

店頭での糖質表示をスタート ～カロリーに加え、糖質を表示することで 日々の栄養バランス管理をサポート～

日本サブウェイ合同会社(本社：東京都品川区)が展開するサンドイッチ・チェーン『サブウェイ』は、2019年1月9日(水)より全国のサブウェイ店頭におけるメニュー表示において、新たに糖質の表示を開始します。

この取り組みは、健康管理に対する社会的な意識が高まる中、一人ひとりのお客様のライフスタイルの充実に貢献したいと考えるサブウェイが、糖質表示を求める多くのお客様の声に応じて実施するものです。これまでもメニュー表においてカロリー表示を行っていましたが、新たに糖質表示を追加することで、お客様ご自身が商品を選ばれる際に健康や栄養バランスの目安として活用いただくことができると考えております。

糖質表示は、1月9日(水)より店頭に設置するGrandメニューポスターのほか、注文カウンターに設置するメニュー表にも表示します。

なお、サブウェイホームページでは、サンドイッチメニュー以外にも、サラダメニューやパン・トッピング・ドレッシングの各糖質含有量を表示した栄養情報一覧を掲載しています。カスタマイズされたいお客様や細かく栄養管理されたいお客様のニーズにもお応えしていきます。

サブウェイが2018年11月に行った低糖質に関する調査では、89.5%(n=7155)の方々が言葉としての「糖質制限」を認知、さらにその内の69.9%(n=6402)の方が糖質制限の実践に興味があると回答するなど、糖質に関する意識の高まりを感じさせています※1。

※1 サブウェイが実施した低糖質に関する調査結果より/2018年11月実施

■メニュー表

※サンドイッチ・一部サイドメニューに糖質表示
2019年1月9日(水)よりスタート



■糖質表示例 (カッコ内、糖質含有量)

えびアボカド (36.4g)

ローストビーフ ～プレミアム製法～(32.7g)

人気
No.1



えびアボカド

Shrimp & Avocado 糖質 36.4g | 347kcal
税込 ¥500 オススメ 野菜クリームドレッシング



ローストビーフ ～プレミアム製法～

Roast Beef 糖質 32.7g | 303kcal
税込 ¥590 オススメ わかめソース

糖質 32.7g | 303kcal

■サブウェイ 栄養情報一覧 <https://www.subway.co.jp/menu/pdf/eiyo.pdf>

< 栄養学専門家：大柳珠美氏コメント >



日本で近年急速に従来のカロリー一辺倒の栄養学から、糖質＝血糖値のコントロールが、食で健康や美容を叶える上で欠かせないと認知されるようになり、もはや栄養学的に避けて通れない戦略の一つであると言えます。

しかし、糖質を制限することばかりに目が向いてしまい、肉だけ食べれば良い、野菜さえも糖質が含まれるから、という理由で偏った食事をしては健康にとって本末転倒です。

野菜は、食物繊維をはじめ野菜が持つ色素や苦み成分(ポリフェノールやカロテノイド)など健康維持に欠かせない栄養素や成分を含む食材です。シャキシャキとした食感、噛みしめる美味しさをもたらし、早食いを防ぎ、満足感や満腹感にもつながります。

日頃から、血糖値を上げ過ぎない食べ方や食材の選び方を知ることが重要であり、何をどう食べるかを意識した食生活が非常に重要です。

<大柳珠美氏について>

糖質制限理論を専門に活躍する管理栄養士。フィットネスジムの栄養監修や都内クリニックなどでの栄養指導、テレビや新聞・雑誌などで活躍中。

<お客様からのお問い合わせ先>

お客様窓口 TEL:0120-019-010 受付時間：平日10:00～17:00