

第三十一条 违反本规定第十七条,未按规定标注食品营养素、热量以及定量标示的,责令限期改正;逾期不改的,处以5000元以下罚款。

第三十二条 违反本规定第十八条,食品标识标注禁止性内容的,责令限期改正;逾期不改的,处以1万元以下罚款;违反有关法律法规规定的,按有关法律法规规定处理。

第三十三条 伪造或者虚假标注食品生产日期和保质期的,责令限期改正,处以500元以上1万元以下罚款;情节严重,造成后果的,依照有关法律、行政法规规定进行处罚。

第三十四条 伪造食品产地,伪造或者冒用其他生产者的名称、地址的,依照《中华人民共和国产品质量法》第五十三条规定进行处罚。

第三十五条 违反本规定第二十条,食品标识与食品或者其包装分离的,责令限期改正,处以5000元以下罚款。

第三十六条 违反本规定第二十一条、第二十二第二款、第二十四条、第二十五条的,责令限期改正;逾期不改的,处以1万元以下罚款。

第三十七条 违反本规定第二十二条第一款的,依照本章有关规定处罚。

第三十八条 从事食品标识监督管理的工作人员,玩忽职守、滥用职权、包庇放纵违法行为的,依法给予行政处分;构成犯罪的,依法追究刑事责任。

第三十九条 本规定规定的行政处罚由县级以上地方质量技术监督部门在职权范围内依法实施。

法律、行政法规对行政处罚另有规定的,依照其规定。

## 第五章 附则

第四十条 进出口食品标识的管理,由出入境检验检疫机构按照国家质检总局有关规定执行。

第四十一条 本规定由国家质检总局负责解释。

第四十二条 本规定自2008年9月1日起施行。原国家技术监督局公布的《查处食品标签违法行为规定》同时废止。

# 《食品营养标签管理规范》问答

## 一、基本定义和实施

### 1. 什么是食品营养标签?

食品营养标签是向消费者提供食品营养成分信息和特性的说明,包括营养成分表、营养声称和营养成分功能声称。

### 2. 为什么我国要制定食品营养标签?

制定营养标签管理办法的主要目的是指导和规范企业食品营养标签的标示,引导消费者合理选择食品,促进膳食营养平衡,保障人民身体健康。

### 3. 还有哪些国家制定了食品营养标签?

食品营养标签的管理工作已经受到国际组织和许多国家重视,大多数国家都制定有关法规和标准,在保障本国人民身体健康、食品进出口贸易方面起到了重大作用。世界卫生组织(WHO)2004年调查的74个国家中,没有食品营养标签管理法规的国家只有19个(占25.7%),有法规的国家为55个(74.3%),其中10个国家强制性执行。早在20世纪90年代美国、英国、加拿大、澳大利亚、新西兰等发达国家就实施了营养标签管理;马来西亚、日本、韩国等亚洲国家,我国的台湾和香港也都制定了营养标签管理。

### 4. 营养标签给消费者会带来什么益处?

食品营养标签是消费者了解预包装食品的营养组分和特征的来源,也是根据自己健康需要选择食品的根据;同时也是消费者保障自己的知情权益的一个手段。这在一些国家已经取得了成功经验。归结这个营养标签的好处在于:

- 了解食品营养特点;
- 选购食品指南;

- 膳食平衡参考;
- 营养健康知识的来源;
- 引导企业生产更多符合营养要求的食品。

#### 5. 什么叫预包装食品?

经预先定量包装,或装入(灌入)容器中,向消费者直接提供的食品。目前我们在市场上买到的大部分带有包装的食品都属于预包装食品。

#### 6. 什么是食品标签?

食品标签指食品包装上的文字、图形、符号及一切说明物。食品标签的内容包括食品名称、配料清单、净含量、制造者及经销者的名称和地址、日期和贮藏说明、产品标准号、质量等级、批号、食用方法、能量和营养素含量等等内容。

#### 7. 食品营养标签和食品标签是什么关系?

由上述定义可知,食品营养标签属于食品标签上的一部分内容。

#### 8. 是不是 5 月 1 号任何包装食品都要换包装了?

不是。

5 月 1 号起食品企业可以自愿选择执行。当食品企业生产产品标示营养成分或者进行声称的时候,应当按照《食品营养标签管理规范》(以下简称《规范》)要求标示营养成分。如果不标营养成分,也不进行任何营养/功能声称,则不需要换包装。而且,2008 年 5 月 1 日《规范》正式实施后,还将对食品企业设置一定过渡期使用原有库存标签和建立新的营养标签标示系统。

#### 9. 什么预包装食品可以被豁免?

以下几种情况的食物不必标示营养成分:

- 食品每日食用量不足 10 克(g)或 10 毫升(ml);
- 包装的生肉、生鱼、生蔬菜和水果;
- 包装的总表面积小于 100 平方厘米( $\text{cm}^2$ )的食品;
- 现制现售的食品;
- 酒精含量大于等于 0.5 %的产品;
- 其他法律、行政法规、标准规定可以不标示标签的食品。

#### 10. 酒需要标示营养标签吗?

不需要。《食品营养标签管理规范》明文规定酒精含量大于等于 0.5 %的产品均属于豁免范围。

#### 11. 超市的面包制造点销售的面包被豁免吗?

是的,可以不标示营养标签。

在面包房、面包制作点现场制作、现场销售的食品可以不标示营养标签。

#### 12. 调味品需要标示营养标签吗?

对于味精、花椒、大料、桂皮等每日摄入量小于 10 克的调味品,可以不标示营养标签。因为这些食物的营养成分摄入量小,对人体健康影响较小。

#### 13. 营养标签工作实施中,食品企业的责任是什么?

食品企业首先应当加强食品生产、保存和运输过程等环节的质量控制。应当对营养标签的真实性负责。

#### 14. 营养标签的强制实施什么时候执行?

2008 年 5 月 1 日《规范》正式实施后,还将对食品企业设置一定过渡期使用原有库存标签和建立新的营养标签标示系统。

卫生部根据《规范》的实施情况和消费者健康需要,再进一步确定强制进行营养标示的食品品种、营养成分及实施时间。

## 二、核心营养素和标示

#### 15. 什么叫营养成分表?包含什么内容?

营养标签上的营养成分表是标有食品营养成分名称、含量和占营养素参考数值(NRV)的 %的表格。表格中可以标示的营养成分包括能量、营养素、水分和膳食纤维等。

例如

营养成分表

项目	每 100 g	NRV %
能量	1823 kJ	22 %
蛋白质	9.0 g	15 %
脂肪	12.7 g	21 %
碳水化合物	70.6 g	24 %
钠	204 mg	10 %
维生素 A	72 µg RE	9 %
维生素 B <sub>1</sub>	0.09 mg	6 %

16. 什么叫营养素？主要包括什么？

营养素是指食品中具有特定生理作用，能维持机体生长、发育、活动、繁殖以及正常代谢所需的物质。缺少这些物质，将导致机体发生相应的生化或生理学的不良变化。包括蛋白质、脂肪、碳水化合物、矿物质、维生素五大类。

17. 什么是能量？

指食品中的蛋白质、脂肪和碳水化合物几种营养素在人体代谢中产生的能量。在营养标签上食品能量是蛋白质、脂肪和碳水化合物乘以相应的能量系数之和，以千焦(kJ)和千卡(kcal)标示。

食品能量 = 蛋白质 ×4 + 脂肪 ×9 + 碳水化合物 ×4

18. 能量对人体有什么作用？

能量是人体各种生命活动的基础，充足的能量摄入对保障机体健康是必需的。长期能量摄入不足，导致营养不良；能量摄入过高，容易肥胖甚至增加慢性病发生的危险。

19. 什么是蛋白质？

蛋白质是含氮的有机化合物，以氨基酸为基本单位组成。动物性食品中蛋白质含量较高。

20. 蛋白质对人体有哪些作用？

蛋白质是人体组织的重要组成成分，同时构成许多重要的生理活性物质，并且为机体提供能量和必需氨基酸等。

21. 什么是脂肪？

指食品中一大类不溶于水而溶于有机溶剂(乙醚或石油醚)的化合物的总称。如烹调油、动物油脂等。

22. 脂肪有什么作用？

脂肪是人体组织的重要组成成分，对维持细胞结构和功能起重要作用，还为人体提供必需脂肪酸和脂溶性维生素，但过量的脂肪摄入也容易导致肥胖等慢性病的发生。

23. 什么是碳水化合物？

食品中的碳水化合物是指糖、寡糖、多糖的总称，是提供能量的重要营养素。一般米饭、馒头等谷类食物含碳水化合物较高。

24. 碳水化合物有什么作用？

碳水化合物是能量最主要的来源，也是机体重要的组成物质，对维持机体健康必不可少。

25. 什么是钠？

食品中钠指以各种形式存在的钠的化合物的总和。日常所食用的食盐就是氯化钠，是膳食中钠的最主要来源。

26. 什么是核心营养素

在强制或自愿执行的营养标签管理的一些国家，把营养素分为必须标示和可选择标示的两种。为强调必须标注的营养素的重要性，命名为核心营养素。

一般来说，核心营养素应该是对本国最具有公共卫生意义的营养素。如美国规定 15 种，澳大利亚规定 6 种，我国规定 4 种：蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠。

27. 为什么要求首先标示能量及 4 种核心营养素

如前所述,能量和蛋白质、脂肪、碳水化合物和钠在我国是最具有公共卫生意义的营养素。缺乏可以引起营养不良、影响儿童和青少年生长发育和健康;过量导致肥胖和慢性病发生发展。如钠的摄入量在我国远远高于推荐量(6 g/天),导致高血压等疾病的日益增加。要求在营养标签上首先标示出能量和 4 种核心营养素的含量,这是对企业生产健康食品的最基本要求,也是为引导大众健康的膳食模式、保护消费者健康。

28. 什么是营养素参考值,它有什么意义?

营养素参考值(NRV)是食品营养标签上比较食品营养成分含量多少的参考标准,是消费者选择食品时的一种营养参照尺度。营养素参考值是依据我国居民膳食营养素推荐摄入量(RNI)和适宜摄入量(AI)制定的。

国际组织和各国都基本有自己国家的 NRV,我国 NRV 的制定也是与世界接轨的。

29. 在食品营养标签上为什么要用 NRV,而不是 DRIs?

DRIs 的全称是膳食营养素参考摄入量,是一组每日平均膳食营养素摄入量的参考值,包括 4 项内容:平均需要量(EAR)、推荐摄入量(RNI)、适宜摄入量(AI)和可耐受最高摄入量(UL)。由于各项参考值的制定都是根据性别、年龄、体力活动水平等等而来,是用来指导“膳食”的而不是一个食品,而且其数值较多,应用起来比较复杂。

而 NRV 是以 DRIs 为依据制定的,专门用于食品营养标签,可以方便企业应用和消费者的比较和选择。

30. 食品营养标签中营养成分的含量应该如何标示?

应当以每 100 克(100 毫升)和/或每份食品中的含量数值标示,如“能量 1 000 kJ/100 g”,并同时标示所含营养成分占营养素参考值(NRV)的百分比。

31. 营养成分的含量可以用范围值标示吗?

不可以。以前在标签上见到的“XX”、“XX”,“40~1 000”等的标示方式将不能使用,只能用具体的含量数值来表示。

32. 营养成分的含量很低时也要标示吗?

对能量和每个成分含量低于一定界限则不需要标示,具体界限值在附件 1 的表 5 标示“0”的界限值表有明确规定。如蛋白质小于等于 0.5 g/100 g 则可以标示 0,意思是小于这个含量已经不具有实际健康意义。

33. 能量和核心营养素的允许变化范围是什么?

在《规范》的技术附件中规定,对于蛋白质和碳水化合物,其允许的误差范围是 80 %标示值;对于能量、脂肪和钠,其允许的误差范围是 120 %标示值。

34. 营养成分数据可以计算获得吗?

可以。根据食品配方及食品原料的配比,利用科学的营养成分含量数据,如国家食物成分数据库的数据,可以计算出产品的营养成分含量,可用于营养标签上。

35. 营养成分测定方法从那里找?

《规范》附件 1 列出了常见的能量和核心营养素的测定或计算方法,其他营养素的测定方法可以从国家标准中查找,或者国际组织、文献中查找。

### 三、营养和功能声称

36. 什么是营养声称?

是指对食物营养特性的描述和说明,包括营养成分含量声称和比较声称。所有的营养声称都必须满足《规范》附件 3 中的条件和要求。

37. 什么是含量声称?

是对能量或营养成分含量水平的描述,如“含有”、“高”、“低”或“无”等专用词。在一个食品标签上亦可表示为“高钙饼干”。

38. 食品中蛋白质的含量达到什么水平,方可标示“高蛋白质”或“富含蛋白质”?

当固体食品的蛋白质含量 20 % NRV,液体食品 10 % NRV 时候就可以说高蛋白。即 12 克/100 克(固体)或 6 克/100 毫升(液体)时,均可以声称“高蛋白质”或“富含蛋白质”。

39. “低糖”食品对糖含量有什么要求?

要求每 100 克或 100 毫升的食品中糖含量 5 克。

40. “低能量”是指多少?

是指每 100 克食品中的能量值 170 千焦,或 100 毫升食品的能量值 80 千焦。

41.“低胆固醇”是指多少含量?

是指每 100 克食品中胆固醇含量 20 毫克,同时其能量值 170 千焦;或每 100 毫升食品 10 毫克,同时能量值 80 千焦。

42. 乳制品中的脂肪含量达到什么水平,才能标示“脱脂”?

当 100 毫升液态奶和酸奶的脂肪含量 0.5 克,或 100 克奶粉的脂肪含量 1.5 克时,可以标示“脱脂”。

43.“高钙”是指多少含量?

是指每 100 克食品(固体)中钙含量 240 毫克或 100 毫升食品(液体) 120 毫克。

44. 什么是比较声称?

比较声称是营养声称的另一种形式。是指与一种消费者熟知的同类食品的比较,其营养成分含量或能量“增加”和“减少”等的声称。

使用比较声称的条件是其能量值或营养成分含量差异必须 25 %。

45. 什么是同类食品?

是指相同食物来源的、相同性状并为消费者所熟知的具有广泛食用历史的食品。

46. 什么是营养成分功能声称?

指某营养成分可以维持人体正常生长、发育和正常生理功能等作用的声称。

47. 哪种营养成分可以进行功能声称?

功能声称中所涉及的营养成分,仅指具有营养素参考数值(NRV)的成分。目前《食品营养标签管理规范》给出了能量和 22 种营养成分的功能声称的标准用语。

48. 营养成分功能声称用语可以随意使用吗?

只有当食品的能量或营养成分“含量显著”时,才能进行功能声称。

例如:只有当食品中的钙含量满足“高钙”、“钙来源”或“增加钙”等的要求后,才能标示“钙有助于骨骼和牙齿的发育”的功能声称用语。

49. 企业可以根据产品需要自己编写功能声称用语吗?

不可以。

根据《规范》的规定,营养成分功能声称标准用语不得删改或添加。更不能任意编写。

功能声称成分范围的扩大和用语的增加由卫生部制定。

50. 食品营养标签上可否标示治疗疾病的声称?

不可以。

根据《食品营养标签管理规范》的规定,在我国销售的普通包装食品的营养标签上,不得进行与疾病相关的任何声称。

四、标签格式

51. 食品营养标签有没有统一的格式?

有。

《规范》附件 1 中推荐了 5 种格式。

52. 基本格式是什么样?

基本格式 1a 是能量和 4 个核心营养素的表达形式。

1a 营养成分表		
项目	每 100g(ml) 或每份	营养素参考值 %(或 NRV %)
能量	千焦(kJ)	%
蛋白质	克(g)	%
脂肪	克(g)	%
碳水化合物	克(g)	%
钠	毫克(mg)	%

基本格式 1b 是能量、4 个核心营养素和推荐的 6 个重要营养素的表达形式。

营养成分表		
项目	每 100 克 g 或者 (ml) 或每份	营养素参考值 % 或 NRV %
能量	千焦 (kJ)	%
蛋白质	克 (g)	%
脂肪	克 (g)	%
——饱和脂肪	克 (g)	
胆固醇	克 (g)	%
碳水化合物	克 (g)	%
——糖	克 (g)	
膳食纤维	克 (g)	%
钠	毫克 (mg)	%
钙	毫克 (mg)	%
维生素 A	μg RE	%

注：能量和核心营养成分应为粗体或其他方法使其显著。若再标示其它营养成分，应列在推荐的营养成分之下，并用横线隔开。

53. 营养声称应该怎么标？

营养声称可以标在营养成分表下端、上端或其他任意位置。

54. 功能声称应该怎么标？

营养成分功能声称应当标在营养成分表下端。

营养成分表		
项目	每 100 g (ml) 或每份	营养素参考值 % (NRV %)
能量	千焦 (kJ)	%
蛋白质	克 (g)	%
脂肪	克 (g)	%
碳水化合物	克 (g)	%
钠	毫克 (mg)	%

营养成分功能声称如：每日膳食中脂肪提供的能量占总能量的比例不宜超过 30 %

55. 营养成分的标示有顺序吗？

有。

其中能量和核心营养成分的顺序为：能量、蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠。

《规范》对其他营养成分的标示顺序也进行了规定。

56. 营养成分的标示为什么要统一顺序？

为了消费者更加容易地认识、记忆和熟悉营养标签，同时也方便消费者比较食品营养。

中华人民共和国卫生部办公厅

卫办监督函[2008]35 号

卫生部办公厅关于绿茶籽油和南瓜籽油管理问题的函

云南省卫生厅：

你厅《关于“ 绿茶籽油、南瓜籽油 ”可否作为普通食品原料管理的紧急请示》(云卫发[2007]976 号) 收悉。经研究并报部领导同意，现将意见函告如下：

来文缺乏绿茶籽油、南瓜籽油食用安全证明资料及产品质量规格标准、产品成分分析、生产工艺等背景资料，不能确定其管理方式。请按照新资源食品相关规定进行申报，经科学评价后确定绿茶籽油、南瓜籽油是否可作为普通食品管理。

卫生部办公厅

二 八年一月二十一日