第 89 期
2022 年 6 月 號
食物安全中心出版
與食物業界一同進步

食物業安全廣播站

本期內容

專題特寫

有機食物與食物安全

隨着有機食物愈來愈受歡迎，本地許多零售店都有售賣各式各樣的有機食物，包括新鮮蔬菜、米、穀類、肉類及加工食品等。消費者的個人價值觀影響他們對有機食物的看法，從而影響他們的選擇，例如有些人選購有機食物是出於對環境及動物福利的關注，而另一些人則認為食用有機食物可減少攝入除害劑殘餘及添加劑等合成化學物。

在香港可以買到各式各樣的有機食物。

有機食物是否更安全？

聯合國糧食及農業組織(糧農組織)與世界衞生組織把有機農業定義為一套整全的生產管理系統，可促進和加強農業生態系統的健康，包括生物多樣性、生物循環及土壤生物活動。有機農業強調採取管理措施，而非倚賴農場以外的資源投入，並會考慮到當地情況。有機農業盡可能應用農藝(例如農作物輪作)、生物(例如堆肥及生物害蟲防治)及機械(例如犁田)方法，而非使用合成物質，以達致系統內的任何特定功能。

為了確保生產管理系統的要求得到嚴格遵守，認證機構會委派檢查員到農場及生產場所進行檢查和審核。因此，在出售時標榜為「有機」的食物通常會在包裝上加上認證機構的有機標籤，讓消費者易於識別。無論是本地還是進口的產品，檢查包裝上的有機標籤，有助確保所購買的是有機食物。

糧農組織亦指出，雖然有機耕作可能對環境、動物福利、消費者選擇以及小農戶的收入與糧食保障都有好處，但不能保證食物安全。有機耕作是指在整個生產過程中遵循某些生產管理標準，但有機耕作並非食物安全系統，不能排除化學及微生物污染，因為從植物提取的除害劑可用於有機食物，可能導致有機食物受到來自環境及人類等的微生物污染。有機食物與傳統食物的主要分別在於生產、加工及處理的方式。有機食物所須符合的食物安全標準，與任何其他以傳統方式生產的食物相同。一般來說，只要採用適當的務農方法，有機耕作與傳統耕作都可以生產安全的食物。

食安仔教室

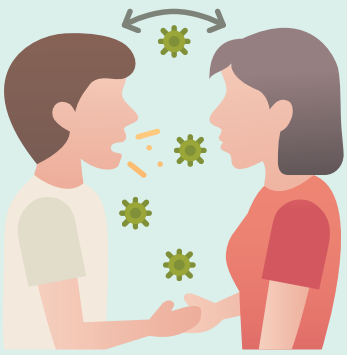
食物安全中心與您同心抗疫
預防2019冠狀病毒病

為減低2019冠狀病毒病在食肆傳播的風險，食肆經營者應保持高水平的清潔及衞生標準。食物安全中心(食安中心)建議採取以下措施：

減少社交接觸

- 食肆可採取以下措施保持員工之間、員工與顧客之間，以及顧客之間的社交距離：

1. 為顧客提供外賣選擇；
2. 避免搭枱；
3. 改動座位安排以減少面對面接觸；
4. 在食物業處所張貼告示或作廣播，或於地面加上標記，提醒顧客在排隊或等候期間保持距離；
5. 在服務櫃枱加設屏障，減少顧客與員工面對面接觸；
6. 鼓勵顧客使用非觸式的付款方法(例如：信用卡、手機應用程式等)；
7. 安排員工分批工作、休息及用膳等。



環境衞生

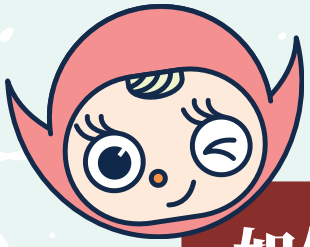
- 加強食物業處所，包括廚房、食物室、洗滌間、廁所(包括水龍頭及廁所把手)和座位間的清潔，定時及在有需要時使用 1：99(即把 1 份漂白水與 99 份水混和)的稀釋家用漂白水消毒，以經常保持在適當清潔水平。
- 在處理被呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物污染的地方時，應使用1：49(即把1份漂白水與49份水混和)的稀釋家用漂白水消毒。

個人衞生

- 工作人員須定期檢查體溫；如患上傳染病或懷疑受到感染或出現病徵，應停止處理食物。如出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，並盡早求醫。
- 咳嗽或打噴嚏時，要用紙巾掩蓋口鼻。
- 保持良好的個人衞生習慣(例如在處理食物前後、進行清潔後、 處理廚餘或垃圾後，以及如廁後要洗手)。

食物衞生

- 採取「食物安全五要點」，正確處理食物。
- 如有需要，提供公筷、公勺。
- 避免陳列沒有包裝的即食食物(例如烘焙食品)。
- 避免進行試食活動。
- 如使用即棄手套處理即食食物，應注意佩戴手套並不能代替清洗雙手，而且要正確使用手套。



如何安全地提供「兩餸飯」

價格相宜的港式「兩餸飯」愈來愈受歡迎，顧客可以從十多款菜餚中隨意選擇兩款餸菜組合，配以大量白飯。食物業在陳列這些預先煮熟的菜式時，必須保障食物安全，確保食物不受污染，並以適當溫度存放食物。

「兩餸飯」的特色

「兩餸飯」是一些預先煮好的菜餚，現時在食肆、快餐店、校園或員工飯堂、超級市場及食物攤檔都可以隨時買到。這些港式小炒款式繁多，一盤盤地擺放和陳列以供食客選擇。為了配合經營上的需要，提供「兩餸飯」的食物業經營者往往預先烹製大量餸菜，以便其後翻熱和在食物櫃陳列。這些做法涉及食物中毒的兩大風險因素：過早烹製熟食，以及以不正確的熱存溫度存放食物。

熱食要熱存

食物放置於攝氏4度至60度的危險溫度範圍，會促使病菌迅速增長。食物煮熟後如非立即食用，必須保持於安全溫度，以保障顧客健康。熱食必須保持於攝氏60度以上。

餐飲業通常使用熱水式或電熱式隔層水浴鍋來保持預製食物的溫度。一些食物業經營者可能會把食物放在溫度低於攝氏60度(例如攝氏45度)的隔層水浴鍋中，以免食物很快變乾。這種把食物置於危險溫度的做法，會助長有害細菌繁殖。因此，食物業經營者應經常監察和確保食物貯存於攝氏60度以上，盡可能縮短陳列食物的時間，並提醒顧客在購買後盡快食用。為便於達到理想的溫度，可把熱存容器預熱才盛載食物。加添食物時，不應把剛煮好的食物與已經陳列了一段時間的剩餘食物混合。

穀類及穀物中的昆蟲及昆蟲碎片

穀類及穀物是容易受到米象(俗稱穀牛)等昆蟲侵擾的農產品，因此，在各種穀物(包括米、粟米、小麥、燕麥及大麥)及穀類製品(例如粉麪)中都有可能發現昆蟲等異物。蟲害可在收成前或貯存期間發生，也可能在生產線出現。在食品加工過程中，有些昆蟲可能會被磨成肉眼看不見的微細碎片。

米象等昆蟲對人畜、家具及衣服無害，不會叮咬和螫傷人，只會令所蛀食的穀物受到破壞。

一般而言，昆蟲不能在水分含量低的穀物中生存。若穀物受到蟲害，可採用溫度控制處理。舉例來說，只要把受蟲害的穀物以攝氏60度加熱一小時，或以攝氏0度冷藏一星期，便可殺滅米象。雖然如此，生產商應遵循優良製造規範，例如縮短穀類製品由貯存至加工的時間，以減少發生蟲害的機會。消費者應避免購買包裝不完整及有蟲害迹象的穀類製品，購買穀類製品後應存放在密封和堅固的容器，並置於陰涼乾爽的地方。若穀物嚴重受損便不宜食用，應該棄掉。

米象(俗稱穀牛)(照片由食物環境衞生署(食環署)防治蟲鼠事務諮詢組提供)

食肆現場

致力保障供不經烹煮而食用的蠔的食物安全

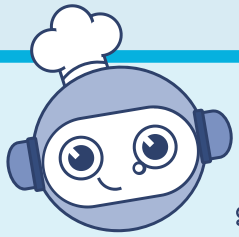
為保障食物安全和公眾健康，食環署的食安中心及環境衞生部近日加強巡查全港多個持牌食物業處所，確保供不經烹煮而食用的蠔(生蠔)在適當溫度下貯存。

食環署於2022年4月14日至20日展開一連串行動，在各區加強巡查，向食物業處所負責人及員工提供衞生建議，並派發食物安全小冊子，介紹存放生蠔的正確方法，所有可供即時食用的生蠔須存放在雪櫃，並須與其他食物分開存放在不同的貯存格，而溫度須保持在攝氏0度至4度之間。

以水存養是指把活生的蠔浸入水中或透過大量灑水暫存。食品法典委員會在《魚類及魚類製品操作規範》中訂明，活生的雙殼貝類軟體動物在包裝和離開分銷中心後，不得重新浸入水中或以水噴灑。鹹水缸的水溫通常不會低至足以抑制細菌生長的水平，而把不同批次的生蠔混置於同一水缸中，也會造成交叉污染。業界應把擬供直接食用的生蠔保存於受控制、不間斷的冷鏈中，並盡可能縮短貯存時間，以確保食用安全。

蠔隻以過濾大量海水並吸收海水中懸浮食物粒子的方式進食。因此，如果養蠔或採蠔水域的水帶有細菌(例如副溶血性弧菌和創傷弧菌)及病毒(例如諾如病毒和甲型肝炎病毒)，這些微生物便會在蠔的體內積聚。進食未經徹底煮熟的蠔隻可能會有直接攝入這些微生物的風險，孕婦、幼童、長者、免疫力弱人士及肝病患者等容易受感染的人士，應避免進食生蠔。

安樂查飯+業界講座+食安指引



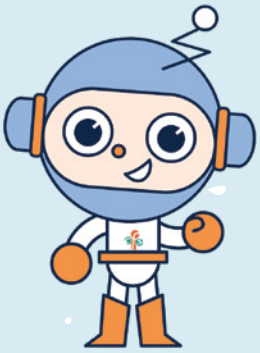
安樂查飯 SAFE KITCHEN

「安樂查飯」計劃介紹

為了促進業界遵守「食物安全五要點」及良好衞生規範，在日常營運中做好食物安全工作，食安中心整合了現有的風險傳達渠道，推出全新的「安樂查飯」食物業界溝通平台，以提供更實用的食安資訊，配合食肆營運上的需求。

「安樂查飯」平台透過WhatsApp、電子郵件及專題網頁等形式，向業界傳達最新的食安訊息(包括食安指引及法例修訂內容)，並會因應食肆發生的食物中毒事故發出警報，提醒業界須注意的事項，以免重蹈覆轍，從而減低食物中毒的風險。

在「安樂查飯」計劃下，食安中心將陸續推出新的專題網頁和風險資訊交流平台，另外會為業界編訂適切的教材，並為廚房職工舉辦工作坊，以提高他們的食安和衞生意識。歡迎業界人士掃描二維碼，下載「安樂查飯」計劃登記表格，適時接收最新的食安資訊。



業界講座

製造及售賣冰凍甜點的專題講座

夏日炎炎，雪糕、冰凍乳酪或軟雪糕都很受市民歡迎。不過，在炎熱的天氣下，這些食物如處理不當(例如貯存溫度不夠低(攝氏零下18度或以下)、冰箱門沒有關好)，便有利細菌生長 。

為了確保出售的冰凍甜點可安全食用和增加業界的知識，食安中心於2022年5月30日舉辦「食物安全—有關製造及售賣冰凍甜點」講座，介紹製造冰凍甜點的安全建議，以及由製造至售賣冰凍甜點可能出現受致病原污染的情況，並講解如何採取有效的安全控制方法以確保相關製品的食物安全。

你亦可參閱「製造及售賣冰凍甜點的食物安全建議」，詳情可瀏覽以下網頁：
https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/files/Frozen_Confections_c.pdf

食安指引

食物回收計劃的食安指引

為了善用食物資源，有團體推行食物回收計劃，收集仍可食用的剩餘食物，再分派給有需要的人士，既可解決他們的膳食問題，又可減少浪費食物。捐贈作慈善用途的食物無論是什麼種類或由誰捐出，都應符合食物安全的原則。

確保回收食物的安全

無論是以什麼方式運作，食物回收計劃得以開展，實有賴善心人捐出可供食用的食物。與購買食物一樣，捐贈的食物須有可靠的來源(例如來自持牌食肆)，切勿接受來自非法源頭或來路不明的食物。

接收／上門收集

- 把食物放在乾淨的器皿內蓋好，並記錄接收日期，因為食物未必會在接收當日派發。
- 把食物貯存在適當的地方，例如冷凍食物要放在攝氏4度或以下的雪櫃內。
- 切勿接收以不當溫度貯存的食物，例如貯存於室溫的即食食物。
- 在運送途中，如有需要，使用保溫器皿(例如冷凍容器)及冰墊來保持食物的溫度。
- 運送食物的車輛不應用作運送其他東西。
- 定期清潔運送食物的車輛。

檢查食物

如出現下列情況，應把食物即時棄掉：

預先包裝食物

- 食物發霉、有異味、褪色、不尋常鬆散碎裂、有蟲患／鼠患迹象；
- 食物的包裝有孔或破裂，封口破損或被撕開；
- 罐頭食品的罐身膨脹、輕微至嚴重凹陷、生銹(可以擦拭乾淨的輕微銹迹除外)、滲漏、發霉、接合處焊縫不合／有瑕疵；
- 盛載食物的玻璃或塑膠容器的蓋子凸起、鬆脫或變形；有汁液流出(標籤有污漬)；有裂縫或瑕疵；
- 食物已過了「此日期或之前食用」的期限；
- 沒有清楚標示食物名稱、配料和食用日期。

新鮮蔬果和肉類

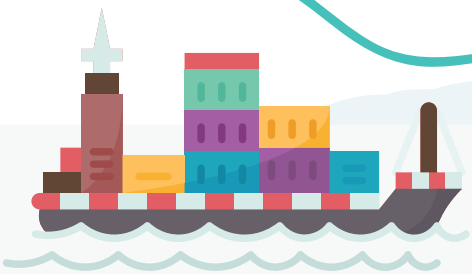
- 新鮮蔬果發霉、黏滑、變乾、皺皮、有臭味、有多處瘀傷／疤痕／軟點；
- 馬鈴薯已發芽；
- 冷藏食物解凍後再冷藏；
- 生肉有腐臭、褪色、包裝內有大量血水／液體。

即食食物

- 發霉、不新鮮、有異味。

至於烘焙食品，則須注意以下事項：

- 如有食用日期，應在該日期前處理。
- 如沒有食用日期，應只派發不含新鮮忌廉及／或餡料的產品(例如三文治及麵包卷)。
- 含新鮮忌廉及／或餡料的產品(例如叉燒包、吞拿魚包和腸仔包)如要存放過夜才派發，必須貯存在雪櫃內。



1 開闢海路進口新鮮食品的應變措施

食安中心人員在其中一個臨時食物檢測點進行食品檢查。

內地是香港新鮮食品的主要來源地。因應2022年2月內地食品經陸路進口受到2019冠狀病毒病疫情影響，食安中心全力支援開闢海路進口新鮮食品的措施，迅速設立了五個臨時食物檢測點，分別位於新油麻地公眾貨物裝卸區、葵涌海關大樓、長沙灣副食品批發市場，以及葵青貨櫃碼頭內的香港國際貨櫃碼頭和現代貨箱碼頭有限公司；又成立了特遣隊，即場檢查進口文件和按風險為本原則抽取樣本進行檢測。

為了維持市場上必要新鮮農產品的每日供應，由2022年2月19日開始，已有蔬菜、水果、蛋類、肉類及家禽經海路從廣州市番禺蓮花山、深圳市鹽田港、深圳市大鏟灣、蛇口集裝箱碼頭、南沙新港及青島市運到香港。

除了發展水路運輸外，食安中心亦積極配合推動鐵路運輸和推行各項措施，以完善陸路運輸安排。

2 業界諮詢論壇

第七十五次業界諮詢論壇已於2021年10月28日舉行，議題包括預先包裝食物的食物標籤與營養標籤、預先包裝食品「鹽／糖」標籤計劃、奶類及奶類飲品的進口管制、大閘蟹進口管制，以及美國《海洋哺乳動物保護法》進口規定。

此外，第七十六次業界諮詢論壇已於2022年3月11日舉行，討論項目包括食物內添加亞硝酸鹽／硝酸鹽與標示方式、開闢海路運輸蔬果、冰鮮肉類、家禽及蛋、基因改造食物的安全及標籤、以及食品商的登記。

詳情可以瀏覽業界諮詢論壇的專題網頁：
https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/committee/committee_tcf.html

3 食物安全日2022

食物安全日2022是食安中心每年一度配合聯合國世界食物安全日舉辦的重點宣傳活動，今年的食物安全日會繼續以線上形式舉行。由於以往本港曾發生懷疑由不當清潔雙手引致的大型食物中毒事件，因此今次的主題定為「廚世界徹底洗手吧！！」。

食安中心在2022年6月，透過社交和傳統媒體，提醒市民要留意如何和在何時清潔雙手。食物安全日2022的活動內容豐富，大家不容錯過。

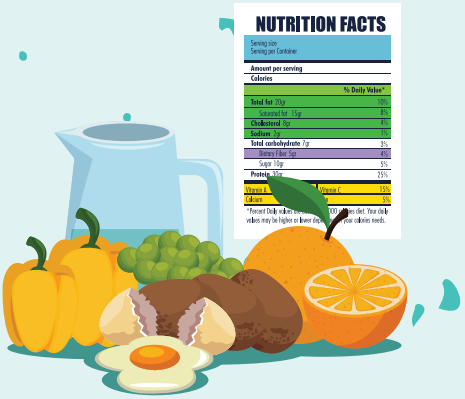
4 2022年時令食品講座

不同時節會有不同的時令食品應市。這些特色食物如處理不當，會有安全風險，容易引致食物中毒。食安中心於2022年5月至12月期間舉辦一系列時令食品食物安全講座，以糭子、冰凍甜點、月餅、盆菜、供應安全的自助餐及賀年食品為主題，增加業內人士對時令食品的食物安全的認識，並向業界介紹如何採取有效的安全控制方法，確保食物安全。有關講座的詳情，請留意食安中心網頁。

問問食安小隊

營養標籤－照顧一家大細需要

食安妹妹：買嘢食除咗要安全同平、靚、正之外，仲要咩？梗係要健康啦！嚟緊我會用我嘅精明眼，教大家用營養標籤揀選健康食物。



本港嘅營養標籤制度涵蓋營養標籤同營養聲稱。營養標籤為消費者提供包裝食物嘅營養素含量資料，等大家可以：

- ✅ 比較唔同食物嘅營養成分，揀選健康嘅產品(正所謂「有得揀先至係老闆」)；
- ✅ 按照進食量估計營養素嘅攝入量，同埋佔整體膳食嘅比例(清清楚楚，唔駛一味靠估)；
- ✅ 配合個人健康同膳食方面嘅需要，作出選擇同埋調整(方便度身訂製個人餐單)。

營養標籤規管嘅範圍好廣泛，由嬰幼兒👶至成年人階段👴👧👵🧑嘅食品都涵蓋到。除咗一般常見嘅預先包裝食物(例如飲品、餅乾、果仁)，仲包括嬰兒配方產品、較大嬰兒及幼兒配方產品(例如奶粉)，同埋預先包裝嬰幼兒食物(例如果蓉、米糊)，照顧一家大細嘅營養需要。

食安妹妹： 知道營養標籤咁有用，係咪好想知點用呢？究竟營養聲稱又係啲咩？記得緊貼我哋嚟緊嘅介紹，仲可以撳入下面嘅連結重溫。

營養標籤資源庫
https://bit.ly/3g5n7rv

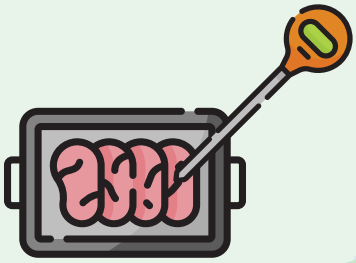
預先包裝嬰幼兒食物的營養標籤
https://bit.ly/3qQBcO7

增值小測試

1

食物中心溫度最少要達到哪一個溫度才是「徹底煮熟」？

A. 65°C
B. 75°C
C. 85°C
D. 90°C
E. 100°C



2

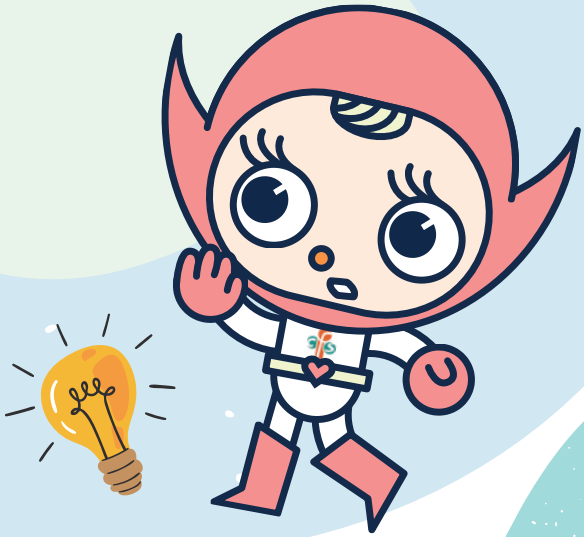
以下哪一項不是解凍食物的正確方法？

A. 用微波爐解凍
B. 放在流動清水下解凍
C. 放在鋅盆中解凍
D. 放在4°C的冷凍格解凍

3

以下哪一種調味料可以消滅未經煮熟食物中的細菌？

A. 鹽
B. 醋
C. 日式芥末
D. 以上各項都不可以



答案：
1. B
2. C
3. D

突擊測驗

想同#食安仔、#食安妹妹一齊成為食安達人？機會嚟喇！飛雲！宜家就考吓你哋平時有無認真記住#食安小隊分享嘅食安知識，同埋對食安小隊嘅了解有幾深啦！如果你咁叻叻 🐷 攞到滿分，食安小隊可能會突襲你屋企個廚房，幫你做個食安大搜查，仲可能會幫你洗埋啲碗添 🥄！

快啲撳入下面嘅連結，試下自己嘅實力啦：
https://bit.ly/3iDK6dv

機會難得，快啲開心share埋俾親朋戚友，一齊晉身食安達人行列。

訂閱此刊物

本刊物的網上版本上載至食安中心網頁 (www.cfs.gov.hk)，歡迎登入瀏覽。如欲索取《食物業安全廣播站》的印刷本，請前往食安中心的傳達資源小組，或來電2381 6096 查詢。

參觀傳達資源小組展覽室

食安中心的傳達資源小組展覽室位於港鐵南昌站 C 出口附近，設有展覽廳、公眾及業界的資料廊，配有視聽設備，供市民和業界直接了解香港的食品安全資訊，免費入場，歡迎參觀。

（展覽室或會因應2019冠狀病毒病的社交距離措施而暫停對外開放，有關最新的到訪安排，可瀏覽網頁www.cfs.gov.hk。）

地址：九龍欽州街西 87 號食物環境衞生署南昌辦事處暨車房4樓 401 室
查詢電話： 2381 6096
電郵地址： rc@fehd.gov.hk
開放時間： 星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 1 時；
下午 2 時至 5 時 30 分
星期六、日及公眾假期休息