

4. SV数の計算について

Q4-1. 料理で使用する材料について主材料なのか薬味(主材料ではない)なのか判断が難しい例が多くあります。どのように扱えばよいでしょうか。 *

(A)

以下、まぎらわしいものについて、扱い方を整理しましたので、参考にしてください。

基本的には、薬味などは主材料ではないと整理しておりますが、副菜として意識して食べられるくらいの量が含まれていれば、副菜としてカウントしていただくことが可能です。

- 和え物で使われるゴマ→主材料ではない
- 焼き魚の大根おろし→主材料ではない
(大根おろしを別盛りにして、野菜をとる目的で大量にとれば副菜になります)
- 刺身のつま→主材料ではない
- 親子丼の三つ葉→主材料ではない
- ホワイトシチューを手作りする時の牛乳、生クリーム→主材料とする
- トマトソースのトマト→主材料とする
- トマトピューレ→料理の中で主材料として扱うことができる。SV数を計算・表示するものが主材料と判断した場合は、主材料として扱うことができる。

Q4-2. プレート皿にさまざまな料理を盛りつけた場合は、料理ごとにSV数を計算するのでしょうか。

※

(A)

少量のものがたくさん入っているお弁当と同じと考えるため、プレート上で同じ料理区分ごとにまとめてSV数を計算することができます。

(例)

同じプレートにごはんとパスタがのっていた場合、ごはんとパスタの炭水化物量を合計して、SV数を算出する。

Q4-3. 100%のジュースはどのようにSV数を計算したらよいのでしょうか。

※

(A)

市販の100%のジュースについては、半分のグラム重量に換算して、計算をします。

しかし、倍量を飲むことを奨めているわけではありません。あくまでも補助的なものとして考えてください。

ご自身で、100%のジュースを濾さずに作った場合は、生重量で計算をします。

Q4-4. 調理済み食品を大量に生産し、パック詰めして販売している事業者の方が、100g当たりのSV数に換算して計算する場合、どのように考えて計算したらよいのでしょうか。

※

(A)

100g当たりのSV数の計算方法は以下の通りです。

◆汁を切って食べる料理

$$\frac{\text{総副菜重量}}{\text{汁を切った料理の総重量}} \times 100\text{g} \div 70\text{g}$$

↑

料理100gあたりに含まれる総副菜重量

◆煮汁などを合わせて食べる料理

$$\frac{\text{総副菜重量}}{\text{汁を切らない料理の総重量}} \times 100\text{g} \div 70\text{g}$$

↑

料理100gあたりに含まれる総副菜重量を算出

Q4-5. 付け合わせの野菜は、どのように計算するとよいでしょうか。

(A)

付け合わせの野菜は副菜としてカウントすることができます。その場合は、一つの料理としてきちんと表記します。

(例：ハンバーグの付野菜 1つ)

Q4-6. SV数の標記の仕方、数字の丸め方について教えてください。



(A)

SV数を標記する場合は、数えやすさの観点から、原則として整数表示をお薦めしています。整数で標記をする原則の例外として、主食のごはんの場合は、1.5表示を用いることにしています。これは、ちょうどごはん茶碗にごはんを盛り付けた場合、1.5SVとなるためです。また、ごはんは盛り付け方法に関わらず、1.5表示することができます。

SV数は、以下の表に従って丸めてください。

○整数表示を選択した場合

表示数	0つ(SV)	1つ(SV)	1.5つ(SV)	2つ(SV)
算出数 (主食(ごはん) 以外)	0~0.67	0.67~1.50	—	1.50~2.50
算出数 (主食(ごはん))	0~0.67	0.67~1.25	1.25~1.75	1.75~2.50

○0.5表示を選択した場合

表示数	0つ(SV)	0.5つ(SV)	1つ(SV)	1.5つ(SV)	2つ(SV)
算出数	0~0.25	0.25~ 0.67	0.67~ 1.25	1.25~ 1.75	1.75~ 2.50

※上記の各欄に「0~0.67」とある場合は、0SV以上0.67SV未満を表します。
※どの方法においても、2つ(SV)以上は、四捨五入をし、整数で表します。

Q4-7. 子どもや高齢者向けの料理の場合は、整数表示では、0SVとなってしまいます。どうしたらよいでしょうか？ ※

(A)

給食や子供向け、高齢者向けの料理の場合は、0.5表示(2SV未満まで)が可能です。