시 및 영양소함량관련 강조표시 규정에 적용하는 시행일자를 1995년 7월 1일로 하는 최종안을 공표했다. 본 조치는 1992년의 식이보조제에 관한 법(Dietary Supplement Act)과 1990년의 영양표시 및 교육법(Nutrition labeling and Education Act)에 따른 것이다.

본 최종안에 따르면 비타민 및 무기질의 식이보조제의 영양표시는 101.36조에 따라 표기해야 하나, 허브나 기타 유사한 영양물질의 식이보조제는 101.9조에 따라 표기하여야 한다.

제품내 영양성분함량을 분석한다.

1. FDA는 각 회사가 어떻게 영양소함량을 결정하여야 하는지에 대해서는 언급하지 않았다. 따라서 그 값이 어떻게 얻어졌는지에 관계없이, 회사는 표지에 적힌 정보의 정확성에 대한 책임을 져야 한다.
2. 표시하여야 할 영양소 및 식품성분 항목 결정. 101.9(c).
 - 101.9(c)에서 제시한 강제표시 항목 및 임의표시 항목 이외에는 “nutrition facts”란 내에 함량을 표시할 수 없다.
 - 붕소나 오메가-3 지방산과 같이, RDI/DRV 가 없는 영양소에 대한 정보는 영양표지의 바깥에 들 수 있다. 이와 같은 정보는 그 량에 관한 표현만 가능하며, 그 영양소의 수준을 특정지워 묘사할 수는 없다(즉 “High in Omega-3”로 표현할 수 없다).
 - 따라서 일단은 강제표시항목으로 된 영양소 및 식품성분의 함량을 분석해 보는 것이 필요하다.
3. 분석방법의 결정
 - 항목별 정의를 잘 이해하여야 한다. 101.9(c).
 - FDA는 분석방법을 지정하지는 않았으나 사후감사에서 1990년도 AOAC 방법을 사용할 것이므로 이를 이용하는 것이 바람직하다.
 - 식품의 종류에 따라 AOAC 중 어떤 방법을 이용할 것인지에 대해서는, “영양표시 분석에 관한 AOAC 실무위원회에서 추천한 영양소별로 적절한 AOAC 분석방법을 참고할 것(식품공업지 93년 7월호 참조).
4. 어디에 분석을 의뢰할 것인가의 결정
 - 원칙적으로 FDA가 승인하는 분석기관은 미국내에도 국외에도 없다. 따라서 어디에 분석을 의뢰할 것인가는, 그 실험실이 정도관리가 잘 되고 있는지 또 AOAC 방법에 어느 정도 익숙한지를 판단하여 제조업자가 임의로 결정하여야 한다.
 - 만일 회사 자체에 실험실이 있으면 자체적으로 분석하는 것도 바람직하다.

1인분량의 결정

1. 해당제품이 139개식품군 중 어디에 속하는지를 판단한다. 101.12 (식품군에 대해서는 1993년 8월 18일의 연방관보에서 93년 1월 6일자의 규정을 수정하였으므로, 수정된 자료를 참조할 것(참고자료 2)).
 - 해당 제품에 대한 참고량을 특별히 설정하거나 개정코자 할 경우에는 101.12(h)의 내용을 첨부하여 FDA에 청원할 수 있다.

2. 해당 식품군의 참고량을 이용하여 제품의 1인분량을 결정한다.
 - 제품유형에 따라 참고량을 이용하여 1인분량을 결정하는 방법이 다르다. 101.9(b)(2)
 - 제품이 섭취전에 물을 첨가하는 등의 조작이 필요한 경우에는 해당 참고량만큼 섭취 바로 직전의 상태로 만드는데 필요한 제품의 량을 말한다.
4. 1인분량의 표기단위 및 표기방법. 101.9(b)(5), 101.9(b)(7).

제공가능횡수의 결정

1. 제공가능횡수의 결정 및 표기방법. 101.9(b)(8).

1인분량내 함유된 영양소의 함량을 계산한다.

1. 흔히 분석에서 얻어진 값이나 데이터베이스에서 온 값은 100g당 혹은 100mℓ 당 값이다. 이와 같은 자료는, 여러 규정에 따라, 영양표지에 적합한 값으로 바꾸어야 한다. 분석된 자료를 이용하여 1인분량당 함유된 영양소의 량을 계산하고, 반올림 규정에 따라 표시값을 결정한다. 101.9(c).
2. 비타민과 무기질의 경우에는 함량값 자체를 표기할 수 없으며 다만 1일 참고치에 대한 비율로만 표시할 수 있다. 101.9(c)(8).
3. 함량은 제품의 포장시 혹은 구입시 상태를 근거로 한다. 101.9(b)(9).
4. 제품의 다른 상태에서 함량표기가 필요한 지를 결정할 것. 101.9(b)(10)과 (11).

영양함량을 1일참고치에 대한 비율로 나타낸다.

1. DV란 RDI 와 DRV를 합한 명칭이다. 따라서 비타민과 무기질은 101.9(c)(8)(iv)의 RDI를 이용하여 비율을 계산하고, 그의 식품성분은 101.9(c)(9)의 RDV를 이용하여 비율을 계산한 후에 그 값을 DV%로 나타내면 된다.

표기양식의 도안

1. 표준 표기양식에 따라 도안한다. 101.9(d)
2. 표준표기 양식에 해당되지 않는지를 판단한다. 101.9(j), (e), (f).
참고자료 3에 양식의 종류별로 견본을 제시하였다.
3. 101.9(d)(10)에 서술된 칼로리전환에 관한 정보는, 원래는 강제표시 사항이었으나, 93년 8월 18일자에 기술적 수정안에서 임의표기 규정으로 바뀌었다.

영양정보는 정보면에 위치한다.

1. 정보면이란, 제일전시면의 오른쪽 면을 말한다. 101.2.
2. 개별포장된 제품이거나 여러가지가 들어 있는제품, 다른 재료를 첨가하여 섭취하는 제품의 경우에는 101.9(h)를 참고한다.

제품내 영양표시 규정에 위배되는 내용이 있는지를 검토한다.

1. 표지내에 101.9(k)에 위배되는 내용이 있는지를 검토한다.
2. 영양소함량 관련 강조표시나 건강관련 강조표시의 기준에 해당한다고 해서 반드시 강조표시할 필요는 없다. 그러나 표지에 강조표시를 하였으면, 그 용어의 사용이 허용된 것인지 또 제품이 그 용어의 사용기준에 적합한지, 강조표시에 따르는 강제표기 문구가 제대로 되었는지를 주의깊게 검토하여야 한다.

기타 요구된 표시규정을 지켰는지를 검토한다.

1. 실중량표기. 101.7.
2. 원재료표기. 101.4
 - 101.100조에서 면제되는 제품을 제외하고는, 동일성기준을 따르는 식품을 포함하여, 식품의 표지나 표시상에는 모든 원재료를 표기하여야 한다. 무게순으로 제일전시면이나 101.2의 규정에 따라 정보면에 표기한다.
3. 주스음료일 경우, 주스비율표기에 관한 규정을 검토할 것. 101.30
4. 참고자료 4에, 식품표지와 관련된 일반적인 내용을 요약 정리하였다.

노트 : 1. 본 자료는 미국의 CFR 21편 101조와 식품표기와 관련된 내용중 새로운 영양표시규정과 관련된 내용을 준비순서에 따라 임의로 나열한 것이다. 따라서 본 자료에서 생략된 내용이 있을 수 있으므로 CFR 규정집과 함께 사용하여야 하며, 본 자료보다 CFR의 내용이 우선되어야 한다.

2. 본문과 관련조항 표기는 미국 CFR 규정의 조항임.

잘못된 Nutrition Facts 예시

다음은 영양표시에서 흔히 범할 수 있는 잘못된 표기사항을 예로들어 설명한 표이다.
 ① <잘못된 양식>

Nutrition Fact	
Serving Size about 200ml	
Servings per Container = 5	
Amount per Servig	
Calories	100
Total fat 0g	0%
Sodium 125mg	5%
Total Carbohydrate 25g	8%
Dietary Fiber 0g	0%
Sugars 21g	
Other Carbohydrates 3g	
Protein less than 1gram	
Vitamin A 0%	Vitamin C 15%
Calcium 4%	Iron 0%
Riboflavin 8%	
Not a significant source of calories from fat, saturated fat cholesterol, dietary fiber, protein	
• Percent Daily Values are based on a 2,000 calories diet.	
• Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.	
Calories : 2,000 2,500	
Total Fat Less than	65g 80g
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
Calories per gram :	
Fat 9. Carbohydrate 4. protein 4	

- ① 모든 정보는 검정 혹은 한가지 색으로 표기한다.(101.9(b)(1)참조).
- ② 이 제목의 활자는 박스내에서 가장 크고 두드러질 것. 복에 딱 차게 표기하여야 한다. 제목은 "Nutrition Facts"이다.
- ③ 주스류의 참고량은 240ml이므로, 본 제품의 1인분량은 "8fl oz (240ml)"로 표기해야 한다.(101.12 조 tabel 2 및 101.9(b)(2)참조)
- ④ 본 제품의 제공가능 열수는 1000 (실중량) ÷ 240(1인분량)으로, 반을 곱하여 "about 4 servings"로 표기한다. "≈"은 쓸 수 없다(101.9(b)(8)참조).
- ⑤ 어떤 영양소는 다른 영양소에 비해 더 굵은 활자를 사용해야 하며 들여서 써야 한다.(101.9(d), 101.9(c) 참조).
- ⑥ % Daily Value행이 빠졌음(101.9(d)(6)참조).
- ⑦ 두드러지게 표기할 수 없다.
- ⑧ 본 정보는 93년 8월 18일자 수정안에 의해, 강제표시에서 임의표시 항목으로 되었다.

<표준 양식>

Nutrition Facts	
Serving Size 1 cup (228g)	
Servings Per Container 2	
Amount Per Serving	
Calories 260 Calories from Fat 120	
% Daily Value*	
Total Fat 13g	20%
Saturated Fat 5g	25%
Cholesterol 30mg	10%
Sodium 660mg	28%
Total Carbohydrate 31g	10%
Dietary Fiber 0g	0%
Sugars 5g	
Protein 5g	
Vitamin A 4%	Vitamin C 2%
Calcium 15%	Iron 4%
• Percent Daily values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs :	
Calories : 2,000 2,500	
Total Fat Less than	65g 80g
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
Calories per gram :	
Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4	

참고자료 1. 소규모기업에 대한 면제범위의 확대

94년 3월 14일 FDA는 소규모기업에 대한 영양표시의 면제범위를 상당폭 확대하는 제안규정을 발표하였다. 그러나 표지나 표시상에 영양소나 건강과 관련하여 강조표시한 제품에 대해서는 면제에서 제외된다. 본 제안규정에 대한 의견조회 기간은 60일이며 이 기간이 끝난 직후 최종안을 공표할 예정으로 있다. 따라서 최종안에서 약간의 내용수정이 있을 수 있다.

1. 관련조항. 미연방규정집(Code of Federal Regulation) 21편. 101.9(j)(18).

2. 확대된 면제 범위 : 다음에 해당되는 제품은 12개월간 영양표시가 면제된다.

- 1) 지난 12개월동안 회사의 종일제 종업원이 평균 100명 이하일 것. 또한
- 2) 지난 12개월동안 해당 제품의 미국내 판매량이 10만개 미만이거나, 해당 제품이 그 기간 동안 판매되지 않았으면 면제 기간 동안 10만개 미만이 판매될 것으로 예상되는 것

3. 경과조치

1) 앞으로 3년에 걸쳐 단계적으로 다음과 같이 경과 조치를 둔다.

- 94년 5월 8일 : 종업원 300명 이내 및 판매량 60만개 이하
- 95년 5월 8일 : 종업원 300명 이내 및 판매량 40만개 이하
- 96년 5월 8일 : 종업원 200명 이내 및 판매량 20만개 이하
- 97년 5월 8일 : 종업원 100명 이내 및 판매량 10만개 이하

2) 따라서 94년 5월 8일 현재 종업원이 300명 이내이고 12개월 동안의 미국내 판매량이 60만개 미만이면 일단 영양표시 규정에서 면제된다. 여기서 매우 중요한 것은, 94년 5월 8일부터 95년 5월 7일까지 1년 동안 면제받기를 원하는 기업은 94년 5월 7일까지 FDA에 서류를 제출하여야 한다는 점이다.

4. 관련 용어의 정의

1) Unit(개수) :

포장된 것 하나, 또는 포장되지 않았다면 소비자에게 판매시의 제품형태를 의미한다. 즉 완전히 표시된, 소비자에게 판매되는 형태의, 캔, 병, 박스, 봉지 등이 그 제품의 개수가 된다.

예 : - 청량음료의 경우, 완전히 표시된 12온스짜리 캔 12팩이나 24팩은 각각 12개 혹은 24개가 된다. 반면 4온스짜리 용기 6개가 들어 있는 푸딩포장은, 각각의 용기가 완전히 표시되지 않았으면(즉 101.9조(8)(15)에 해당하면), 그 6개가 들어 있는 포장에 한 개가 된다.

- 포장된 상태가 아니고 벌크제품이나 갯수로 판매되는 제품은, 통상 그 식품의 판매시의 형태로 unit를 결정. 예로써 파운드 당으로 판매되는 밀가루의 경우, 2000 파운드짜리 큰 통에 들은 밀가루는 2000 unit가 됨.

- 포장크기에 관계없이 제품의 총 판매 갯수가 면제기준 이하여야 한다. 예를 들어 10온스 병, 12온스 캔, 16온스 병, 1리터 병, 2리터 병 음료를 제조하는 회사의 경우 그 음료가 면제될려면, 미국 내에서 판매되는 이 5가지 포장형태의 총 갯수가 60만개 이하여야만 면제된다.

2) Food product(식품) :

한 제조자에 의해 제조되었거나, 또는 같은 상품명(예 : 블랙바)과 같은 통상명칭(예 : 초코렐바)을 표시하고 있고 비슷한 제조공정을 거쳐 생산되는 모든 크기의 포장된 식품. 이 3가지를 모두 만족해야 동일제품이며, 이 중 하나 이상이 다르면 다른 제품으로 본다.

- “통상명칭(statement of identity)”은 101.3(b)를 참고할 것.
- “비슷한 제조공정(similar preparation method)”은, 사용원료의 결정단계부터 최종제품의 가공에 사용된 모든 단계에서 제조상의 차이가 있으면, 다른제품으로 본다.
- 예 : 같은 통상명칭과 유사한 제조방법을 가지고, 두 다른 회사에서 제조되었더라도 같은 상품명을 가지면, 동일 제품이다.
- 표시제조자(주 : 타 제조회사에 제품의 제조, 포장을 의뢰하고, 그 제품에 자기명칭을 부착한 자. 예를 들어 롯데제과가 우성제과에 롯데 블랙마의 제조, 포장을 의뢰했다면 롯데제과가 표시제조자임)는, 서로 다른 회사의 상품명으로 포장하더라도 같은 통상명칭을 가지는(비슷한 제조방법으로 가정하고) 제품은 모두 동일제품의 갯수로 센다.
- 반면 동일회사에서 만들어지고(혹은 동일 상품명을 가지고) 동일 통상명칭을 가진 제품이라도, 두 제품의 영양성분이 다르거나(한 아이스크림은 견과류로 만들고 다른 하나는 그렇지 않은 것) 혹은 다른 제조공정을 썼을 경우(하나는 통조림으로 다른 하나는 냉동으로) 등과 같이, 제조방법이 다르면 동일제품으로 보지 않는다.

3) Person(인원) :

그 회사에선 일하는 모든 내외국인.

4) Full-time equivalent employees(전업과 동일수준의 고용자) :

회사에 서비스를 제공한 사람에게 지급된 총 시간급수를, 1년간 근무시간인 2080시간(즉, 40시간×52주)으로 나눈 수. 그 회사의 생산직, 사무직, 판매배달직, 영업직, 계약직까지 포함되며, 미국내의 제품 판매에 종사하는 사람 수로 한정되지 않는다.

5. 소규모기업 식품표시 면제 통고

1) 면제조건

제품이 소량제품에 대한 면제에 해당되는 지는 다음 4가지 요인에 근거한다. 따라서 소량제품에 대한 면제는, 면제가 시행되는 12개월이 시작되기 전에 FDA에 통고한 제품에만 허용된다.

- 제품의 미국내 판매량
- 전업과 동일수준의 평균 고용자 수
- 제품표시상에 영양정보나 다른 영양강조표시를 하지 않을 것
- 기일내에 FDA에 면제 신고서를 제출한 것

2) 통고내용

- 회사명과 주소
- 지난 12개월 간 고용된 평균 종일제 종업원 수
- 지난 12개월간 미국내에서 판매된 해당 제품의 대략적 갯수. 전에 판매되지 않은 제품은 앞으로 12개월 동안의 예상 판매 갯수

3) 통고 후의 조치

- 면제가 시행되기 전에 FDA의 활동, 검토, 승인 등이 필요하지는 않다. 단 FDA가 통고를 검토한 후 추가 정보를 요청할 수 있다.

4) 경과조치

- 94년 5월 8일부터 1년간 면제를 원하는 기업은 시일이 촉박하므로, 최종안이 발표되기 전에는 본 제안안에 따라 면제를 요청해도 좋다.

5) 통고양식

- 정해진 양식은 없다. 그러나 여러 요청에 따라 FDA가 양식의 모델을 다음과 같이 제시하였다.

6) 잘못된 정보를 제출한 데 대한 법적 책임은 서명자에게 있다.

소규모 기업의 표시 면제 통고 양식

(타자하거나 분명하게 인쇄할 것)

1. Name of Firm _____

2. Firm Address _____
_____ State _____ Zip _____

3. Name of Food product for which Exemption is Claimed.(필요할 경우 연속용지를 사용할것)

4. Name and address of the manufacturers of the products listed in item 3 if different than the firm listed in item 1.(필요한 경우 연속용지를 사용할것)

5. Average number of Full-Time Equivalent Employees _____ (1993년 5월 8일~1994년 5월 7일까지 기간 동안)

6. Approximate Total Number of Units sold in United States between May 8, 1993, and May 7, 1994. (필요한 경우 연속용지를 사용할것)

No. of Units	Product
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

7. The undersigned certifies that the above information is a true and accurate representation of the operations of _____ (회사명)

The undersigned will notify the Office of Food Labeling of the date on which the average number of full-time equivalent employees or the number of units of food products sold in the United States exceeds the applicable number for the exemption which is being claimed herein.

(Signature)

(Title)

소규모 기업의 표시 면제 통고 양식 지침서

(보낼곳 : Office of Food Labeling (HFS-150), Center for Food Safety and Applied Nutrition,
Food and Drug Administration, 200C St. SW., Washington, DC 20204)

1. Name of Firm(회사명) : 합법적인 회사명을 적을것
2. Firm Address(회사주소) : 본사(principal place of business)의 우편 주소를 적을것
3. Name of the food product for which exemption is claimed(면제를 요구하는 제품명) : 면제를 요구하는 제품 각각의 이름을 적을것. 필요하다면 연속용지를 사용할 것.
4. Name and address of manufacturer(제조업자의 이름과 주소) : 면제를 요구하는 제품 제조업자의 이름과 주소지가, 면제를 요청한 회사명과 회사 주소지와 다를 경우 적을것.
5. Average number of Full-Time Equivalent Employees(평균 전업과 동일수준의 고용자 수) : 면제를 요구한 이전 연도동안에 회사에 근무했던 고용자의 대략적인 평균 인원수를 적을 것. 평균 인원수에는 회사와 그 계열 회사에 근무하는 모든 사람을 포함시킨다. 고용자의 평균 인원수는 다음 공식으로 계산할 것. Employee hours에는 고용자의 연장 근무시간도 포함시킨다.

평균 종일제 종업원 수 =

고용자에게 지급된 총 시간 급수/1년간 근무시간인 2080시간

6. Approximate Total Number of Units sold in United States between May 8, 1993, and May 7, 1994 (1993년 5월 8일에서 1994년 5월 7일 까지 미국에서 판매한 대략적인 전체 갯수) : 3항에 나열된 제품의, 1993년 5월 8일에서 1994년 5월 7일까지 미국에서 판매된 전체 갯수를 적을것. 필요하다면 연속용지를 사용할 것. 제품은 포장 크기에 관계없이, 단일 제조업자가 제조하였거나, 동일 상표명과 동일 통상 명칭으로 표기되고 제조 방법이 유사한 것을 말한다. 대략적인 전체 갯수는 그 제품이 소비자에게 판매되는 모든 크기의 제품 갯수의 합을 말한다.
7. Certification(보증) : 서식 용지에 기입한 내용의 신빙성을 보증할 수 있는 회사의 책임자가 서명해야 한다. 본 양식에 서명한 자는, 전임 고용인 수 또는 미국에서 판매한 제품의 전체 갯수가 면제 기준을 초과할 경우, Office of Food Labeling에 이를 통지하여야 한다.

참고자료 2. 식품군별 참고량 (93년 8월 18일자 수정분)

표 1. 매회 통상 소비 참고량 : 영아와 유아식품^{1,2,3,4}

제 품 군	참 고 량	표 지 문 구 ⁵
곡류제품, 즉석건조식품 곡류제품, prepared, ready-to-serve 그 외 곡류제품과 곡식제품, dry ready-to-eat, 예, ready-to-eat cereals, 과자류, 발치용 비스켓와 토스트	15g 110g 7g for infants and 20g for toddlers for ready-to-eat cereals; 7g for all others	cup (___ g) cup(s) (___ g) cup(s) (___ g) for ready-to-eat cereals; piece(s) (___ g) for others
식사류, 후식, 과일, 채소류 또는 스프, 건조혼합물 식사류, 후식, 과일, 채소류 또는 스프, ready-to-serve, junior type	15g 110g	tbsp(s) (___ g); ___ cup(s) (___ g) cup(s) (___ g); ___ cup(s) (___ mL)
식사류, 후식, 과일, 채소류 또는 스프, ready-to-serve, strained type	60g	cup(s) (___ g); ___ cup(s) (___ mL)
식사류, 유아용 스프 또는 스프류, ready-to-serve	170g	cup(s) (___ g); ___ cup(s) (___ mL)
유아용 과일류, ready-to-serve	125g	cup(s) (___ g)
유아용 채소류, ready-to-serve	70g	cup(s) (___ g)
달걀류/달걀노른자, ready-to-serve	55g	cup(s) (___ g)
주스류, 모든종류	120mL	4 fl oz (120 mL)

- 1 이 수치는 매회 통상 소비 참고량을 나타내며, 1977년~1978년과 1987년~1988년 사이에 U.S. Department of Agriculture가 집행한 전국식품소비조사에서 주로 유추되었다.
- 2 참고량에 대한 다른 언급이 없으면, 참고량은 제품의 ready-to-serve 형태 혹은 almost ready-to-serve 형태이다(즉, 가열해서 serve하거나, 구워서 serve 한다). 만약 따로 표기되지 않았으면, unprepared form(예, 건조곡류)에 대한 참고량은 prepared form의 참고량 1단위를 만들기 위한 양이다. prepared는 섭취준비상태를 의미한다(예, cooked).
- 3 제조업자는 21 CFR 101.9조(b) 철차에 따라 특정 제품에 가장 적절한 기정용단위를 사용하여 참고량을 표지 일인분량 크기로 바꿔야 한다.
- 4 각 제품 분류에 대한 제품목록은 Office of Food Labeling(HFS-150), Center for Food Safety and Applied Nutrition, Food and Drug Administration, 200 C St. SW, Washington, DC 20204에서 구할 수 있다.
- 5 표지문구는 제조업자에게 표지상의 일인분량표현에 대한 지침을 제공하는 것이지만, 꼭 그렇게 해야 하는 것은 아니다. "piece"라는 용어는 따로 떨어져 있는 단위의 총체적인 표현으로 사용된다. 제조업자는 특정 제품에 가장 적절한 단위를 사용해야 한다(예, sandwich for sandwiches, cookie for cookies, and bar for frozen novelties).

표 2. 매회 통상 소비 참고량 : 일반식품^{1,2,3,4}

분류	계 품 군	참 고 량	표 지 문 구 ⁵
제과류	비스켓, 크로와상, bagel, tortillas, soft bread sticks, soft pretzels, corn bread, hush puppies	55g	_____ piece(s) (_____ g)
	빵류 (sweet quick type은 제외), rolls	50g	_____ piece(s) (_____ g) for sliced bread and distinct pieces (예, rolls); 2 oz(56g/ _____ inch slice) for unsliced bread
	Bread sticks... 크래커류 참조 Toaster pastries... 커피케익 참조 Brownies	40g	_____ piece(s) (_____ g) for distinct piece; fractional slice (_____ g) for bulk _____ piece(s) (_____ g) for distinct piece(예, slice or individually packaged products); _____ fractional slice(_____ g) for large discrete units _____ piece(s) (_____ g) for distinct pieces(예, cupcake); _____ fractional slice(_____ g) for large discrete units
케익류, heavy weight(치즈케익; 파인애플혼합케익; 과일, 견과류, 채소의 무개가 완제품무개의 35% 이상인 케익, 견과류케익, 채스케익) ⁶	80g	_____ piece(s) (_____ g) for distinct pieces(예, cupcake); _____ fractional slice(_____ g) for large discrete units	
케익류, medium weight(light weight cake을 제외하고 icing이나 filling이 있거나 없는 화학적으로 발효된 케익; 과일, 견과류, 채소의 무개가 완제품무개의 35% 미만인 과일케익, 견과류케익, 채스케익; light weight cake with icing; Boston cream pie; cupcake; éclair; 슈크림) ⁷	55g	_____ piece(s) (_____ g) for distinct pieces(예, sliced or individually packaged products); _____ fractional slice(_____ g) for large discrete units	
케익류, light weight(angel food, chiffon, or sponge cake without icing or filling) ⁸	55g	_____ piece(s) (_____ g) for sliced bread and distinct pieces(예, 도너츠); 2 oz(56 g/visual unit of measure) for bulk products(예, unsliced bread)	
커피케익, crumb cakes, 도너츠, Danish, sweet rolls, sweet quick type breads, muffins, toaster pastries	55g	_____ piece(s) (_____ g) for distinct pieces(예, sliced or individually packaged products); _____ fractional slice(_____ g) for large discrete units	

분류	제품군	참고량	표지문구 ⁵
제과류	쿠키류 크래커류, 스넥으로 보통 사용되지 않는 제 품, melbaltost, hard bread sticks, ice cream cones ⁹ 크래커류, 보통 스넥용 CROUTONS 포렌치 토스트, 팬케익, variety mixes	30g 15g 30g 7g 110g prepared for french toast and pan- cakes; 40g dry mix for variety mixes	piece(s) (___ g) piece(s) (___ g) piece(s) (___ g) ___ tsp(s) (___ g); ___ cup(s) (___ g); piece(s) (___ g) for large pieces piece(s) (___ g); ___ cup(s) (___ g) for dry mix piece(s) (___ g)
음료류	숙(filling)이나 coating이 있거나 없는 곡식 빵(grain-based bar), 예, breakfast bars, granola bars, rice cereal bars 아이스크림 콘·크래커류 참조 파이, cobbler, fruit crisps, turnovers, 그외 pastries 파이 껍질 (pie crust) 피자껍질 (pizza crust) 타코셸(taco shells), 딱딱한 제품 와플 탄산음료와 비탄산음료, 와인쿨러, 물 커피 또는 차, flavored and sweetened	125g 1/6 of 8 inch crust; 1/8 of 9 inch crust 55g 30g 85g 240mL 240mL prepared	piece(s) (___ g) for distinct pieces; fractional slice(___ g) for large discrete units 1/6 of 8 inch crust(___ g); 1/8 of 9 inch crust(___ g) fractional slice(___ g) shell(s) (___ g) piece(s) (___ g) 8 fl oz (240mL) 8 fl oz (240mL)
제과류	아침식사용 씨리얼, ready-to-eat, 한 컵당 20g미만, 예, plain puffed cereal grains	1 cup prepared; 40g plain dry cereal; 55g flavored, sweetened dry cereal 15g	cup(s) (___ g) cup(s) (___ g) cup(s) (___ g)

분류	계 품 군	참 고 량	표 지 문 구 ⁵
유제품 과 그 대체식 품	아침 식사용 씨리얼, ready-to-eat, 한 컵당 20g이상 43g미만; 100g당 28g이상 섬유소를 함유한 high fiber cereals 아침 식사용 씨리얼, ready-to-eat, 한 컵당 43g이상; biscuit types	30g	____ cup(s) (____ g) ____ piece(s) (____ g) for large distinct pieces (예, biscuit type); ____ cup(s) (____ g) for all others
	밀기울 또는 맥아(Bran or wheat germ) 밀가루 또는 옥수수가루 곡물류(Grains), 예, 쌀, 보리, plain	15g 30g 140g	____ tsp(s) (____ g); ____ cup(s) (____ g) ____ tsp(s) (____ g); ____ cup(s) (____ g) ____ cup(s) (____ g)
	파스타, plain	140g dry prepared; 55g	____ cup(s) (____ g); ____ piece(s) (____ g) for large pieces(예, large shell or lasagna noodles) or 2 oz(56 g/visual unit of mea- sure)for dry bulk products(예, 스파게티)
	파스타, 건조형, ready-to-eat, 예, fried can- ned chow mein noodles 진분류, 예, 옥수수전분, 감자전분, tapioca 등 Stuffing	25g 10g 100g	____ cup(s) (____ g) ____ cup(s) (____ g) ____ cup(s) (____ g)
치즈, cottage 치즈, 재료용, 예, dry cottage cheese, ricotta cheese	110g 55g	____ cup(s) (____ g) ____ cup(s) (____ g)	
치즈, grated hard, 예, Parmesan, Romano 치즈, 다룬 분류에 없는 모든 종류의 치즈.. cream cheese와 cheese spread 포함	5g 30g	____ tbsp(s) (____ g) ____ piece(s) (____ g) for distinct pieces; ____ tbsp(s) (____ g) for cream cheese and cheese spread; 1 oz(28g/visual unit of measure)for bulk	
치즈소스..소스류 참조 크림 또는 그 대체식품, 액상 크림 또는 그 대체식품, 분말 크림, half & half	15mL 2g 30mL	1 tbsp(15mL) ____ tsp(s) (____ g) 2 tbsp(30mL)	

분류	제품군	참고량	표지문구 ⁵
후식	에그노크(Eggnog) 우유, 연유(condensed), 희석되지 않은 것 우유, 농축우유(evaporated), 희석되지 않은 것 우유, milk-based drinks, 예, 아침식사대용 죽식 코코아 쉐이크 또는 그 대체식품, 예, dairy shake mixes, fruit frost mixes 사워 크림(sour cream) 요구르트	120mL 30mL 30mL 240mL 240mL 30g 225g	1/2 cup(120mL); 4 fl oz(120mL) 2 tbsp(30mL) 2 tbsp(30mL) 1 cup(240mL); 8 fl oz(240mL) 1 cup(240mL); 8 fl oz(240mL) tbsp (___g) cup (___g)
	아이스크림, ice milk, frozen yogurt, sherbet : all types, bulk and novelty(예, bars, sandwiches, cones) Frozen flavored and sweetened ice and pops, frozen fruit juices : all types, bulk and novelties(예, bars, cups) Sundae 키스타드, 젤라틴 또는 푸딩	1/2 cup-includes the volume for coatings and wafers for the novelty type varieties 85g 1 cup 1/2 cup	___ piece(s) (___g) for individually wrapped or packaged products; 1/2 cup(___g) for others ___ piece(s) (___g) for individually wrapped or packaged products; ___ cup(s)(___g) for others 1 cup(___g) ___ piece(s) (___g) for distinct unit(예, individually packaged products; 1/2 cup(___g) for bulk ___ tbsp(s) (___g) 2 tbsp(___g); 2tbsp(60mL)
후식용 토핑과 추(fill-ing)	Cake frostings 또는 icings 그외 후식용 토핑, 예, 과일, 시럽, spreads, marshmallow cream, 건과류, dairy and nondairy whipped toppings 파이추	35g 2tbsp 85g	___ piece(s) (___g) for discrete pieces; ___ cup(s) (___g) 1 large, medium, etc.(___g) ___ cup(s) (___g); ___ cup(s) (___mL)
	달걀과 그 대체식품	달걀혼합물, 예, egg foo young, scrambled eggs, omelets 달걀(모든 크기) ⁹ 달걀대체식품	110g 50g An amount to make 1 large(50g) egg

분류	제품군	참고량	표지문구 ⁵
지방과 유지류	버터, 마아가린, 유지, 소트닝 버터 대용품, 분말 드레싱, 셀러드용 마요네즈, 샌드위치용 스프레드, mayonnaise -type dressings	1tbsp 2g 30g 15g	1 tbsp (___ g); 1 tbsp (15mL) ___ tsp(s) (___ g) ___ tbsp (___ g); ___ tbsp (___ mL) ___ tbsp (___ g)
생선, 조개, 야생조 수류 ¹⁰ , 육류나 가금류 대체품	분사식 베이컨 대체식품, 통조림된 멸치류 ¹¹ , 멸치페 이스트, caviar 건조물, 예, jerky Entrees with sauce, 예, fish with cream sauce, shrimp with lobster sauce Entrees without sauce, 예, plain or fried fish and shellfish, fish and shellfish cake	0.25g 15g 30g 140g cooked 85g cooked; 110g un- cooked ¹²	About ___ seconds spray (___ g) ___ piece(s) (___ g) for discrete pieces; ___ tsp(s) (___ g) for others ___ piece(s) (___ g) ___ cup(s) (___ g); 5 oz (140g/visual unit of measure) if not measurable by cup ___ piece(s) (___ g) for discrete pieces; ___ cup(s) (___ g); ___ oz (___ g/visual unit of measure) if not measurable by cup ¹³ ___ piece(s) (___ g) for discrete pieces; ___ cup(s) (___ g); 2 oz (56g/ ___ cup) for products that are difficult to measure the g weight of cup measure(예, tuna); 2 oz (56g/ ___ pieces) for products that naturally vary in size(예, sardines) ___ piece(s) (___ g) for discrete pieces(예, slices, links); ___ cup(s) (___ g); 2 oz (56g/ visual unit of measure) for nondiscrete bulk product
	Luncheon meat, meat spreads, Canadian bacon, sausages and frankfurters 대 체품 훈제시커거나 초절인(pickled) ¹¹ 생선, 조개, 혹은 야생조수류 ¹⁰ ; 생선, 조개 스프 레드 Substitutes for bacon bits... 기타식품군 참조	55g 55g	___ piece(s) (___ g) for distinct pieces(예, slices, links) or ___ cup(s) (___ g); 2 oz (56g /visual unit of measure) for nondiscrete bulk product

분류	세 품 군	참 고 량	표 치 문 구 ⁵
과일류 및 주스류	당장류 또는 초절임류(Candied or pickled) ¹¹ 탈수과일...스넥류 참조 건조류 과일류, 장식용 또는 향미용, 예, maraschino cherries ¹¹ 과일 레리취(relishes), 예, cranberry sauce, cranberry relish 재료용 과일, avocado 그 외 재료용 과일(cranberries, lemon, lime)	30g 40g 4g 70g 30g 55g	____ piece(s) (____ g) ____ piece(s) (____ g) for large pieces(예, dates, figs, prunes); ____ cup(s) (____ g) for small pieces(예, 건포도) 1 cherry(____ g) ____ cup(s) (____ g) See footnote 13 ____ piece(s) (____ g) for large fruits; ____ cup(s) (____ g) for small fruits measurable by cup ¹³ See footnote 13 ____ piece(s) (____ g) for large pieces(예, strawberries, prunes, apricots, etc.); ____ cup(s) (____ g) for small pieces(예, blueberries, raspberries, etc.) ¹³ 8 fl oz(240mL) 1 tsp(5mL)
콩 류	두부 ¹¹ , tempeh 콩류, 넉타클, 과일 음료류 주스류, 재료용, 예, 데몬쥬, 라임쥬 콩류, plain or in sauce	240mL 5mL 85g 130g for beans in sauce or canned in liquid; and refried beans prepared; 90g for others prepared; 35g dry	____ piece(s) (____ g) for discrete pieces; 3 oz (84g/visual unit of measure) for bulk products ____ cup (____ g)
기타 식품군	베이킹파우더, 베이킹소다, 펙틴 제과용 장식류, 예, 쿠키, 케익의 장식용 후 설탕과 sprinkles	1g 1 tsp or 4g if not measurable by teaspoon	____ tsp(____ g) ____ piece(s) (____ g) for discrete pieces; 1/4 tsp(____ g)

분류	계 품 군	참 고 량	표 지 문 구 ⁵
혼합 음식물	Batter mixes, bread crumbs	30g 30mL	___ tbsp(s) (___ g); ___ cup(s) (___ g) 2 tbsp(30mL)
	조리용 포도주 Drink mixers(without alcohol)	Amount to make 240 mL drink(without ice)	___ fl oz(___ mL)
	검류 ⁹ Meat, poultry and fish coating mixes, dry; 건 조된 조미 혼합물, 예, chili seasoning mixes, pasta salad seasoning mixes	Amount to make one reference amount of final dish	___ piece(s) (___ g) ___ tsp(s) (___ g); ___ tbsp(s) (___ g)
	Salad and potato toppers, 예, salad crunchies, salad crispins, substitutes for bacon bits	7g	___ tbsp(s) (___ g)
	소금, 그 대체식품, 조미 소금(예, garlic salt)	1g	___ tsp(s) (___ g); ___ piece(s) (___ g) for discrete pieces(예, individually packaged products)
	향료, 허브(식이보조제가 아닌것)	1/4 tsp or 0.5g if not measurable by tea- spoon	1/4 tsp(___ g); ___ piece(s) (___ g) if not measurable by teaspoons(예, 월계수잎)
	관습적인 식품형태가 아닌 식이보조제	그 표지에서 1회 섭취 권장량의 최대값. 혹은 권장량이 없으 면 1단위. 예: tablet, capsule, packet, tea- spoonful ¹⁰	___ tablet(s) , ___ capsule(s), ___ packet(s), ___ tsp(s) (___ g) 등
	cup을 측정할 수 있는 것, 예, casseroles, hash, macaroni and cheese, pot pies, spaghetti with sauce, stews, 등	1 cup	1 cup(___ g)
	cup으로 측정할 수 없는 것, 예, burritos, egg rolls, enchiladas, pizza, pizza rolls, quiche, 모든 형태의 sand- wiches	140g add 55g for products with gravy or sauce topping, 예, enchilada with cheese sauce, crepe with white sauce ¹⁴	___ piece(s) (___ g) for discrete pieces; ___ fractional slice(___ g) for large discrete units

분류	재 품 군	참 고 량	표 기 문 구 ⁵
견과류 와 종 실류	견과류, 종실류와 혼합물, 모든형태; sliced, chopped, slivered, and whole	30g	piece(s) (____ g) for large pieces(예, un- shelled nuts); ____ tbsp(s) (____ g); ____ cup (s) (____ g) for small pieces(예, 땅콩, 헤바 라기씨)
감자류 와 고 구마류 /양	Nut and seed butters, pastes, or creams 코코넛, nut and seed flours French fries, hash browns, skins, or pancakes Mashed, candied, stuffed, or with sauce	2 tbsp 15g 70g prepared; 85g for frozen unprepared french fries 140g	2 tbsp(____ g) tbsp(s) (____ g); ____ cup (____ g) piece(s) (____ g) for large distinct pieces (예, patties, skins); 2.5 oz(70g/ ____ pieces) for prepared fries; 3 oz(84g/ ____ pieces) for unprepared fries piece(s) (____ g) for discrete pieces(예, stuffed potato); ____ cup(s) (____ g) piece(s) (____ g) for discrete pieces; cup(s) (____ g) for sliced or chopped prod- ucts
셀러드 류	Plain, fresh, canned, or frozen	110g for fresh or fro- zen; 125g for vacuum packed; 160g for can- ned in liquid	cup (____ g) cup(s) (____ g) cup(s) (____ g)
소스, D IPS,GR AVIES 와 양 념류	셀러드 셀러드 파스타 또는 감자 셀러드 그외 모든셀러드, 예, 달걀, 생선, 조개, 콩, 파일이나 야채셀러드 마베큐 소스, hollandaise sauce, 타르타르 소 스, other sauces for dipping(예, mustard sauce, sweet and sour sauce), all dips(예, bean dips, dairy- based dips, salsa) Major main entree sauces, 예, 스파케티 소스 Minor main entree sauces(예, 피자소스, pesto sauce), 트핑용 other sauces (예, gravy, white sauce, cheese sauce), cocktail sauce 주양념, 예, 케찹, 스테이크 소스, 간장, 식 초, teriyaki sauce, 마리네이드	2tbsp 125g 1/4cup 1tbsp	2 tbsp(____ g); 2 tbsp(60mL) cup (____ g); ____ cup(s) (____ mL) 1/4 cup(____ g); 1/4 cup(120mL) 1 tbsp(____ g); 1 tbsp(15mL)

분류	제품군	참고량	표지문구 ⁵
스낵류	부양념, 예, 양고추냉이, hot sauces, 겨자, 우스터 소스	1tsp	1tsp (___ g); 1 tbsp (15mL)
스프류	모든 종류	245g	___ cup (___ g); ___ cup or (___ mL)
당류와 사탕	Baking candies (예, chips)	15g	___ piece(s) (___ g) for large pieces; ___ tbsp(s) (___ g) for small pieces; 1/2 oz (14g/visual unit of measure) for bulk products
	Hard candies, breath mints	2g	___ piece(s) (___ g)
	Hard candies, roll-type, mini-size in dispenser packages	5g	___ piece(s) (___ g)
	Hard candies, others	15g	___ piece(s) (___ g) for large pieces; ___ tbsp(s) (___ g) for "mini-size" candies measurable by tablespoon; 1/2 oz (14g/visual unit of measure) for bulk products
	그 외 모든 캔디류	40g	___ piece(s) (___ g); 1 1/2 oz (42g/visual unit of measure) for bulk products
	정제 가루 설탕	30g	1 tbsp (___ g); 1 tbsp (15mL)
	꿀, 잼, 젤리, fruit butter, 당밀	1tbsp	___ cup(s) (___ g) for small pieces; ___ piece(s) (___ g) for large pieces
	머시 펠로우	30g	tsp (___ g); ___ piece(s) (___ g) for discrete pieces (예, sugar cubes, individually packaged products)
	설탕	4g	___ tsp(s) (___ g) for solids; ___ drop(s) (___ g) for liquid; ___ piece(s) (___ g) (예, individually packaged products)
	당대체 식품	An amount equivalent to one reference amount for sugar in sweetness	

분류	제품군	참고량	표치문구 ⁵
야채류	시럽	30mL for syrups used primarily as and ingredient (예, light or dark corn syrup); 60mL for all others	2tbsp (30mL) for syrups used primarily as an ingredient; 1/4 cup (60mL) for all others
	야채류, 주로 장식용 또는 향미용, 예, pimento, parsley Chili pepper, green onion	4g 30g	piece(s) (___ g); 1tbsp(s) (___ g) for chopped products piece(s) (___ g); ¹³ 1tbsp(s) (___ g); ___ cup(s) (___ g) for sliced or chopped products piece(s) (___ g) for large pieces(예, brussel sprouts); ___ cup(s) (___ g) for small pieces(예, cut corn, green peas); 3 oz (84g/visual unit of measure) if not measurable by cup ¹³
	그 외 모든 야채류, without sauce : fresh, canned, or frozen	85g for fresh, or frozen; 95g for vacuum packed; 130g for canned in liquid, cream-style corn canned stewed tomatoes, pumpkin, or winter squash	piece(s) (___ g) for large pieces(예, brussel sprouts); ___ cup(s) (___ g) for small pieces(예, cut corn, green peas); 4 oz (112g/visual unit of measure) if not measurable by cup
	그 외 모든 야채류, with sauce; fresh, canned, or frozen	110g	piece(s) (___ g); ___ tbsp(s) (___ g) for sliced products 1 oz (28g/visual unit of measure) tbsp(s) (___ g) tbsp(s) (___ g) cup (___ g); ___ cup (___ mL)
	야채주스 올리브류 ¹¹	240mL 15g	8 fl oz (240mL) piece(s) (___ g); ___ tbsp(s) (___ g) for sliced products
	피클류, 모든 형태 ¹¹ 피클 레리쉬 야채페이스트, 예, tomato paste 야채소스 또는 퓨레, 예, tomato sauce, tomato puree	30g 15g 30g 60g	1 oz (28g/visual unit of measure) tbsp(s) (___ g) tbsp(s) (___ g) cup (___ g); ___ cup (___ mL)

NOTES

- 1 이 수치는 식품의 매회 통상 소비 참고량(식용부분)을 나타내며, 1977년~1978년과 1987년~1988년 사이에 USDA가 집행한 전국식품소비조사에서 주로 유추되었다.
- 2 참고량에서 다른 언급이 없으면, 참고량은 제품의 ready-to serve 형태 혹은 almost ready-to-serve 형태이다(즉, 가열해서 serve하거나, 구워서 serve한다). 만약 따로 표기되지 않았으면, unprepared form(예, 건조혼합물; 농축물; 가루반죽; 반죽; dry, fresh, and frozen pasta)에 대한 참고량은 prepared form의 참고량 1 단위를 만들기 위한 양이다. prepared는 섭취 준비상태를 의미한다(예, cooked).
- 3 제조업자는 21 CFR 101.9조(b) 절차에 따라 특정 제품에 가장 적절한 가정용 단위를 사용하여 참고량을 표기 일인분량 크기로 바꿔야 한다.
- 4 각 제품 분류에 대한 제품목록은 Office of Food Labeling(HFS-150), Center for Food Safety and Applied Nutrition, Food and Drug Administration, 200 C St. SW, Washington, DC 20204에서 구할 수 있다.
- 5 표지문구는 제조업자에서 표지상의 일인분량크기 표현에 대한 지침을 제공하는 것이지만, 꼭 그렇게 해야 하는 것은 아니다. "piece"라는 용어는 따로 떨어지는 단위의 총체적인 표현으로 사용된다. 제조업자는 특정제품에 가장 적절한 단위를 사용해야 한다(예, sandwich for sandwiches, cookie for cookies, and bar for frozen novelties). 섭취시 조리과정이 더 필요한 제품(예, 건조혼합물, 농축물)에는, 제품군, 참고량 또는 표지문구에 이런 형태의 제품에 관해 언급되지 않았으면 이 지침이 적용되지 않는다. 조리과정이 더 필요한 제품에 대해서는, 제조업자가 101.12조(c)에 따라 참고량을 결정하여 101.9조(b)에 따라 표지문구를 결정해야 한다.
- 6 1 inch³당 무게가 10g이상인 케익류가 포함된다.
- 7 1 inch³당 무게가 4g이상, 10g미만인 케익류가 포함된다.
- 8 1 inch³당 무게가 4g미만인 케익류가 포함된다.
- 9 모든 크기의 아이스크림 콘과 달걀의 표지 일인분량은 모두 1 단위로 한다. 통상소비참고량보다 무거운 모든 검류의 표지 일인분량은 한번에 먹을만한 정도를 1단위로 한다.
- 10 동물성 제품, 즉 사슴, 들소, 토끼, 메추라기, 야생칠면조, 거위, 타조등의 식육제품은 Federal Meat Inspection Act나 the Poultry Products Inspection Act에서 적용되지 않는다.
- 11 예제상태로 포장되거나 켈에 들어있으면, 참고량은 고행량에 대한 양이다. 단, 고체와 액체상태 모두 소비되는 경우는 제외된다(예, canned chopped claim in juice).
- 12 이치지않은 형태에 대한 참고량은 101.45조의 달생선부분이나 21 CFR 101.9조 (b)(XII)의 생선이나 야생조수류를 구성하는 단일재료제품에는 적용하지 않는다.
- 13 생과일, 생채소, 생생선의 경우에, "Food Labeling; Guidelines for Voluntary Nutrition Labeling; and Identification of the 20 Most Frequently Consumed Raw Fruits, Vegetables, and Fish; Definition of Substantial Compliance; Correction"규정의 부록 A와 B에 정해진 일인분량의 표지문구를 따른다 (56 FR 60880 as amended 57 FR 8174, March 6, 1992).
- 14 피자소스는 피자의 일부분이고, 소스토펅으로는 간주되지 않는다.

참고자료 3. 표지 양식별 예시

Standard Format 101.9(b)(2)
 포장에 40제곱인치(상)이고 다른 양식
 양식을 쓸 수 없는 모든 제품

Simplified Format 101.9(f)
 강제 표시항목 중 7가지 이상이 무의
 미한량 들어있는 제품

Dual Declaration 101.9(e)
 포장시 함량(이외)의 정보표기를 할 수
 있는 제품

Nutrition Facts

Serving Size 1 com dog (75g)
 Servings Per Container 4

Amount Per Serving	Calories from Fat 25
% Daily Value*	
Total Fat 3g	4%
Saturated Fat 1g	5%
Cholesterol 25mg	9%
Sodium 350mg	15%
Total Carbohydrate 11g	4%
Dietary Fiber less than 1g	2%
Sugars 2g	
Protein 8g	
Calcium 4% • Iron 4% • Niacin 15%	

Not a significant source of vitamin A and vitamin C
 * Percent Daily values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs :
 Calories : 2,000

Total Fat	Less than 65g	80g
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

Calories per gram :
 Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4

Nutrition Facts

Serving Size 1 com dog (75g)
 Servings Per Container 4

Amount Per Serving	Calories from Fat 25
% Daily Value*	
Total Fat 3g	4%
Saturated Fat 1g	5%
Cholesterol 25mg	9%
Sodium 350mg	15%
Total Carbohydrate 11g	4%
Dietary Fiber less than 1g	2%
Sugars 2g	
Protein 8g	
Calcium 4% • Iron 4% • Niacin 15%	

Not a significant source of vitamin A and vitamin C
 * Percent Daily values are based on a 2,000 calorie diet.

Nutrition Facts

Serving Size 1 com dog (75g)
 Servings Per Container 4

Amount Per Serving	Per Serving	Per 100g
Calories from Fat 25 35		
% Daily Value*		
Total Fat 3g**	4%	6%
Saturated Fat 1g	5%	6%
Cholesterol 25mg	9%	11%
Sodium 350mg	15%	20%
Total Carbohydrate 11g	4%	5%
Dietary Fiber less than 1g	2%	3%
Sugars 2g		
Protein 8g		
Calcium	4%	6%
Iron	4%	6%
Niacin	15%	25%

Not a significant source of vitamin A and vitamin C
 ** Amount per serving
 * Percent Daily values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs :
 Calories : 2,000

Total Fat	Less than 65g	80g
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

Linear Format 포장인 40제곱인치 이하인 제품으로, tabular format을 쓸 수 없을 때

Nutrition Facts Serving Size 1 com dog (75g) , Servings : 4, Amount Per Serving : **Calories 100**, Fat Cals 25, **Total Fat 3g** (4% DV) , Sat Fat 1g (5% DV) , **Cholest**25mg (9% DV) , **Sodium 350mg** (15% DV) , **Total Carb**11g (4% DV) , Fiber less than 1g (2% DV) , Sugars 2g **Protein 8g**, Calcium (4% DV) , Iron (4% DV) , Niacin (15% DV) .
 Not a significant source of vitamin A and vitamin C *Percent Daily values (DV) are based on a 2,000 calorie diet.

Split Standard Format 101.9(d)(XXI)

공간이 충분치 않으면 각주를 오른쪽에 둘 수 있다.

Nutrition Facts	
Serving Size 1 com dog (75g) Servings Per Container 4	
Amount Per Serving	
Calories 100	Calories from Fat 25
% Daily Value*	
Total Fat 3g	4%
Saturated Fat 1g	5%
Cholesterol 25mg	9%
Sodium 350mg	15%
Total Carbohydrate 11g	4%
Dietary Fiber less than 1g	2%
Sugars 2g	
Protein 8g	
Calcium 4% • Iron 4% • Niacin 15%	
Not a significant source of vitamin A and vitamin C	

*Percent Daily values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs :	
	Calories : 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65g 80g
Sat Fat	Less than 20g 25g
Cholesterol	Less than 300mg 300mg
Sodium	Less than 2,400mg 2,400mg
Total Carb	300g 375g
Fiber	25g 30g

Tabular Format 101.9(d)(1)(iii)

포장이 40제곱인치 이하인 제품이 수직공간이 철까지 표기하기에 충분치 않은 제품

Nutrition Facts			
Serving Size 1 com dog (75g)			
Servings Per Container 4			
Calories 100			
Calories from Fat 25			
Amount/Serving	%DV*	Amount/Serving	%DV*
Total Fat 3g	4%	Total Carbohydrate 11g	4%
Saturated Fat 1g	5%	Dietary Fiber less than 1g	2%
Cholesterol 25mg	9%	Sugars 2g	
Sodium 300mg	15%	Protein 8g	
Calcium 4%		Iron 4%	
		Niacin 15%	

*Percent Daily Values (DV) are based on a 2,000 calorie diet.

Not a significant source of vitamin A and vitamin C.

Tabular Format 101.9(d)(1)(iii)

포장이 40제곱인치 이상인 제품의 수직공간이 철까지 표기하기에 충분치 않은 제품

Nutrition Facts			
Serving Size 1 com dog (75g)			
Servings Per Container 4			
Calories 100			
Calories from Fat 25			
Amount/Serving	%DV*	Amount/Serving	%DV*
Total Fat 3g	4%	Total Carbohydrate 11g	4%
Saturated Fat 1g	5%	Dietary Fiber less than 1g	2%
Cholesterol 25mg	9%	Sugars 2g	
Sodium 300mg	15%	Protein 8g	
Calcium 4%		Iron 4%	
		Niacin 15%	

*Percent Daily values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

Total Fat	Less than 65g	80g
Sat Fat	Less than 20g	25g
Cholesterol	Less than 300mg	300mg
Sodium	Less than 2,400mg	2,400mg
Total Carb		300g
Fiber		25g
Calories:	2,000	2,500

Not a significant source of vitamin A and vitamin C.

Nutrition Facts

Serving Size 1 Box
 Servings Per Container

	Wheat Sq uares Sweetened (35g) 1	Corn Flakes Not Sweetened (19g) 1	Mixed Grain Flakes Sweetened (27g) 1
Amount Per Serving			
Calories	120	70	100
Calories from Fat	0	0	0
Total Fat	0g	0g	0g
Saturated Fat	0g	0g	0g
Cholesterol	0mg	0mg	0mg
Sodium	0mg	200mg	120mg
Potassium	125mg	25mg	30mg
Total Carbohydrate	29g	17g	24g
Dietary Fiber	3g	1g	1g
Sugars	8g	6g	13g
Protein	4g	1g	1g
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:			
Calories	2,000	2,500	
Total Fat	Less than 65g	80g	
Sat Fat	Less than 20g	25g	
Cholesterol	Less than 300mg	300mg	
Sodium	Less than 2,400mg	2,400mg	
Total Carb	300g	375g	
Dietary Fiber	25g	30g	
Calories per gram :			
Fat	9	Carbohydrate	4
Protein	4		
Vitamin A	0%	10%	10%
Vitamin C	0%	15%	90%
Calcium	0%	0%	0%
Iron	10%	6%	20%
Thiamin	30%	15%	20%
Riboflavin	30%	15%	20%
Niacin	30%	15%	20%
Vitamin B₆	30%	15%	20%

Bilingual Format. 101.9(d)(14)(ii). 두가지 언어로 표기하는 제품

Nutrition Facts/Datos De Nutricion

Serving Size/Tamano por Racion 1 cup/1 taza (228g)

Servings Per Container/Raciones por Envase 2

Amount Per Serving/Cantidad por racion

Calories/Calorias 260 Calories from Fat/Calorias de Grasa 120

	% Daily Value* / % Valor Diario*
Total Fat/Grasa Total 13g	20%
Saturated Fat/Grasa Saturada 5g	25%
Cholesterol/Colesterol 30mg	10%
Sodium/Sodio 660mg	10%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 31g	11%
Dietary Fiber/Fibra Dietetica 0g	0%
Sugars/Azucarees 5g	
Protein/Proteinas 5g	
Vitamin/Vitamina A 4%	Vitamin/Vitamina C 2%
Calcium/Calcio 15%	Iron/Hierro 4%

*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs :

*Los porcentajes de Valores Diarios estan basados en una dieta de 2,000 calorias. Sus valores diarios puede ser may ores o menores dependiendo de sus necesidades cahoricas :

	Calones/Calorias :	2,000	2,500
Total Fat/Grasa Total	Less than/Menos de	65g	80g
Saturated Fat/Grasa Saturada	Less than/Menos de	20g	25g
Cholesterol/Colesterol	Less than/Menos de	300mg	300mg
Sodium/Sodio	Less than/Menos de	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate/Carbohidratos Total		300g	375g
Dietary Fiber/Fibra Dietetica		25g	30g

참고자료 4. 식품표지 관련자료

1. 표지면

포장식품의 표지에는 보통 제일전시면(principal display panel, 또는 PDP), 그리고 정보표시면(information panel)이 있다.

PDP는 소비자가 식품을 구매할 때 맨 먼저 보게 되는 표지부분을 말한다. 따라서, 거의 모든 경우, PDP는 포장지의 앞면이 된다. FDA에서는 이곳에 제품명과 내용물의 실증량을 표시하도록 규정하고 있다.

정보표시면은 보통 PDP와 인접한 오른쪽 표지부분을 의미한다. 이곳에는 영양표시;원재료 목록;제조업자, 식품 포장업자 또는 유통업자 명칭과 주소를 표시한다. 정보표시면에 이 3가지 사항을 표시할 공간이 충분하지 않다면, 이 3가지 정보는 PDP와 정보표시면 사이에 나누어질 수 있다.

또한, 표지에 유용한 공간이 40inch² 이하일 경우 3가지 항목의 정보를 서로 분리시킬 수 있다. 이 경우 정보표시면에 표시할 공간이 부족하다면 영양표시(nutrition facts)를 포장지의 다른 부분으로 옮길 수 있다.

보다 큰 포장의 경우에도 PDP 또는 정보표시면에 규정된 모든 정보를 표시할 수 없을 경우, 영양표시를 다른 면으로 옮길 수 있도록 FDA에서 제안하였다.

그렇지만, 이들 각각의 정보는 한 덩어리로 간주되며, 다른 사항이 이들 사이에 표시되어서는 안된다. 예를 들어, Universal Product Code(UPC)를 영양표시 중간에 표시해서는 안되며, 건강관련 강조표시나 제품 상표를 원재료 목록 중간에 표시해서는 안된다.

2. 식품명(Food Name)

식품명은 “통상명칭(Statement of identity)”을 말한다. 이는 제일전시면에 눈에 띄게 쉽게 가장 잘 보이는 형태로 표시되어 있다. 식품명은 외국어로 표현되어 있더라도, 반드시 영어로 표시해야 한다: 또한 식품의 보통(common) 혹은 통상적인 (usual) 명칭도 표시해야 한다. 예를 들어, “whole kernel corn”, “honey”, 또는 “tuna packed in spring water”. 또한 필요한 경우 그 식품의 형태를, sliced peaches” 또는 “whole peaches”와 같이, 표시해야 한다.

그 상표가 일반 대중에게 특정 식품으로 통상적으로 이용되고 인식되고 있는 경우(예를 들어, 코카콜라와 펩시 콜라)에는, 상표명을 통상명칭으로 사용할 수 있다.

3. 실증량표시(Net Quantity)

내용물의 실증량 표기는 소비자에게 2가지 측면에서 도움을 준다: 첫째, 용기안에 어느 정도의 식품이 들어 있는지를 알려주고, 둘째, 가격 비교에 도움을 준다.

실증량은 일반적으로 섭취하는 액체나 쥬스즙을 포함한, 실제의 양만을 말하며 여기에 용기나 포장지의 무게는 포함되지 않는다.

제일전시면의 아래 1/3부분에 내용물의 실증량을 표기한다.

1994년부터는, 내용물의 실증량을 인치/파운드 단위 뿐만아니라 미터단위도 표시하여야 한다. 표지에 다음과 같은 문구로 표시한다.: Net Wt 8 oz(226g), (“Oz”는 ounces의 약호이고 “g”은 grams의 약호이다.)

또한, 고체 식품의 양을 표시할 경우 “weight”라는 용어 대신 “mass”를 쓸수 있으며, 액체 식품의 경우 “Net content”를 계속 쓸 수 있다. 인치나 파운드 단위에 대한 이중 표기(예를 들어 20 fluid ounces(1 1/4 pint)는 임의 규정으로 되었으나 계속 표기할 수는 있다.

4. 영양표시(Nutrition Facts)

1994년 5월 부터, 거의 모든 식품에는 영양소 함량을 표시하여야 한다. 영양소 함량은 "Nutrition Facts"라는 제목 하에 표시한다.

5. 원재료(Ingredients)

원재료 목록을 표시함으로써, 그 제품이 알레르기 또는 다른 이유로 회피하려는 물질을 함유하고 있는지를 소비자가 알 수 있게 해준다. 또한 소비자가 원하는 원재료로 된 식품을 선택하도록 도움을 준다.

2개 또는 그 이상의 원재료로 만들어진 모든 포장 식품은, 규격화된 식품일지라도 원재료 목록을 표시하여야 한다(이전에는 규격화된 식품의 경우 임의로 선택한 일부 원재료 목록만을 표시했었다). 케리 파이와 같이 2개 이상의 별개 단위로 된 식품(속과 파이껍질)은 각각에 대해 원재료 목록을 분리 표시해야 한다.

원재료 중량에 따라 내림 차순으로 목록을 표시해야 한다. 이렇게 함으로써 소비자는 식품에 함유된 원재료의 비율을 알 수 있게 된다.

6. 회사명(Company Name)

식품 표지에 그 제품에 대해 책임질 수 있는 회사명(제조업이든지, 포장업자이든지 또는 유통업자이든지)과 회사의 주소(city, state) 및 우편번호(혹은 수입 식품이면 다른 우편코드)를 표시하여야 한다. 현재 통용되고 있는 전화 번호부에 회사가 등재되어 있다면 번지는 생략할 수 있다. 전화번호는 의무사항이 아니다.

이와 같은 정보는 소비자가 불량 식품을 발견했을 경우 바로 연락하기 위한 것이다.

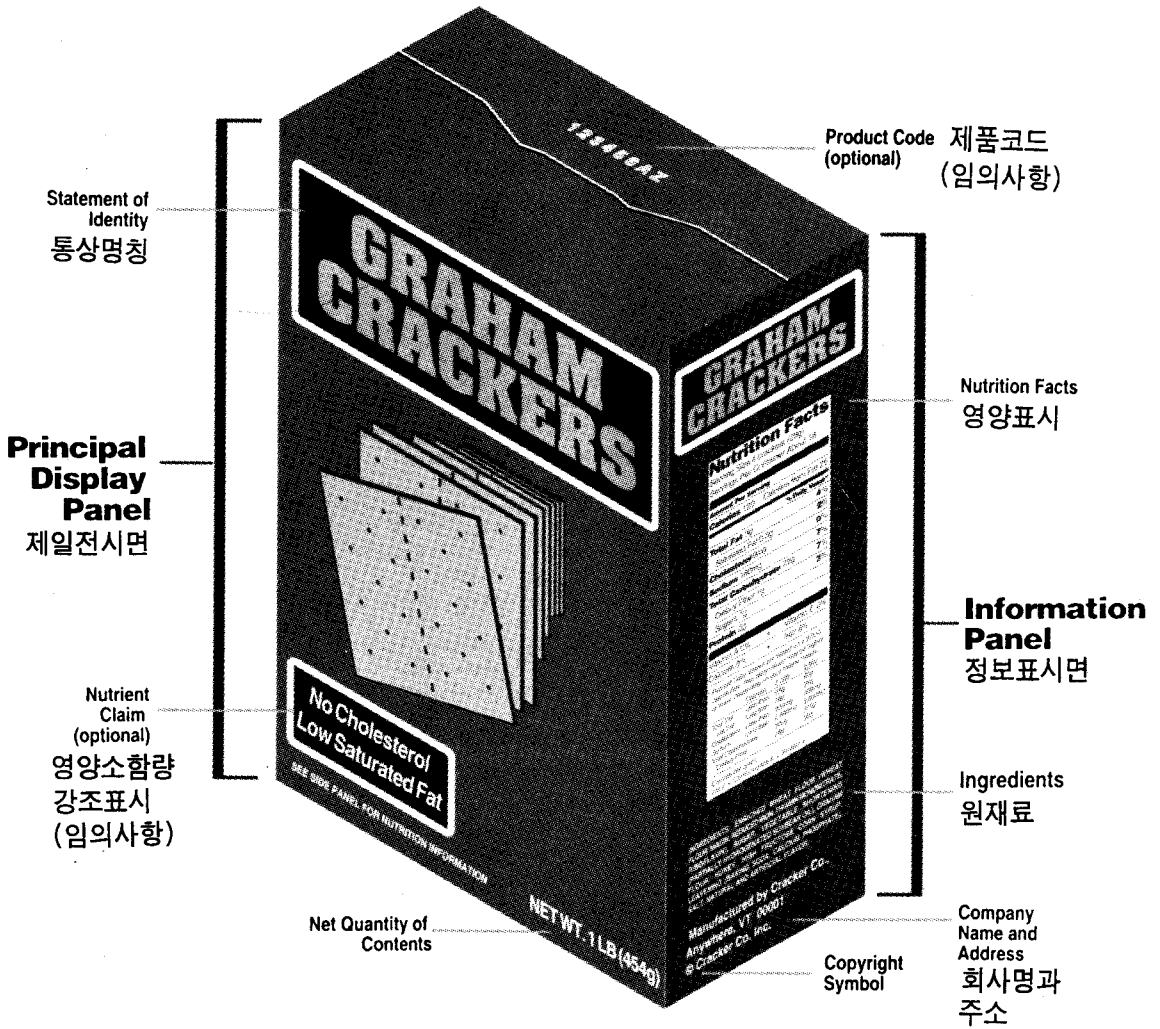
7. 제품일자(Product Dates)

식품 포장에 "open dating"으로 제조일자를 표시할 경우, 소비자는 이를 잘 알수 있으나, "code dating"일 경우에는 소비자가 이해하기가 어렵다.

open dating일 경우, 제조일자는 "Oct. 15,"와 같이 문자와 숫자를 포함하여 표현하거나, "10-15"또는 "1015"와 같이 숫자로 표현한다. Code dating인 경우, 보통 제조업자만이 해석할 수 있는 문자, 숫자 그리고 부호로 코드화 되어 있다. 사용되고 있는 open dating 중 일부는 다음과 같다:

- **Pull date.** 제조업자가 식품이 판매되기를 원하는 마지막 날을 의미한다. 이는 저장기간과 가정에서 이용할 시간을 고려한 날짜이므로, pull date를 참고로 하여 식품을 살 경우, 표시된 날짜보다 좀 더 늦게까지 섭취할 수 있다. 식품을 얼마동안 판매할 수 있고 가정에서 얼마동안 저장할 수 있는가는, 식품과 식품의 보존기간에 대한 지식을 기초로 하여 제조업자가 결정한다.
- **Quality assurance or freshness date(품질보증 또는 신선도를 유지할 수 있는 일자).** 이는 제조업자가 식품이 얼마동안 최적의 질을 유지할 수 있는지를 예상한 날짜이다. 표지에는, "Best if used by October 1994." 라고 표시한다. 그러나 이것이 표시된 날짜 이후에 식품을 이용해서는 안된다는 것을 의미하지는 않는다.
- **Pack date(포장한 날짜).** 식품이 포장되거나 또는 가공된 날짜이다. 이것으로 소비자는 대상 식품이 어느정도 오래 되었는지를 알 수 있다.
- **Expiration date(만기일).** 식품을 섭취할 수 있는 마지막 날짜이다. 주정부에서는, 우유나 달걀과 같이, 썩기 쉬운 식품에 표시하도록 규정하고 있으며, FDA에서는 유아용 조제유의 만기일만을 규정하고 있다.

code dating의 일반 형태는 생산코드이다. 이 코드는 제조업자가 크기가 작고 적은수의 문



자, 숫자 그리고 부호로 상대적으로 많은 양의 정보를 표시할 수 있는데 식품이 포장된 시기, 장소를 말한다. 회수할 경우, 빠르게 동일 식품이 확인되며 그 식품을 추적하고 시중에 거둬드리기가 더욱 쉬워진다. FDA에서는 제조업자가 포장, 특히 유통기한이 긴 제품의 포장에 product를 표시하도록 권장하고 있다.

8. 건강관련강조표시(Health Claims)

FDA에서는 질병 또는 건강상태에 대한 영양소 또는 식품의 효과를 연결시키는 강조표시를 허가하였다. 단, 과학적으로 증명된 강조표시만을 허가하며 기준에 맞을 경우에만 사용할 수 있다.

- 칼슘이 충분한 식사와 골다공증의 위험성 감소
- 총지방이 적은 식사와 일부 암의 위험성 감소
- 포화지방과 콜레스테롤이 적은 식사와 관상동맥성 심장질환의 위험성 감소
- 섬유소를 함유한 곡류 식품, 과일 그리고 채소류가 풍부한 식사와 일부 암의 위험성 감소
- 과일, 채소류 그리고 섬유소를 함유한 곡류 식품이 풍부한 식사와 관상동맥성 심장질환의 위험성 감소
- 나트륨이 적은 식사와 고혈압의 위험성 감소
- 과일 그리고 채소류가 풍부한 식사와 일부 암의 위험성 감소

덧붙여, FDA에서는 엽산과 자손에서의 신경관 결함의 위험성감소에 관한 강조표시를 허가토록 제안하였다. 이 강조표시는 현재 식이 보조제에 대해서는 사용승인이 되었으며, 곧 모든 식품에 사용토록 최종안을 공표할 예정이다.

소비자는 이러한 강조표시를 봄으로써 원하는 영양소를 함유한 식품을 구입할 수 있다.

9. 영양소 함량관련강조표시(Nutrient Content Claims)

FDA에서는 건강관련 강조표시 이외에도, 식품의 영양소 함량을 묘사하는 용어 및 그 사용 기준을 제시하였다.

일부 영양소와 관련하여 11가지 기본 용어를 정의하였다. :

- free • low • reduced • fewer • lean • high
- less • more • extra lean • good source • lighy

예를 들어, "sodium free"란 표시는, 식품에 1회 통상 섭취량당 나트륨 5mg 미만으로 포함되어 있음을 의미한다.

이는 표지 앞면에 표시되어 있다. 이러한 표시로 인하여 소비자는 원하는 영양소 함량을 가진 식품을 찾을 수 있다.