

香港的營養資料標籤制度

營養資料標籤制度工作坊

食物安全中心

背景

什麼是營養標籤？

- 有系統地列出食物的營養素成分
- 通常以表列形式顯示
- 各國對營養成分的表列形式各有不同

Nutrition Information 營養資料	
Per 100ml / 每100毫升	
Energy / 熱量	52 kcal / 千卡
Protein / 蛋白質	0 g / 克
Fat, total / 脂肪總量	0 g / 克
- Saturated fat / 飽和脂肪	0 g / 克
Cholesterol / 膽固醇	0 mg / 毫克
Carbohydrate / 碳水化合物	13 g / 克
- Sugars / 糖	9.5 g / 克
Dietary fibre / 膳食纖維	0.5 g / 克
Sodium / 鈉	2 mg / 毫克
Calcium / 鈣	2 mg / 毫克

國際狀況

- 愈來愈多國家/地區實施營養標籤制度
- 有些已發展國家已推行強制性營養標籤制度（包括美國、澳洲）
- 另外一些國家亦要求所有標示與營養素相關聲稱的預先包裝食物均須附有營養標籤（包括歐盟國家、新加坡）

本港情況—營養標籤

- 營養標籤的特定法例於二零一零年七月一日生效
- 現時只有部分食品包裝上列載營養標籤
- 在本港市面上見到的營養標籤五花八門，內容、標示方法和格式都有差異
- 消費者難以使用及作產品比較，聲稱亦可能存在誤導成份，甚至失實

營養資料標籤制度

引入營養資料標籤制度之目的

- 幫助消費者作出有依據的食物選擇；
- 鼓勵食物製造商提供符合營養準則的食品；以及
- 規管有誤導或欺詐成分的標籤和聲稱。

規管範圍

- 一般預先包裝食物
- 不適用於：
 - 擬供不足**36**個月大的嬰幼兒食用的配方或食物
 - 專為有特殊營養需要的人士提供的特殊膳食食物

除受豁免產品外，所有預先包裝食物皆強制標示營養資料

什麼是“預先包裝食物”？

- 任何經全部或部分包裝食物，以致：
 - 如不打開或不改變包裝，則不能將包裝內的食物變更；及
 - 該食物可隨時作為單份食品，交給最後消費者或飲食供應機構
- 如屬於以下類別，便不需要加上營養標籤
 - 本身沒有包裝，只在顧客選購後才作包裝的麵包餅食
 - 只以膠袋盛載，而袋口沒有密封或沒有以鐵線、膠紙或食用日期掛勾等繫緊的麵包餅食

如何判別哪些是 “用於特殊膳食的食物”？

- 該食物須符合以下原則：
 - 與類似的一般食物在成分組合上有明顯分別
 - 為滿足因特殊身體或生理狀況及/或特殊疾病引致的特殊膳食要求而加工或配製，並作此表述

如何判別哪些是 “用於特殊膳食的食物”？

■ 例子一： 孕婦奶粉



- 為滿足孕婦的特別營養需求配製
- 與一般奶粉的營養成分明顯不同
- 有清楚指出產品是供孕婦食用，以滿足她們的某些特別營養需要
- 非孕婦一般不會食用該產品

■ 例子二： 蛋白粉



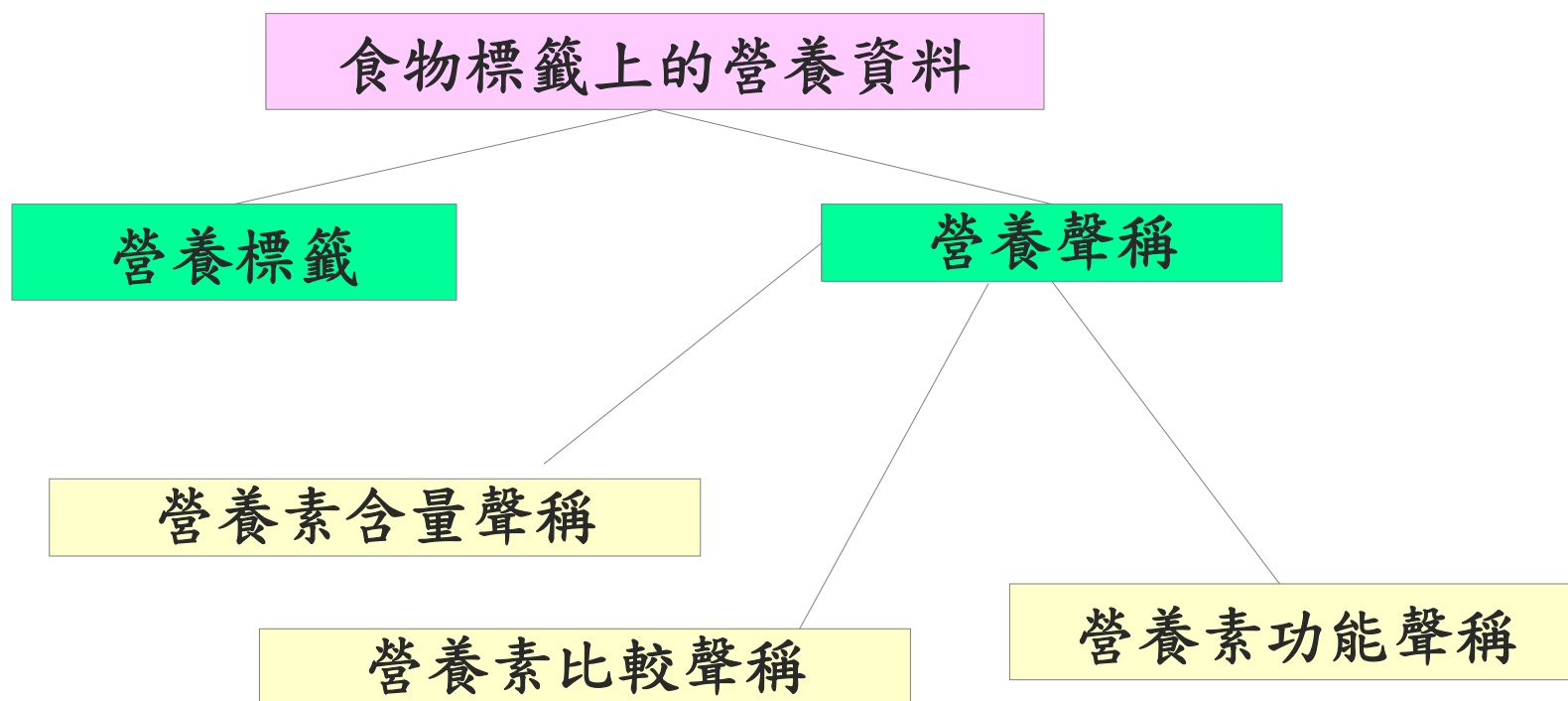
- 並非針對某些特殊身體或生理狀況或特殊疾病的特別營養需求配製
- 沒有清楚指出產品只供某類人士為滿足特殊膳食要求而食用
- 一般人均可/會食用該產品

■ 例子三： 無糖潤喉軟糖



- 並非針對某些特殊身體或生理狀況或特殊疾病的特別營養需求配製
- 沒有清楚指出產品只供某類人士為滿足特殊膳食要求而食用
- “適合糖尿病人食用”
- 一般人均可/會食用該產品

《2008年食物及藥物(成分組合及標籤) (修訂：關於營養標籤及營養聲稱的規定)規例》



必須標示的營養素

- 1+7(即能量加7種核心營養素) – 即能量、蛋白質、碳水化合物*、總脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、鈉、糖
- 涉及營養聲稱的營養素（另外當聲稱涉及任何脂肪類別時，同時亦須標示膽固醇含量）
- 可自願標示其他營養素

*碳水化合物含量可以「可獲得的碳水化合物」或「總碳水化合物」標示；但若以「總碳水化合物」標示時，必須同時標示膳食纖維含量。

必須標示的營養素之表達方式

- 以每100克(或每100毫升)的食物標示; 或
- 以每一包裝食物標示（若包裝只含單一個食用分量）;或
- 以每一食用分量來標示（必須以克或毫升量化一個食用分量 及提供包裝內食用分量數目）

必須標示的營養素之表達方式

- 能量值 - 容許以千卡或千焦標示
- 營養素含量 - 以克、毫克或微克標示

* 自願標示的營養素：鼓勵使用同樣方式標示

能量/營養素表達方式

- 除以千卡或千焦標示能量值及克、毫克或微克標示營養素外，能量值、必須標示或自願標示的營養素均可以營養素參考值的百分比標示其含量
- 須以中國營養素參考值（即香港所採用的營養素參考值）或任何國家衛生當局或國際衛生當局採用的營養素參考值作計算百分比的標準

營養標籤的格式有何規定？

- 營養標籤須於包裝上當眼位置展示
- 營養資料必須以表列形式分行列出
(包裝表面總面積<200 cm²可以直線格式展示)
- 加上適當的標題
(如“營養標籤”、“營養資料”、“營養成分”等)
- 標籤大小、字體大小及營養素的排列次序，均沒有特別規定
- 技術指引中列出一些建議格式以供參考。其他符合修訂規列要求的格式，皆可接受
- 中文/英文/中英並用

營養聲稱

- 指述明、指出或暗示某食物含有特定營養特質的陳述
- 參照食品法典委員會指引中的原則規管營養聲稱
- 營養聲稱規管範圍包括：
 - 營養素含量聲稱
 - 營養素比較聲稱
 - 營養素功能聲稱

規管範圍包括食物標籤及宣傳品

法例容許的營養聲稱例子



UHT LOW FAT MILK DRINK
INGREDIENTS: SKIMMED MILK AND WHOLE MILK
低脂牛奶飲品
成份：脱脂奶，全脂奶



營養素含量聲稱－例子



營養素含量聲稱

- 描述食物所含能量值或營養素含量水平
- 採納食品法典委員會指引中的營養素含量聲稱及容許一些本地常見的聲稱：例如「低糖」及「無反式脂肪」



“不含反式脂肪”



中心
Safety

容許的營養素含量聲稱

- 能量（低，無）
- 總脂肪（低，無）
容許「xx%無脂肪/xx% fat free」，
但必須符合「低脂肪」準則
- 膽固醇（低，無）
- 飽和脂肪（低，無）
- 反式脂肪（無）
- 糖（低，無）
- 鈉（低，很低，無）
- 蛋白質（低，來源，高）
- 維他命及礦物質【鈉除外】（來源，高）
- 膳食纖維（來源，高）

營養素比較聲稱 – 例子



營養素比較聲稱

- 指比較相同或類似食物的不同版本的能量值或營養素含量水平的營養聲稱
- 例如: 較低脂 - 脂肪含量較同一牌子的一般產品少**25%**
- 涉及營養素比較聲稱的營養素必須設有營養素含量聲稱準則

營養素功能聲稱 – 例子

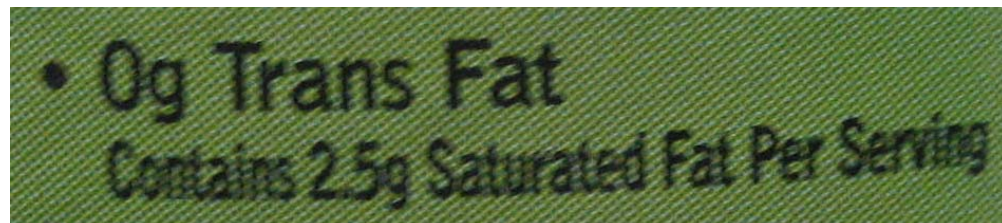


營養素功能聲稱

- 指描述某營養素在身體生長、發育及維持身體正常功能方面所擔當的生理角色的營養聲稱
- 例如：鈣有助鞏固骨骼和牙齒生長
- 涉及營養素功能聲稱的營養素必須設有中國營養素參考值及/或營養素含量聲稱準則
- 一些容許的營養素功能聲稱的例子，已上載於食物安全中心網頁

其他聲明

- 部份營養素含量聲稱（如「奧米加-3」）在國際間並無一致規定，在港亦將不得使用
- 容許以實際分量表達而並無特別強調該食物所含的能量或該營養素含量高、含量低、存在或不存在於該食物中的聲明
如「每分含0.5克奧米加-3」)



其他聲明

- 涉及法例要求須標示的致敏源的含量聲稱將不當作營養素含量聲稱

低乳糖

Produced in a nut-free environment
Suitable for Vegetarians/Vegans
Dairy and Lactose free
Non-GM Soya beans

✓ OVEN BAKED
✓ CHOLESTEROL FREE
✓ GLUTEN FREE
✓ LOW IN SATURATED FAT
✓ SUITABLE FOR VEGETARIANS

LOW LACTOSE

GLUTEN FREE

其他聲明

- 不影響“有機”或“天然”標籤



其他聲明

- 以下字句均不視作營養聲稱：
 - “不含味精”
 - “不含氫化油”
 - “不含咖啡因”
 - “含電解質”
 - “不加甜味”/ “少甜”
 - “不含酪蛋白” (“casein free”)
 - “含苯丙氨酸” (“contains phenylalanine”)
 - 有關血糖生成指數 (glycaemic index) 的聲稱
 - “非基因改造” (non GM)

豁免原則

- 實際運作的困難
 - 例如：包裝總面積少於 100cm^2
- 食物中不含（近乎零）的能量及核心營養素
- 某些新鮮食物而並沒有添加其他配料或經任何處理
 - 例如：新鮮水果、蔬菜、肉類、魚類
- 低銷售量的預先包裝食物

豁免項目

1. 含有以容積計算的酒精濃度(以《應課稅品條例》(第109章)第53條“酒精濃度”的定義中所描述的方式釐定者)超過1.2%的預先包裝食物。
2. 在飲食供應機構售出的、通常購買作即時食用的預先包裝食物。
3. 獨立花巧包裝並擬作單份出售的甜點。
4. 獨立包裝並擬作單份出售的涼果，而其本身是再無其他包裝的。
5. 包裝在總表面面積小於100平方厘米的容器內的預先包裝食物。

豁免項目

6. 符合以下說明的水果或蔬菜(不論是新鮮、冷凍、冷凝或乾的) —
 - (a) 包裝在並無載有其他配料的容器內；及
 - (b) 並無添加其他配料。
7. 符合以下說明的汽水 —
 - (a) 除二氧化碳外並無添加其他配料；及
 - (b) 該汽水的標記或標籤表示該汽水已加入碳酸氣。
8. 泉水及礦泉水(包括經人工添加礦物質的、被描述為礦泉水的水)。
9. 並無任何能量值或核心營養素含量的預先包裝食物。

豁免項目

10. 符合以下說明的肉、海魚、淡水魚或通常用作供人食用的任何其他種類的水中生物 —
 - (a) 未經烹煮；
 - (b) 包裝在並無載有其他配料的容器內；及
 - (c) 並無添加其他配料。
11. 含多種配料並符合以下說明的預先包裝食物 —
 - (a) 在同一處所內製備並售出予最後消費者者；
 - (b) 並非擬出售供即時食用；及
 - (c) 擬經過烹煮處理使之適合人類食用。

豁免項目

12. 含多種配料並符合以下說明的湯包 —
 - (a) 在製造過程中並無經過加熱處理；
 - (b) 並非擬出售供即時食用；及
 - (c) 擬經過烹煮處理使之適合以湯形式供人類食用
13. 符合以下說明的預先包裝食物 —
 - (a) 由根據《稅務條例》(第112章)第88條獲豁免繳稅的屬公共性質的慈善機構或信託售出；及
 - (b) 在為慈善目的舉辦的活動中售出。

豁免項目

14. 符合以下說明的預先包裝食物 —

- (a) 在同一處所內加工處理並售出予最後消費者;或
- (b) 該食物在某地方加工處理，並在某處所售出予最後消費者，而該地方是在該處所的毗鄰或緊接該處所的附近地方，而且該食物並非在(a)或(b)段所提述的處所外要約出售。

15. 作單份項目而售出予飲食供應機構的預先包裝食物。

16. 每年銷售量不超過30 000件的預先包裝食物（此項豁免適合有意把預先包裝食物引入香港市場的業界；必須向食物安全中心預先申請及受其他條件規限 — 如每月遞交銷售數據等）。

豁免範圍注意事項

- 小銷售量豁免項目：若獲豁免的預先包裝食物上/宣傳品中有任何營養聲稱，豁免將被取消。
- 其他豁免項目：若獲豁免的預先包裝食物上有任何營養資料或預先包裝食物上/宣傳品中有任何營養聲稱，豁免將被取消。

罰則

- 任何人如違反有關營養標籤及營養聲稱的規例，即屬犯罪，可處最高刑罰：
 - 第5級罰款 (港幣五萬元); 及
 - 監禁6個月

政府如何幫助業界？

- 技術指引
- 檢測方法技術指引
- 工作坊
- 熱線
 - 24小時熱線: 2868 0000
 - 支援電話服務: 2381 6096
- 網上資源 (www.cfs.gov.hk):
 - 常見問題
 - 其他資料，例如：營養標籤計算器

時間表

- 約兩年寬限期
- 二零一零年七月一日起生效
(屆時所有預先包裝食品必須附有營養標籤)

~ 多謝 ~