



14章 賞味期限の決め方

お菓子作りを仕事にする
スイーツビジネススクール

Marimo Cafe



この動画で学べること

01

賞味期限の決め方

02

日持ちを左右する水分活性の基礎知識

14-1 賞味期限の決め方

1. 賞味期限の決め方

賞味期限と消費期限の違い

	賞味期限	消費期限
意味	<ul style="list-style-type: none">• おいしく食べることができる期限• この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではない	<ul style="list-style-type: none">• 期限を過ぎたら食べない方がよい期限
日数	<ul style="list-style-type: none">• 製造日からおよそ6日以上	<ul style="list-style-type: none">• 製造日からおよそ5日以内
表示	<ul style="list-style-type: none">• 3ヶ月を超えるものは年月で表示し、3ヶ月以内のものは年月日で表示	<ul style="list-style-type: none">• 年月日で表示

1. 賞味期限の決め方



「食品期限表示の設定のためのガイドライン」

- ✓ 期限の設定には理化学検査、微生物検査、官能評価による客観的な評価が必要
- ✓ その評価で得られた期限よりも、短い期間を設定する
- ✓ 全ての商品について全ての指標の検査を実施する必要はなく、特性が類似している食品の試験・検査結果等を参考にして、期限を設定することも可能
- ✓ 期限設定の設定根拠に関する資料等を整備・保管し、消費者等から求められたときには情報提供するよう努めるべき

1. 賞味期限の決め方

理化学検査

- ▶ 一般的な指標としては「粘度」「濁度」「比重」「過酸化価」「酸価」「pH」「酸度」「栄養成分」「糖度」
等がある
- ▶ お菓子の場合は、油脂の劣化を測定する「過酸化価」と「酸価」が重要

微生物検査

- ▶ 一般的な指標としては、「一般生菌数」「大腸菌群数」等がある
- ▶ お菓子の場合は、「一般生菌数」「黄色ブドウ球菌」「カビ」が重要

官能評価

- ▶ 食品の性質を人間の視覚・味覚・嗅覚などの感覚を通して評価する

1. 賞味期限の決め方

理化学検査

安全性から考える期限


微生物検査

官能評価

美味しさから考える期限

1. 賞味期限の決め方

▶ marimo cafeで行った検査結果の例

 試験検査成績書

株式会社 マリモカフェ 様

ご依頼の試験品の試験検査結果は以下のとおりです。

受付日	2024年2月29日
試験品	クッキー
付記事項	
検査内容	保存試験 保存温度：25℃
備考	保存期間：39日間（検査日：4月8日）

試験検査結果

検査項目	検査結果
細菌数	300以下/g
黄色ブドウ球菌	陰性
カビ	検出しない(0/0.01g)
酸価	1.2
過酸化物価	0.3meq/kg
—以下余白—	

試験検査結果

検査項目	検査結果
細菌数	300以下/g
黄色ブドウ球菌	陰性
カビ	検出しない(0/0.01g)
酸価	1.2
過酸化物価	0.3meq/kg
—以下余白—	



1. 賞味期限の決め方

評価の基準

厚生労働省「洋生菓子の衛生基準」

- 1▶ 細菌数(生菌数)は、製品1gにつき100,000以下であること
- 2▶ 大腸菌群が陰性であること(生鮮果実部を除く))
- 3▶ 黄色ブドウ球菌が陰性であること
- 4▶ 製品に含まれる油脂の酸価が3を超えないものであること
- 5▶ 製品に含まれる油脂の過酸化値が30を超えないものであること
- 6▶ 異物の混入が認められないこと

1. 賞味期限の決め方

期限設定の3STEP

① 理化学検査・微生物検査は、調査機関にお願いする
「食品 保存試験」にてネット検索！

② 自分で食べてみて「官能試験」をする

③ 結果の日数に0.8をかけて短い日数にする

14-2 日持ちを左右する水分活性の基礎知識

2. 日持ちを左右する水分活性の基礎知識

そもそも、お菓子を日持ちさせるには
どうしたら良いですか？



お菓子の「水分活性」が鍵になります！

しっとりしているか？乾いているか？
「水分量」とは違います・・・

2. 日持ちを左右する水分活性の基礎知識

食パン



水分量は少ないけど
カビが生える

ジャム



水分量は多いけど
数ヶ月保存できる



**「水分量」ではなく
「水分活性」の違いが鍵なのです！**

2. 日持ちを左右する水分活性の基礎知識



💡 水分活性とは「自由水の含有量」を示す数値

水分活性が高い = 微生物が増殖しやすい = 傷みやすい

2. 日持ちを左右する水分活性の基礎知識

食パン



水分量は少ないけど
微生物が使える「自由水」が多く
水分活性が高いので痛みやすい

ジャム



水分量は多いけど、
砂糖と煮ることで自由水の一部が
結合水となり保存性が高まっている



砂糖漬けや塩漬けは「水分活性」を低くする保存手法！

2. 日持ちを左右する水分活性の基礎知識

水分活性は0～1の数字で示され、水分のない食品は0、純水は1となります。

代表的な食品の活性値と、微生物の繁殖

微生物の繁殖	水分活性	代表的な食品
繁殖する	1.00～0.95	パン、卵、果物、肉、魚
	0.95～0.91	シフォンケーキ、果汁、チーズ
	0.91～0.87	スポンジケーキ、塩鮭
	0.87～0.80	パウンドケーキ、小麦粉、豆類
	0.80～0.75	ジャム、蜂蜜、味噌
	0.75～0.65	ゼリー、干しエビ
0.7以下 カビは生えない	0.65～0.60	キャンディー、キャラメル
0.5以下 微生物が繁殖しない	0.50～	クッキー、チョコレート、乾燥野菜

- ① 配合によって差があるためあくまでも目安
- ② 保存状態によって水分活性値が変わると腐敗の可能性もある

2. 日持ちを左右する水分活性の基礎知識



Q&A 食品の保存性を高める方法は??

- ▶ 水分活性を下げる
- ▶ 包装時に酸素を抜く
- ▶ pHを下げる（酢漬け）
- ▶ 保存料などの食品添加物
- ▶ 微生物の繁殖条件をなくす事（殺菌...など）



お菓子屋さんでは
鮮度保持剤（脱酸素剤など） を
使うことが多い



POINT

酸素がない方が
生育できる微生物も
いるため、
完璧な対策ではない



- ✓ 「食品期限表示の設定のためのガイドライン」を元に賞味期限を決める
- ✓ 必要に応じて検査に出す
- ✓ 日持ちがするよう工夫を行う
 - 水分活性を低くする
 - 脱酸素剤を使う など



WORK
01

自分のお菓子を「官能試験」してみよう

- ① 実際に販売する想定で梱包する
- ② 実際に販売する想定で保管する
- ③ 何日かおきに食べてみる