

目錄

專題特寫

- (I) 食物安全研討會暨「食物安全『誠』諾2009」證書頒贈儀式
- (II) 解構賀年食品 — 安全供應及出售
- (III) 發酵食物含氨基甲酸乙酯

讀者園地

- (I) 如何安全使用用完即棄塑膠容器
- (II) 從香港出口食物到其他地方時應注意的事項
- (III) 有關即棄餐盤墊紙的食物安全事宜
- (IV) 關注香港出口歐盟的食物接觸材料
- (V) 對懷疑有問題食物批次及檢定營養標籤的抽樣方案

食物新知

轉轉看看 食得更健康
營養標籤系列 — 營養素參考值

食物安全計劃園地

製作沙嗲牛肉粉絲煲的重點控制

活動簡報

- (I) 食物安全中心在東亞運動會的工作
- (II) 有關營養標籤之常見問題

法例淺釋

- (I) 食物內防腐劑規例
- (II) 食物內有害物質規例

專題特寫 (I)

I. 食物安全研討會暨「食物安全『誠』諾2009」證書頒贈儀式



小記雖為饞嘴一族，但本着「民以食為天、食以安為先」的精神，挑選食物時會非常小心，並經常瀏覽食物安全中心網頁，務求掌握最新的食物安全資訊。前陣子，我得知中心於九月舉行每兩年一度的食物安全研討會，讓業界人士及政府就本港重要食物安全議題溝通和交換意見，所以我自告奮勇要求總編派我去採訪。

研討會於九月十七日在香港中央圖書館演講廳舉行，由主禮嘉賓食物安全專員陳漢儀醫生致開幕辭，並由多位政府人員向業界講解最新的有關食物安全的法例、指引及其他相關議題。

今年，中心在研討會加入特別環節，向業界介紹「食物安全五要點」的調查結果及「食物安全『誠』諾2009」詳情，並同時舉行「食物安全『誠』諾2009」證書頒贈儀式。出席儀式的主禮嘉賓包括食物環境衛生署署長卓永興先生、立法會食物安全及環境衛生事務委員會副主席黃容根議員、委員張宇人議員及食物安全專員陳漢儀醫生。卓署長於致辭時讚揚食物業界積極響應推廣「食物安全五要點」。他說簽署的承諾人不但承諾向員工推廣「食物安全五要點」，並在處所實踐這些優良的食物安全措施。



中心希望透過食物業界簽署「食物安全『誠』諾」凝聚社會力量，推廣「食物安全五要點」，藉以提升食物安全的水平。今年的「食物安全『誠』諾」更推出表彰計劃，嘉許連續三年簽署「誠」諾的食物業協會及持牌食物業處所。市民可透過承諾人在處所展示的「食物安全『誠』諾」證書和標貼，以及員工佩帶的「食物安全『誠』諾」襟章，得知其承諾人的身份。

在儀式中，各食物業協會代表在主禮嘉賓見證下簽署成為承諾人。他們從嘉賓手上接過「食物安全『誠』諾」證書後，立刻向在座會員及與會者展示證書，以表達他們對推廣及實踐「食物安全五要點」的決心。

今年共有21個食物業協會及超過1,700間持牌食肆/食物店鋪/超級市場/便利店簽署「食物安全『誠』諾」。我們更可從中心網頁(www.cfs.gov.hk)及各區的巡迴展覽中查到承諾人的資料，這實在是我們饞嘴一族的大喜訊。



II. 解構賀年食品 — 安全供應及出售

專題特寫 (II)

農曆年將至，不少商戶售賣各種寓意吉祥的賀年食品，如年糕、油角、湯圓、鮑魚和臘味等。新春食品外表精緻、味道可口，確能為佳節增添氣氛。然而，賀年食品若在處理或貯存時方法不當，引致疾病的風險便很高。故食物業界處理及供應應節食品時，應留意食物安全，緊記下列醒目貼士，讓你的顧客食得放心，過年開心。



1. 選購要小心

- 應購買色澤自然及與原本顏色接近的傳統小食如糖蓮子和糖冬瓜，不要選擇一些色澤特別白皙的，因為它們可能經過漂白加工；
- 不應採購外殼表面有不尋常光澤的瓜子，因為這些瓜子可能在生產過程中加添了礦物油，可引致腸胃不適。

2. 存放要留神

- 準備預先包裝的糕點、煎堆和糖果時，應標示食用期限及適當之食物標籤，並妥善地包裝；
- 散裝賀年食品如油角、煎堆、糖果及瓜子等應貯放在乾爽密封的食物容器內；
- 乾貨應置於通爽環境，並分類存放；
- 若發現食品有可能已變質，應停止出售及立即棄掉。

3. 環境、員工要衛生

- 應經常保持店舖環境清潔；
- 員工應注意個人衛生。



III. 發酵食物含氨基甲酸乙酯

專題特寫 (III)

氨基甲酸乙酯（又名尿烷）是發酵食物和酒精飲品在發酵或貯存過程中天然產生的物質。多種由發酵食物和飲品衍生的物質，包括尿素、氰化氫、瓜氨酸和其他N-氨基甲酰化合物，是產生氨基甲酸乙酯的前體。食物中的氨基甲酸乙酯含量視乎氨基甲酸乙酯前體的分量，並會因高溫、有光環境和貯存時間而增加。不同的發酵食物（例如麵包、豉油及乳酪）和酒精飲品（例如烈酒、葡萄酒及啤酒）的氨基甲酸乙酯含量不一。而國際癌症研究機構把氨基甲酸乙酯進行評估，並將其分類為“可能令人類患癌的物质”。因此中心進行了一項研究，分析了本地276個食物和飲品樣本（包括70個酒精飲品）的氨基甲酸乙酯含量。

經分析的276個樣本中，有202個樣本檢出氨基甲酸乙酯。發酵大豆食品（南乳、腐乳）及酒精飲品（黃酒、日本清酒和梅酒）的氨基甲酸乙酯含量相對較高，而其他發酵食物，例如發酵穀物類食品、醃製蔬菜、發酵乳類製品、發酵魚類製品（鹹魚）及發酵的茶（中國茶）等則只含低量或檢測不到氨基甲酸乙酯。

根據食物安全中心針對本地發酵食物和飲品的氨基甲酸乙酯檢測含量之研究結果，在研究涵蓋的各種類別中，酒精飲品是市民從膳食攝入氨基甲酸乙酯的主要來源，其次是發酵穀物類食品及豆類食品。一般市民從本地發酵食物和飲品攝入氨基甲酸乙酯的分量對健康構成的風險不大。不過，對於長期飲用大量酒精飲品的消費者，則不能排除因攝入較高量氨基甲酸乙酯而可能對健康構成風險。

給業界的建議

- 製造商應遵守《優良製造規範》。採取措施減少發酵食物和飲品的氨基甲酸乙酯含量，例如確定和減少氨基甲酸乙酯前體的分量。
- 使用合適的容器貯存發酵食物和飲品，避免光線照射。
- 付運人、分銷商、批發商及零售商在運送和貯存發酵食物和飲品時，應盡量避免食物和飲品暴露在高溫和強光下。
- 向可靠的供應商採購發酵食物和飲品。
- 以先入先出的原則處理存貨。

有關本地發酵食物的氨基甲酸乙酯含量的研究報告，請瀏覽網址：

http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/programme/programme_rafs/files/RA39_EC_in_food_c.pdf

另外，中心亦制定了《有關在貯存及運送期間減少酒精飲品的氨基甲酸乙酯含量的業界指引》，詳情請瀏覽網址：

http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/programme/programme_rafs/files/Guidelines_on_reducing_the_Level_of_EC_c.pdf



1. 如何安全使用用完即棄塑膠容器



常見問題Q & A：

1. 香港食物業界所使用的用完即棄塑膠容器其實是甚麼物料？

現時食物業界所使用的用完即棄容器的物料大致可分為四類：聚丙烯（Polypropylene（PP），俗稱百折膠）、發泡聚苯乙烯（Expanded polystyrene（EPS），俗稱發泡膠）、聚苯乙烯（Polystyrene（PS），俗稱硬膠）、及聚對苯二甲酸乙二醇酯（Polyethylene terephthalate（PET））。

2. 業界應如何選擇用完即棄塑膠容器？

- 在選購即棄式塑膠容器時，應清楚瞭解所盛載食物的特性，例如食物的酸性、油性和溫度及食物接觸容器的時間。
- 盡量要求供應商就容器的資料或規格提供證明文件，例如化驗報告，瞭解容器的用途、特性（如耐熱度、抗酸能力、防水能力和抵禦衝擊能力等），確保容器及其蓋子適宜用來盛載有關的食物。
- 收貨時確保包裝完好無缺及容器沒有被污染或破損跡象。

3. 在使用用完即棄塑膠容器包裝食物時，有甚麼需要留意的地方？

- 檢查容器狀況是否良好。棄掉破損的容器。
- 不適宜使用發泡膠（EPS）、硬膠（PS）及PET塑膠等耐熱性差的容器盛載溫度在攝氏100度以上的食物。如要使用，應待食物冷卻才放入容器內。
- 使用較耐熱的容器如百折膠（PP）來盛載超過攝氏100度的食物。如要盛載超過攝氏120度的食物，應選用其他更耐熱的容器，例如錫紙盒。
- 避免把食物過早放入盒內，以縮短食物接觸容器的時間。
- 如容器在盛載食物後變形，應立即停用有關容器及棄掉已盛載的食物。
- 出售以即棄容器盛載之食物時，應標示有關容器是否適用於微波爐作翻熱用途，供消費者參考。



1. 從香港出口食物到其他地方時應注意的事項

近日，中心發現一些從香港出口的食物未能符合入口當局的相關法例，有關產品因而被退回或銷毀。

現時，從香港出口食物並沒有特定要求。然而，食物在入口其他地方時，需要符合當地法例；有關法例可能有別於本港的相關法例。以下列舉一些案例，以供參考：

案例一

從香港出口到中國內地的夾心餅被檢出酒石黃(檸檬黃)及大腸菌群含量超標

酒石黃-

香港：根據《食物內染色料規例》，酒石黃是一種准許使用的染色料，一般可按優良製造規範使用。

中國內地：根據《食品添加劑使用衛生標準》，酒石黃在餅乾夾心的最大使用量為每公斤50毫克。

大腸菌群-

香港：大腸菌群並不是《即食食品微生物含量指引》包括的指示微生物。

中國內地：根據《餅乾衛生標準》，每100克餅乾不得被檢出多於30大腸菌群的最可能數 (MPN)。

案例二

從香港出口到中國內地的豆漿燕麥早餐被檢出霉菌含量超標及未有標示基因改造成分

霉菌-

香港：霉菌並不是《即食食品微生物含量指引》包括的微生物。

中國內地：根據《麥片類衛生標準》，在每100克麥片類食品中，霉菌數量不得多於50個菌落形成單位。

基因改造成分-

香港：根據《基因改造食物自願標籤指引》，任何食物如個別配料含百分之五或以上的基因改造物質，便應加上適當標示。

中國內地：根據《農業轉基因生物標識管理辦法》，食物如含有列入農業轉基因生物標識目錄的基因改造成分，便須依法標示。

案例三

從香港出口到台灣的柑橘棒被檢出糖精及環己基氨基磺酸鹽超標

糖精及環己基氨基磺酸鹽-

香港：根據《食物內甜味劑規例》，糖精及環己基氨基磺酸鹽是准許使用的甜味劑，一般可按優良製造規範使用。

台灣：根據《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》，糖精及環己基氨基磺酸鹽在蜜餞（例如：柑橘棒）的使用限量分別為每公斤2000及1000毫克。

由此可見，香港與其他地方的食品法例可能有差異，因此建議業界 —

1. 從香港出口食物到其他地方時，應確保產品能符合入口當局的相關法例；
2. 如有疑問，應尋求有關當局的意見。



III. 有關即棄餐盤墊紙的食物安全事宜

自助式的快餐店多採用餐盤盛載食物，不少顧客在快餐店進食時為方便享用，往往把食物(例如薯條)或醬汁(例如茄汁)直接倒在餐盤墊紙上。然而，餐盤上印刷精美的墊紙，或會污染食物甚至對消費者的健康造成不良的影響。

餐盤墊紙的一些成分（例如印刷墨水所含的添加劑）在接觸到食物時或會轉移到食物上。這些化學物會否影響健康，視乎化學物的性質、轉移到食物的分量以及個人的攝入量。不過，餐盤墊紙的主要用途是保持餐盤清潔，其原材料和製造準則可能與食物包裝物料或容器的準則有所不同。因此，食物不應直接放在餐盤墊紙上。

香港目前雖無特定法例規管食物接觸材料或餐盤墊紙的使用情況，但《公眾衛生及市政條例》(第132章)訂明，所有在香港出售的食物必須適宜供人食用。如果食物因受食物接觸材料，包括紙張、容器、餐具、用具或包裝物料等污染而不宜供人食用，出售有關食物亦屬違法。

給業界的建議：

- 不應把食物直接放在餐盤墊紙上。
- 在餐盤墊紙印上警告字句，或在食物業處所內的顯眼位置展示警告告示，例如：請勿將食物直接置於餐盤墊紙上。
- 提供蘸醬汁用的容器。
- 如餐盤墊紙的指定用途是與食物接觸，應確保餐盤墊紙的成分不會轉移至食物，引致食物安全或品質問題。
- 向可靠的供應商購買餐盤墊紙，並妥善保存記錄，以便有需要時可追查來源。

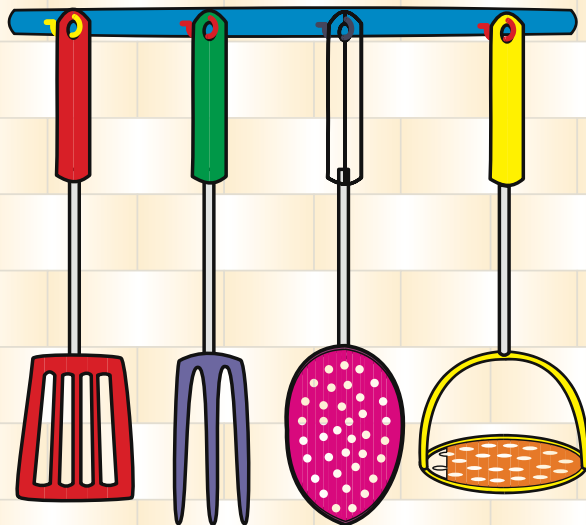
食物安全中心已制定了使用即棄餐盤墊紙的指引，供業界人士參考，詳情請參閱下列網址：
http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/food_leg/files/Guidelines_Tray_liner.pdf

IV. 關注香港出口歐盟的食物接觸材料

歐盟的食物接觸材料快速預警系統顯示，近年來自香港而不符合歐盟標準的產品數量有增加的趨勢，因而引起關注。這些產品包括尼龍製廚房用具（湯杓、鍋鏟、夾子等）、陶瓷餐具、三聚氰胺餐具、聚氯乙烯(PVC)袋等。這些產品被指會釋出過量有害物質，而該等物質主要源自陶瓷及金屬器皿的重金屬，如鉛、鎘，以及塑料的有機物質，如初級芳香胺、甲醛、鄰苯二甲酸酯。此外，這些產品亦被指構成較高水平的雜質轉移。

如發現不符合標準的產品，歐盟成員國會拒絕有關產品入口，並要求銷毀有關產品。因此，業界如出口食物接觸材料到歐盟成員國時，必須遵從歐盟有關的法規。

另外，出口食物到歐盟成員國亦須留意所使用的食物接觸材料（如包裝材料、器皿及容器等）是否符合歐盟標準，確保食物不會受接觸材料污染而引致食物安全及質量問題。如欲獲取更多關於歐盟食物接觸材料法規資料，可瀏覽網址(只有英文版)：http://ec.europa.eu/food/food/chemicalsafety/foodcontact/index_en.htm



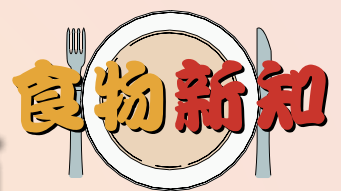
V. 對懷疑有問題食物批次及檢定營養標籤的抽樣方案

根據食物監察計劃，食物安全中心在進口、批發和零售層面會抽取不同種類食物樣本進行微生物及化學危害測試，亦會因應《2008年食物及藥物(成份組合及標籤) (修訂：關於營養標籤及營養聲稱的規定)規則》抽取有關食物樣本進行化驗。

有關設計抽樣方案所採用的原則或守則，請參閱夾附的資料單張。



轉轉 看看 食得更健康 營養標籤系列一 營養素參考值



二零一零年七月一日起，營養標籤必須提供能量及七種指定標示的營養素（即蛋白質、總脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、碳水化合物、糖及鈉）的實際數值。此外，食物製造商亦可自願以相對的方法表達能量和營養素含量。今期將重點為大家解答一些跟「營養素參考值」相關的問題。

問題一：「營養素參考值」是如何製定？

「營養素參考值」是為製備營養標籤而制定出來的。食物安全中心建議使用的參考值稱為「中國營養素參考值」。這套參考值是根據2000千卡的膳食和健康飲食原則而提出的各種營養素的建議攝取量制定出來。

問題二：為何「營養素參考值」有不同國家之分別？

由於本地部分的預先包裝食物來自其他海外國家，因而採用不同的「營養素參考值」，例如美國使用%Daily Value (%DV)、澳洲使用%Daily Intake (%DI)。

問題三：不同國家的「營養素參考值」有沒有分別？

因應各個國家的公共衛生情況及製定「營養素參考值」的準則，個別國家的「營養素參考值」可能略有不同，例如：

	碳水化合物（克）	總脂肪（克）	鈉（毫克）
中國營養素參考值	300	60	2000
美國Daily Value	300	65	2400
澳洲Daily Intake	310	70	2300

問題四：「營養素參考值百分比」跟「營養素參考值」有何分別？

「營養素參考值百分比」是指定分量的食品中提供某種營養素含量所佔「營養素參考值」的百分比；百分比一般由0%至100%不等。例如每包裝奶類飲品含130毫克鈉，即相等於7%鈉的「中國營養素參考值」。

問題五：如何使用「營養素參考值百分比」？

營養素參考值百分比偏高，代表該營養素在有關食物的含量很高，而百分比偏低則表示該營養素在有關食物的含量很低。選擇食物時，不妨參考這簡單的規則：對於需要限制攝取的營養素（例如總脂肪、飽和脂肪、鈉和糖），我們應選擇營養素參考值百分比偏低的產品；對於健康有益的營養素（例如膳食纖維），則應選擇營養素參考值百分比偏高的食品。

問題六：由於食物製造商可採用不同國家的「營養素參考值」，因此同一營養素或會有不同的「營養素參考值百分比」。在這情況下，應如何使用不同的「營養素參考值百分比」？

雖然不同國家的「營養素參考值」或有不同，但仍然可以使用答案五的簡單規則。使用營養標籤上的資料時，除參考有關的百分比外，最佳的做法仍是查看實際的營養素成分，以了解產品的整體營養價值，從而作出較健康的選擇。

製作沙嗲牛肉粉絲煲的重點控制



隨著天氣轉涼，很多人喜歡品嚐煲仔菜，所以食肆都會供應不同款式的煲仔菜。這次我們介紹製作沙嗲牛肉粉絲煲時要注意的重點控制。大家講究食物的色香味的同時，亦應確保食物安全，讓顧客食得開心又放心。

材料

新鮮牛肉 150克 (約4兩) · 粉絲 50克 (約1兩) · 洋蔥 半個

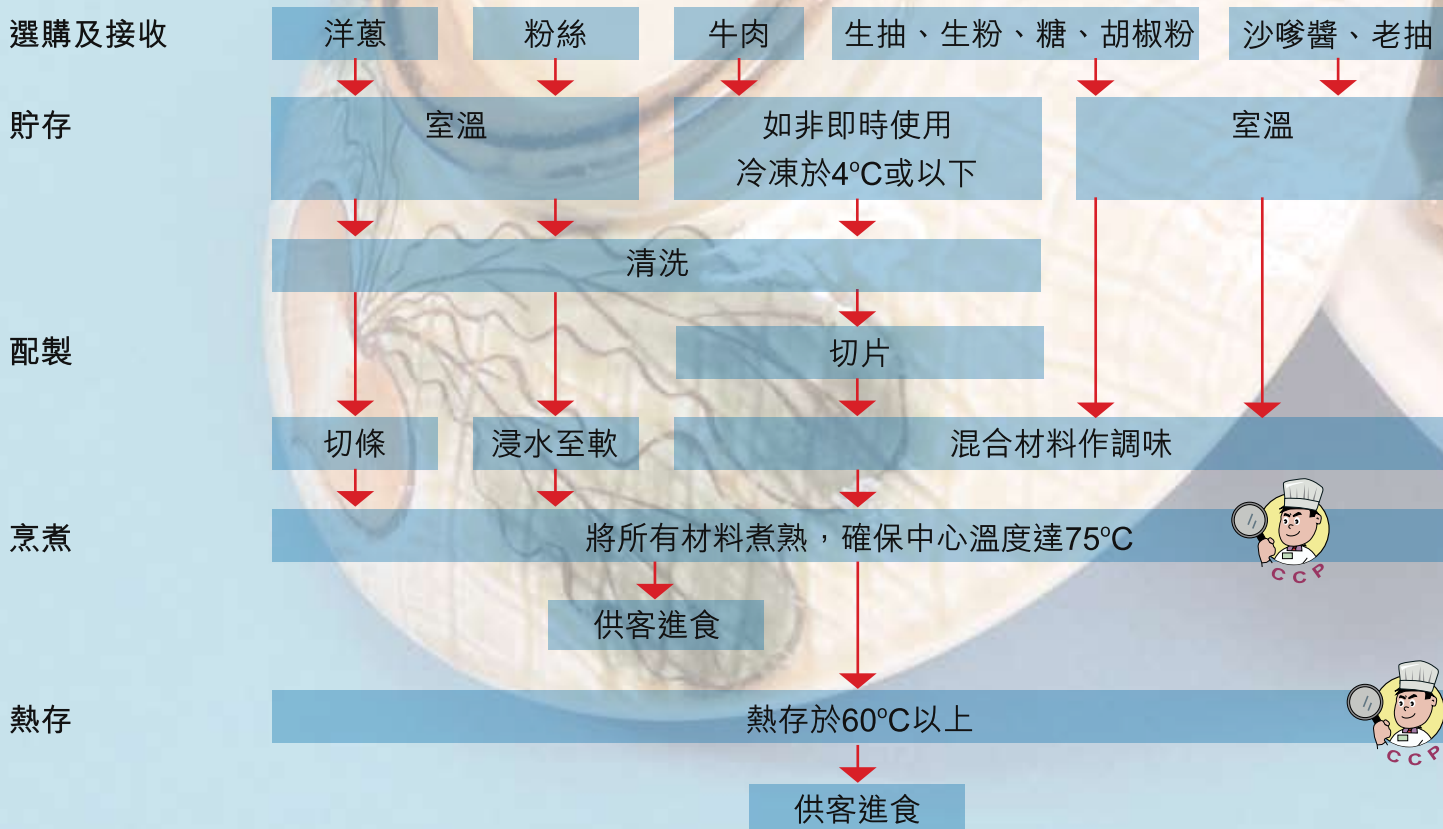
調味料

生抽 1 茶匙 · 生粉 1茶匙 · 糖 1茶匙 · 胡椒粉 少許 · 沙嗲醬 2湯匙 · 老抽 1 湯匙

做法

1. 牛肉切片，加入生抽、生粉、糖及胡椒粉醃15分鐘。
2. 粉絲浸開水至軟。
3. 洋蔥洗淨後切條。
4. 將牛肉放入已下油的鑊略炒備用。
5. 瓦煲燒紅後加入1湯匙油，加入洋蔥爆香，再放入沙嗲醬、老抽及一碗清水。水滾後放入粉絲及牛肉，煮至汁變稠及材料全熟。

製作流程



控制重點 (Critical Control Point簡稱CCP)

是食物製造過程中的一個步驟或程序，予以監控，就可以防止或消除對食物安全的危害。



沙嗲牛肉粉絲煲的製作指引

(一) 選購及接收

- 向可靠及衛生良好的供應商購買食物材料。
- 購買及接收材料時要確保
 - ★ 食物新鮮及衛生。
 - ★ 向持有「新鮮糧食店」牌照的店鋪選購新鮮牛肉。
 - ★ 洋蔥無破損或表面瘀傷。
 - ★ 所有預先包裝食物(如粉絲、沙嗲醬)均在食用限期之內。



(二) 貯存

- 盡快將材料存放於安全溫度下
 - ★ 非即時使用的牛肉應貯存於雪櫃內，雪櫃內的溫度應該定期用溫度計檢查及記錄，確保冷凍格保持在4°C或以下。
 - ★ 生的牛肉應該放入有蓋的容器，並放於熟食或即食食物之下，以免交叉染污。最佳的方法是使用不同的雪櫃分開貯存生熟食物。
- 按照先入先出的原則使用食物材料，檢查及記錄食物貯存的日期。

(三) 配製

- 準備煮食前，徹底清洗所有食物接觸面(包括工作枱面、砧板及食具等)。
- 準備煮食前及處理食物過程中，用流動的自來水及梘液徹底清潔雙手。
- 用兩套不同工具(包括刀、砧板及碗筷)分開處理生熟食物。
- 煮食前，清洗牛肉、粉絲及洋蔥。
- 經醃製而非即時烹煮的牛肉應存放於4°C或以下的雪櫃內。

(四) 烹煮

- 食物要徹底煮熟才可食用，牛肉的肉汁要清澈，不可呈現紅色。
- 使用清潔的食物溫度計量度食物的中心溫度，確保達至最少75°C。



(五) 熱存/進食

- 應盡快供客食用已煮熟的食物，避免在室溫下存放超過兩小時。
- 如非即時食用，應熱存於60°C以上。



(六) 管理系統

推行一個具有預防性的食物安全管理系統(例如:食物安全重點控制系統 HACCP)，協助辨別及控制在製造過程中出現的食物安全問題。

I. 食物安全中心在東亞運動會的工作

活動簡報

為期九天的第五屆東亞運動會已於十二月五日至十三日舉行。二十二項比賽分別在香港十一個地區的二十二個比賽場地舉行。為配合運動會之進行及保障比賽期間的食物安全，中心於八月成立一支由專業人士組成的「食物安全諮詢小組」，向有關的食物業界，包括酒店、食肆、餐飲供應商等提供建議，協助其依循「食物安全重點控制系統」的原則實行食物安全計劃。中心更特別安排一系列措施，包括對有關食物供應商進行監控及檢查、對其員工提供食物安全培訓及抽取食物樣本進行微生物及化學測試，藉以提升食物安全。

II. 有關營養標籤之常見問題

為使業界人士更容易搜尋有關營養標籤的資料，中心已更新給業界使用的營養標籤資料專題網頁。網頁提供的資料包括營養標籤及營養聲稱技術指引及其他技術文件，有關小量豁免制度的申請資料，營養標籤計算器及營養資料標籤制度之常見問題等。當中，新一批共三十二條的常見問題亦已經上載。

如欲瀏覽有關資料，請瀏覽網址：http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/programme/programme_nifl/programme_nifl.html

法例  淺釋

I. 食物內防腐劑規例

為了配合食物科學和技術的最新發展，以及與國際標準看齊，政府已於二零零八年四月將《2008年食物內防腐劑(修訂)規例》提交立法會，並獲立法會通過。新的修訂規例將於二零一零年七月一日起正式生效。而於新修訂規例通過至正式生效期間，業界依循原有實施規例或新修訂規例均為合法。有關新修訂規例包括：修訂抗氧化劑的定義及採用食物分類系統的原則規管食物內的防腐劑。新的修訂規例可讓業界有更清晰的資料選擇使用防腐劑和抗氧化劑，亦可讓政府根據國際認可的食物風險評估和管理準則，繼續保障公眾健康及提高消費者對食物安全的信心。

雖然在符合准許含量和根據一般進食量的情況下，含有防腐劑或抗氧化劑的食物不會引起健康問題。不過，敏感人士(例如哮喘病人)可能會對食物中的某些防腐劑(例如二氧化硫)出現過敏反應。消費者選購食物時應閱讀配料表，看看食物是否含有令他們出現過敏反應的防腐劑或抗氧化劑。

有關條例之詳細內容，請瀏覽網址：http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/food_leg/food_leg_pf.html#pf_section3

II. 食物內有害物質規例

公眾衛生及市政條例（香港法例第132章）附屬法例《食物內有害物質規例》規管食物含有的有害物質。規例訂明各有害物質在食物內的最高濃度標準及不准在食物使用的違禁物質，違例者最高可被罰款五萬元及監禁六個月。

鑑於去年發生的三聚氰胺事件，政府立法修訂《2008年食物內有害物質規例》，在二零零八年九月二十三日刊於憲報，管制在食物中使用三聚氰胺。

有關條例之詳細內容，請瀏覽網址：http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/food_leg/food_leg_hs.html#hs_reg3