

U.S.FDA เผยแพร่เอกสารขออนุญาตนำฉบับร่างว่าด้วยฉลากโภชนาการเกี่ยวกับ  
นิยามของอาหารในภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว (single-serving containers)  
หนึ่งหน่วยบริโภค (serving size) หนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง (RACC)  
รูปแบบการแสดงผลฉลาก 2 สดมภ์ (dual-column) และประเด็นอื่นๆ

เมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ องค์การอาหารและยาแห่งสหรัฐอเมริกา (US Food and Drug Administration: U.S.FDA) ได้เผยแพร่เอกสารขออนุญาตนำฉบับร่างว่าด้วยฉลากโภชนาการซึ่งรวบรวมจากประเด็นข้อซักถามที่มักพบบ่อยจากผู้ประกอบการผลิตอาหารทั่วไป (conventional food) และผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร (dietary supplement) ซึ่งเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในภาคอุตสาหกรรมอาหารที่ต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดการแสดงผลฉลากตามที่ระบุไว้ในกฎระเบียบ 2 ฉบับ ที่ประกาศเมื่อวันที่ 27 พฤษภาคม 2559 ได้แก่

(1) Food Labeling: Serving Sizes of Foods That Can Reasonably Be Consumed At One Eating Occasion; Dual-Column Labeling; Updating, Modifying and Establishing Certain Reference Amounts Customarily Consumed; Serving Size for Breath Mints; and Technical Amendments

(2) Food Labeling: Revision of the Nutrition and Supplement Facts Labels

นอกจากนี้ ยังรวมถึงข้อชี้แจงต่อรูปแบบการแสดงผลฉลาก 2 สดมภ์ (dual-column) ผลิตภัณฑ์ที่มีพื้นที่จำกัดในการแสดงผลฉลากโภชนาการ และประเด็นอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องในการปฏิบัติตามกฎระเบียบทั้งสองฉบับ โดยฝ่ายการเกษตร ประจำสถานกงสุลใหญ่ นครลอนดอนเจดิส ได้สรุปสาระสำคัญไว้ ดังนี้

## ส่วนที่ 1 อาหารในภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว (single-serving containers)

### 1.1 นิยาม

- หนึ่งหน่วยบริโภค (serving/serving size) หมายถึง ปริมาณการบริโภคทั่วไปมาตรฐานที่บุคคลปกติทั่วไปสามารถบริโภคได้หมดใน 1 ครั้ง ซึ่งสามารถอ้างอิงได้จากระเบียบ 21 CFR 101.12(b) และกระบวนการที่อธิบายไว้ในระเบียบ 21 CFR 101.9(b) โดยการแสดงปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคนี้อาจต้องใช้มาตราหรือหน่วยซึ่งตรงทั่วไป (common household unit) เช่น

- (1) เครื่องดื่มอัดก๊าซที่มีปริมาตร 20 fl oz (ฟลูอิดออนซ์) ใช้ “หนึ่งหน่วยบริโภค 1 bottle (ขวด)”
- (2) เค้ก Fruitcake ใช้ “หนึ่งหน่วยบริโภค 1 ½ ounces (ออนซ์)”
- (3) โคนสำหรับไอศกรีม ไข่ และลูกอมกลืนมันต์ทุกขนาด ใช้ “หนึ่งหน่วยบริโภค 1 unit (อัน/ชิ้น/ฟอง/เม็ด)”

- ผลิตภัณฑ์มื้ออาหาร (meal product) คือ

- (1) เป็นส่วนหลักของอาหารมือนั้น โดยมีน้ำหนักอย่างต่ำ 10 oz/หน่วยบริโภคบนฉลาก และต้องมีเนื้ออาหาร 3 ส่วนๆ ละไม่น้อยกว่า 40 g หรือเป็นการรวมอาหารอย่างน้อย 2 จาก 4 กลุ่ม ได้แก่ (ก) ขนมปัง ธัญพืช ข้าว พาสต้า (ข) ผักและผลไม้ (ค) นม โยเกิร์ตและเนยแข็ง (ง) เนื้อสัตว์ สัตว์ปีก ปลา ถั่วแห้ง ไข่และถั่วต่างๆ (จ) ต้องไม่เป็นน้ำซอส ยกเว้นว่า เป็นกลุ่มอาหารลำดับที่ ก - ง ที่อยู่ในน้ำซอส เช่น ซอสซัน ซอสปรุงรส ซอสสำหรับดอง น้ำมันมะกอก แยม เป็นต้น

- (2) อยู่ในรูปลักษณะที่ผู้บริโภคเข้าใจเป็นอย่างดีว่าเป็นมื้ออาหารเช้า มื้ออาหารกลางวัน มื้ออาหารเย็น หรือมื้ออาหารอื่นๆ ทั่วไป โดยสามารถแสดงให้เห็นที่เข้าใจได้ง่ายผ่านทั้ง ถ้อยคำ รูปภาพ หรือลวดลายต่างๆ

- อาหารจานหลัก (main dish product) คือ อาหารหลักของมื้ออาหารต้องมีคุณสมบัติ ดังนี้

(1) มีน้ำหนักอย่างต่ำ 6 oz/หน่วยบริโภคบนฉลาก และต้องมีเนื้ออาหารไม่น้อยกว่า 40 g หรือเป็นการรวมอาหารอย่างน้อย 2 จาก 4 กลุ่ม ได้แก่ (ก) ขนมปัง ธัญพืช ข้าว พาสต้า (ข) ผักและผลไม้ (ค) นม โยเกิร์ตและเนยแข็ง (ง) เนื้อสัตว์ สัตว์ปีก ปลา ถั่วแห้ง ไข่และถั่วต่างๆ (จ) ต้องไม่เป็นน้ำซอส ยกเว้นว่า เป็นกลุ่มอาหารลำดับที่ ก - ง ที่อยู่ในน้ำซอส เช่น ซอสซัน ซอสปรุงรส ซอสสำหรับตอง น้ำมันมะกอก แยม เป็นต้น

(2) อยู่ในรูปลักษณะที่ไม่ใช่อาหารว่าง/ขนมหวาน หรือ เครื่องดื่ม โดยสามารถแสดงให้เห็นที่เข้าใจได้ง่ายผ่านทั้งถ้อยคำ รูปภาพ หรือลวดลายต่างๆ

## 1.2 มาตรการหรือหน่วยชั่งตวงทั่วไปและการแจ้งปริมาณโดยการปิดเศษ

- การแสดงฉลากอาหารของสหรัฐฯ กำหนดให้ปริมาณของมาตรการหรือหน่วยชั่งตวงทั่วไป หมายรวมถึง cup (ถ้วย) tablespoon (ช้อนโต๊ะ) teaspoon (ช้อนชา) piece (ชิ้น) slice (แผ่น) fraction (เศษส่วนของอาหาร เช่น พืชชาขนาด ¼ ชิ้น) ounce/oz (ออนซ์) fluid ounce/fl oz (ฟลูอิดออนซ์) โดยพิจารณาตามแต่ความเหมาะสมของผลิตภัณฑ์อาหาร หรือระบุตามภาชนะที่บรรจุผลิตภัณฑ์อาหารนั้น เช่น jar (ขวด) tray (ถาด)

- ผู้ประกอบการสามารถตรวจสอบและระบุมาตรการหรือหน่วยชั่งตวงที่เหมาะสมกับอาหารแต่ละชนิดได้ โดยอ้างอิงขั้นตอนต่อไปนี้

- (1) ผลิตภัณฑ์อาหารทุกประเภทควรระบุมาตรการหรือหน่วยชั่งตวงในรูปแบบ cup (ถ้วย) tablespoon (ช้อนโต๊ะ) หรือ teaspoon (ช้อนชา) ยกเว้นเครื่องดื่ม ต้องระบุเป็น fluid ounce/fl oz (ฟลูอิดออนซ์)
- (2) หากผลิตภัณฑ์อาหารไม่สามารถใช้มาตรการหรือหน่วยชั่งตวงในข้อ (1) ได้ กำหนดให้ระบุเป็น jar (ขวด) tray (ถาด) piece (ชิ้น) slice (แผ่น) fraction (เศษส่วนของอาหาร)
- (3) หากผลิตภัณฑ์อาหารไม่สามารถใช้มาตรการหรือหน่วยชั่งตวงในข้อ (1) และ (2) ได้ โดยมีขนาดที่แตกต่างกันตามธรรมชาติ ก็อาจระบุมาตรการหรือหน่วยชั่งตวงโดยอ้างอิงหน่วยการวัดแบบ ounce โดยพิจารณาจากรูปร่างภายนอกที่มองเห็นได้เป็นหลัก เช่น 1 oz (28 g/about ½ pickle) ทั้งนี้ ให้ปิดเศษขึ้นครึ่งละ 0.5 oz

- สำหรับการแสดงฉลากโภชนาการของสหรัฐฯ กำหนดนิยามของมาตรการหรือหน่วยชั่งตวงไว้ ดังนี้

teaspoon (ช้อนชา)	เท่ากับ	5 mL (มิลลิลิตร)
tablespoon (ช้อนโต๊ะ)	เท่ากับ	15 mL
Cup (ถ้วย)	เท่ากับ	240 mL
1 oz (น้ำหนัก)	เท่ากับ	28 g (กรัม)

## 1.3 ภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว (single-serving containers)

ภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว หมายถึง บรรจุภัณฑ์ผลิตภัณฑ์อาหารที่บรรจุและจำหน่ายแยกชิ้น โดยที่แต่ละชิ้นต้องมีตารางโภชนาการปรากฏชัดเจน และต้องมีน้ำหนักน้อยกว่าร้อยละ 200 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง (RACC) สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารชนิดนั้น ทั้งนี้ กำหนดให้การแสดงหน่วยบริโภคในฉลากของภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียวต้องใช้คำว่า “หนึ่งหน่วยบริโภค” เท่านั้น

### ตัวอย่าง

น้ำอัดลมบรรจุในขวดขนาด 20 oz สามารถแจ้งเป็น “ภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว” ได้ เนื่องจากน้ำหนักของน้ำอัดลมในขวดขนาด 20 oz คิดเป็นประมาณร้อยละ 167 ซึ่งน้อยกว่าร้อยละ 200 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงของน้ำอัดลม (12 oz หรือ 360 mL) รวมถึงยังบรรจุและจำหน่ายแยกชิ้นอีกด้วย

#### 1.4 กรณียกเว้นสำหรับภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียวที่มีน้ำหนักผลิตภัณฑ์อาหารมากกว่าร้อยละ 200 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง

ภาชนะบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร/อาหารที่มีน้ำหนักมากกว่าร้อยละ 200 จนถึงร้อยละ 300 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงนั้น สามารถแจ้งเป็น “ภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว” ได้ โดยภาชนะต้องมีพื้นที่เพียงพอสำหรับแสดงฉลาก 2 สดมภ์ ซึ่งระบุข้อความ ดังต่อไปนี้

(1) ข้อมูลโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค (serving size)

(2) จำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุ (serving per container)

ทั้งนี้ การแสดงฉลาก 2 สดมภ์ จะต้องไม่เป็นการชักนำให้ผู้บริโภคเกิดความเข้าใจผิดหรือสับสน

---

## ส่วนที่ 2 หนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง (RACC)

---

### 2.1 นิยามและการกำหนดหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง

● หนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง (RACC) คือ ค่าปริมาณอาหารโดยน้ำหนักหรือปริมาตรของการบริโภคแต่ละครั้งโดยอ้างอิงข้อมูลการบริโภค (consumption data) ที่ประมวลผลทั้งจากการสัมภาษณ์และผลสำรวจเพื่อประเมินสุขภาพและโภชนาการของผู้ใหญ่และเด็กในสหรัฐฯ ซึ่งจัดทำโดยหน่วยงาน National Health and Nutrition Examination Study และ สามารถสืบค้นปริมาณ RACC ของกลุ่มอาหารต่างๆ ได้ในระเบียบ 21 CFR 101.12(b) ตารางหมายเลข 1 (อาหารสำหรับทารกและเด็กเล็กอายุ 1 - 3 ปี และ ตารางหมายเลข 2 (อาหารสำหรับประชากรทั่วไป เช่น อายุ 4 ปีขึ้นไป) ทั้งนี้ ปริมาณ RACC ส่วนใหญ่จะถูกกำหนดขึ้นเพื่อใช้กับอาหารในรูปแบบพร้อมรับประทาน

### 2.2 การประยุกต์ใช้กับผลิตภัณฑ์อาหาร

● การคำนวณหาปริมาณ RACC ที่เหมาะสมกับผลิตภัณฑ์อาหาร จะต้องพิจารณาว่าผลิตภัณฑ์อาหารนั้นอยู่ในกลุ่มอาหารใดและภายใต้ตารางหมายเลข 1 หรือตารางหมายเลข 2 ทั้งนี้ หากตรวจสอบแล้ว ไม่ปรากฏว่ามีปริมาณ RACC ของผลิตภัณฑ์อาหารในบรรจุภัณฑ์พร้อมจำหน่ายตามที่ต้องการ ก็เป็นหน้าที่ของผู้ประกอบการที่จะต้องระบุปริมาณ RACC ที่เหมาะสมสำหรับผลิตภัณฑ์ของตน โดยจะต้องพิจารณาในประเด็น ต่อไปนี้

(1) ในกรณีไม่มีปริมาณ RACC ระบุไว้สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารที่ต้องผ่านกรรมวิธีก่อนบริโภค (unprepared) เช่น การปรุง หรือ เติมน้ำ หรือ วัตถุดิบอื่นๆ (เช่น แป้งบรวนนี้แบบผสมเสร็จ ซุปผง) ให้นำ RACC ของผลิตภัณฑ์อาหารดังกล่าวในรูปแบบของอาหารพร้อมบริโภค (prepared) ซึ่งปรากฏในตารางหมายเลข 1 หรือ ตารางหมายเลข 2 มาคำนวณย้อนกลับว่าใช้ปริมาณก่อนปรุงเท่าใด เช่น วิธีการคำนวณหา RACC ของพาสต้าที่ผ่านการปรุงสุกแล้วกึ่งหนึ่ง สามารถทำได้โดยพิจารณาว่าจะต้องใช้พาสต้าปรุงสุกกึ่งหนึ่งในปริมาณเท่าใด เพื่อให้ได้พาสต้าสุกแล้วในปริมาณเท่ากับ 140 กรัม ซึ่งเป็นหน่วยบริโภคอ้างอิงที่กำหนดไว้

- (2) ในกรณีผลิตภัณฑ์อาหารที่มีส่วนผสมหรือเครื่องปรุงที่ประกอบด้วยสารปรุงแต่งเลียนแบบธรรมชาติ (imitation food) หรือ อาหารที่ผ่านการดัดแปลง (altered food) เช่น อาหารมีแคลอรีต่ำ กำหนดให้ ปริมาณ RACC จะต้องเท่ากับอาหารธรรมชาติที่เลียนแบบหรืออาหารก่อนผ่านการดัดแปลง (เช่น ครีม แต่งหน้าเค้กชนิดแคลอรีต่ำ ควรใช้ RACC ที่ปริมาณ 2 tbsp (ช้อนชา) เช่นเดียวกับครีมแต่งหน้าเค้กอื่นๆ)
- (3) ในกรณีผลิตภัณฑ์ที่ประกอบด้วยอาหารบรรจุเสร็จที่ต้องรับประทานร่วมกันจำนวน 2 ชนิดขึ้นไป (เช่น เนยถั่ว และเยลลี่ ชูตขนมปังกรอบและเนยแข็ง ชูตแพนเค้กและน้ำเชื่อม เป็นต้น) กำหนดให้คำนวณปริมาณ RACC รวมของอาหาร ดังนี้

- ผลิตภัณฑ์อาหารในปริมาณมาก (bulk) เช่น เนยถั่วและเยลลี่ กำหนดให้ใช้ RACC รวมของอาหารดังกล่าว โดยคำนวณจากส่วนผสมหลักบวกปริมาณของส่วนผสมรองทั้งหมดตามที่ระบุไว้ในตารางหมายเลข 1 และ ตารางหมายเลข 2
- ผลิตภัณฑ์อาหารที่ส่วนผสมหลัก (main ingredient) และส่วนผสมรอง (minor ingredient) โดยที่ส่วนผสมหลักมีหน่วยของอาหารตั้งแต่ 1 ชนิดขึ้นไป (discrete unit) เช่น ชูตขนมปังกรอบและเนยแข็ง ชูตแพนเค้กและน้ำเชื่อม กำหนดให้ใช้ RACC รวมของอาหารดังกล่าว โดยสามารถเลือกวิธีการคำนวณ RACC ได้ 2 วิธี ได้แก่
  - ✓ ใช้เพียงจำนวนหน่วยย่อยทุกชนิด (small discrete unit) เท่านั้น *หรือ*
  - ✓ ใช้เศษส่วนของหน่วยหลัก (fraction of large discrete unit) ซึ่งเป็นส่วนผสมหลักของอาหารนั้น โดยต้องอ้างอิงค่าใกล้เคียงที่สุดที่ระบุไว้ในตาราง RACC บวกปริมาณของส่วนผสมรองทั้งหมด
- หากปริมาณ RACC ของส่วนผสมที่ใช้คำนวณมีหน่วยนับเดียวกัน ก็ต้องนำปริมาณ RACC เหล่านั้นมารวมกัน แต่หากมีหน่วยนับที่แตกต่างกันก็กำหนดให้ใช้น้ำหนักและปริมาตรในการคำนวณแทน เช่น RACC ของแพนเค้กและน้ำเชื่อมจะคำนวณได้จาก น้ำหนักแพนเค้ก 110 grams (g) บวกน้ำหนักของน้ำเชื่อมที่คิดเป็นกรัมแล้ว

(4) ในกรณีผลิตภัณฑ์อาหารที่เติมอากาศเข้าไปส่งผลให้ปริมาณมากขึ้นแต่มีมวลอาหารเท่าเดิม (Aerated food) เช่น ไอศกรีม เมล็ดข้าวโพดคั่ว การคำนวณปริมาณ RACC จะต้องนำประเด็นเชิงเทคนิคอีกหลายประเด็นมาประกอบการพิจารณาตามความเหมาะสมและสอดคล้องกับที่ระเบียบกำหนดรายละเอียดไว้ใน 21 CFR 101.12(e)

- เมื่อสามารถระบุปริมาณ RACC ที่เหมาะสมกับผลิตภัณฑ์อาหารของตนแล้ว ให้ใช้ปริมาณ RACC ดังกล่าวเป็นพื้นฐานในการคำนวณหาหนึ่งหน่วยบริโภคต่อไป โดยในขั้นแรก จะต้องพิจารณาว่าเป็นผลิตภัณฑ์อาหารในภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียวหรือไม่ ซึ่งหากเข้าข่ายก็ต้องดำเนินการตามข้อ 1.3 ข้างต้น

- สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารที่มีส่วนประกอบของอาหารตั้งแต่ 1 ชนิดขึ้นไป (discrete unit) (เช่น ขนมมัฟฟิน อาหารที่แบ่งเป็นแผ่น เช่น ขนมปังแผ่น หรือ อาหารที่แยกเป็นชิ้นแต่บรรจุรวมกันในภาชนะบรรจุใหญ่) รวมถึงผลิตภัณฑ์ที่ประกอบด้วยอาหารบรรจุเสร็จที่ต้องรับประทานร่วมกันจำนวน 2 ชนิดขึ้นไป ซึ่งมีส่วนผสมหลักเท่ากับหรือมากกว่า 1 ชนิด จะต้องแจ้งหนึ่งหน่วยบริโภค ดังนี้

(1) หากผลิตภัณฑ์ 1 ชิ้น มีน้ำหนักน้อยกว่าร้อยละ 50 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ให้ระบุปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคเท่ากับจำนวนหน่วยที่รวมแล้วได้น้ำหนักใกล้เคียงกับปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงที่สุด

(2) หากผลิตภัณฑ์ 1 ชิ้น มีน้ำหนักมากกว่าร้อยละ 50 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง แต่น้อยกว่าร้อยละ 67 ผู้ผลิตอาจระบุปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคเท่ากับ 1 หรือ 2 ชิ้นก็ได้

(3) หากผลิตภัณฑ์ 1 ชิ้น มีน้ำหนักร้อยละ 67 ขึ้นไปของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง แต่น้อยกว่าร้อยละ 200 ให้ระบุปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคเท่ากับ 1 ชิ้น

(4) ถ้าผลิตภัณฑ์ 1 ชิ้น มีน้ำหนักเท่ากับหรือมากกว่าร้อยละ 200 ถึงร้อยละ 300 ของปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ให้ระบุปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคใกล้เคียงกับปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงที่สุด และอาจต้องแสดงฉลากแบบ 2 สดมภ์ควบคู่ด้วย

- สำหรับผลิตภัณฑ์ที่ประกอบด้วยอาหารบรรจุเสร็จที่ต้องรับประทานร่วมกันจำนวน 2 ชนิดขึ้นไป จะต้องแสดงข้อมูลและฉลากโภชนาการของอาหารบรรจุเสร็จแต่ละชนิดเช่นเดียวกับที่กำหนดให้แสดงในภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว และต้องแจ้งหนึ่งหน่วยบริโภคเท่ากับ 1 unit

- สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารที่เป็นหน่วยใหญ่และจะต้องแบ่งรับประทานเป็นชิ้นๆ (เช่น เค้ก พาย พิซซ่า แดงโมกะหล่ำปลี) ผลิตภัณฑ์อาหารที่ต้องปรุงก่อนบริโภคโดยแบ่งรับประทานเป็นชิ้นๆ (เช่น cake mix, pizza kit) และผลิตภัณฑ์ที่ประกอบด้วยอาหารบรรจุเสร็จที่ต้องรับประทานร่วมกันจำนวน 2 ชนิดขึ้นไป กำหนดปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคให้ระบุเป็นเศษส่วนของอาหารพร้อมบริโภค เช่น 1/12 cake 1/8 pie, 1/4 pie, 1/4 melon, 1/6 cabbage โดยใช้ค่าเศษส่วนที่มีน้ำหนักหรือปริมาตรใกล้เคียงกับปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงที่สุด ทั้งนี้ เศษส่วนที่อนุญาตให้ใช้ คือ 1/2, 1/3, 1/4, 1/5, 1/6 หรือเศษส่วนที่ย่อลงไปซึ่งสามารถหารด้วย 2 หรือ 3

- สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารปริมาณมาก (bulk product) ที่ไม่ใช่หน่วยใหญ่ (เช่น อาหารเข้าจากธัญพืชขอบกรอบ แป้ง น้ำตาล ส่วนผสมแบบแห้ง ส่วนผสมเข้มข้น ส่วนผสมแพนเค้กสำเร็จรูป ชุดมักกะโรนีพร้อมเนยแข็ง) และผลิตภัณฑ์ที่ประกอบด้วยอาหารบรรจุเสร็จที่ต้องรับประทานร่วมกันจำนวน 2 ชนิดขึ้นไป ซึ่งมีส่วนผสมหลักจาก bulk product (เช่น เนยถั่วและเยลลี่) กำหนดปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคให้ระบุเป็นมาตราหรือหน่วยชั่งตวงทั่วไปที่ใกล้เคียงกับปริมาณหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงที่สุด และอาจใช้ปริมาณของ bulk product ที่เป็นส่วนผสมหลัก บวกส่วนผสมรองทุกชนิดได้

- ผลิตภัณฑ์มื้ออาหาร (meal product) และอาหารจานหลัก (main dish product) ในภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว (single serving container) กำหนดหนึ่งหน่วยบริโภคให้เท่ากับปริมาณเนื้ออาหารทั้งหมดที่สามารถบริโภคได้เท่านั้น แต่หากบรรจุในภาชนะขนาดบริโภคหลายหน่วย (multiserving container) จะต้องยึดตามปริมาณหน่วยบริโภคอ้างอิงของอาหารที่ระบุไว้ในตารางหมายเลข 1 หรือ ตารางหมายเลข 2 ทั้งนี้ หากเป็นรายการอาหารนอกเหนือจากในตารางดังกล่าว ให้คำนวณตามแนวทางที่อธิบายไว้ในข้อ 2.2 ประเด็นย่อยลำดับแรก

- พึงระลึกไว้ว่า การคำนวณหนึ่งหน่วยบริโภคของผลิตภัณฑ์อาหารกลุ่มต่างๆ จะต้องใช้ RACC เป็นค่าตั้งต้นในการคำนวณ และต้องระบุหนึ่งหน่วยบริโภคโดยใช้มาตราหรือหน่วยชั่งตวงทั่วไปที่ใกล้เคียงมากที่สุดกับ RACC ของอาหารกลุ่มนั้นๆ เช่น 1 cup

- ในขณะที่ การคำนวณปริมาณสารอาหารที่ต้องแสดงในฉลากโภชนาการ จะต้องใช้ปริมาณตามจริงของอาหารต่อหนึ่งหน่วยบริโภค เช่น 54 g

- แม้ว่าตารางกำหนดหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงได้กำหนด RACC ของเครื่องดื่มผลไม้ทุกชนิดสำหรับทารกและเด็กเล็กอายุตั้งแต่ 1 - 3 ปี ไว้ที่ 120 mL (4fl oz) หากแต่ผู้ผลิตเครื่องดื่มอื่นๆ นอกเหนือจากน้ำผลไม้ (เช่น นม หรือน้ำ) สำหรับผู้บริโภคกลุ่มนี้ ก็สามารถระบุปริมาณ RACC ที่ 120 mL (4fl oz) ได้เช่นกัน

- หากมีปริมาณน้ำหนักรวมมากกว่า RACC กำหนดไว้ แต่สามารถบริโภคได้หมดใน 1 ครั้ง ให้ระบุหนึ่งหน่วยบริโภคเป็น “one unit”

## 2.3 การกำหนดจำนวนหน่วยบริโภคในผลิตภัณฑ์อาหาร

สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารที่ไม่เข้าข่ายนิยามภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว (single-serving containers) จะต้องแสดงจำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุ (serving per container) โดยอ้างอิงจากหนึ่งหน่วยบริโภค ดังนี้

(1) กรณีที่เมื่อคำนวณจำนวนหน่วยบริโภคแล้วพบว่ามีเศษทศนิยม ให้ปัดเศษเป็นจำนวนเต็มที่ใกล้ที่สุด ยกเว้น ผลิตภัณฑ์อาหารที่มีจำนวนหน่วยบริโภคระหว่าง 2 ถึง 5 และผลิตภัณฑ์อาหารที่จำหน่ายตามน้ำหนัก (random weight product) จะต้องปัดเศษเป็น 0.5 ที่ใกล้ที่สุด อีกทั้งต้องใช้ข้อความ “about” เพื่อแสดงถึงการประมาณด้วย เช่น “about 2 servings” และ “about 3.5 servings” เป็นต้น

(2) กรณีน้ำหนักเนื้อ (drained solid) ของผลิตภัณฑ์อาหารที่มีขนาดแตกต่างกันโดยธรรมชาติ เช่น เซอร์รี่กระป๋อง และผักผลไม้ต่าง ๆ สามารถระบุจำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุโดยทั่วไปได้ เช่น usually 5 servings

(3) กรณีผลิตภัณฑ์อาหารที่จำหน่ายตามน้ำหนัก (random weight product) เช่น เนยแข็งที่ตัดแบ่งขาย หรือบรรจุในภาชนะที่รูปทรงแตกต่างกัน สามารถระบุจำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุด้วยข้อความ “varied” ตามด้วยข้อความในวงเล็บระบุจำนวนหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุโดยทั่วไป เช่น “varied (usually 5 servings)” ทั้งนี้ ข้อมูลโภชนาการจะต้องอ้างอิงจากหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง (RACC) และแสดงไว้อย่างถูกต้องชัดเจนด้วย

(4) กรณีภาชนะบรรจุใหญ่ที่รวมผลิตภัณฑ์อาหารในภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว กำหนดให้ภาชนะบรรจุแต่ละชั้นต้องมีข้อมูลและฉลากโภชนาการด้วย

(5) กรณีภาชนะบรรจุใหญ่ที่รวมภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหลายหน่วย กำหนดจำนวนหน่วยบริโภคเท่ากับหนึ่งหน่วยบริโภคคูณด้วยจำนวนของภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหลายหน่วยทั้งหมด

---

## ส่วนที่ 3 รูปแบบการแสดงผล 2 สดมภ์ (dual-column)

---

### 3.1 การแสดงผล 2 สดมภ์ ภาคบังคับ

● **ใช้บังคับกับ** ผลิตภัณฑ์อาหารที่บรรจุและจำหน่ายแยกชิ้น ที่มีหน่วยบริโภคตั้งแต่ร้อยละ 200 ถึง ร้อยละ 300 ของหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง (เช่น มันฝรั่งแผ่นทอดกรอบขนาดถุงละ 75 g ซึ่งเมื่อคำนวณแล้วพบว่ามีปริมาณหน่วยบริโภคสูงถึงร้อยละ 250 ของ 30 g ซึ่งเป็นหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงนั้น) โดยจะต้องแสดงผลโภชนาการแบบ 2 สดมภ์ (รูปภาพที่ 1) ได้แก่

(1) จำนวนและร้อยละของปริมาณมาตรฐานของสารอาหารที่ควรรับประทานหนึ่งวันต่อผลิตภัณฑ์อาหารทั้งหมด โดยมีหนึ่งหน่วยบริโภคเป็นตัวตั้งในการคำนวณ

(2) จำนวนและร้อยละของปริมาณมาตรฐานของสารอาหารที่ควรรับประทานหนึ่งวันต่อหน่วยบริโภคที่น้อยกว่า ผลิตภัณฑ์อาหารทั้งหมด เช่น หนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง โดยมีหน่วยบริโภคทั้งหมดเป็นตัวตั้งในการคำนวณ

● **ใช้บังคับกับ** ผลิตภัณฑ์อาหารที่มีส่วนประกอบของอาหารตั้งแต่ 1 ชนิดขึ้นไป (discrete unit) หากพบว่ามีหน่วยบริโภคตั้งแต่ร้อยละ 200 ถึง ร้อยละ 300 ของหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง โดยที่ต้องแจ้งหนึ่งหน่วยบริโภคเป็นค่าประมาณของ RACC โดยสดมภ์แรกจะแจ้งข้อมูลโภชนาการที่คำนวณจากหนึ่งหน่วยบริโภค ในขณะที่สดมภ์ที่สองจะต้องแจ้งข้อมูลโภชนาการของแต่ละหน่วยอาหาร

● **ไม่ใช่บังคับกับ** (1) ผลิตภัณฑ์อาหารที่เข้าข่ายได้รับการอนุญาตให้แสดงผลโภชนาการแนวนอน (2) ผลิตภัณฑ์อาหารที่ต้องปรุงก่อนบริโภค เช่น ชุดผสมแพนเค้ก (3) ผักและผลไม้สด อาหารทะเล (4) อาหารทารกและเด็กเล็ก อายุตั้งแต่ 1 - 4 ปี (5) ข้าวโพดคั่ว และ (6) ผลิตภัณฑ์อาหารที่จำหน่ายตามน้ำหนัก

รูปภาพที่ 1 การแสดงฉลากโภชนาการ 2 สดมภ์ ระบุข้อมูลต่อหนึ่งหน่วยบริโภค และต่อหน่วยบริโภคต่อภาชนะบรรจุ

<b>Nutrition Facts</b>			
2 servings per container			
<b>Serving size</b>		<b>1 cup (255g)</b>	
<b>Calories</b>	<b>220</b>	<b>440</b>	
	<b>% DV*</b>	<b>% DV*</b>	
<b>Total Fat</b>	5g 6%	10g 13%	
Saturated Fat	2g 10%	4g 20%	
Trans Fat	0g	0g	
<b>Cholesterol</b>	15mg 5%	30mg 10%	
<b>Sodium</b>	240mg 10%	480mg 21%	
<b>Total Carb.</b>	35g 13%	70g 25%	
Dietary Fiber	6g 21%	12g 43%	
Total Sugars	7g	14g	
Incl. Added Sugars	4g 8%	8g 16%	
<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.

### 3.2 การแสดงฉลากโภชนาการ 2 สดมภ์ ภาคสมัครใจ

สามารถยกเว้นการแสดงฉลากโภชนาการ 2 สดมภ์ ได้หากผลิตภัณฑ์อาหารมีลักษณะ ดังนี้

(1) เป็นผลิตภัณฑ์ในภาชนะบรรจุขนาดเล็กหรือขนาดกลาง ที่พื้นผิวของบรรจุภัณฑ์มีขนาดน้อยกว่า 12 ตารางนิ้ว โดยให้ใช้ฉลากโภชนาการรูปแบบตาราง (tabular) แทน (รูปภาพที่ 2)

รูปภาพที่ 2 ฉลากโภชนาการรูปแบบตาราง (tabular) สำหรับภาชนะบรรจุที่มีขนาดเท่ากับหรือน้อยกว่า 40 ตารางนิ้ว

<b>Nutrition Facts</b>	<b>Amount/serving</b>	<b>% DV</b>	<b>Amount/serving</b>	<b>% DV</b>
5 servings per container <b>Serving size</b> <b>1/6 cup (28g)</b>	<b>Total Fat</b> 2g	<b>3%</b>	<b>Total Carb.</b> 15g	<b>5%</b>
	Sat. Fat 1g	<b>5%</b>	Fiber 0g	<b>0%</b>
	Trans Fat 0.5g		Total Sugars 14g	
	<b>Cholesterol</b> 10mg	<b>3%</b>	Incl. 13g Added Sugars	<b>26%</b>
	<b>Sodium</b> 200mg	<b>9%</b>	<b>Protein</b> 3g	
<b>Calories</b> per serving <b>90</b>	Vitamin D 0% • Calcium 6% • Iron 6% • Potassium 10%			

(2) เป็นผลิตภัณฑ์ในภาชนะบรรจุขนาดเล็กหรือขนาดกลาง ที่พื้นผิวของบรรจุภัณฑ์มีขนาดเท่ากับหรือน้อยกว่า 40 ตารางนิ้ว แต่มีรูปร่างหรือขนาดที่ไม่สามารถแสดงฉลากโภชนาการในแนวตั้ง ตาราง หรือแถวลักษณะต่างๆ ได้ โดยให้ใช้ฉลากโภชนาการรูปแนวนอน (linear) แทน (รูปภาพที่ 3)

รูปภาพที่ 3 ฉลากโภชนาการรูปแนวนอน (linear) สำหรับภาชนะบรรจุที่มีขนาดเท่ากับหรือน้อยกว่า 40 ตารางนิ้ว

<b>Nutrition Facts</b> Servings: 12, <b>Serv. size: 1 mint (2g),</b> Amount per serving: <b>Calories 5,</b> Total Fat 0g (0% DV), Sat. Fat 0g (0% DV), Trans Fat 0g, <b>Cholest.</b> 0mg (0% DV), <b>Sodium</b> 0mg (0% DV), <b>Total Carb.</b> 2g (1% DV), Fiber 0g (0% DV), Total Sugars 2g (Incl. 2g Added Sugars, 4% DV), <b>Protein</b> 0g, Vit. D (0% DV), Calcium (0% DV), Iron (0% DV), Potas. (6% DV).
---

(3) เป็นผลิตภัณฑ์อาหารที่มีปริมาณมากกว่าร้อยละ 150 แต่ต่ำกว่าร้อยละ 200 ของหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิงก็สามารถแสดงข้อมูลโภชนาการเพิ่มเติมได้โดยสมัครใจทางด้านซ้ายของสดมภ์แรก โดยสดมภ์ที่ 2 จะแสดงปริมาณและร้อยละของปริมาณมาตรฐานของสารอาหารที่ควรรับประทานหนึ่งวันในมาตราหรือหน่วยซึ่งตรงทั่วไปที่ใกล้เคียงที่สุดกับ RACC (รูปภาพที่ 4) ทั้งนี้ การแสดงหนึ่งหน่วยบริโภคจะยังคงต้องระบุเป็น “ภาชนะบรรจุขนาดบริโภคหน่วยเดียว” ตามปกติ อนึ่ง การอนุญาตให้ผลิตภัณฑ์อาหารที่มีปริมาณต่ำกว่าร้อยละ 200 ของ RACC ให้สามารถแสดงข้อมูลโภชนาการเพิ่มเติมได้ ก็จะช่วยให้ผู้บริโภคสามารถได้รับทราบข้อมูลที่เป็นหน่วยนับเดียวกัน ซึ่งจะช่วยให้สามารถตัดสินใจซื้อได้ถูกต้อง

รูปภาพที่ 4 ฉลากโภชนาการ 2 สดมภ์ แบบสมัครใจ สำหรับภาชนะบรรจุที่มีปริมาณตั้งแต่ร้อยละ 150 แต่น้อยกว่าร้อยละ 200 ของ RACC

<b>Nutrition Facts</b>				
1 serving per container				
<b>Serving size 1 can (about 1 cup) (248g)<sup>2</sup></b>				
	Per 1/2 cup <sup>3</sup>		Per 1 can	
<b>Calories</b>	<b>70</b>		<b>140</b>	
	% DV*		% DV*	
<b>Total Fat</b>	1g	<b>1%</b>	2g	<b>3%</b>
Saturated Fat	0g	<b>0%</b>	0g	<b>0%</b>
Trans Fat	0g		0g	
<b>Cholesterol</b>	0mg	<b>0%</b>	0mg	<b>0%</b>
<b>Sodium</b>	360mg	<b>16%</b>	720mg	<b>31%</b>
<b>Total Carb.</b>	13g	<b>5%</b>	26g	<b>9%</b>
Dietary Fiber	2g	<b>7%</b>	4g	<b>14%</b>
Total Sugars	3g		6g	
Incl. Added Sugars	0g	<b>0%</b>	0g	<b>0%</b>
<b>Protein</b>	1g		2g	
Vitamin D	0mcg	0%	0mcg	2%
Calcium	20mg	2%	40mg	4%
Iron	0.4mg	2%	0.7mg	4%
Potassium	180mg	4%	360mg	8%

\* 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.

## ส่วนที่ 4 ประเด็นอื่นๆ

### 4.1 การแสดงฉลากข้อมูลโภชนาการของหมากฝรั่งปราศจากน้ำตาล

เนื่องจากหมากฝรั่งปราศจากน้ำตาลมักจะจำหน่ายรวมในภาชนะบรรจุขนาดเล็กมากซึ่งมีขนาดพื้นผิวไม่เอื้อต่อการแสดงข้อมูลโภชนาการที่สำคัญทั้งหมด หน่วยงาน U.S.FDA อาจอนุญาตให้ดำเนินการโดยวิธีอื่นเพื่อให้ผลิตภัณฑ์ดังกล่าวสอดคล้องตามระเบียบ หรือ อาจพิจารณาอนุญาตยกเว้นเป็นรายกรณี ดังเช่นกรณีของหมากฝรั่งปราศจากน้ำตาลนี้ จึงได้รับการอนุญาตไม่ต้องระบุสารอาหารทั้งหมด โดยได้แนะนำให้ระบุข้อความ “Not a significant source of other nutrients”

### 4.2 ข้อกำหนดการแสดงฉลากสำหรับผลิตภัณฑ์อาหารในภาชนะบรรจุอาหารปลีกแบบหลายหน่วย (multiunit retail food packages)

สำหรับผลิตภัณฑ์อาหารที่แยกเป็นชิ้นและมีภาชนะบรรจุแยกจากกัน แต่บรรจุรวมกันในภาชนะบรรจุใหญ่ (multiunit retail food packages) ผู้ผลิตมี 2 ทางเลือกในการการแสดงฉลาก ได้แก่

(1) กรณีอาหารที่แยกเป็นชิ้นและมีภาชนะบรรจุแยกจากกันชัดเจนอยู่ภายในภาชนะบรรจุใหญ่ โดยที่ไม่มีเจตนา นำออกมาจำหน่ายแยกชิ้น ให้ติดฉลากแต่ละชิ้นด้วยข้อความ “This Unit Not Labeled For Retail Sale” หรือ “This Unit Not Labeled For Individual Sale” ในขนาดตัวอักษรความสูงไม่น้อยกว่า 1/16 นิ้ว

(2) กรณีอาหารที่แยกเป็นชิ้นและมีภาชนะบรรจุแยกจากกันชัดเจนอยู่ภายในภาชนะบรรจุใหญ่ แต่ไม่มีฉลากหรือข้อมูลใดปรากฏบนอาหารที่แยกชิ้นนั้น ให้ติดฉลากตามระเบียบฉบับนี้โดยปกติ

### 4.3 สามารถแสดงฉลากโภชนาการหรือฉลากข้อมูลเพิ่มเติม (Supplement Fact Label) บนพื้นผิวด้านล่างของบรรจุภัณฑ์ได้หรือไม่

โดยทั่วไปแล้ว ไม่สามารถกระทำได้ เนื่องจากพื้นที่ด้านล่างของบรรจุภัณฑ์ เช่น กล่อง กระจ่าง ไม่ใช่พื้นที่หลักสำคัญที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน อีกทั้ง ไม่สามารถแสดงข้อมูลอื่นๆ เพิ่มเติม ตามที่ระเบียบกำหนดไว้ได้อีกด้วย อย่างไรก็ตาม หากปรากฏว่าภาชนะบรรจุนั้น เมื่อวางจำหน่ายในลักษณะปกติ ผู้บริโภคจะสามารถเห็นข้อมูลด้านล่างได้ชัดเจน เช่น ผลิตภัณฑ์อาหารแช่แข็งบางประเภท ผลิตภัณฑ์ลูกอมมินต์และหมากฝรั่ง ก็สามารถแสดงฉลากโภชนาการหรือฉลากข้อมูลเพิ่มเติม (Supplement Fact Label) บนพื้นผิวด้านล่างของบรรจุภัณฑ์ได้

### 4.4 สินค้าที่ได้รับการยกเว้นจากระเบียบฉบับเดิม จะต้องปฏิบัติตามระเบียบฉบับใหม่นี้หรือไม่ หากพบว่ามี การปรับเปลี่ยนหนึ่งหน่วยบริโภคอ้างอิง ร้อยละของปริมาณมาตรฐานของสารอาหารที่ควรรับประทานหนึ่งวัน และการแสดงค่า โทแตลเซียมของสินค้าดังกล่าว

ระเบียบนี้จะยังไม่ครอบคลุมสินค้าที่ได้รับการยกเว้นในระเบียบฉบับเดิม ได้แก่ เมล็ดกาแฟ (ทั้งเมล็ดและบดเป็นผง) ใบชา ผักที่ใช้เป็นเครื่องปรุงซึ่งทำให้แห้งโดยการดึงน้ำออก สารสกัดรสชาติ สีอาหาร และน้ำดื่มบรรจุขวดบางชนิด

### 4.5 มีข้อกำหนดในการแสดงฉลากโภชนาการรูปแบบตาราง (tabular) หรือไม่

หน่วยงาน U.S.FDA แนะนำให้แสดงฉลากโภชนาการรูปแบบตาราง (tabular) ตามตัวอย่างที่แสดงไว้ในระเบียบฉบับนี้ กล่าวคือ แสดงข้อมูลโภชนาการเป็นตาราง 2 แถว ทั้งนี้ การดัดแปลง/เพิ่มเติมแถวเพื่อแสดงรายละเอียดแจเป็นผลให้ละเมิดข้อกำหนดการแสดงฉลากได้