

凝 聚 智 慧 | 传 播 真 知 | 追 求 卓 越

工
作

资
讯

09 期
刊号

2020 年 12 月

内部刊物 免费交流



科信食品与健康信息交流中心
China Food Information Center

本期关注

婴幼儿配方食品注册工作研讨会

科信中心召开食品安全常态化风险交流项目汇报会

再制干酪标准修订工作研讨会

浓缩乳应用及监管专题研讨会

“一次性使用卫生用品卫生要求”专题研讨会



CONTENTS 目录

中心要闻 03

- 婴幼儿配方食品注册工作研讨会
- 科信中心召开食品安全常态化风险交流项目汇报会
- 再制干酪标准修订工作研讨会
- 浓缩乳应用及监管专题研讨会
- “一次性使用卫生用品卫生要求”专题研讨会

科信党建 21

- 科信中心党支部参加部管社会组织党的十九届五中全会精神培训班

科普传播 23

- 21 国数据：吃米饭增加糖尿病风险，只因吃错了米饭！快来看看你吃对了没有
- 最新报告：慢性病正在围剿我们的健康！少盐少油少糖，你我都应该重视
- 家长个子不高，如何科学“拔苗助长”？
- 管住嘴、防止病从口入：这些东西要慎吃
- 面对形形色色的儿童保健品，最明智的选择是……

法规政策 35

- 国家卫生健康委员会关于印发《餐饮食品营养标识指南》等 3 项指南的通知
- 国家市场监督管理总局 国家卫生健康委员会 国家中医药管理局关于发布《保健食品原料目录 营养素补充剂（2020 年版）》《允许保健食品声称的保健功能目录 营养素补充剂（2020 年版）》的公告
- 国家市场监督管理总局 国家卫生健康委员会 国家中医药管理局关于发布辅酶 Q10 等五种保健食品原料目录的公告
- 国家市场监督管理总局关于印发《食用农产品抽样检验和核查处置规定》的通知
- 国家市场监督管理总局关于《食用农产品抽样检验和核查处置规定》解读
- 国家市场监督管理总局关于《国家标准管理办法（征求意见稿）》公开征求意见的公告

主 办：科信食品与健康信息交流中心

地 址：北京市丰台区榴乡路 88 号
石榴中心 2 号楼 301 室

邮 编：100079

电 话：010-56762061

网 址：www.chinafic.org

国家市场监督管理总局关于加强网上销售消费品召回监管的公告

国家市场监督管理总局关于印发《乳制品质量安全提升行动方案》的通知

行业动态

39

雀巢健康科学专项基金会成立

武威伊利绿色生产及智能制造示范应用项目正式投产

飞鹤星飞帆成全球进入月球的第一支婴幼儿配方食品

妙可蓝多首届促销品展览圆满落幕

第七届中国婴童产业大会 圣元获四项大奖

益海嘉里旗下 5 家企业上榜“农业产业化国家重点龙头企业”

麦当劳中国携四大供应商 投资 15 亿打造湖北供应链智慧产业园

2020 年“百胜杯”食品安全与营养健康知识大学生竞赛总决赛圆满结束

好吃不贵！汉堡王首推“真香植物基皇堡”

获罗森年度最具品牌影响力奖 凤祥股份加速出圈

持续在华投资，百事公司在广东建立首家食品生产基地

联合利华旗下植卓肉匠中国上市，引领植物肉健康饮食新风尚



CFIC 中心要闻

- 04 婴幼儿配方食品注册工作研讨会
 - 08 科信中心召开食品安全常态性风险交流项目汇报会
 - 10 再制干酪标准修订工作研讨会
 - 13 浓缩乳应用及监管专题研讨会
 - 18 “一次性使用卫生用品卫生要求”专题研讨会
-

婴幼儿配方食品注册工作研讨会



会议现场

2020年11月30日，科信食品与健康信息交流中心召开婴幼儿配方食品注册工作专题研讨会，来自国家市场监督管理总局、食品审评中心、国家食品安全风险评估中心、中国疾控中心营养与健康所、北京大学、中国农业大学、中国食品发酵工业研究院等机构领导、专家和行业代表共30余人参加会议。



国家市场监督管理总局特食司 马福祥副司长

国家市场监督管理总局特食司马福祥副司长指出，在婴配新国标发布后，为适应新的要求，所有已批准注册和正在申请注册的配方都将面临重新注册工作，同时在新冠疫情形势下，现场审查工作也受到一定限制，这两个都是当前迫在眉睫的任务。



国家市场监督管理总局特食司 李曉瑜处长

国家市场监督管理总局特食司李曉瑜处长表示，由于新冠疫情影响，境外婴配生产企业在申请婴配配方注册过程中，境外工厂现场审核工作难以顺利开展，建议行业对现有产品配方进行梳理和调研。



国家市场监督管理总局食品审评中心 聂大可副主任

国家市场监督管理总局食品审评中心聂大可副主任指出，由于新冠疫情影响，境外现场核查的工作无法正常开展，而且新国标中涉及到配方调整的比例，行业中绝大部分生产企业的配方都要随之调整，这也需要在座的专家给些建议。



国家市场监督管理总局食品审评中心 龙继红处长

国家市场监督管理总局食品审评中心龙继红处长指出，希望行业在充分调研的基础上，开展专项工作，对已注册配方进行系统梳理。



国家市场监督管理总局食品审评中心 刘雯处长

国家市场监督管理总局食品审评中心刘雯处长介绍了新标准中对配方质量升级的要求，如营养素变化、产品检测数值等。



科信食品与健康信息交流中心 钟凯主任

科信食品与健康信息交流中心钟凯主任从监管、注册管理、市场需求等角度介绍了新标准出台后婴配注册工作面临的挑战和机遇，并结合监管和行业发展角度提出了建议对策。



国家食品安全风险评估中心 严卫星研究员



中国疾病预防控制中心营养与健康所 霍军生研究员



中国农业大学食品学院特殊食品发展研究中心
吴广枫副教授



国家食品安全风险评估中心 梁栋副研究员



北京大学公共卫生学院 李可基教授



中国食品发酵工业研究院 涂顺明高级工程师

在交流环节，与会领导、专家围绕婴幼儿配方食品新国标即将发布的背景下，就有关配方注册工作、现场审核等问题进行了深入讨论交流，并一致认为，由于新冠疫情影响，境外婴配生产企业在申请婴配配方注册过程中，境外工厂现场审核工作难以顺利开展。为推进境外产品配方注册工作，建议在遵守我国相关标准法规的前提下，由境外政府与我国政府部门进行协商沟通，共同开辟境外审查专项通道。

科信中心召开食品安全常态化风险交流项目汇报会



会议现场

科信中心在国家市场监督管理总局的指导下开展常态化风险交流项目。按照项目工作安排，2020年11月6日科信中心召开此项目汇报会。国家市场监督管理总局食品抽检监测司、中国检验检疫科学研究院综合检测中心、国家食品安全风险评估中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所、北京大学公共卫生学院、新华网辟谣平台、中国经济网食品频道等领导及专家参加了此次会议。



国家市场监督管理总局食品抽检监测司 郝明虹二级巡视员

国家市场监督管理总局食品抽检监测司二级巡视员郝明虹对科信中心开展的工作给予了肯定，并期望继续加大力量，做好明年的工作，她指出，作为专业的第三方平台，科信中心需再接再厉，扩大项目成果，做好第三方机构参与食品信息交流的工作。



科信食品与健康信息交流中心 钟凯主任

科信食品与健康信息交流中心主任钟凯对本年度项目开展的工作情况作了详细介绍。本项目围绕重点舆情、快速反应及日常科普等内容，共组织专家撰写各类科普文章400余篇。其中，在“新冠疫情防控与食品安全”、“大头娃娃奶粉事件”、“食品抽检信息解读”、“食品科学辟谣”、“科学认识乳制品”及“科学认识食品保健食品”等舆情快速反应中，科信中心主动跟踪并邀请各方专家从科学客观的角度以最快速度予以解释，不但对舆情处置起到积极推动作用，还能及时地帮助公众识别科学真相，充分地体现了科信中心作为第三方平台在食品安全舆情引导和风险交流中的作用。



会议现场

与会专家围绕项目开展工作情况进行了充分的交流讨论，专家们建议，第三方机构常态化风险交流项目是第三方平台参与食品安全信息交流的一次良好尝试，也取得了良好的效果，建议未来要进一步发挥现有工作的亮点，同时加大对现有工作成果的转化，加大与地方市场监管部门的合作交流，推广项目先进经验。

再制干酪标准修订工作研讨会



会议现场

近期我中心对再制干酪食品安全国家标准第二轮社会公开征集意见进行了汇总和初步研判。为做好再制干酪食品安全国家标准的修订工作，我中心于2020年12月6日组织召开再制干酪标准修订工作研讨会。国家食品安全风险评估中心、农业农村部食物与营养发展研究所、中国农业科学院农产品加工所、中国乳制品工业协会、中国奶业协会等机构专家参加了此次会议，参加会议的还有伊利、蒙牛、光明、邦士及妙可蓝多等行业代表。



与会主要负责人



国家食品安全风险评估中心 王君主任

国家风险评估中心主任王君在会上强调，食品安全国家标准的制修订工作要做到科学合理，安全可靠。各起草组要始终围绕这个原则做好标准的制修订工作。



国家食品安全风险评估中心 郭云昌研究员

会议围绕意见反馈中的三个核心问题展开了交流和讨论。国家食品安全风险评估中心郭云昌研究员强调，在标准修订过程中，如果要对微生物等指标进行调整，需要提供充足的数据依据作支撑。



中国农业科学院农产品加工所 吕加平研究员

中国农业科学院农产品加工所吕加平研究员针对干酪比例的问题提出了意见，他认为从与国际接轨的角度，50%的比例更适宜行业发展。



中国乳制品工业协会 刘美菊秘书长

中国乳制品工业协会刘美菊秘书长指出，再制干酪标准的名称问题关键在于未来的消费者公众教育。



中国奶业协会 李栋副秘书长

中国奶业协会李栋副秘书长指出，标准的修订工作应该从支持我国再制干酪产品创新的角度出发，同时兼顾监管要求。



科信食品与健康信息交流中心科技传播部 阮光锋主任

科信食品与健康信息交流中心科技传播部主任阮光锋介绍了再制干酪标准公开征集意见收集到的意见情况。此次共收到来自社会各界、政府机关、行业协会、专家个人 70 余条意见，反映的问题主要集中在标准名称、干酪比例及微生物指示菌。

我中心将在专家意见的基础上继续推进标准修订工作，促进行业创新发展。

浓缩乳应用及监管专题研讨会



会议现场

为推进调制乳及发酵乳标准修订工作，2020年11月5日，科信食品与健康信息交流中心召开浓缩乳应用及监管专题研讨会。

来自工业和信息化部消费品工业司食品处、农业农村部畜牧兽医局奶业处、国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司、海关总署进出口食品安全局、国家市场监督管理总局食品生产司、国家市场监督管理总局食品抽检司、农业农村部食物与营养发展研究所、国家食品安全风险评估中心、广东省疾病预防控制中心、中国卫生监督协会、中国乳制品工业协会、中国奶业协会等单位的领导和10余位专家参加了会议。



国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司 张磊时副司长

国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司张磊时副司长指出，目前我国已经公布食品安全

国家标准 1300 余项。食品安全国家标准存在一定滞后性，标准的制修订工作要实事求是、促进民族产业发展，满足人民健康需求。



工信部消费品工业司食品处 李强处长

工信部消费品工业司食品处李强处长指出，浓缩乳作为新出现的事物，为解决长期以来的北奶南运、奶源季节性不平衡等困扰提供了新的解决思路，有助于乳制品行业创新发展，应该给予一定的发展空间。



海关总署进出口食品安全局 韩奕处长

海关总署进出口食品安全局韩奕处长指出，浓缩乳在液态乳中应用时按照产品的真实属性标识，如用“乳粉”则按目前法规要求标识为“复原乳”；如是用浓缩乳，则如实标识“浓缩乳”，便于消费者按照产品的真实属性选择产品。



农业农村部畜牧兽医局奶业处 卫琳调研员

农业农村部畜牧兽医局奶业处调研员卫琳认为，浓缩乳的应用是很好的探索尝试，从浓缩乳特点来说，跟传统意义上的乳粉生产出来或者重新还原生产出来的复原乳还是有本质上的区别。



国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司 史根生一级调研员

国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司一级调研员史根生指出，浓缩乳是行业创新的一次探索。为保证浓缩乳更好的应用和发展，建议科学界和行业联合起来，做好关于浓缩乳的基础研究和科普宣传，避免出现负面影响。



国家市场监督管理总局食品抽检司 王晓峰处长

国家市场监督管理总局食品抽检司王晓峰处长提到，从安全性指标分析比对来看，浓缩乳跟灭菌乳、巴氏乳的差别不大，安全性上不存在问题。在具体应用时，建议明确标识，便于消费者选择。



国家市场监督管理总局食品生产司干部 李绍芬

国家市场监督管理总局食品生产司李绍芬认为，浓缩乳的应用对乳制品行业有很大的创新意义，也非常支持乳业的创新发展。从监管角度，建议明确标识，便于消费者按照产品的真实属性选择产品。



国家食品安全风险评估中心 王君主任

国家食品安全风险评估中心王君主任表示，使用浓缩乳生产的乳制品在品质和产品特性上跟用其他的传统原料生产的乳制品没有明显的差异和影响。



蒙牛乳业集团 杨志刚副总裁

蒙牛乳业集团副总裁杨志刚介绍了浓缩乳在行业中的应用及监管现状。与会领导、专家及行业代表还围绕浓缩乳的基本情况、应用趋势、国内外法规进展、标签标识管理等问题进行了深入交流和讨论，并为浓缩乳的应用及监管提供了意见建议。



国家食品安全风险评估中心 严卫星研究员



农业农村部食物与营养发展研究所
王加启所长



广东省疾病预防控制中心 张永慧主任



中国农业大学 毛学英教授



中国乳制品工业协会 岳增君副主任



中国奶业协会 赵伟副主任



中国奶业协会 李栋副秘书长



农业农村部奶及奶制品质量监督检验测试中心
郑楠主任

“一次性使用卫生用品卫生要求”专题研讨会



会议现场

近日，国家卫生健康委员会发布 GB 15979《一次性使用卫生用品卫生要求》的征求意见稿，广泛征求社会意见。该标准对于规范一次性使用卫生用品生产发挥重要作用，引起业内的广泛讨论。为帮助企业深入了解和执行该标准，科信食品与健康信息交流中心（以下简称“科信中心”）消毒产品工作委员会于2020年12月30日上午9:30—12:00在京召开“一次性使用卫生用品卫生要求”专题研讨会。



国家卫生健康委员会综合监督局传染病防治监督处 妥佳处长

国家卫生健康委员会综合监督局传染病防治监督处妥佳处长、中国疾控中心环境与健康相关产品安全所消毒检测中心张流波主任、上海市疾控中心肖萍处长、上海疾控中心消毒与感染控制科朱仁义主任、中国产业用纺织品行业协会标准与产品开发部黄景莹副主任和几位行业代表参加会议。



中国疾控中心环境与健康相关产品安全所消毒检测中心 张流波主任

张流波主任总结到，风险评估是国际化和市场化的迫切需求，但如何很好地实施风险评估，是我们需要研究的一个新方向，可以在《一次性使用卫生用品卫生要求》标准基础上，再制定一个推荐性标准，更好地促进行业发展。



上海疾控中心消毒与感染控制科 朱仁义主任

朱仁义主任对 GB 15979《一次性使用卫生用品卫生要求》的修订情况进行了介绍。他强调，该标准中有三点争议较大的问题，分别是一次性使用卫生用品的定义、毒理学安全性要求、微生物学指标。



上海市疾控中心 肖萍处长

肖萍处长就标准中毒理安全要求的制定思路和情况进行了简单地介绍。她指出，针对某些原材料，通过传统的毒理学实验可能检测不出产品的安全性问题，因此，为了更好地保证产品安全性，对产品安全性要求更高的企业可以选择使用风险评估。



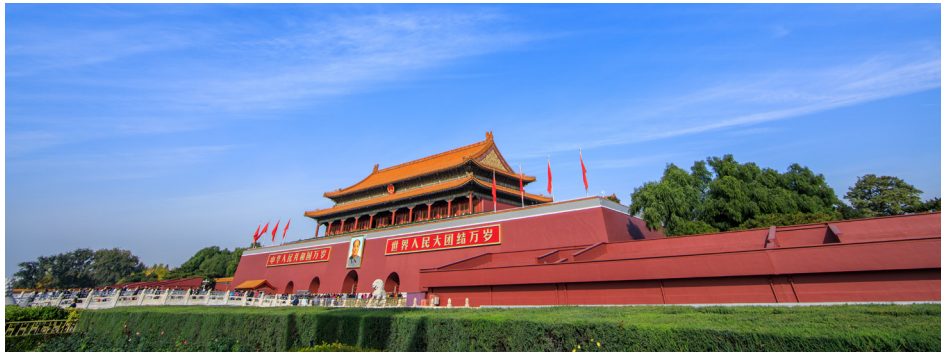
科信中心 包大跃理事长

科信中心包大跃理事长对参会领导及专家表示衷心感谢，他表示，本次会议是为一次性使用卫生用品行业搭建技术交流平台，促进专业界和行业的共识形成，在保证消费者的生命健康安全的前提下，合理调整技术法规门槛，促进行业健康发展。



参会代表

在交流环节，与会代表各抒己见，对标准中的毒理学安全性要求和微生物学指标进行了深入交流。大家一致认为，为了保障产品的安全性，毒理学安全性要求必须执行，但为了行业更好的发展，在充分的数据支持基础上，可以探索毒理学实验和风险评估相结合的方法。同时，为了与国内外其他法规标准保持一致性，且充分考虑企业的生产情况，卫生棉条的微生物指标需要调整。



CFIC 科信党建

22 科信中心党支部参加部管社会组织党的十九届五中全会精神培训班

科信中心党支部参加部管社会组织党的十九届五中全会精神培训班



会议培训材料

12月9日，民政部举办部管社会组织党的十九届五中全会精神培训班，中央宣讲团成员、民政部副部长詹成付出席培训班并以《在开启全面建设社会主义现代化国家新征程上我国社会组织的历史使命》为题作专题辅导。科信中心党支部吴桐书记，与部管社会组织党组织书记和党务工作者共计150余人参加了培训。

詹成付指出，从2021年开始，我国将进入“十四五”时期，这是乘势而上开启全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的第一个五年。部管社会组织要深入学习贯彻党的十九届五中全会精神，准确把握全会关于“十四五”乃至今后一个更长时期我国发展面临的形势任务，推动部管社会组织党建工作在新发展阶段实现高质量发展。一是要深入把握和理解五中全会的重大意义；二是要深入把握和理解“十三五”取得的巨大成就；三是要深入把握和理解党中央制定“十四五”规划和2035年远景目标的战略考量；四是要深入把握和理解2035年远景目标的宏伟蓝图；五是要深入把握和理解“十四五”时期发展的指导思想、基本原则和主

要目标任务；六是要深入把握和理解“十四五”时期的重大任务和举措；七是要深入把握和理解“十四五”规划的贯彻落实必须依靠党的领导。

詹成付强调，社会组织是建设社会主义现代化国家、实现中华民族伟大复兴的重要生力军。在党的领导下，动员会员力量、发挥服务潜力、助力祖国向着社会主义现代化国家奋勇前进、实现中华民族伟大复兴，这是我国社会组织在新征程上神圣的历史使命。广大社会组织尤其是部管社会组织，要切实担起使命、珍惜韶华、只争朝夕，在新征程上坚持党的领导，坚定不移走好中国特色社会组织发展之路；坚持以人民为中心，坚守社会组织服务功能；坚持新发展理念，实现社会组织高质量发展；坚持深化改革，适应在互联网加速变革的情况下开展工作；坚持系统观念，坚决防范和化解各种风险。

培训结束后，大家一致表示，专题辅导站位高、思想深、谋划远、措施实，为部管社会组织在新征程上实现高质量发展指明了方向，下一步，部管社会组织将认真贯彻落实党的十九届五中全会精神和民政部党组关于部管社会组织党建工作的各项要求，进一步增强坚定不移走好中国特色社会组织发展之路的政治自觉、思想自觉和行动自觉，在开启全面建设社会主义现代化国家新征程、履行历史使命上带好头、作好示范。

培训班还邀请了中央党校教授现场授课，并就近期重点工作进行了部署安排。民政部部管社会组织综合党委、纪委委员和社会组织管理局、社会组织服务中心的党员干部通过现场和“云端”视频的方式同步进行学习。



CFIC 科普传播

-
- 24 21 国数据：吃米饭增加糖尿病风险，只因吃错了米饭！快来看看你吃对了没有
 - 26 最新报告：慢性病正在围剿我们的健康！少盐少油少糖，你我都应该重视
 - 29 家长个子不高，如何科学“拔苗助长”？
 - 31 管住嘴、防止病从口入：这些东西要慎吃
 - 33 面对形形色色的儿童保健品，最明智的选择是……
-

21 国数据：吃米饭增加糖尿病风险，只因吃错了米饭！快来看看你吃对了没有

原创：阮光锋



米饭在咱们中国家庭中几乎是不可缺的一员“大将”，蒸米饭、炒饭、盖饭……都是人们的最爱。

然而，最近，一篇研究对 21 个国家 132373 名参与者的大米摄入量进行调查，结果发现，食用米饭与糖尿病发生风险增加显著相关，每天摄入米饭量超过 450g（相当于超过 3 碗大米饭）的人群，糖尿病患病风险增加了 20%。我们吃了几千年的白米饭，为什么突然和糖尿病扯上了关系？

其实是因为他们吃错了“米饭”

——白米饭吃太多，全谷物吃太少

1. 白米饭有什么问题？

我们现在吃的白米饭都是要经过精制加工的。在精制加工过程中，除了去掉不可食用的谷壳外，为追求细腻口感，还会进一步碾去谷皮，胚芽随之剥落，几乎只剩下胚乳，成为“精制”的白米，就会丢掉好多“好处”。

谷粒由胚乳、谷胚、谷皮三个主要部分组成。未加工的谷物最外层包裹着坚硬的谷壳，保护着谷

粒。谷皮富含膳食纤维，谷胚富含蛋白质、B 族维生素，胚乳中主要是淀粉、蛋白质和少量脂肪。

精制加工会使谷物丢失大量营养，而且经过精制加工后的谷物几乎只有淀粉、没有膳食纤维，消化速度很快，吃下去后消化速度也很快，非常不利于血糖和体重的控制。和精制谷物相比，全谷物含有更多膳食纤维、维生素、矿物质及植物化学物，多吃全谷物可降低结直肠癌、2 型糖尿病、心血管疾病等慢性病的发病风险。2019 年，《柳叶刀》发布一项 195 个国家和地区饮食结构造成的死亡率和疾病负担分析研究，这项统计追踪了全球 195 个国家、从 1990 年到 2017 年的 15 种饮食因素的摄入量趋势，分析了世界各国因为饮食结构而导致的死亡率和疾病发生率。

在这个研究中，中国因饮食问题引发的死亡率在全球处于倒数第二档，比我们经常认为饮食不健康的美国还要高；2017 年，中国因为饮食结构问题造成的心血管疾病死亡率、癌症死亡率都是世界人口前 20 的大国中的第一名……其中一个重要原因就是全谷物吃得太少了。

最近，为倡导平衡膳食的健康生活方式，助力健康中国，来自营养、慢病防控、健康传播等领域的 4 家专业机构发布《全谷物营养与健康联合提示》，倡议大家要多吃全谷物。

2. 全谷物，有什么好处？

全谷物是指虽经碾磨、粉碎、压片等处理，但仍保留了胚乳、胚芽、麸皮等部分，也就更好地

保留了其中含有的膳食纤维、B族维生素、矿物质等天然营养成分。

比如，全谷物有膳食纤维，膳食纤维对维持健康体重、保持身体健康都有很多好处，尤其对预防便秘和结直肠癌最有益处。

我国成年人便秘患病率为3.19%-11.6%，60岁以上的中老年人则高达22%。结直肠癌也是我国发病率较高的癌症之一。而这些问题，都与膳食纤维摄入不足密切相关。国际癌症研究组织发布的报告指出，每天吃大约三份（90克）的全谷物，结直肠癌的风险将降低17%。

全谷物含有B族维生素和多种矿物质等微量元素，对高血压等心脑血管疾病、糖尿病等慢性病也有较好的预防作用。比如全谷物食物的血糖生成指数较低，非常适合糖尿病患者食用；全谷物食物也有调节血脂、控制体重等功能。

3. 吃全谷物，就一定要吃“全麦面包”吗？

一说到吃“全谷物”，很多人首先想到就是吃“全麦面包”。现在超市里也是各种各样的全麦面包。

其实，这种完全是误解，而且可能会“掉坑”。

因为目前在国内，暂时没有全谷物或全麦食品的相关标识标准，这就给一些商家留下了“钻空子”的机会：只要制作面包时添加了全麦粉，即使添加量很少，也可以叫全麦面包！对于大部分人来说，真的很容易被迷惑，买到“假的”全麦面包。

其实，我们生活中能够买到的全谷物类食物有很多，并不是只有吃全麦面包才能吃到全谷物。生活中的全谷物就有很多，包括糙米（全谷物稻米）、燕麦、小米、荞麦、玉米、薏米等，在家就可以自己做。

当然，全麦面包、全麦饼干、全麦面条、燕麦片、玉米饼、薏米饼等加工好的食物也是全谷物，但是

这里面的坑比较多，大家还是要注意看配料表。记住：如果第一位不是“全麦粉”的话，基本可以认定是“假全麦”了。

4. 如何健康吃全谷物？

（1）吃足够量。

《中国居民膳食指南（2016）》第一条就推荐“食物多样，谷类为主”，并明确建议谷类、薯类、杂豆类的食物品种数平均每天3种以上，每周5种以上，大约是每天应摄入50-150克全谷物。

而现在的数据显示，我们每天吃的全谷物连三分之一都不到，所以平时提醒自己多吃点全谷物，争取吃足够量。

（2）跟其他谷物混合搭配吃。

由于精制米、面制成的主食口感细软，而全谷物及粗粮杂粮常常使人觉得口感不好，我们不妨将粗粮和细粮搭配在一起食用。

比如在米饭和粥中加入小米、燕麦、玉米、糙米等，将糙米、燕麦、荞麦、红米、黑米等与白米按一定比例混合做成“二合饭”、“杂粮饭”或“五谷饭”也是比较好的选择。如果觉得干饭口感差，可以考虑自制五谷豆浆、八宝粥之类。

最新报告：慢性病正在围剿我们的健康！少盐少油少糖，你我都应该重视

原创：阮光峰

2020年12月23日，国务院新闻办公室举行新闻发布会上介绍了《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》相关情况。

发布会上提出了我国居民一些突出的营养问题和不健康的生活方式，比如18岁及以上居民的高血压患病率，是100个人当中，就有27.5人有高血压，糖尿病患病率为100个人当中就有11.9人。高胆固醇血症患病率为100个人当中有8.2人，而40岁以上的居民慢阻肺患病率100个人当中有13.6人，这个跟2015年发布的结果相比都在上升。

这其中一个重要的原因是我们的饮食中糖、油、盐太多了。报告显示，家庭人均每日烹调用盐和用油量仍远高于推荐值，儿童青少年经常饮用含糖饮料问题。

这些问题你中招了吗？为了健康，我们到底该做些什么呢？

1. 减盐



每天该吃多少盐？怎么吃？

盐吃多了对健康的危害是多方面的，不过主

要集中在心脑血管方面。大量的研究发现，钠摄入过多会增加肥胖、高血压、中风等心脑血管病以及胃癌的发病风险。

盐吃多了不利于健康，但没有盐或者太少，食物的口味就太差，鱼和熊掌如何能兼得？考虑到口味等诸多因素，中国营养学会建议健康成年人每天食盐量6g。6克盐大约是一个啤酒瓶盖的量。我们日常所用的汤勺或茶勺，它们装满细盐，重量大概在5-8克。

而世界卫生组织的推荐量还略低一些。2016年，世界卫生组织发布消息称，建议成人每天盐摄入量低于5克（低于1茶匙）。世界卫生组织数据显示，如果全球盐消费量减到建议水平，每年可以防止250万例死亡。

根据《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》，截止2019年人均每日烹调用盐9.3克。虽然与2015年相比下降了1.2克，但和中国营养学会推荐的6g还有很大差距。

如何减盐？

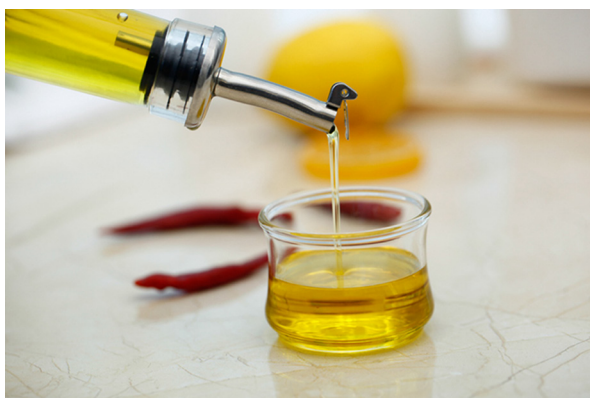
我们日常饮食中钠最主要的来源是食盐，不过，除此之外，隐形钠是人们经常忽略掉的问题。味精、鸡精、酱油、腐乳等调味品及话梅、薯片等加工食品中的“隐藏钠”也是钠的重要来源。有些食物即便吃起来不是咸的，也可能含有高钠。这些食物吃多了，其实相当于过量摄入盐。所以，平时在吃东西的时候，一定要当心这些隐形盐。

小心零食中的隐形钠日常生活中，建议从下

面几个方面做起，减少盐的摄入：

- ①用限盐罐或限盐勺。
- ②巧用烹饪技巧减少用盐。等到食物快出锅再加盐调味，这样吃起来会有咸的味道。
- ③利用食物本身味道来丰富口味。
- ④限制咸味零食和快餐，当心隐形盐。
- ⑤学会看营养标签，选择含钠较低的食品、低钠盐。

2. 减油



油该怎么选？吃多少？

选择油脂的时候，最重要的还是看油脂的脂肪酸比例。

①优先选择植物油

常见动物油，比如猪油、牛油、黄油等，饱和脂肪都很高，应该少吃。不过，虽然它们对健康不利，但也不是说一点都不能吃，也不是说动物油就一定不好。如果你平时肉、蛋、奶等吃得少，来点儿动物油也是相对合理的；但如果你总是大鱼大肉，再吃很多动物油，就很不合适了。

常见植物油，比如菜籽油、玉米油、橄榄油、大豆油、花生油等饱和脂肪酸比例较低，比较健康。当然，没有一种植物的脂肪酸是完美的，从健康角度，建议大家不要只吃一种油，经常更换油的种类，

换不同的油吃。需要提醒的是，某些植物油，比如棕榈油、椰子油的饱和脂肪比例也很高，要少吃。

②高温烹调选择动物油或高油酸油脂

油脂在高温时会发生一些不良反应，这些反应会产生很多不利人体健康的物质，可能增加心血管疾病、癌症等风险。所以，我们要尽量选择那些不那么怕热的油脂。

在进行高温烹调时，比如做炸鸡、烤鱼时，应该尽量选择猪油、牛油、黄油等动物油脂，它们饱和脂肪酸比例较高，比较耐热。

红花油、橄榄油、茶籽油这3种油脂中油酸的比例较高，也是比较耐热的。橄榄油中油酸含量高达70%以上，是可以用来做爆炒、煎炸等食物的。只不过我们觉得用它高温加热太浪费它所含的抗氧化物质，所以一般用来凉拌罢了。

③凉拌用橄榄油、芝麻油、亚麻籽油等味道独特的油

特级初榨橄榄油、亚麻籽油、芝麻油等香味独特，而且不饱和脂肪酸丰富，比较适合做凉拌菜或沙拉。

④炒菜可以用菜籽油、花生油、大豆油等

这些油耐热性能居中，脂肪酸比例也比较健康，可以作为日常使用，比如家庭烹调最常做的炒菜。

这里还要提醒大家最重要的一点：不论何种油脂，即使是现在大家热捧的橄榄油、亚麻籽油、紫苏油等，它们依然是脂肪，都不能多吃。现在我们都提倡要少油，但“少”到什么量才算健康呢？每天吃多少油比较好？

根据中国居民平衡膳食宝塔的推荐：一般人每天烹调油25-30克，大概就是白瓷勺2-3勺的样子。只要你吃了这么多油，一天之中你其他油炸食品就没有“配额”了，就得尽量不要吃了。

当然了，“少油”也不是要求你一气呵成，

毕竟多年的习惯并不能说改就能改。可以用一些方法循序渐进地完成：比如用煎代替炸；蒸、煮、炖、焖时尽量不用或少用油；使用定量油壶等。

3. 减糖



危险又迷人的糖要如何减？

人吃了糖之后，糖进入体会作用于脑部，干扰饥饿激素（ghrelin）的和瘦素（leptin）作用。

饥饿激素会让人产生饥饿感，瘦素（leptin）可以让人产生饱足感，而糖却会干扰饥饿激素和瘦素的运输和转导，让你总感觉吃不饱、还总是觉得饿。此外，糖还可以降低脑部奖赏中枢的多巴胺信号。所以，糖还会减弱食物带来的愉悦感，让人想吃得更多，就会有类似“上瘾”的感觉。

不过，要说它的危害跟烟酒、甚至毒品一样，那就有点夸大了。其实，糖的成瘾性并不会那么强烈，糖对健康的影响也不会像毒品那么快速和直接。糖吃多了最大的危害是会导致龋齿和肥胖，才不像毒品那样恐怖。

如何减糖？

世界卫生组织 WHO 前几年发布的成人和儿童游离糖摄入指南中建议，糖摄入量应控制在总能量的 10% 以下，最好是能够进一步控制在总能量的 5% 以下。

如何减少糖的摄入呢？建议从以下几个方面做起：

1. 日常尽量不喝甜饮料，如果想喝，尽量选无糖饮料。

包括各种含糖的碳酸饮料、茶饮料、乳酸菌饮料、果汁饮料、红糖水、蜂蜜水等，偶尔一次聚会也就罢了，自己平时没事不要主动去喝。如果想喝，尽量选择无糖饮料。

2. 即使是纯果汁也要少喝，尽量直接吃水果。完整的水果最好；榨果蔬汁时尽量多放蔬菜，少放水果。

3. 焙烤食品尽量控制数量，如果想要吃，可以选择无糖的。尽量不吃或者少吃面包、甜点、饼干、曲奇等甜食，自己做面包点心尽量少放糖。

4. 平时自己饮食或者烹调食物，都要养成尽量不加糖的习惯。比如，喝粥不加糖，打五谷豆浆不加糖，喝咖啡不加糖，做菜也要少放糖。

5. 购买包装食品时，注意看营养标签。尤其是那些号称“零脂肪”、“低糖”或“无糖”的食品，一定要注意看它的成分和营养素含量。另外，在食品标签中，还有很多东西其实也都是糖，比如玉米糖浆、麦芽糊精等，如果有这些东西存在，也要注意少吃。

家长个子不高，如何科学“拔苗助长”？

原创：钟 凯

广东梅州一个1岁女婴因尿血入院，检查结果令医生大吃一惊：居然是双肾结石，一共9颗，而且最大的直径达到2厘米。盘出这么大一颗珠子，是怎么做到的呢？

原来是孩子爹妈身高不高，孩子又早产，为了“赢在起跑线”，他们买了一大堆补钙保健品，疯狂补钙……



有句话说得很对，父母就是孩子的起跑线。在身高方面，父母的基因是最重要的影响因素，比如姚明和叶莉的女儿才10岁就超过170了，你能比吗？

对自己身高不满意的父母不妨用“FPH公式”算一算自己孩子的预期身高。男孩=45.99+0.78×父母平均身高，女孩=37.85+0.75×父母平均身

高。看看你给孩子准备的“起跑线”在哪儿？

如果你对孩子的预期身高不满意，首先要摆正心态，是你自己的问题，不是他/她的错。其次，身高并不代表孩子的未来，马云只有166，但很多人管他叫爸爸，你有这待遇吗？

当然，家长总是觉得“我得做点啥”。如果想“拔苗助长”，你也要用科学的方法。影响身高最重要的外部因素是营养。曾经的“小日本”就是因为营养跟不上，导致男性平均身高才155。现在日本男性平均身高超过170，主要是营养改善。

在各种营养素中，钙和VD无疑是对身高影响最大的。实际上孩子补钙最佳的方式是喝牛奶（也可以酸奶、奶酪），每天保证1-2杯奶，比吃钙片强多了。而且出于牛奶的占位作用，连孩子的膳食结构都会变得更合理。



现在牛奶的价格也不贵，如果你不挑剔，最普通的全脂纯牛奶促销价大约1块多一盒，可以提供250mg钙，还有优质蛋白质和乳脂，岂是钙片能

比的？每天2盒奶，加上三餐中的钙质，孩子根本不需要吃补钙的保健品。

VD可以促进钙吸收和骨质形成，但VD缺乏在中国很普遍，最重要的因素是户外活动少以及过度防晒，因此儿童青少年保证每天有一节户外体育课十分必要。

充足的户外阳光照射可以满足人体对VD的需要，无需额外补充。由于天气不好或学业紧张的原因，通过膳食补充剂获取VD是一个不得已的选择。更好的办法是吃富含VD的食物，比如牛奶、海鱼、蘑菇、鸡蛋黄、猪肝等。



除了营养，适当的体育锻炼也有帮助。运动会刺激骨骼和肌肉，有助于身体发育。而且运动有利于控制体重，避免孩子横向发展成小胖墩。

比较推荐的运动包括跳跃运动，比如跳绳、篮球、排球、羽毛球，或者全身运动，比如慢跑、游泳等。对于大多数城市的儿童青少年，鼓励他们尽可能的多运动是没错的，反正也没多少时间运动。



此外充足的睡眠也很重要，因为睡眠状态下生长激素的分泌更旺盛。当然，现在孩子们的学业压力越来越大，在学校和课外班之间疲于奔命，家长也是身不由己、无能为力。素质教育、减负？算了还是别说了……

尽可能的创造条件让孩子多睡一会儿是家长们的心愿。比如尽可能买/租到离学校近一点的地方；培养孩子起床的习惯，尽量不赖床；刷牙洗脸和吃早饭的速度快一点，这样可以晚起床。额...孩子太磨蹭？算了，别说了...还是...喝牛奶吧。

最后需要提醒的是，每个孩子的成长发育曲线是不同的，没必要跟“别人家孩子”比，也不要过于着急。比完身高比学习，比完学习比才艺，拼娃的路永远没个头。摸摸小心脏，血压高不高？摸摸发际线，是不是又上移了？

管住嘴、防止病从口入：这些东西要慎吃

原创：马冠生

饮食行为指的是与饮食有关的时间、地点、频率、种类、吃法等等。世界上一些地方的居民有吃生食的习俗，如生鱼片、醉虾醉蟹等，还有的吃新奇吃野味等，殊不知，这些饮食行为会大大增加患食源性疾病的风险，给健康带来危害。

马博士健康团开展了一项定性循证研究，综合分析不健康饮食行为，如吃生食或吃未煮熟的食物、吃野味等与食源性疾病之间的关系，研究结果于2020年11月28日发表在Journal of Ethnic Foods上，题为《Culture, eating behavior, and infectious disease control and prevention》。

文章中指出，有些地方居民喜欢吃生食，如生食、腌吃、醉吃一些水产品等，这是受到当地饮食文化的影响，因为他们认为新鲜的东西营养最丰富，味道最鲜美，最接近自然状态。

还有“物以稀为贵”的观念，认为野生的动植物不仅味道鲜美，而且还有药用价值和滋补作用，如蛇胆明目、穿山甲肉有助于缓解风湿等。

当然，也不乏有虚荣心作怪，认为食用昂贵的野味或者生海鲜等，似乎更“有特色”、“上档次”，是一种能力和特权的象征。

但是，这些饮食行为存在着健康隐患。生或半生的食物、野味中都是病原体生存的好地方，比如寄生虫、细菌、病毒等。

(1) 生鱼片等，可能携带肝吸虫

三文鱼、鲍鱼等刺身，蘸上海鲜酱油和芥末等调味品，或者浇上柠檬汁，是不是想想就要流口水了？！打住！研究已经证实，这种吃法是感染肝

吸虫病的重要途径。



肝吸虫可以寄栖在肝脏和胆管内，引起胆管炎、胆结石、肝硬化、肝癌。

(2) 醉蟹醉虾醉螺，可能携带肺吸虫、霍乱弧菌等



醉虾、醉蟹与醉螺并称“淮扬三醉”，分别是以虾、蟹、螺为原料，按照一定的比例添加白酒、盐、糖等调料醉制而成。

虽然味道鲜味、风味独特，但是可能会吃进肺吸虫！肺吸虫经口进入胃肠道，会导致腹痛和腹泻。

可以进入胸腔和肺部发育为成虫，还可以寄

生于脑、脊髓、胃肠道、腹腔和皮下等多种组织器官，造成感染和损坏，严重时会导致不可逆的后遗症。除了肺吸虫，你还有可能因此感染副溶血性弧菌、霍乱弧菌等。

(3) 生血布丁、生猪肉等，可能携带绦虫

在我国云南大理少数民族中，会有在特殊节日吃“生皮”、“噢嘣”、“剁生”等的习俗；在越南某些地区，有吃生血布丁的习惯。

这些食物都是生猪肉、或者生猪血加上配料等制成的。猪是可能带有猪肉绦虫的，绦虫的幼虫可以寄生在人体脑、肌肉、眼等部位，引起囊虫病。此外，还可能存在猪链球菌感染的风险！

(4) 野味等，可能携带多种病毒



世界各地出现的新发传染病，例如禽流感、埃博拉、中东呼吸综合征等，都和野生动物有关。已知能够感染人类的病原体有 1400 余种，其中近 60% 的病毒、细菌、寄生虫、真菌等病原体均来自于动物体内，如蝙蝠可携带 130 余种高致病性病毒。

除此以外，野生动物作为一种异种蛋白被人体吸收后，也很容易引起食物过敏、中毒等免疫反应，甚至还可能出现哮喘、全身水肿、呼吸困难等严重过敏症状，严重者可能危及生命。某些动物体内还可产生大量神经毒素，如河豚体内的河豚毒素，毒性极强。

(5) 管住嘴，防止病从口入

要预防食源性疾病的发生，重点就是“管住嘴，防止病从口入”。

不吃生、不吃新奇、不吃野味，海鲜、肉类等都要洗净、做熟了再吃。

养成健康的饮食行为，饭前便后、加工食物前都要洗手。做饭做菜时砧板和容器要做到生熟分开。

从正规渠道购买食物，确保来源安全性。

如果因为摄入某些食物引起不适，应及时就医。

面对形形色色的儿童保健品，最明智的选择是……

原创：云无心



最近媒体上出现了两则触目惊心的新闻。

一则是：广东梅州1岁女婴严重血尿被家长紧急送医诊治，医生检查发现孩子的肾存在多发性结石，最大的体积达到2厘米，还出现了不同程度的肾积水。这个孩子被家长大量补钙，应该就是原因。

另一则是：山西一名6岁男孩因脑血肿住院，原因是维生素片服用过量，虽然可以洗胃治疗，但此前造成的伤害已无法逆转。

……

这样的例子，在现实生活中不知还有多少。

随着生活水平的提高，人们可以有更多的经济能力去关注孩子的健康。吃保健品、功能食品，被许多家长作为“对孩子好”的最直接可操作的办法。

能长高、能补脑、能健体、能增强免疫力……面对着天花乱坠的宣传，家长们往往毫无抵抗力，照单全收还互相攀比。

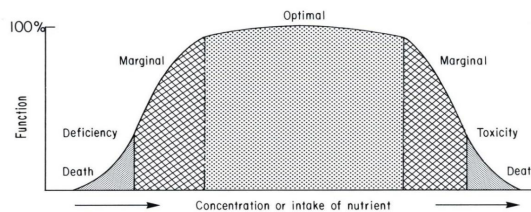
但，这不过是一厢情愿。

人体就像一台机器一样，影响它运行的不是某一种特定东西的多少，而是任何一种养分的缺

乏。蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质……任何成分的缺乏都会让人体这台机器的运转失常。

对于多数父母来说，既然需要，那当然就要“补”了，多了总比缺乏的好。但是在营养上，还真不是这么回事。

各种营养成分对健康的影响，都是一个钟形。也就是说，缺乏的时候，对健康不利；但是太多了，对健康也不利。我们常说的“过犹不及”，就是这个道理。在“充足”和“太多”之间，不同的营养成分缓冲范围不同。有的范围很宽，比如维生素C，一个1到3岁的孩子每天15毫克就足够了，但是多到400毫克也没有副作用。而15毫克维生素，只需要一个中等大小的桔子或者猕猴桃就足够了，很多蔬菜也含量很高。这就意味着，只要孩子的饮食习惯不是很离谱，就不会缺乏维生素C。当然，如果喜欢，再吃进几百毫克也不会有害。而有的成分缓冲范围比较小。很典型的比如锌，1到3岁的孩子每天3毫克就足够，而7毫克是“安全上限”。这种情况下，盲目地给孩子“补充”锌，超过安全上限、从而危害孩子的可能性可能跟锌不足的可能性一样大。



营养补充剂并不是毫无意义。在特定的情况

下，比如某些地区，食物中的某些营养成分较为欠缺，从正常的饮食中不容易获得足够的量，那么适当补充一些达到“合理摄入量”，一般也不会达到危害健康的量。最典型的例子，是中国大多数地区都缺碘，所以食用碘盐是简单易行的办法。还有常规饮食中不容易获得维生素D，很多人其实是通过太阳光照射来合成。在高纬度地区或者冬天，以及那些室外活动不足的孩子，适当补充维生素D也是有必要的。

但是，这必须把握两个基本原则：一是“确定缺乏才补”，二是“适当补充”，并非越多越好。

家长们应该明白的是：

1. “补”是因为“缺乏了会出现问题”，而不是因为“补充了能有什么健康功效”；

2. 孩子的健康取决于全面均衡的营养，人体不会因为补充了某种或者某几种营养成分而“更健康”；

3. 如果一个孩子有良好的饮食习惯，那么基本上不需要吃“营养补充剂”；如果一个孩子没有良好的饮食习惯，那么吃再多再“高级”的营养补充剂，也未必有什么用。

如果说那些“营养补充剂”本身也还是人体需要的营养成分，在确认孩子缺乏的情况下，适当补充也可以，而很多“儿童保健品”鼓吹的是“帮助长高”“增强记忆力”“增加免疫力”“保护视力”等等，就纯属忽悠了。虽然有很多科学研究在做这些探索，也时不时有一些“初步研究”发表出来挑逗大家。需要提醒的是：这些研究论文的最后，基本上都会提到“这只是XXX的研究，显示它具有XXX的潜在可能。至于在人体中是否有同样的作用，还需要进一步的研究”。而这个“进一步的研究”，基本上就是遥遥无期，然后就没有了然后。

甚至，为了让消费者看到“效果”，出现所谓的“体感”，不乏有在其中添加各种药物的操作。这样的情况，就更加危险了。

严谨地说，我们得说“滥用儿童保健品可能会危害健康”。但多数家长看到这句话，都觉得那些出问题的才是“滥用”或者遭遇了“问题产品”，而自己是“合理使用”并且是“高档产品”。其实正确的逻辑是：不管那些保健品本身是否有问题，孩子们都不需要；既然不需要，那么为什么要去承担“有可能存在的风险”？

所以，理智的选择是：除了那些医学检查之后确认需要的补充剂，对各种“儿童保健品”的理智选择都应该是一——远离！

相对于给孩子吃保健品，去学习一些食品和营养的常识，让孩子的饮食更加均衡健康，才是应该做的事情——这，可能比赚钱给孩子买保健品更难，但对孩子才是真正的好”。



CFIC 法规政策

- 36 国家卫生健康委员会关于印发《餐饮服务营养标识指南》等 3 项指南的通知
- 36 国家市场监督管理总局 国家卫生健康委员会 国家中医药管理局关于发布《保健食品原料目录 营养素补充剂（2020 年版）》《允许保健食品声称的保健功能目录 营养素补充剂（2020 年版）》的公告
- 36 国家市场监督管理总局 国家卫生健康委员会 国家中医药管理局关于发布辅酶 Q10 等五种保健食品原料目录的公告
- 37 国家市场监督管理总局关于印发《食用农产品抽样检验和核查处置规定》的通知
- 37 国家市场监督管理总局关于《食用农产品抽样检验和核查处置规定》解读
- 37 国家市场监督管理总局关于《国家标准管理办法（征求意见稿）》公开征求意见的公告

.....

国家卫生健康委员会关于印发《餐饮食品营养标识指南》等3项指南的通知

为贯彻落实《“健康中国2030”规划纲要》《健康中国行动（2019-2030年）》《国民营养计划（2017-2030年）》，引导餐饮业不断增强营养健康意识，提升营养健康服务水平，国家卫生健康委研究制定了《餐饮食品营养标识指南》、《营养健康食堂建设指南》、《营养健康餐厅建设指南》，

现印发你们，请依职责抓好实施。

信息来源：国家卫生健康委员会

2020年12月14日

<http://www.nhc.gov.cn/sps/s7885u/202012/95a58c9edaa645e1adab956e278c2794.shtml>

国家市场监督管理总局 国家卫生健康委员会 国家中医药管理局关于发布《保健食品原料目录 营养素补充剂（2020年版）》《允许保健食品声称的保健功能目录 营养素补充剂（2020年版）》的公告

根据《中华人民共和国食品安全法》、《保健食品原料目录与保健功能目录管理办法》等规定，国家市场监督管理总局会同国家卫生健康委员会、国家中医药管理局调整发布《保健食品原料目录 营养素补充剂（2020年版）》和《允许保健食品声称的保健功能目录 营养素补充剂（2020

年版）》，自2021年3月1日起施行，以往发布的有关目录与本版本不一致的，以本版本为准。

信息来源：国家市场监督管理总局

2020年12月01日

http://gkml.samr.gov.cn/nsjg/tssps/202012/t20201201_324005.html

国家市场监督管理总局 国家卫生健康委员会 国家中医药管理局关于发布辅酶Q10等五种保健食品原料目录的公告

根据《中华人民共和国食品安全法》《保健食品原料目录与保健功能目录管理办法》等规定，国家市场监督管理总局会同国家卫生健康委员会、国家中医药管理局制定了辅酶Q10等五种保健食品原料目录，现予发布，自2021年3月1日起施行。

信息来源：国家市场监督管理总局

2020年12月01日

http://gkml.samr.gov.cn/nsjg/tssps/202012/t20201201_324007.html

国家市场监督管理总局关于印发《食用农产品抽样检验和核查处置规定》的通知

为进一步规范食用农产品抽样检验和核查处置工作，依据《中华人民共和国食品安全法》等法律、法规和规章，制定行政规范性文件《食用农产品抽样检验和核查处置规定》。现印发给你们，请认真遵照执行。

信息来源：国家市场监督管理总局

2020年12月04日

http://gkml.samr.gov.cn/nsjg/spcjs/202012/t20201204_324104.html

国家市场监督管理总局关于《食用农产品抽样检验和核查处置规定》解读

日前，市场监管总局依据《中华人民共和国食品安全法》等法律、法规和规章，制定和公布《关于印发〈食用农产品抽样检验和核查处置规定〉的通知》（国市监食检〔2020〕184号，以下称《规定》）。现就《规定》内容解读如下。

信息来源：国家市场监督管理总局

2020年12月07日

http://gkml.samr.gov.cn/nsjg/xwxc/202012/t20201207_324145.html

国家市场监督管理总局关于《国家标准管理办法（征求意见稿）》公开征求意见的公告

为规范国家标准管理，根据市场监管总局规章修改工作安排，现将《国家标准管理办法（征求意见稿）》向社会公开征求意见，反馈截止日期为2021年1月18日。

信息来源：国家市场监督管理总局

2020年12月19日

http://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/202012/t20201215_324374.html

国家市场监督管理总局关于加强网上销售消费品召回监管的公告

为加强网上销售消费品的安全与召回监管，切实保障消费者人身财产安全，根据《中华人民共和国消费者权益保护法》《中华人民共和国电子商务法》《消费品召回管理暂行规定》，现就有关事项公告如下。

信息来源：国家市场监督管理总局
2020年12月29日
http://gkml.samr.gov.cn/nsjg/zlfzj/202012/t20201229_324768.html

国家市场监督管理总局关于印发《乳制品质量安全提升行动方案》的通知

为落实《中共中央 国务院关于深化改革加强食品安全工作的意见》《国务院办公厅关于推进奶业振兴保障乳品质量安全的意见》《国务院食品安全委员会关于印发2020年食品安全重点工作安排的通知》等文件要求，进一步督促企业落实主体责任，提升乳制品质量安全水平，推动乳制品产业高质量发展，市场监管总局制定《乳制品

质量安全提升行动方案》，现印发给你们，请结合实际认真贯彻落实。

信息来源：国家市场监督管理总局
2020年12月30日
http://gkml.samr.gov.cn/nsjg/spscsc/202012/t20201230_324821.html



CFIC 行业动态

-
- 40 雀巢健康科学专项基金会成立
 - 40 武威伊利绿色生产及智能制造示范应用项目正式投产
 - 41 飞鹤星飞帆成全球进入月球的第一支婴幼儿配方食品
 - 41 妙可蓝多首届促销品展览圆满落幕
 - 42 第七届中国婴童产业大会 圣元获四项大奖
 - 42 益海嘉里旗下 5 家企业上榜“农业产业化国家重点龙头企业”
 - 43 麦当劳中国携四大供应商 投资 15 亿打造湖北供应链智慧产业园
 - 43 2020 年“百胜杯”食品安全与营养健康知识大学生竞赛总决赛圆满结束
 - 44 好吃不贵！汉堡王首推“真香植物基皇堡”
 - 44 获罗森年度最具品牌影响力奖 凤祥股份加速出圈
 - 45 持续在华投资，百事公司在广东建立首家食品生产基地
 - 45 联合利华旗下植卓肉匠中国上市，引领植物肉健康饮食新风尚
-



雀巢健康科学专项基金会成立

重症患者肠内营养喂养不耐受的原因



12月18日，由中国医师协会、中国病理生理学会、中国医师协会重症医学医师分会、中国病理生理学会危重病医学专业委员会联合主办的中国危

重病医学大会在山西太原隆重召开。会上，海内外知名医学专家学者就重症医学领域的最新临床进展与热点问题、科研方向和管理模式做了精彩的学术报告和行业探讨，同时，吴阶平医学基金会携手雀巢健康科学共同宣布吴阶平医学基金会雀巢特殊医学用途配方食品专项基金（以下简称雀巢基金）正式成立。雀巢基金由北京协和医院杜斌教授发起，并由包括邱海波教授在内的八位重症医学专家担任终审专家委员会。雀巢基金致力于推动危重症营养学科发展及科学研究，并将于2021年度面向国内重症医师开放重症营养领域的课题研究申请。

武威伊利绿色生产及智能制造示范应用项目正式投产



12月13日上午，武威伊利绿色生产及智能制造示范应用项目举行投产仪式。据了解，武威伊利

绿色生产及智能制造示范应用项目总投资近21亿元，一期投资近11亿元已经竣工投产10条生产线，日处理鲜奶600吨，年总产值将超过10亿元；二期项目投资10亿元，预留生产线18条，日处理鲜奶近1300吨。项目全部建成后，可实现日产液态奶1888吨，年总产值可达67亿元，上交税金1亿元以上，提供就业岗位1200人，同时带动12万-14万头奶牛养殖和60万亩饲草种植。

飞鹤星飞帆成为全球进入月球的第一支婴幼儿配方食品

飞鹤奶粉



12月23日，在由国家航天中心举办的嫦娥五号搭载物品交接仪式上，经权威机构公证，探月

与航天工程中心主任刘继忠将搭载物——星飞帆系列产品交到了中国飞鹤董事长冷友斌手中，同时向飞鹤颁发了搭载证书。正式宣告中国飞鹤旗下星飞帆成为全球首个进入月球空间，并实现地月往返的婴幼儿配方食品。

作为此次探月任务的特殊乘客，在登上“长征五号”火箭前，飞鹤星飞帆经过了不亚于宇航员选拔的魔鬼测试，过关斩将，凭借过硬的实力，获得了搭载通行证。

妙可蓝多首届促销品展览圆满落幕



12月15日，妙可蓝多首届促销品展览在上海举行。此次展览本着降本增效的目标，汇聚百余品项，囊括多种热门品类，为后续建立年度促销品库和年度供应商库把关。展览前期，共邀请11家行业内经验

丰富、资质优异的供应商进行提案，并由四个主要需求部门初选出300多个品项用以现场展示。展览当日，来自市场渠道部、市场部、电商部和餐饮部的用户代表对300多个品项进行了盲选，同时质量部对现场展品的质量进行把关。展览现场热闹非凡，部分品项受到在场用户代表的一致称赞。后续，采购部将和需求部门将协同完成促销品的年度招标工作，更多专题或品类的展览也将陆续举行，一起为妙可蓝多的消费者提供更多创新产品和服务。

第七届中国婴童产业大会 圣元获四项大奖



2020年12月13日—14日，由中童传媒主办的“重组增长基因——第七届中国婴童产业大会（CBIS）”在北京昆泰酒店举行。在13日晚举行的中国婴童产业原点奖颁奖典礼上，圣元一举囊

括了“年度最佳行业领袖奖（张亮）”、“年度最佳CEO奖（杨春艳）”、“年度十佳动销案例（优博）”、“年度最佳产品力奖（优博圣特拉慕）”四项大奖。

CBIS 中国婴童产业大会，创始于2014年，是目前中国婴童产业最高规格、最具权威度及影响力的行业会议，也是孕婴童产业的首个高端行业论坛。CBIS 围绕“趋势、专业、交流、合作”的理念，为孕婴童产业探索趋势、洞见未来，是孕婴童产业链上主流企业、创新品牌风云际会的年度盛会！致力于拓展产业边界，提升品牌价值，促进品牌产业链整合，推进孕婴童产业升级和全球化进程。

益海嘉里旗下5家企业上榜“农业产业化国家重点龙头企业”



12月15日，益海嘉里集团旗下5家企业被国家多部门联合认定为农业产业化国家重点龙头企业。它们分别是嘉里粮油（营口）有限公司、益海嘉里（盘锦）粮油工业有限公司、益海嘉里（白城）粮油食品工业有限公司、益海嘉里（南昌）粮油食品工业有限公司和益海嘉里（兴平）食品工业有限公司。

为确保国家重点龙头企业的质量和水平，国家农业农村部等8部门对国家重点龙头企业实行动态管理，每两年对企业进行一次监测评估，对符合申报及评审条件的企业进行“农业产业化国家重点龙头企业”认定授牌。上榜企业都是全国各地多年发展起来的大型农业企业，在促进农业产业化发展、引领乡村产业发展和促进农民就业增收、助力脱贫攻坚中发挥了重要作用。

益海嘉里此次上榜的5家企业坚持高标准、严要求，在经营管理、产品质量、食品安全、环境保护、安全生产、订单农业等方面严格管控，在促进农业产业化、带动农民增收、承担社会责任等方面作出了突出贡献，对行业起到带头示范作用，成功申报为国家重点龙头企业。

麦当劳中国携四大供应商 投资 15 亿打造湖北供应链智慧产业园



2020年12月18日，麦当劳中国携四大供应商泰森、宾堡、新夏晖、紫丹与中国领先的产业新

城运营商华夏幸福签约，计划投资15亿元，在孝感打造麦当劳湖北供应链智慧产业园。通过将食品生产、环保包装、冷链配送等战略设施聚集湖北，麦当劳将进一步完善在中国的供应链布局，为持续开拓中西部市场奠定坚实基础。麦当劳及四大供应商将整合全球领先的设备、技术和工艺，将产业园打造成绿色智慧供应基地，助力产业升级。

2020年“百胜杯”食品安全与营养健康知识大学生竞赛总决赛圆满结束



12月19日，2020年“百胜杯”食品安全与营养健康知识大学生竞赛总决赛于北京举行。“食品安全进校园”是推进食品安全社会共治，鼓励

研究机构、高校、协会、媒体等参与食品安全风险交流的有力举措。“百胜杯”项目推出四年来，赛制逐年升级，参与高校的规模也逐年增加，今年首次举办全国总决赛。此次大赛由百胜中国联合中国市场监管报、支付宝答答星球共同发起，于10月9日正式启动，经历练习赛、城市赛和总决赛三个阶段，覆盖全国10个城市超过40所高校。国家市场监督管理总局食品抽检司及中国市场监管报社有关同志、百胜中国首席公共事务官王立志（Alice Wang）女士，以及各高校代表、媒体代表、必胜客品牌代表等到场支持总决赛的举行。



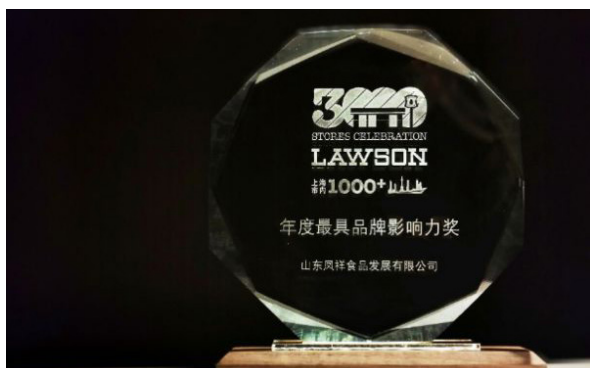
好吃不贵！汉堡王首推“真香植物基皇堡”



12月23日，汉堡王中国宣布携手联合利华旗下“植卓肉匠（The Vegetarian Butcher）”，重磅推出汉堡王中国首款植物肉产品——“真香植物基皇堡”，从即日起至明年4月，消费者可以在北京、上海、杭州、深圳四城门店（特殊门店除外）购买到此款“真香植物基皇堡”，该款产品售价与经典皇堡一致。

植卓肉匠相关负责人介绍，“真香植物基皇堡”源自非转基因大豆，采用欧洲领先生产技术，尽可能地创造出牛肉本身的肉质咬感、弹性和多汁的口感，这块“肉饼”还会经历汉堡王后厨独有的真正火烤，保留皇堡一贯的诱人烤肉香，火烤后“肉饼”嚼劲十足，紧实多汁，再加上咔嚓鲜脆的生菜，多汁番茄、爽脆酸黄瓜和洋葱圈，浇上细腻的蛋黄酱和番茄酱，放入喷香柔软的芝麻面包中，多种不同的口感层层叠加，完美还原了经典牛肉皇堡所带来的体验。

获罗森年度最具品牌影响力奖 凤祥股份加速出圈



近期在资本市场风生水起的凤祥股份在产品

端和渠道端也同样捷报频传。在摘得行业最高荣誉之一的“2020年中国食品七星创新奖”的同时，凤祥股份从全球知名便利店罗森的众多供应商中脱颖而出，同获得罗森“年度最具品牌影响力”大奖。截至目前，仅旗下优形产品就已实现70多个重点城市近3万家优质便利店的终端覆盖，加之其在天猫、京东、每日优鲜、盒马、叮咚买菜、美团买菜、云集等线上头部电商的全覆盖，在新零售渠道建设方面，凤祥股份继续夯实领先地位。

持续在华投资，百事公司在广东建立首家食品生产基地



2020年12月18日，百事食品广东生产基地（简称“百事广东佛山工厂”）开工仪式在广东佛山市南海区丹灶镇举行，该工厂总投资5亿元，预计在2022年9月正式投产，建成后年产能将达到2.5万吨。这是百事公司在华南建立的第一家食品

工厂，也是百事公司根据市场需求的变化在华持续投资的又一个里程碑。

百事广东佛山工厂地处佛山市高新技术产业园，占地80亩，将规划建设一座层高约14米的厂房建筑，建筑面积约为24,000平方米。厂内配备1条切片薯片生产线和2条罐装薯片生产线，同时打造成成品与原材料仓库、生产辅助设施、污水处理厂等配套设施，最终将建成一座位于华南地区重要的、现代化的食品生产基地，预计将为当地创造数千个直接和间接就业岗位。

联合利华旗下植卓肉匠中国上市，引领植物肉健康饮食新风尚



2020年12月23日，全球最大快消品企业之一，联合利华宣布旗下知名植物肉品牌植卓肉匠（The Vegetarian Butcher）已在中国上市，旨在为中国消费者带来新的健康饮食选择，引领植物肉行业新发展。

植卓肉匠品牌于2010年在荷兰创立，始终以

“美味”作为产品研发的核心，专注于开发风味和营养都能与肉相当的植物肉产品，致力成为全球最大的植物“肉匠”。其植物肉产品具有0胆固醇、0反式脂肪*的特点，帮助人们向更健康的饮食过渡。更值得一提的是，相较于肉类，植物肉还能从生产过程中帮助减少对环境的破坏。畜牧业是仅次于化石燃料的第二大温室气体（GHG）排放源，也是造成森林砍伐、水和空气污染以及生物多样性丧失的原因之一。新的研究表明，减少肉类消费，改成植物基饮食可以使我们的个人碳足迹减少多达35%。自植卓肉匠品牌创立以来，其产品的美味、健康以及环保特性都受到了消费者和业界人士的一致好评和认可。



中心平面地图



科信食品与健康信息交流中心 China Food Information Center

办公地址：北京市丰台区榴乡路 88 号石榴中心 2 号楼 301 室（100079）

办公电话：010-56762061、56762062（传真）

乘车线路：1. 乘坐地铁 5 号或 10 号线宋家庄站 G 口出，向西南步行 1500 米即到
2. 乘坐 990 路 /511 路在双庙西站下车，步行 500 米即到



科信官方微信