

凝 聚 智 慧 | 传 播 真 知 | 追 求 卓 越

工  
作

# 资讯

2024 年

1-2 月

内部资料  
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

科信中心召开食品安全信息交流会暨科信中心 2023 年工作总结会议

促进多方协同，共同推进合理膳食行动

“互利合作 共话 rPET 未来”科信中心举办 rPET 塑料认知与发展主题沙龙



# CONTENTS 目录



主 办：科信食品与健康信息交流中心

地 址：北京市丰台区南四环西路 128  
号院诺德中心一期 4 号楼 912-913

邮 编：100071

电 话：010-63728412（兼传真）

网 址：www.kexinzhongxin.com

## 中心要闻

03

科信中心召开食品安全信息交流会暨科信中心 2023 年工作总结会议  
促进多方协同，共同推进合理膳食行动  
“互利合作 共话 rPET 未来” 科信中心举办 rPET 塑料认知与发展主题沙龙

## 科信党建

08

科信中心党支部组织全体党员学习《中国共产党纪律处分条例》  
科信中心党支部学习贯彻《中国共产党巡视工作条例》

## 科普传播

11

“酱油长毛”，应该找谁？  
这种油会促进癌症转移？泡面、炸鸡、膨化食品还能吃吗？  
靠喝咖啡减肥，到底靠不靠谱？  
买“0 防腐剂”食物反而要多多个心眼  
这些高糖菜肴你也经常吃吗？控糖减肥的人要小心了

## 法规政策

22

国务院办公厅关于发展银发经济增进老年人福祉的意见  
公开征求对《限制商品过度包装要求 食品和化妆品》强制性国家标准第 2 号修改单（报批稿）的意见  
国家卫生健康委办公厅关于进一步优化食品企业标准备案管理工作的通知  
国家卫生健康委办公厅关于进一步规范食品安全地方标准备案工作的通知  
国家卫生健康委办公厅关于印发成人高尿酸血症与痛风食养指南（2024 年版）等 4 项食养指南的通知  
食品安全国家标准审评委员会秘书处关于征求《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》等 4 项标准（征求意见稿）意见的函  
2024 年全国食品安全标准与风险监测评估工作会议在京召开  
市场监管总局关于春节期间食品安全专项抽检情况的通告  
市场监管总局关于公开征求《关于对食品生产经营企业内部举报人举报实施奖励的公告（征求意见稿）》意见的通知  
市场监管总局关于公开征求《食品安全违法行为首违不罚、轻微违法行为不予处罚清单（征求意见稿）》意见的公告  
市场监管总局关于公开征求《保健食品原料人参西洋参灵芝备案产品技术要求（征求意见稿）》意见的公告  
市场监管总局关于《食品委托生产监督管理办法（征求意见稿）》公开征求意见的通知

市场监管总局办公厅关于打击食品中非法添加非甾体抗炎药品及其系列衍生物或类似物违法行为的通知  
国家标准化委员会关于印发《2024 年国家标准立项指南》的通知  
市场监管总局关于公开征求《〈中华人民共和国食品安全法〉（修正草案征求意见稿）》意见的通知  
市场监管总局关于印发《食品中可能添加的非食用物质名录管理规定》的通知  
市场监管总局修订出台《农业农村标准化管理办法》引领推进乡村振兴  
《农业农村标准化管理办法》政策解读  
市场监管总局关于公开征求《关于强化集中用餐单位食堂承包经营食品安全管理工作的通知（征求意见稿）》意见的公告  
市场监管总局办公厅关于印发《2024 年全国计量工作要点》的通知  
全国产品质量安全监管工作座谈会在京召开  
市场监管总局关于发布《企业食品安全管理人员监督抽查考核指南》《企业食品安全管理人员监督抽查考核大纲》的公告  
关于特殊食品有哪些具体要求 食品安全管理人员考核《指南》《大纲》发布  
关于开展“GB 7718《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》消费者食品标签阅读行为与习惯问卷调查”的通知  
公开征求氧化铁铬等 4 种食品相关产品新品种意见  
中国工程院战略研究与咨询项目“食品、物流、旅游和病毒（微生物）扩散和传播”课题启动会在京召开  
食品评估中心欢迎食品行业加入预包装食品数字标签试点工作

## 行业动态

27

太太乐紧跟全球化可持续发展 双奖加持再证企业实力  
伊利荣膺“IDF 乳品创新奖”  
光明冷饮荣获 2023 年度上海市级智能工厂称号  
美赞臣中国荣获 2023 中国年度最佳雇主等六项雇主品牌大奖  
达能连续获得七年“中国杰出雇主”认证  
飞鹤连续五年奶粉“第一”  
蒙牛全面打造“三位一体”援藏公益新模式  
“美团乡村儿童操场”公益项目获得中国餐饮企业助力  
加多宝集团荣膺 2023 产业助农突出贡献单位  
麦当劳北京首钢园餐厅成为全球首家获得 LEED “零碳”+“零能耗”认证餐厅  
百胜中国荣膺“中国杰出雇主 2024”称号  
无限极荣获“中国杰出雇主 2024”



## CFIC 中心要闻

- 
- 04 科信中心召开食品安全信息交流会暨科信中心 2023 年工作总结会议
  - 09 促进多方协同，共同推进合理膳食行动
  - 13 “互利合作 共话 rPET 未来” 科信中心举办 rPET 塑料认知与发展主题沙龙
-

# 科信中心召开食品安全信息交流会暨科信中心 2023 年工作总结会议



为深入贯彻落实习近平总书记关于食品安全的重要指示批示精神和党的二十大及二十届三中全会精神，持续推进健康中国建设和“国民营养计划 合理膳食行动”的组织、实施，更好的促进我国食品安全与健康公众科普工作开展，2024年1月18日下午，科信食品与健康信息交流中心（简称“科信中心”）在京召开“食品安全信息交流会暨科信中心2023年工作总结会议”。国家市场监督管理总局食品安全抽检监测司陈少洲副司长、国家食品安全风险评估中心李宁主任、国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司齐小宁处长、国家市场监督管理总局特殊食品安全监督管理司李亚琦三级调研员、国家市场监督管理总局食品审评中心龙继红主任应邀出席本次会议并做主题发言。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、中国食品发酵工业研究院等技术机构的专家及行业代表参加了此次会议。会议由科信中心钟凯主任主持。



陈君石院士（线上）致辞

会议首先由中国工程院陈君石院士通过线上视频方式进行了开场致辞。他指出，在2023年，科信中心承担了多项政府部门的任务，及时响应热点事件，为政府部门提供技术支持，助力科普宣教；通过组织交流会议、沙龙等活动为政府、专家、行业提供了一个有效的信息交流平台；希望科信中心在新的一年里，紧跟食品行业的新技术发展，有前瞻性地做好科普传播工作。



国家市场监督管理总局抽检司陈少洲副司长讲话

国家市场监督管理总局抽检司陈少洲副司长以《食品安全抽检工作回顾与展望》为题介绍了2023年的工作情况和2024年工作重点。他指出，2023年抽检司加强抽检力度，提高监管效能，在全国范围内开展涵盖多个品类的大规模食品监督抽检工作，有效排查防控食品安全风险隐患。在2024年，抽检司将坚持“问题导向、民生导向、需求导向、明确四级分工”四大原则开展监督抽检工作，全力守护人民群众“舌尖上的安全”。他还感谢科信中心在市场监管总局常态化风险交流方面做了大量富有成效的工作。



国家卫生健康委食品司齐小宁处长做主题发言

国家卫生健康委员会食品安全标准与监测评估司标准处齐小宁处长介绍了2023年食品安全国家标准工作进展。她表示，在2023年我国食品安全标准管理制度不断健全，特别是规范了企业标准和地方标准的备案管理工作，食品安全标准体系持续完善，覆盖了从农田到餐桌各环节，兼顾各类人群营养健康需求。在2024年，将持续拓展标准体系的深度，顺应新发展新需求，以标准提升监管效能，推进食品安全标准执行。



市场监督管理总局特食司李亚琦三级调研员做主题发言

国家市场监督管理总局特殊食品安全监督管理司保健食品注册处李亚琦三级调研员，从保健食品原料目录、保健功能声称、新功能及产品技术审评等方面对2023年保健食品注册备案最新政策进行了解读。他表示，2023年对保健食品行业具有深远的意义，我国对保健食品功能声称评价管理模式进行了改革，鼓励企业加强创新，满足消费者日益增长的健康需求，更好地适应市场的发展趋势。





### 国家食品安全风险评估中心李宁主任做主题发言

国家食品安全风险评估中心李宁主任详细讲解了自2022年开展的中国居民膳食钠，加工食品中总脂肪、饱和脂肪酸和不饱和脂肪酸的摄入量 and 游离糖的风险评估结果。根据调查结果显示，我国3岁以上城市居民平均功能比远低于WHO推荐的糖功能比，而每日盐摄入量远超WHO推荐摄入量，建议多部门、多社会机构和行业等应基于科学，持续加强消费者教育，推动减少膳食中糖和盐摄入。



### 市场监督管理总局食品审评中心龙继红主任做主题发言

国家市场监督管理总局食品审评中心婴配审评部龙继红主任从新国标注册情况、新国标审评要求和下一步工作计划三方面介绍了婴幼儿配方乳粉产品配方注册的审评要求。她讲到，新国标产品配方大部分已完成了注册，在后续工作中将加快审评，做好新国标产品配方注册审评工作，同时她还强调了企业需要注意标签的科学性，确保标示营养素含量值符合产品实际情况，审评中心还将进一步修订婴配相关配套技术文件，如HMOs的检测方法，以及开展婴幼儿配方液态奶审评研究。



科信中心钟凯主任发言

科信中心钟凯主任做了科信中心 2023 年的工作总结并介绍了 2024 年的工作计划。科信中心承担了国家市场监督管理总局、国家卫生健康委员会、海关总署等的多项任务，为政府决策提供重要的科学依据，得到各监管部门高度信任和充分肯定。此外，科信中心发挥国内食品行业权威的对话交流平台作用，通过不同主题传播项目有效地推动了监管者、专业界和行业达成共识。钟凯主任表示在 2024 年，科信中心在既往工作延续的基础上，将重点突出“合理膳食”主线，强化多元、立体传播，实现更大的社会效益。



科信中心包大跃理事长发言

会议最后由科信中心包大跃理事长进行总结发言。包理事长首先表达了对各位领导、专家、行业 and 媒体的感谢。他表示希望在新一年中，科信中心将开展更多地线下活动，继续发挥政府、专家、和行业之间的纽带作用，打造一流的食物安全和健康信息交流平台，做好食品与健康的科普宣传、专业培训和咨询服务等工作。

## 促进多方协同，共同推进合理膳食行动



活动现场

为积极响应合理的膳食结构科普宣传工作，充分发挥科信中心的桥梁纽带作用，促进多方协同、共同推进合理膳食行动，科信中心于2024年1月13日在京召开“合理膳食 科学三减”主题沙龙。



出席活动领导与嘉宾

国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司副司长田建新、国家食品安全风险评估中心副主任刘兆平、中国疾病预防控制中心慢病和老龄健康管理处处长赖建强、中国疾病预防控制中心营养与健康所所长丁钢强、国家食品安全风险评估中心应用营养二室主任李建文、应用营养一室副主任方海琴、中国健康促进与教育协会常务副会长孔灵芝、中华预防医学会健康传播分会秘书处负责人崔伟以及有关行业代表参与了本次沙龙活动。



国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司副司长 田建新

国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司田建新副司长在致辞中高度评价了科信中心在合理膳食行动中的工作成果，下一步将按照营养指导消费，消费引导生产的原则，从食物的消费和供应保障两方面同向发力，促进饮食结构更加合理、健康。希望包括科信中心在内的各界共同以“减油增豆”为核心，做好合理的膳食结构的系列宣传。



国家食品安全风险评估中心应用营养二室副研究员 毛伟峰

随后，国家食品安全风险评估中心应用营养二室副研究员毛伟峰介绍了中国居民脂肪（酸）摄入量评估情况。据介绍，一般人群全膳食总脂肪供能比平均值和中位数均已超过 30%，其中烹调油超过最高推荐量的比例接近 50%。



科信中心科技传播部主任 阮光锋

科信中心科技传播部主任阮光锋全面地回顾了2023年度“三减”相关工作成果，并介绍了2024年的工作计划。2023年，科信中心围绕“三减”开展行业调研活动1次、媒体沙龙2次、专项消费者调查3次、专家沙龙4次，发表学术论文1篇、减油提示1篇、“科学认识糖和甜味剂”解读2轮、相关专家解读4轮，参与发起微博活动2次，拍摄制作科普短视频22期。2024年，科信中心将百尺竿头更进一步，更好地为有关部门、行业、消费者做好服务。同时，科技传播部褚怡冰介绍了《中国消费者糖认知状况及控糖行为调查报告》及《中国居民脂肪认知及态度调查报告》主要结果，目前我国消费者已经初步具备“三减”意识，但对减油、减糖仍不得其法，尤其是家庭烹饪。建议开展多元化的消费者教育以促进合理膳食。



国家食品安全风险评估中心副主任 刘兆平

在随后的开放交流环节中，国家食品安全风险评估中心副主任刘兆平表示，合理膳食结构的普及应当进一步精准把握人群，梳理核心信息，通过简洁、直观、易懂的宣传主题帮助消费者准确理解合理膳食的关键内容，科信中心的消费者调查为此提供了有力依据。



中国疾病预防控制中心慢病管理处处长 赖建强

中国疾病预防控制中心慢病管理处处长赖建强表示，三减和三健的宣传应当在原有基础上继续深化、完善，强化“每个人都是自己健康的第一责任人”理念，将合理膳食以及全民健康生活方式有效落实到个人。



中国工程院院士 陈君石

中国工程院院士陈君石充分肯定了科信中心的工作成绩。他指出，科信中心2023年工作成果扎实、专业、科学，未来相关的科普宣传应当在现有工作基础上更加精准，拓展健康消费理念，与企业创新有机结合，增加全谷物等与合理膳食相关的热点内容。探索开展多维度、新形式的工作，不止传播科学知识，更要传播正能量。

# “互利合作 共话 rPET 未来” 科信中心举办 rPET 塑料认知与发展主题沙龙



活动现场

为更好地开展食品接触用再生 PET 塑料（rPET）的公众教育及应用推广工作，科信中心于 2024 年 1 月 31 日，在京召开 rPET 塑料认知与发展主题沙龙。



出席活动领导与嘉宾

国家市场监督管理总局产品质量安全监督管理局司长段永升，国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司副司长宫国强，国家发展改革委员会环资司二级巡视员杨尚宝，国家市场监督管理总局产品质量安全监督管理局食品相关产品处处长张亮，国家卫生健康委食品司标准处处长齐小宁，国家卫生健康委食品安全标准与监测评估司食品安全风险监测与评估处三级调研员蔡楠，国家食品安全风险评估中心副主任樊永祥，国家食品安全风险评估中心标准中心主任朱蕾，国家食品安全风险评估中心评估三室副主任隋海霞，国家食品接触材料重点实验室（广东）主任钟怀宁，中国标准化研究院农业食品标准化研究所副所长李强，北京市产品质量监督检验研究院院长王朝晖，生态环境部固体废物与化学品管理技术中心研究员刘纯新以及有关行业代表参与了本次沙龙活动。



国家食品安全风险评估中心标准中心主任 朱蕾

国家食品安全风险评估中心标准中心主任朱蕾介绍了我国原级再生塑料用于食品接触材料的研究进展，基于前期对国外的管理情况研究及安全评估工作，她建议可将 rPET 纳入食品相关产品进行管理，并采取“一事一议”的许可模式，并强化过程管理来施行监管。



国家食品接触材料重点实验室（广东）研究员 钟怀宁

国家食品接触材料重点实验室（广东）研究员钟怀宁介绍了原级再生塑料用于食品接触材料对环境的影响，研究显示，rPET 粒子产生的酸化、气候变化、生态毒性、化石资源利用等环境影响均比原生 PET 更低，具有明显的环境效益，且 rPET 多次循环使用比一次使用具有更明显的环保优势。





北京市产品质量监督检验院院长 王朝晖

北京市产品质量监督检验院院长王朝晖对各国 rPET 塑料用于食品接触材料的法规路径情况进行了介绍，她指出，目前美国、欧盟、日本、加拿大、印度、韩国、泰国、澳大利亚和新西兰等世界主要国家和地区均允许 rPET 产品用于食品包装，且均有相应的使用目标要求。她建议，我国在推动 rPET 应用时，可考虑将其纳入食品相关产品新品种管理，并采用“一事一议”的个案评估原则进行许可审批。同时建立食品接触用 rPET 安全性评估方法和评价指南，规范 rPET 生产过程、标签标识管理等相关要求。



科信食品与健康信息交流中心主任 钟凯

随后，科信食品与健康信息交流中心主任钟凯介绍了我国消费者 rPET 认知洞察，从目前的调查结果看，rPET 用于饮料瓶在我国有较好的群众基础，建议进一步夯实安全性和必要性两个支撑，同时做好相关舆情监测，适时开展负面信息测试及干预策略验证研究。



中国工程院院士 陈君石

中国工程院院士陈君石在总结中指出，rPET 用于饮料瓶等食品包装是大势所趋。从目前的研究来看，安全性不存在问题，下一步要聚焦其风险监管方面。他建议，接下来可从“一事一议”、制定指南性文件等做起，考虑将其纳入食品安全生产规范体系，并结合市场监管总局日常监管的文件和办法等多个维度共同做好 rPET 应用推广的支撑。同时，持续做好消费者沟通和科普宣传工作。



## CFIC 科信党建

- 
- 18 科信中心党支部组织全体党员学习《中国共产党纪律处分条例》
  - 20 科信中心党支部学习贯彻《中国共产党巡视工作条例》
-

## 科信中心党支部组织全体党员学习《中国共产党纪律处分条例》



2024年1月1日，新修订后的《中国共产党纪律处分条例》（以下简称《条例》）正式实施，为了学习贯彻新修订的《条例》，结合部管社会组织综合党委发放相关学习材料，1月16日，科信中心党支部组织全体党员集中学习新修订的《条例》。党支部书记包大跃主持会议。

会议首先由包书记带领大家《条例》进行了逐条学习。随后他在发言时强调：习近平总书记指出，要全面加强党的纪律建设，党规制定、党纪教育、执纪监督全过程都要贯彻严的要求。党的十八大以来，党中央三次修订《条例》，始终坚持严的基调，不断完善纪律规矩，释放了从严治党越来越严、越往后执纪越严的强烈信号，此次修订与上版相比，新增16条，修改76条，共计158条，充分彰显了我们党推进自我革命的坚定决心和坚强意志。

接着包书记又对2024年春节期间做好正风肃纪工作提出相关要求：一是要严格落实中央八项规定精神，防范节日期间违规吃喝、违规收送礼品礼金等问题；二是严防高档烟酒茶、豪华年

夜饭、节礼过度包装等享乐奢靡情况；三是倡导勤俭文明过节，防止四风问题反弹。

大家发言时也纷纷表示，要深刻认识到从严治党的有关要求，认真学习《条例》，做到学纪、知纪、明纪、守纪，坚持把纪律挺在前面；要进一步严明政治纪律和政治规矩，以严明政治纪律带动各项纪律全面从严；既要严守纪律、严格监管，又要积极作为、勇于担当，切实增强贯彻《条例》的政治自觉思想自觉行动自觉，严格执行和维护党的纪律，推动全面从严治党向纵深发展，为推进中心高质量发展提供坚实纪律保障。

## 科信中心党支部学习贯彻《中国共产党巡视工作条例》



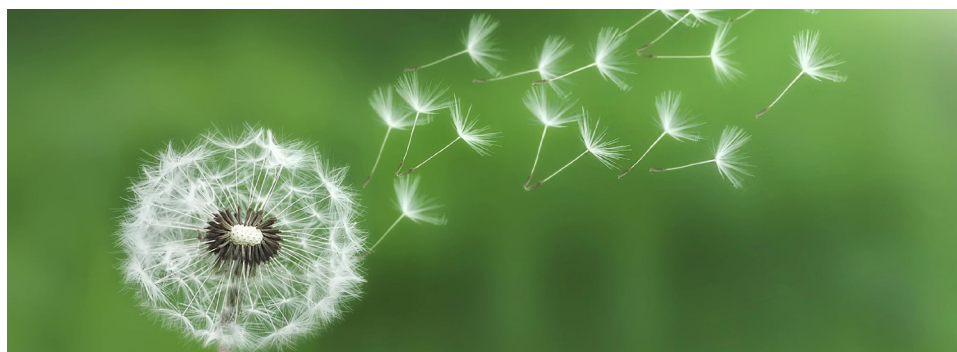
2024年2月4日上午，民政部部管社会组织巡察组向科信中心通报了中心党建工作巡察情况的反馈意见。为巩固和深化巡察反馈问题整改成果，全面提升科信中心党建工作水平，4日下午，科信中心党支部组织全员集中学习贯彻《中国共产党巡视工作条例》（以下简称《条例》），并根据《条例》要求研究制定了巡察整改工作方案，方案采取坚持问题导向，细化任务分解，明确时间节点，实行责任到人等具体措施，加大整改力度和强度，确保整改工作落到实处。科信中心理事长兼党支部书记包大跃主持会议。

首先，包大跃书记领学了《条例》主要内容。他指出，《条例》充分体现了习近平总书记系列重要讲话精神，在继承我们党巡视工作历史经验的基础上，又充分总结了党的十八大以来创新实践，根据巡视工作实际，对巡视工作制度进行了创新，拓宽了适用范围，明确了责任主体、强化了问责条款，更具针对性和操作性，使巡视工作更加规范化、制度化。

随后，全体与会人员进行了热烈的讨论、交流。通过讨论、交流，全体党员干部进一步深刻认识了《条例》的重要意义，准确把握了《条例》的要求，牢固树立了党章、党规、党纪意识，切实把思想和行动统一到部党组决策部署和部管社会组织巡察工作领导小组要求上来。

最后，包大跃书记强调，我党先后3次修订《条例》，不断推动巡视工作深化发展，完善党的自我革命制度规范体系。科信中心党支部要坚持政治巡视定位，把“两个维护”作为根本任务，推进政治监督具体化、精准化、常态化。

科信中心全员尤其是党员干部，要认真学习领会《条例》的精神实质和主要内容，努力把学习贯彻《条例》的过程，转化为唤醒党章党规意识、自觉接受党内监督的过程，严格遵守党规党纪，模范遵守国家法律法规，切实做到内化于心、外化于行。按照《民政部部管社会组织巡察整改和成果运用工作暂行办法》的有关要求，以此次巡察情况的反馈意见整改工作为契机，努力营造风清气正、遵规守纪、清廉务实、干事创业的良好工作和生活环境。同时，要与科信中心工作实际紧密结合起来，开动脑筋、勇于创新，积极履行工作职能，全力做好各项工作的整改，继续充分发挥第三方食品信息交流平台优势，为全面推进“健康中国”建设做出更大的贡献。



## CFIC 科普传播

- 
- 23 “酱油长毛”，应该找谁？
  - 25 这种油会促进癌症转移？泡面、炸鸡、膨化食品还能吃吗？
  - 28 靠喝咖啡减肥，到底靠不靠谱？
  - 31 买“0 防腐剂”食物反而要多多个心眼
  - 33 这些高糖菜肴你也经常吃吗？控糖减肥的人要小心了
-



## “酱油长毛”，应该找谁？

原创：钟凯

酱油是中国家庭除了盐以外最常见的调料，生抽和老抽常常是餐桌上提鲜、提色的点睛之笔。但是也有不少人遇到过“酱油长霉”的烦心事，尤其是在潮湿闷热的南方夏秋季。近年来，“0添加”酱油如雨后春笋，酱油长毛发霉的事儿就更多了。如果你家的酱油长毛发霉了，到底是产品的质量问题，还是自己不小心？



“打酱油”是常见的俏皮话，但多数年轻人并未见过真实的“打酱油”。几十年前的酱油大多是作坊式的“传统、手工、土法、0添加”酱油，放在大桶里售卖，家家户户自己准备瓶子去“打酱油”。那时候家里的酱油长霉才是常态。

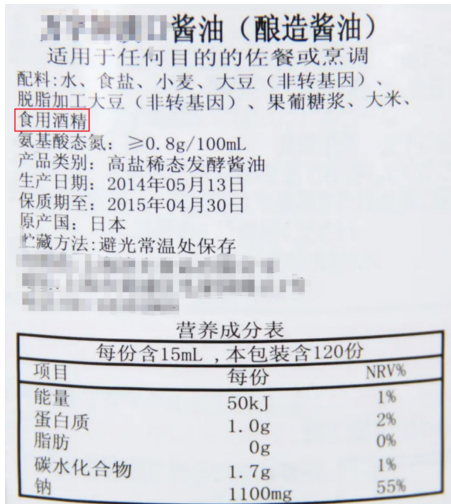
随着几十年来规模化、规范化发展，今天的酱油生产和销售已不再是小作坊的状态。通过良好的生产工艺控制，包括热杀菌，酱油中的杂菌污染大大减少，产品品质得到明显提升，长毛发霉的情况比过去少得多了。



除了工艺的革新，合理添加防腐剂，比如苯甲酸、山梨酸，可以大大限制微生物在酱油里的生长繁殖，实现防霉的效果。这两种防腐剂都天然存在于植物中，合规使用安全可靠且性价比高，普通酱油都会添加。也可以添加酒精防霉，这在日本的酱油中十分常见。

如果不添加防腐剂，就需要更严格的工艺控制措施，避免酱油开封前受到微生物污染。此外还可以调整原料配比和发酵工艺，一定程度上提升酱油自身的防霉能力。

正常情况下，一瓶合格的酱油几乎不可能在开封前变质，除非包装破损。但买回家一旦开封使用，空气中飘浮的微生物就可能钻进去。酱油本身就是微生物发酵的产物，对外来微生物也有一定的“免疫力”，加上酱油盐分比较多，也可以抑制微生物的生长繁殖。但总有一些生命力顽强的微生物能在酱油里活下来，并在表面形成白点、白膜等。



遇到这种情况大家习惯说“酱油长毛发霉”，但实际上这些白点或白膜是“产膜酵母”的杰作，古人还专门给酱油、醋上的白膜起了名字叫“醭”。如果你自己在家做过泡菜，很可能也遇到过泡菜水表面产生白膜，这也是产膜酵母。产膜酵母并不产生毒素，少量生长也不会对酱油的风味产生明显影响。我遇到这种情况的时候，也就是把表面的倒掉，剩下的接着用呗谁怕谁。

在“0添加”和“减盐”的潮流下，家中酱油（蚝油也类似）长霉的可能性在加大。那么你在家应该怎么做呢？

首先，你可以购买小包装的酱油，这样可以大大缩短酱油开封后的使用周期。如果你选择“0添加”酱油，最好不要买大桶装的，因为开封后需要多次分装使用，更容易污染。

第二，酱油标签上的保存条件一般会标注“避光避热”等要求。所以你至少要做到酱油远离热源，比如放在离灶台一臂左右的距离，伸手就能够着又不会被锅边的火烤着。大桶酱油要储存在阴凉干燥避光处。

第三，酱油使用后及时把盖子盖严。如果是普通酱油，常温放着就行，里面的防腐剂会保护它。但“0添加”酱油一般会标注“开封后应冷藏”，因此最好是放在冰箱冷藏，尤其是室温高的夏秋季。用时拿出来，做完饭放回去。这确实会麻烦一些，但“0添加”的产品就娇气一点嘛。

总之，如果你将“0添加”作为选购酱油的重要考量，那就要充分考虑自己的使用和储存习惯，作出理性的选择。如果嫌麻烦，又不能像我那样对长霉的酱油泰然处之，那还是建议你选择最普通的酱油。

# 这种油会促进癌症转移？泡面、炸鸡、膨化食品还能吃吗？

原创：阮光锋

棕榈油在加工食品中用得很广泛，棕榈油是否健康也就备受人们关注。

一直有说法称：“棕榈油饱和脂肪多，对健康不利”，还有报道称，“研究发现棕榈油会促进癌症转移”。

棕榈油到底是什么油？真的有这么大危害吗？还能吃棕榈油吗？今天来详细说说。

## 1. 棕榈油是什么？

棕榈油是一种植物油，它是从油棕树的棕榈果中榨取出来的油，在非洲和东南亚地区有很悠久的历史。它和大豆油、菜籽油位列全世界使用量最大的三种植物油之一，且早就占据第一的位置，大家熟悉的花生油、玉米油、葵花籽油、芝麻油等，消费量都要远远低于它。



棕榈油在食品加工、日化、化妆品等领域都有使用。很多人可能会说，“那我怎么好像很少见到棕榈油呢？家里也几乎没用过。”

其实，这是因为你没注意看产品配料表。

实际上，棕榈在我们身边无处不在。我们身边很多产品都是含有棕榈油或者棕榈油的成分，比如，我们平时会吃到的巧克力、冰淇淋、方便面，还有我们日常会涂抹的洗护用品，比如洗发水、润肤露、防晒霜、口红等，都含有棕榈油或者棕榈油的成分。

## 2. 棕榈油有什么优点？

棕榈油在食品加工中的应用也很广泛，这是因为它有着得天独厚的优点——饱和脂肪含量比较高。我们生活中常见的植物油都是饱和脂肪含量低，所以熔点低，在常温下是液体。

但棕榈油比较奇特，它的饱和脂肪含量高达50%左右，跟猪油比都毫不逊色，其次它的单不饱和脂肪酸也接近40%，但多不饱和脂肪含量比较低，这使得它的熔点能高到35°C，在常温下是固态或者半固态，稳定性很好，不容易氧化变质，口感也比较好。

### (1) 口感好

从分子结构看，饱和脂肪的分子结构处于一个长的直线的状态。从食品加工角度，它跟淀粉、各种纤维素接触时，脂肪酸可以进入淀粉的螺旋结构的内部，最终形成一个稳定的螺旋结构的复合物，

使得黏度以及韧性都会更好，所以棕榈油在室温下可以呈固态藏在食物当中，不像加了很多植物油那样在室温下会渗出来，它既给你带来细腻的口感，又不让你感觉太油腻。

#### (2) 热稳定性好

由于饱和脂肪比例比较高，在高温下棕榈油更不容易发生剧烈的氧化反应，更适合煎炸等高温烹调，在油炸类食品中应用最广泛。



这样的特性也使得它在食品加工中可以很好地替代氢化植物油。传统的氢化植物油中含有大量反式脂肪，大家都知道反式脂肪不好，棕榈油就因为不含反式脂肪而使用性能接近氢化油受到了欢迎。

#### 3. 棕榈油会促进癌症转移？

但是，一谈到棕榈油，很多人认为它是廉价的工业原料，是不健康的代名词，甚至有报道称棕榈油会促进癌症转移。实际上，这种说法夸大了棕榈油的危害。

“棕榈油会促进癌症转移”的说法，来自西班牙科学家的一项研究。

在这项研究中，科学家们首先在培养人类口腔癌或皮肤癌的癌细胞时，短暂地给癌细胞添加了脂肪酸，然后将这些癌细胞移植到喂食标准饮食小鼠的相应组织中，结果发现，几种脂肪酸对原发肿瘤没有产生影响，但棕榈酸显著增加了癌细胞转移到肺部的能力。

另一组实验则直接给肿瘤小鼠喂食了富含棕榈油的饮食，尽管只吃了短短十天，移植到小鼠体内的癌细胞就出现了更强的转移能力。

但这个研究只是一项动物研究，跟人体临床研究完全不一样，实验结果其实还非常初级，跟我们平时实际饮食情况也有很大差异，大家完全不用过分担心。



#### 4. 棕榈油有什么问题？

棕榈油真正的问题其实是它所含的饱和脂肪酸。这似乎是一把双刃剑，从食品加工角度，它有很多优点，但从营养角度，它却不利于心血管健康。

棕榈油中饱和脂肪酸的含量基本在 50% 以上，商业使用的（经过提纯的）棕榈油饱和脂肪比例可以高达 80% 以上。目前科学界的主流意见认为，摄入过多的饱和脂肪会增加心血管疾病的风险。

也正因如此，全世界各国的膳食指南、健康建议都提示我们要限制饱和脂肪的摄入。比如，世界卫生组织、美国最新膳食指南和我国膳食指南都建议饱和脂肪酸的摄入量应低于膳食总能量的10%。

#### 5. 棕榈油还能继续吃吗？

作为一种油脂，棕榈油也有它的营养优势。它可以给我们脂肪酸和人体活动的能量，除此之外还含有较多的生育三烯酚，这是维生素E的一种；它往往还含有比较多的胡萝卜素，在体内能够转化为维生素A。



我们在考虑到底吃不吃棕榈油的时候，都不能脱离“量”。实际上，不单单是棕榈油，任何油脂摄入过多都不利健康，哪怕是橄榄油。

《中国居民膳食指南》建议我们食用油摄入量每日25~30g；成人脂肪提供能量应占总能量的30%以下，也就是说一个成年人每天摄入脂肪的总量要控制在50~70克。其中饱和脂肪不超过总脂肪摄入量的10%，大约是5~7克。在这个推荐量下，适当吃棕榈油是不用担心对健康产生危害的。

但是大家需要明白，棕榈油确实不算一种健康的油脂，而且使用了较多棕榈油的食物，不论是薯片、饼干、辣条等常常也是高盐、高糖、高脂肪，应该注意不要吃太多。

总的来说，棕榈油本身无害，含有棕榈油的食物也不是“洪水猛兽”，关键还是要注意合理膳食，养成健康的饮食习惯，尽量做到膳食平衡。

# 靠喝咖啡减肥，到底靠不靠谱？

原创：马冠生

网上流传一种“喝咖啡燃烧脂肪”的减肥方法。据说，这种方法不需要额外的努力去控制食欲，也不需要花费大量时间和精力去运动健身。

那么，这种方法真的有用吗？咖啡减肥真的有科学依据吗？不少吃、不多动真的可以单单凭借喝咖啡起到减肥效果吗？真的吗？

表1 咖啡中各营养素含量估值

所含营养素	含量（每100克）	单位
能量	1	千卡
碳水化合物	0.04	克
脂肪	0.02	克
蛋白质	0.12	克
纤维素	0	克



## Part1：为什么说咖啡能减脂？

“喝咖啡燃烧脂肪”的说法之所以流传，据说有几个原因。

### 1. 咖啡含能量低

咖啡减脂科学吗？咖啡的碳水化合物和脂肪的含量极低，见表1。喝咖啡，在不加糖和奶的情况下，其能量可以忽略不计。

但是，有多少人能做到喝咖啡不加糖和奶？！

### 2. 喝咖啡有助于提高运动表现

咖啡中含有多种生物活性物质，其中咖啡因是一种中枢神经系统刺激物，能够提高代谢率3%~11%。

可可碱和茶碱是中枢神经兴奋剂，能够使机体处于兴奋状态，保持精力。咖啡中所含的绿原酸有利于帮助减缓碳水化合物的吸收。

研究指出，在运动前40~60分钟时喝咖啡，能够减少疲乏感，提高耐力与爆发力，提升运动表现。研究证明，饮用咖啡有利于提高运动表现，从而对减重起到一定的积极效果。

但是根据目前已有的证据，还不能得出仅靠喝咖啡，而不进行运动与饮食控制，就可以减重减脂的结论。

所以不难看出，纯咖啡虽然是健康的饮品，但是减肥只靠喝咖啡，可能性不大。

## Part2：咖啡应该怎么选？

既然咖啡是健康饮品，怎么喝呢？

咖啡除了可以促进代谢，还有大量研究指出，喝咖啡可以降低癌症的发病风险。



表2 常见饮品/食物咖啡因含量估值

饮品/食物名称 (每100g)	咖啡因含量 (mg)
现磨浓缩咖啡液	115
卡布奇诺	21
拿铁	21
红茶	20
绿茶	10
可乐	10
黑巧克力	38
牛奶	15

为了了解不同咖啡制品、类型、杯数与持续时间与乳腺癌发生风险的关系，研究者在 2169 例 24 ~ 84 岁的女性中进行了一项研究。

结果表明，喝现煮咖啡的女性，乳腺癌发病风险则比正常人低 52%。这可能与咖啡中所含的咖啡因与多酚有关。

而喝速溶咖啡的女性比不喝的人，乳腺癌发生风险会增加 50%，当喝的速溶咖啡是二合一或三合一产品时，风险会比不喝者增加 152%。

因为速溶咖啡中含有大量添加剂，如：氢化脂肪酸、反式脂肪酸等，因此反而增加了发病风险。

因此，在选择咖啡时，应尽量去选择现煮咖啡；如果条件限制，只有速溶咖啡时，更应该选择不加糖精、奶精与奶油的。

此外，学会看食物标签也是非常重要的，不要盲目跟风，要购买有食品安全保证的产品。

### Part3：咖啡应该怎么喝？

对于健康成年人来说，每天咖啡因摄入量应该不超过 400 毫克。过多的咖啡因摄入会造成体内的钙流失。咖啡因不仅存在于咖啡中，而且在于茶、可可、巧克力等食物中含量也不少，见表 2。

研究发现，在运动前 1 小时，以每公斤体重 5 毫克的剂量摄入咖啡因可以提高耐力运动的表现达到 5%。

研究也发现，每公斤体重 3 毫克的摄入量也可以达到相似的效果，在团队运动、高强度的运动以及阻抗训练中都可以获得相似的效果。

如果当日有运动计划，可以选择在体育活动前 40 ~ 60 分钟左右喝咖啡，对改善运动表现，消耗能量从而减轻体重的效果最好。

此外，有人会对咖啡因产生耐受。因此如果想充分发挥咖啡提高代谢，改善运动表现，辅助减肥瘦身的的作用。可以在长时间连续喝咖啡的间歇停止喝咖啡。避免机体对咖啡产生耐受作用，不利于其作用的发挥。



#### Part4：这4类人不适合喝咖啡

需要注意的是，虽然适量喝咖啡对健康有益，但是对象是健康的成年人。这4类人应当避免喝咖啡。

##### 1. 感冒人群

感冒时所使用的药物和咖啡中的成分共同作用，可能会导致血压急性升高，因此感冒期间应当少喝或不喝咖啡，多喝白水。

##### 2. 儿童

因为儿童的肝肾功能还未完全成熟，因此咖啡因代谢的半衰期会增强。而咖啡会抑制人体对钙的有效吸收，不利于儿童的生长发育。因此对儿童的咖啡摄入应该有严格的限制，尤其是12岁以下的儿童。

##### 3. 孕妇

孕妇也不应该过量饮用咖啡，如果饮用，建议选择

低咖啡因的产品。

##### 4. 患有其他疾病的人

消化系统疾病、心血管疾病与痛风患者也应当避免饮用咖啡。



# 买“0防腐剂”食物反而要多个心眼

原创：云无心

在微博上看到这个话题，乍一看有点“标题党”，仔细一想说得很有道理。

食物的腐坏是自然现象，避免腐坏是“逆天而行”，是必须付出代价的。

防腐剂是“避免腐坏”的一种有效手段。人类已经找到了很多“在用量不会损害人体健康、但又足以有效防腐”的物质，就是“国标批准使用的防腐剂”。

但是，防腐剂毕竟不是“人体需要的物质”，“既然能杀死细菌，那么对人体总是难免也有损害，我为什么要吃”，这样的想法也是人之常情。而且，防腐剂的使用总是要强调“按照国标合法使用”，但难免有不良商家“滥用”，也就更让人担忧了。

所以，人们不愿意接受防腐剂，喜欢“0防腐剂”，也完全可以理解。

但是，“0防腐剂”意味着两类结果：

一类是没有采取其他有效的防腐手段，导致食物腐坏变质。有的时候腐坏变质产生了毒素，但外表看不出来，吃了这样的食物可能中毒，严重的致死。比如熟肉制品，如果没有防腐剂，有可能遭遇肉毒杆菌，产生的肉毒素能轻易地达到致死剂量。

另一类是通过其他手段来达到防腐目标，比如超高温加热、干燥、冷冻、高酸、高盐、高糖等等。这些手段，又会影响食物的风味口感或者营养价值，总之是“付出其他代价来实现0防腐剂”。



下面，简单地列一下这些“防腐替代手段”对食物的影响：

## 超高温加热

日常生活中的“煮熟”，一般而言加热温度达不到 $100^{\circ}\text{C}$ ，能杀死细菌，但杀不死细菌芽孢。在存放中，条件合适时芽孢会长成细菌导致食物腐坏。有的细菌，比如肉毒杆菌，会分泌肉毒素，毒性极强，有过很多致死的案例。通过“超高温加热”解决食物腐坏问题，需要“彻底杀灭细菌以及芽孢”和“密封包装”两个条件。食品生产中，一种工艺是罐头（或者“软罐头”）封装，然后在 $120^{\circ}\text{C}$ 以上加热至少20分钟；另一种工艺是加热到 $135^{\circ}\text{C}$ 以上，然后在无菌空间里装入无菌容器，再进行密封。后一种工艺，典型食品是常温牛奶。如果设备完好、操作规范，这两种工艺都不需要防腐剂。而它们的代价就是：食物经历了高强度加热，风味口感会有明显变化，对热敏感的营养成分会损失。

## 干燥

当食物中的含水量足够低，细菌和真菌就不能生长。但是，在脱水过程中，如果脱水速度不够快，细菌长了起来，食物也就会变坏。西北生产牛肉干，因为空气干燥，低温下脱水也比较快，能实现“无防腐剂”，而南方温暖潮湿，不用防腐剂的话就可能在脱水过程中出现问题。

其他的干燥产品也类似：成品不需要防腐剂也能存放，但生产过程中存在风险。此外，脱水产品的风味和口感发生了非常大的变化，这也是代价。

## 冷冻 / 冷藏

冷冻条件下细菌真菌都停止了生长，所以不需要防腐剂可以长期保存。冷藏条件下细菌真菌的生长速度大大减慢，在一定的时间内不足以长到食物腐坏的地步。

所以，冷冻不需要防腐，冷藏如果是“短期保存”，也可以不用防腐剂。

但是，二者都需要“全程冷链”，方便性大大降低。而冷冻产品化冻之后，风味口感通常有较大变化，这也是代价。

## 高酸 / 高糖 / 高盐

高酸、高糖、高盐，也是防腐的手段。它们的存在，不仅仅极大地改变了食物的风味口感，而且糖和盐更是“不健康”的饮食因素。

所以，当你面对一种宣称“0防腐剂”的食物，一定要去探究一下它是通过什么手段来防腐的，而采取这种手段付出的“代价”又是什么。否则，仅仅是一个“0防腐剂”名义，反而可能暗藏安全隐患。

# 这些高糖菜肴你也经常吃吗？控糖减肥的人要小心了

原创：范志红

最近我发现了一个趋势——餐饮食品中，加糖越来越多了。不论是去餐馆吃饭，还是去食堂吃饭，都有同样的潮流。

有个厨师也告诉我，最近他的同行们越来越喜欢在菜里放糖了。因为不管什么菜系，好像只要在咸味的菜肴里加点糖，味道就更加醇厚，食客更加欢迎。

的确，想想那些当下最受欢迎的菜，大多数都是要加不少糖的。此前北方放很多盐的习惯传到了江南，现在江南放很多糖的风气又传到了北方……

糖醋排骨，糖醋里脊，鱼香肉丝，宫保鸡丁，糖醋鱼，锅包肉，可乐鸡，红烧肉，咕咾肉，荔枝肉，西湖醋鱼，番茄炒蛋，烧茄子，照烧鸡排，泰式鸡丸，奥尔良烤翅……总有一款是你喜欢的。

烤鸡、烤肉的时候，腌制时往往也会加糖。这样烤出来味道浓，颜色重，更诱人。

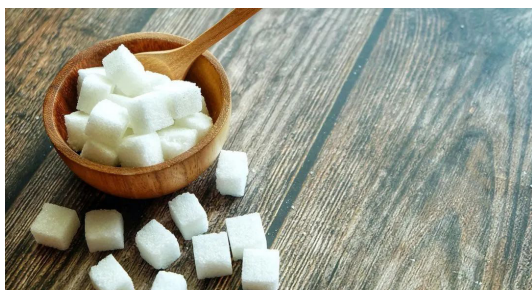
做泡菜、酱菜的时候，加了糖，同样多的盐就不显得那么咸，然后就会吃得更多。

当菜肴需要配着酱吃的时候，甜面酱、番茄沙司、梅子酱……这些带甜味的酱永远是大受欢迎的。蛋黄酱、千岛酱、蜜汁芥末酱、沙茶酱等也都是带点甜味的。

韩式的泡菜和海苔，日式的海藻，还有日韩风格的土豆泥，都是甜的。

您不妨想一想：自己有没有对这些美食情有独钟？日常喜欢吃哪一款呢？

要吃出比较明显的甜味，加糖量至少是5%。如果甜味比较浓，加糖量甚至可能超过10%，那么吃100克的菜（饭碗半碗），就要吃进去10克糖。我吃过的最甜的菜，加糖量高达16%，甜得没法入口。



最近，主食也被糖攻陷了。某些品牌的面点之所以大受欢迎，是因为其中放了糖。

杂粮馒头是甜的，小窝头是甜的，果仁红豆卷是甜的，玉米饼也是甜的。淡淡的甜味，尤其会让人放松警惕，认为它只是一款健康的主食，感觉不到它其实已经很接近甜食。

我之所以知道有多少糖，是因为我当年做过面点的实验，包括窝头、馒头和面包。5%的糖不能提供令人满意的甜味，而8%的糖则大受欢迎，认为淡甜可口。饼干点心之类食品，要有「正常」的甜味，就得加到15%~20%的糖。

在饮料、零食、糕点流行减糖、无糖的同时，菜肴和主食当中却在大量放糖。这件事情令人忧虑。特别是对那些经常宴饮、经常买外卖、经常买主食的人来说，每天从餐饮产品里吃进去很多糖，实在不是一个好事情。

酱油里有糖，料酒里也有糖。但加一勺料酒、两勺酱油，糖的总量还是很有限的，无需恐惧。厨师大勺额外加糖才是最可怕的。每天如果吃 300 克加糖的菜，再加上 200 克加糖的淡甜主食（熟重），就能「轻松」吃进去至少 30 克糖。

中国居民膳食指南和世界卫生组织都提出，一天最好把添加糖控制在 25 克之内，最多不能超过 50 克。现在有了加糖的菜，25 克的份额已经超了。就更不能再喝饮料、吃甜食了。100 克酸奶就是 8 克糖，再加上一个面包和一份冰淇淋，50 克的限额也要爆了。

菜肴大面积「增糖」，坏处真的很多。

首先，引入了添加糖，增加了血糖控制的负担。有些糖尿病患者告诉我，在外就餐的时候，即便不吃主食，血糖也升得很厉害。一方面，菜里有少量土豆芋头之类的含淀粉食材，再加上添加的糖，加起来就好几十克碳水化合物了。而且宴饮通常是马拉松就餐，餐后无法及时站起来走动。饭局一坐就是两三个小时，没有运动消耗，血糖就会没遮没拦地疯狂蹿升，而且居高不下。

第二，增加了食物的热量，却没有增加维生素、矿物质的量，降低了食物的营养素密度。很多人在喝酸奶的时候都恐惧添加糖，吃菜的时候却很少注意里面加了多少糖。

第三，增加盐的摄入量。加糖之后，人对咸味的感知能力就会下降。所以那些甜咸口的菜肴，含盐量会比没加糖的菜更高。吃了大量糖 + 大量盐的东西，饭后会更容易觉得渴，这事不能让味精来背锅。

第四，会促进美拉德反应，增加促炎物质。美拉德反应的反应物是蛋白质氨基酸带来的氨基，加上糖带来的羰基（或脂肪氧化产物带来的羰基）。高蛋白质的食物加糖腌制之后，羰基反应物增加，会促进美拉德反应，在产生更浓褐色、更多香气的同时，还会产生更多的丙烯酰胺和 AGEs（晚期糖基化末端产物），它们都是促炎成分。



第五，菜肴味道太浓了，就会很「下饭」，多配白米饭白馒头才好吃。于是又会增加总的热量摄入。

第六，使食客对自然风味的感知能力下降，口味变得更重。其实，新鲜蔬菜中含有 2% ~ 5% 的糖，即便不放糖，本身也是淡甜的。但现在大部分人的舌头已经被大量的糖和盐钝化，吃不出天然风味了。

有人问：我用糖醇和其他甜味剂来替代糖做菜，是不是就能解决问题？

答案是：并不能。

一方面，用糖醇类做菜不能增香增色，因为糖醇不能发生美拉德反应。

另一方面，糖醇吃多了也未必好。此前有过研究结果，赤藓糖醇吃多了会强烈增加血栓风险。过多的糖醇还会促进腹泻，扰乱肠道菌群平衡。世界卫生组织已经发布报告说，甜味剂不能帮助预防肥胖和慢性病。不要期待用什么神奇的东西解决嗜甜有害的问题。

所以，以后在点菜时，要像要求减盐、减油一样，要求少放糖或不放糖。大家一起努力，改变嗜甜口味，刹住这股菜肴越来越甜的风气！

## CFIC 法规政策

- 37 国务院办公厅关于发展银发经济增进老年人福祉的意见
- 37 公开征求对《限制商品过度包装要求 食品和化妆品》强制性国家标准第 2 号修改单（报批稿）的意见
- 37 国家卫生健康委办公厅关于进一步优化食品企业标准备案管理工作的通知
- 37 国家卫生健康委办公厅关于进一步规范食品安全地方标准备案工作的通知
- 37 国家卫生健康委办公厅关于印发成人高尿酸血症与痛风食养指南（2024 年版）等 4 项食养指南的通知
- 38 食品安全国家标准审评委员会秘书处关于征求《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》等 4 项标准（征求意见稿）意见的函
- 38 2024 年全国食品安全标准与风险监测评估工作会议在京召开
- 38 市场监管总局关于春节期间食品安全专项抽检情况的通告
- 38 市场监管总局关于公开征求《关于对食品生产经营企业内部举报人举报实施奖励的公告（征求意见稿）》意见的通知
- 38 市场监管总局关于公开征求《食品安全违法行为首违不罚、轻微违法行为不予处罚清单（征求意见稿）》意见的公告
- 38 市场监管总局关于公开征求《保健食品原料人参西洋参灵芝备案产品技术要求（征求意见稿）》意见的公告
- 39 市场监管总局关于《食品委托生产监督管理办法（征求意见稿）》公开征求意见的通知
- 39 市场监管总局办公厅关于打击食品中非法添加非甾体抗炎药及其系列衍生物或类似物违法行为的通知
- 39 国家标准化管理委员会关于印发《2024 年国家标准立项指南》的通知
- 39 市场监管总局关于公开征求《〈中华人民共和国食品安全法〉（修正草案征求意见稿）》意见的通知
- 39 市场监管总局关于印发《食品中可能添加的非食用物质名录管理规定》的通知
- 39 市场监管总局修订出台《农业农村标准化管理办法》引领推进乡村振兴
- 40 《农业农村标准化管理办法》政策解读
- 40 市场监管总局关于公开征求《关于强化集中用餐单位食堂承包经营食品安全管理工作的通知（征求意见稿）》意见的公告
- 40 市场监管总局办公厅关于印发《2024 年全国计量工作要点》的通知
- 40 全国产品质量安全监管工作座谈会在京召开
- 40 市场监管总局关于发布《企业食品安全管理人员监督检查考核指南》《企业食品安全管理人员监督检查考核大纲》的公告
- 40 关于特殊食品有哪些具体要求 食品安全管理人员考核《指南》《大纲》发布
- 41 关于开展“GB 7718《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》消费者食品标签阅读行为与习惯问卷调查”的通知
- 41 公开征求氧化铁铬等 4 种食品相关产品新品种意见
- 41 中国工程院战略研究与咨询项目“食品、物流、旅游和病毒（微生物）扩散和传播”课题启动会在京召开
- 41 食品评估中心欢迎食品行业加入预包装食品数字标签试点工作

## 国务院

### 国务院办公厅关于发展银发经济增进老年人福祉的意见

2024年1月15日

[https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202401/content\\_6926088.htm](https://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202401/content_6926088.htm)

## 工业和信息化部

### 公开征求对《限制商品过度包装要求 食品和化妆品》强制性国家标准第2号修改单（报批稿）的意见

2024年1月9日

[https://www.miit.gov.cn/jgsj/kjs/jscx/bzgf/art/2024/art\\_4a341bfddf394165a549f96563405297.html](https://www.miit.gov.cn/jgsj/kjs/jscx/bzgf/art/2024/art_4a341bfddf394165a549f96563405297.html)

## 国家卫生健康委员会

### 1. 国家卫生健康委办公厅关于进一步优化食品企业标准备案管理工作的通知

2024年2月5日

<http://www.nhc.gov.cn/sps/s3593/202402/f2d069f30dfd439080525193f1bd1192.shtml>

### 2. 国家卫生健康委办公厅关于进一步规范食品安全地方标准备案工作的通知

2024年2月5日

<http://www.nhc.gov.cn/sps/s3593/202402/11e63959f5674fe3b48f5f12f9895550.shtml>

### 3. 国家卫生健康委办公厅关于印发成人高尿酸血症与痛风食养指南（2024年版）等4项食养指南的通知

2024年2月8日

<http://www.nhc.gov.cn/sps/s7887k/202402/4a82f053aa78459bb88e35f812d184c3.shtml>

#### 4. 食品安全国家标准审评委员会秘书处关于征求《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》等4项标准（征求意见稿）意见的函

2024年1月19日

<http://www.nhc.gov.cn/sps/s7891/202401/4c76bcd234534eb89eb0111acde1c764.shtml>

#### 5. 2024年全国食品安全标准与风险监测评估工作会议在京召开

2024年1月31日

<http://www.nhc.gov.cn/sps/s7886/202401/9680ab81801f43e9ae5bdf719811c4ba.shtml>

## 国家市场监督管理总局

#### 1. 市场监管总局关于春节期间食品安全专项抽检情况的通告

2024年2月2日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgnr/spcjs/art/2024/art\\_dfc17984dea149d3a351fc461b89fc02.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgnr/spcjs/art/2024/art_dfc17984dea149d3a351fc461b89fc02.html)

#### 2. 市场监管总局关于公开征求《关于对食品生产经营企业内部举报人举报实施奖励的公告（征求意见稿）》意见的通知

2024年2月8日

[https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art\\_95f9d42ac346412f82659e5088e55520.html](https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art_95f9d42ac346412f82659e5088e55520.html)

#### 3. 市场监管总局关于公开征求《食品安全违法行为首违不罚、轻微违法行为不予处罚清单（征求意见稿）》意见的公告

2024年2月8日

[https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art\\_1dfab59163474e02bf6fc9fd19c79b7a.html](https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art_1dfab59163474e02bf6fc9fd19c79b7a.html)

#### 4. 市场监管总局关于公开征求《保健食品原料人参西洋参灵芝备案产品技术要求（征求意见稿）》意见的公告

2024年2月8日

[https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art\\_99addec12d244cbb9dd20affd9fcd72a.html](https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art_99addec12d244cbb9dd20affd9fcd72a.html)



## 5. 市场监管总局关于《食品委托生产监督管理办法（征求意见稿）》公开征求意见的通知

2024年1月19日

[https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art\\_850851bfca124aaeb5e6c4dc8b5d7057.html](https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art_850851bfca124aaeb5e6c4dc8b5d7057.html)

## 6. 市场监管总局办公厅关于打击食品中非法添加非甾体抗炎药品及其系列衍生物或类似物违法行为的通知

2024年1月2日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/zfjcs/art/2024/art\\_2660208ecba644d590ee7ceb5bf43577.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/zfjcs/art/2024/art_2660208ecba644d590ee7ceb5bf43577.html)

## 7. 国家标准化管理委员会关于印发《2024年国家标准立项指南》的通知

2024年1月10日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/bzjss/art/2024/art\\_b96f2701f59447a794ca58b368c60d00.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/bzjss/art/2024/art_b96f2701f59447a794ca58b368c60d00.html)

## 8. 市场监管总局关于公开征求《〈中华人民共和国食品安全法〉（修正草案征求意见稿）》意见的通知

2024年1月19日

[https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art\\_b143a2ba4ca74088bc8471833bce5063.html](https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art_b143a2ba4ca74088bc8471833bce5063.html)

## 9. 市场监管总局关于印发《食品中可能添加的非食用物质名录管理规定》的通知

2024年1月19日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/spcjs/art/2024/art\\_fcc439d3af864a33a9ae1c244f5e25a8.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/spcjs/art/2024/art_fcc439d3af864a33a9ae1c244f5e25a8.html)

## 10. 市场监管总局修订出台《农业农村标准化管理办法》引领推进乡村振兴

2024年1月23日

[https://www.samr.gov.cn/xw/zj/art/2024/art\\_011a3a1d304e4bbe907a56c5795b7e32.html](https://www.samr.gov.cn/xw/zj/art/2024/art_011a3a1d304e4bbe907a56c5795b7e32.html)

### 11. 《农业农村标准化管理办法》政策解读

2024年1月23日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/xwxc/art/2024/art\\_e4fd21f2a23246a7b48978a0d50f81a6.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/xwxc/art/2024/art_e4fd21f2a23246a7b48978a0d50f81a6.html)

### 12. 市场监管总局关于公开征求《关于强化集中用餐单位食堂承包经营食品安全管理工作的通知（征求意见稿）》意见的公告

2024年1月24日

[https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art\\_1012a0d7518f48d081223a39e3c48975.html](https://www.samr.gov.cn/hd/zjdc/art/2024/art_1012a0d7518f48d081223a39e3c48975.html)

### 13. 市场监管总局办公厅关于印发《2024年全国计量工作要点》的通知

2024年1月25日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/jls/art/2024/art\\_e5a9ffcea26e4c22bab45f08b67f2881.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/jls/art/2024/art_e5a9ffcea26e4c22bab45f08b67f2881.html)

### 14. 全国产品质量安全监管工作座谈会在京召开

2024年1月27日

[https://www.samr.gov.cn/xw/zj/art/2024/art\\_e100ad842b4d4387ab630e5418cd4cd5.html](https://www.samr.gov.cn/xw/zj/art/2024/art_e100ad842b4d4387ab630e5418cd4cd5.html)

### 15. 市场监管总局关于发布《企业食品安全管理人员监督抽查考核指南》《企业食品安全管理人员监督抽查考核大纲》的公告

2024年1月30日

[https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/spscs/art/2024/art\\_72780ab154ae4bfcae5b1efcce1efcff.html](https://www.samr.gov.cn/zw/zfxxgk/fdzdgknr/spscs/art/2024/art_72780ab154ae4bfcae5b1efcce1efcff.html)

### 16. 关于特殊食品有哪些具体要求 食品安全管理人员考核《指南》《大纲》发布

2024年1月30日

[https://www.samr.gov.cn/xw/zj/art/2024/art\\_4ae03609ee2a478096e30631639b6439.html](https://www.samr.gov.cn/xw/zj/art/2024/art_4ae03609ee2a478096e30631639b6439.html)

## 国家食品安全风险评估中心

### 1. 关于开展“GB 7718《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》消费者食品标签阅读行为与习惯问卷调查”的通知

2024年2月7日

<https://www.cfsa.net.cn/zxdt/gzdt/2024/13422.shtml>

### 2. 公开征求氧化铁铬等4种食品相关产品新品种意见

2024年1月3日

<https://www.cfsa.net.cn/spaqbz/xzxkzqyj/2024/13336.shtml>

### 3. 中国工程院战略研究与咨询项目“食品、物流、旅游和病毒(微生物)扩散和传播”课题启动会在京召开

2024年1月29日

<https://www.cfsa.net.cn/zxdt/gzdt/2024/13406.shtml>

### 4. 食品评估中心欢迎食品行业加入预包装食品数字标签试点工作

2024年1月30日

<https://www.cfsa.net.cn/zxdt/gzdt/2024/13411.shtml>



## CFIC 行业动态

- 43 太太乐紧跟全球化可持续发展 双奖加持再证企业实力
- 43 伊利荣膺“IDF 乳品创新奖”
- 44 光明冷饮荣获 2023 年度上海市级智能工厂称号
- 44 美赞臣中国荣获 2023 中国年度最佳雇主等六项雇主品牌大奖
- 45 达能连续获得七年“中国杰出雇主”认证
- 45 飞鹤连续五年奶粉“第一”
- 46 蒙牛全面打造“三位一体”援藏公益新模式
- 46 “美团乡村儿童操场”公益项目获得中国餐饮企业助力
- 47 加多宝集团荣膺 2023 产业助农突出贡献单位
- 47 麦当劳北京首钢园餐厅成为全球首家获得 LEED“零碳”+“零能耗”认证餐厅
- 48 百胜中国荣膺“中国杰出雇主 2024”称号
- 48 无限极荣获“中国杰出雇主 2024”

## 太太乐紧跟全球化可持续发展 双奖加持再证企业实力



1月23日至24日，第十三届公益节暨2023ESG影响力年会在北京举行。上海太太乐食品有限公司（以下称“太太乐”）凭借其社会责任与可持续发展方面的优秀表现，荣获了2023年度社会责任先锋奖及2023年度可持续发展典范企业双奖。

太太乐作为一家具有高度社会责任感的调味品企业，始终坚守“陪伴特殊儿童成长点燃梦想，助力健康发展”的理念，不仅仅为受助群体打造实体厨房以及提供经费扶持，还为受助群体提供爱心公益餐、定期烹饪指导、提供社会实践乃至倡导低碳生活等多元形式的帮助。

## 伊利荣膺“IDF 乳品创新奖”



2023年10月，国际乳联（IDF）2023年世界乳业峰会在美国芝加哥举行。大会期间，全球乳业最具含金量的奖项“IDF 乳品创新奖”获奖名单正式揭晓。凭借卓越的产品品质和全面均衡的创新实力，伊利成功斩获“可持续包装创新”“以食品安全和消费者营养为核心的新品创新研发”两项大奖，也是全球获奖数量最多的企业。这是伊利继2022年登上“IDF 乳品创新奖”全球榜首

之后，再次闪耀全球乳业最高领奖台。

世界乳业峰会由国际乳联举办，颁发“IDF 乳品创新奖”是世界乳业峰会的重要环节。该奖项旨在鼓励乳品行业创新，推动行业落实可持续发展目标，是全球乳业最具影响力和权威性的奖项，代表了年度行业发展的最高荣誉。



## 光明冷饮荣获 2023 年度上海市级智能工厂称号



2024 年 1 月 3 日，上海市智能工厂建设工作推进会成功举办，光明乳业旗下益民一厂光明冷饮智能工厂被评为“2023 年度上海市级智能工厂”，该厂通过能源数据的实时采集与分析，快速便捷的定位高能耗点以及更加全面的原因分析，为节能技改和降低能耗提供方向和支持，提高工作效率。工厂自建成以来就一直以节约资源和保护环境为宗旨积极实现生产过程节能化，实现了节能效果数据追溯，数据记录和实时效果呈现。通过智能化建设，益民一厂直接提高了运营效率，实现智能化生产模型化的分析决策，将全过程管理的质量、成本、设备等报表式跟踪转化为数字化、智能化的管理系统动态追踪，大幅度提高生产效率和产品合格率。

率，实现智能化生产模型化的分析决策，将全过程管理的质量、成本、设备等报表式跟踪转化为数字化、智能化的管理系统动态追踪，大幅度提高生产效率和产品合格率。

## 美赞臣中国荣获 2023 中国年度最佳雇主等六项雇主品牌大奖



2023 年，美赞臣中国凭借崭新多元的雇主品牌举措，获得国内多家权威人力资源组织与机构的高度认可，先后获评 2023 中国年度最佳雇主、2023 中国大学生喜爱雇主、2023 年度最爱雇主、2023 中国典范雇主学习和发展典范、2023 全球化企业最佳雇主品牌、2023 中国人才管理文化典范等六项大奖。据悉，上述奖项均是在全国范围内倍具影响力的雇主品牌评选，以 2023 中国年度最佳雇主为例，该评选由智联招聘主办，北京大学社会调查研究中心、北京大学国家发展研究院支持评选，是中国人力资源领域的风向标。

究院支持评选，是中国人力资源领域的风向标。

## 达能连续获得七年“中国杰出雇主”认证



近日，在刚刚揭晓的2024年度“中国杰出雇主”榜单中，达能再次获得“中国杰出雇主”认证并首次入围十五强。达能连续七年获此殊荣。员工始终是达能最重视的资产之一。在2023年公司发布的可持续发展战略“振力征程”中，达能将“员工与社区”和“健康”、“自然”一起，列为公司三大支柱之一，并制定了具体指标以推动在该领域的蓬勃发展。多年来，达能中国在鼓励人才个性化发展、多元包容、员工关爱等各个维度全力进取，从而在“杰出雇主”评选中不断突破自我，屡创佳绩。

## 飞鹤连续五年奶粉“第一”

## 飞鹤奶粉



近日，国际权威调研机构弗若斯特沙利文，向飞鹤颁发多项“第一”认证证书。认证信息显示，2019年-2023年度，飞鹤奶粉在中国婴幼儿配方奶粉市场（不含港澳台地区）连续5年位居第一，在全球婴幼儿配方奶粉市场连续3年销量第一。同时，旗下星飞帆系列早已成为婴儿奶粉品类全球第一大单品。近五年飞鹤营收实现15%以上的复合增长，继续保持创新发展，在研发驱动下技术与品质持续升级，获得市场认可。

作为国家技术创新示范企业，飞鹤牵头启动承担了“十四五”国家重点研发计划“中国新一代婴配乳粉”项目研发课题。同时，飞鹤在业内率先启动脑发育战略，在行业标准建设和生命早期脑科学方面取得多项成果。相关研究已深入大脑发育重要营养成分，应用于星飞帆等系列产品。

## 蒙牛全面打造“三位一体”援藏公益新模式



近年来，蒙牛将营养公益带到雪域高原，积极配合西藏学生营养改善计划，为藏区青少年提供营养健康支持，并通过西藏净土乳业援建项目、山南洛扎县等定点支援，全面打造“三位一体”援藏公益新模式，谱写蒙牛社会履责的雪域新篇章。

为落实国家营养改善计划的精神，早在2004年，蒙牛在西藏推广学生奶，让45万学生饮用上了蒙牛学生奶；2020年蒙牛与西藏净土乳业开展“联合品牌”发展战略。蒙牛及旗下蒙牛未来星学生奶与西藏净土乳业展开学生饮用奶合作计划，以净土 & 蒙牛联合品牌为契机，将双品牌学生奶逐步拓展17个援藏省市学生奶市场；2023年5月，蒙牛学生奶“百城千校·中国学生营养健康教育公益行活动”，也走进西藏多个小学。蒙牛联合中粮营养研究院专家团队，开展食育讲座培训和相关科普，为边缘藏区的孩子们，带来营养健康知识助力。

## “美团乡村儿童操场”公益项目获得中国餐饮企业助力



近日，美团乡村儿童操场得到了餐饮业的30多个品牌企业已加入美团乡村儿童操场独立捐赠的行列，为乡村儿童的快乐成长注入了新的活力。截至2024年1月底，美团联合壹基金发起的美团乡村儿童操场在66.6万家公益商家、51.5万名爱心网友的共同支持下，已累计建成1,346座，覆盖了贵州、云南、西藏、青海等29个省、自治区、直辖市的896个乡镇，20.1万名乡村儿童直接受益。

同时，美团乡村儿童操场还组织了23场教师培训，共1400多名老师参与。



## 加多宝集团荣膺 2023 产业助农突出贡献单位

**JDB**  
加多宝集团



2024年1月10日，以“产业助农 合作的力量”为主题，由农业农村部指导，中国乡村发展基金会主办的产业助农伙伴大会在北京举行。加多宝集团等多家企业受邀参会，共同探讨新时期乡村振兴之路。加多宝集团凭借2023年度在产业助农，人才振兴等方面的持续投入，荣获“产业助农突出贡献单位”荣誉。

加多宝凉茶由金银花等“三花三草一叶”本草植物材料精制而成。为保障高品质本草植物原料的供

应，加多宝集团率先在全国多个省份建立了本草原料种植基地，采用“公司+基地+农户”合作种植和定向采购的模式，加多宝在广东东莞市、贵州铜仁市建设的仙草、夏枯草种植基地，直接带动当地脱贫户5000余户参与种植，助力当地乡村产业发展。

## 麦当劳北京首钢园餐厅成为全球首家获得 LEED “零碳” + “零能耗” 认证餐厅



麦当劳中国今天宣布北京麦当劳首钢园得来速餐厅获得 LEED (Leadership in Energy & Environmental Design, 即“能源与环境设计先锋”) “零碳排放”和“零能耗”认证，成为全球首家同时获得这两项认证的“零碳餐厅”。麦当劳首钢园餐厅参照绿色建筑权威标准 LEED 零碳排放标准和零能耗标准进行设计、施工，于2022年9

月20日开业。截至目前，麦当劳中国已建成约2500家 LEED 认证绿色餐厅，规模全球第一。

## 百胜中国荣膺“中国杰出雇主 2024”称号



2024年1月18日，全球权威的杰出雇主调研机构正式发布“中国杰出雇主 2024”榜单，百胜中国凭借积极打造多元文化、全面支持员工成长、坚定承诺员工福祉、持续赋能数字创新等一系列可持续的人才发展战略和实践，连续第六年荣登榜单，在全榜 150 多家获奖企业中总排名第四，居餐饮行业首位。

## 无限极荣获“中国杰出雇主 2024”



1月18日，一年一度的“中国杰出雇主”认证榜单揭晓，无限极荣获“中国杰出雇主 2024”，实现了该项认证的四届蝉联。“中国杰出雇主”由杰出雇主调研机构（Top Employers Institute）发起。该机构自 1991 年成立以来，一直专注于认证包括中国在内的全球各地的杰出雇主。

杰出雇主调研机构通过全球统一的认证标准检验以及独立第三方机构的审计，从六大领域、20 个话题、近 300 项细分实践全方位评估企业的人力资源实践，最终评审出该区域范围内能够为员工提供最佳人力资源环境的雇主。





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：北京市丰台区南四环西路 128 号院诺德中心一期 4 号楼 912-913 (100071)

办公电话：010-63728412 (兼传真)



科信官方微信