



## 《食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则》(GB 28050-2025) 问答

发布时间: 2025-09-25 来源: 食品安全标准与监测评估司



## 一、标准的适用对象和范围

## (一) 哪些预包装食品需要标示营养标签?

直接提供给消费者的预包装食品, 应按照本标准规定标示营养标签(豁免标示的食品除外); 非直接提供给消费者的预包装食品和食品储运包装, 不强制标示营养标签, 如果企业自愿标示营养标签, 则应按照本标准实施。

## 二、关于强制标示内容

## (二) 关于强制标示的能量和营养成分

预包装食品营养成分表中强制标示的内容包括能量、蛋白质、脂肪、饱和脂肪(或饱和脂肪酸)、碳水化合物、糖和钠的含量及其占营养素参考值百分比。

## (三) 关于能量及其换算系数

能量指食品中蛋白质、脂肪和碳水化合物等成分在人体代谢中产生的热量。

营养标签上标示的能量由算法获得。即蛋白质、脂肪、碳水化合物等供能成分的含量标示值乘以各自相应的能量换算系数并进行加和, 能量值以千焦(kJ)为单位标示。当产品营养成分表中标示膳食纤维时, 应以8kJ/g为换算系数计算膳食纤维提供的能量。

允许以卡、卡路里、千卡等对能量进行补充说明。

表 1 食品中产能营养素的能量换算系数

成分	kJ/g	成分	kJ/g
蛋白质	17	碳水化合物	17
脂肪	37	膳食纤维	8

## (四) 关于糖醇及其能量换算系数

糖醇是指酮基或醛基被置换成羟基的糖类衍生物的总称, 属于碳水化合物的一种。如在食品标签中标示出糖醇的名称和含量时, 可将糖醇纳入能量计算。建议赤藓糖醇能量换算系数为0kJ/g, 其他糖醇的能量换算系数为10kJ/g。如果将糖醇纳入能量计算, 应在碳水化合物的能量计算时将糖醇的能量予以相应扣除。

## (五) 关于蛋白质及其含量

蛋白质是一种含氮有机化合物, 以氨基酸为基本组成单位。

食品中蛋白质含量可通过“氮含量”乘以“蛋白质折算系数”计算(公式和折算系数如下), 还可通过食品中各氨基酸含量的总和来确定。

蛋白质(g/100g)=氮含量(g/100g)×蛋白质折算系数

蛋白质的检测方法和不同食品中蛋白质折算系数请参见《食品安全国家标准 食品中蛋白质的测定》(GB 5009.5)。

## (六) 关于脂肪及其含量

脂肪的含量可通过测定粗脂肪(crude fat)或总脂肪(total fat)获得, 在营养标签上两者均可标示为“脂肪”。粗脂肪是食品中一大类不溶于水而溶于有机溶剂(乙醚或石油醚)的化合物的总称。总脂肪是经过酸或碱水解后溶于有机溶剂的化合物的总称, 也可通过测定食品中单个脂肪酸含量并折算为甘油三酯总和获得脂肪含量。

## (七) 关于碳水化合物及其含量

碳水化合物是指糖、寡糖和多糖的总称, 是提供能量的重要营养素。

食品中碳水化合物的量可按减法或加法计算获得。

减法是以食品总质量为100, 减去蛋白质、脂肪、水分、灰分的质量, 即为“总碳水化合物”; 如果同时标示了膳食纤维含量时, 应在总碳水化合物中再减去膳食纤维的含量, 即为可利用碳水化合物。在营养标签上, 上述两者均以“碳水化合物”标示。

如果蛋白质和脂肪含量达到“0”界限值, 且碳水化合物来源仅为糖和(或)淀粉时, 也可使用加法计算, 即淀粉和糖的总和。该方法主要针对食物基质相对简单、碳水化合物来源明确的食物。

## (八) 关于糖及其含量

糖是指单糖和双糖之和, 本标准从食品组成和糖的主要来源上看, 明确用于营养标签标示的糖仅限于葡萄糖、果糖、蔗糖、麦芽糖、乳糖之和。

当产品中的糖来源仅为乳糖时, 可合并标示为“糖(乳糖)”。

## (九) 关于反式脂肪酸

反式脂肪酸是油脂加工中产生的以及天然存在的、含1个或1个以上非共轭反式双键的脂肪酸总和。当食品或其配料在生产过程中使用了氢化和(或)部分氢化油脂时, 应标示反式脂肪酸含量。

若食品或其配料中仅含有天然存在的反式脂肪酸不要求强制标示, 可以选择标示。若对反式脂肪酸进行声称, 则需要强制标示出其含量, 并且必须符合标准中的声称要求。

## (十) 如何理解配料表中含有氢化和/或部分氢化油, 但营养成分表中反式脂肪酸含量为“0”的情况

当食品或其配料中氢化油或/或部分氢化油所占比例很小, 或者植物油氢化比较完全, 产生的反式脂肪酸含量很低时, 终产品中反式脂肪酸含量低于“0”界限值, 此时反式脂肪酸应标示为“0”。

## (十一) 使用了营养强化剂的预包装食品如何标示营养信息

使用了营养强化剂的预包装食品, 除按标准4.3规定标示外, 在营养成分表中还应标示强化后食品中该营养素的含量及其占营养素参考值(NRV)的百分比。若强化的营养成分不属于本标准表1所列范围, 其标示顺序应排列于表1所列营养素之后, 但对其排列顺序不作要求。

既是营养强化剂又是食品添加剂的物质, 如维生素C、维生素E、β-胡萝卜素、核黄素、碳酸钙等, 若按照GB 14880规定作为营养强化剂使用时, 应当按照本标准的要求标示其含量及NRV%(无NRV值的无需标示NRV%); 若仅作为食品添加剂使用, 可不标示在营养标签中。

## (十二) 关于强制标示的“盐油糖”提示语

标准规定预包装食品应在营养成分表下方强制标示“儿童青少年应避免过量摄入盐油糖”, 豁免标示营养标签的预包装食品可同样豁免标示该提示语。

## 三、关于营养成分表

## (十三) 关于营养成分表的定义

营养成分表是标有食品能量和营养成分名称、含量及其占营养素参考值(NRV)百分比的规范性表格。

例如:

营养成分表

项目	每 100g	NRV%
能量	1823 kJ	22 %
蛋白质	9.0 g	15 %
脂肪	12.7 g	21 %
——饱和脂肪	3.0 g	15%
碳水化合物	70.6 g	24 %
——糖	18.0 g	
钠	204 mg	10 %
维生素 A	72 µg RE	9 %
维生素 B <sub>1</sub>	0.09 mg	6 %

儿童青少年应避免过量摄入盐白糖。

**(十四) 关于“营养成分表与包装或标签的基线垂直”的说明**

包装的基线是指包装的直线边缘或轴线，或者是产品的底面形成的基线。在保证营养成分表为方框表的前提下，其一边与基线垂直即可。

**(十五) 营养成分表的基本要素**

包括5个基本要素：表头、营养成分名称、含量、NRV%和方框。

1. 表头。以“营养成分表”作为表头；
2. 营养成分名称。按标准中表1的名称和顺序标示能量和营养成分；
3. 含量。由含量数值和表达单位组成；为方便理解，表达单位也可位于营养成分名称后，如：能量(kJ)；
4. NRV%。指能量或营养成分含量占相应营养素参考值(NRV)的百分比；
5. 方框。一般采用表格形式，特殊情况下可采用适用形式。

营养成分表各项内容应使用规范的汉字标示，若同时标示少数民族文字或者外文，应与汉字相对应。企业在制作营养标签时，可根据版面设计对字体进行变化，以不影响消费者正确理解为宜。

**(十六) 强制标示以外的其它营养成分的标示**

鼓励在营养成分表中标示维生素A、维生素B<sub>1</sub>、维生素B<sub>2</sub>、钙、铁、锌等营养成分，以及标准中表1列出的其他成分。

营养成分应按照规定标准中表1所列名称、顺序、表达单位、修约间隔、“0”界限值等进行标示。表1中没有列出但我国法律法规允许强化的营养成分，应列在表1中所示营养成分之后。

**(十七) 关于n-3多不饱和脂肪酸**

n-3多不饱和脂肪酸是第一个不饱和键出现在碳链甲基端第三位的多不饱和脂肪酸，又称为ω-3多不饱和脂肪酸。比较重要的n-3多不饱和脂肪酸包括α-亚麻酸(α-linolenic acid, ALA)、二十碳五烯酸(eicosapentaenoic acid, EPA)和二十二碳六烯酸(docosahexaenoic acid, DHA)等。

**(十八) 关于营养成分含量的标示**

应当以每100克(100毫升)和/或每份食品可食部中的含量数值标示，如“蛋白质5.0 g/100g”，并同时标示占NRV%。

营养成分的含量只能使用具体数值标示，不能使用范围值标示，如“≤XX”、“≥XX”，“X1~X2”等。

**(十九) 关于营养成分“0”界限值**

“0”界限值是指当能量或某一营养成分含量小于该界限值时，基本不具有实际营养意义，因此应标示为“0”。标示方式可为“0”、“0.0”等，不致影响消费者正确理解。

当以每份为单位标示营养成分时，也要符合每100g或100mL的“0”界限值规定。例如：某食品每份(20g)中含蛋白质0.4g，100g该食品中蛋白质含量为2.0g，按照“0”界限值的规定，在产品营养成分表中每份蛋白质含量应标示为0.4g，而不能标示为0。

**(二十) 关于营养成分的名称和顺序**

营养成分应按标准中表1第1列名称和顺序标示。当某营养素有两个名称时，如维生素B<sub>1</sub>(硫胺素)，可以选择标示“维生素B<sub>1</sub>”或“硫胺素”，也可以标示为“维生素B<sub>1</sub>(硫胺素)”；如两个名称中含有“或”字，像饱和脂肪(或饱和脂肪酸)，仅可选择其一，标示为“饱和脂肪”或“饱和脂肪酸”。

**(二十一) 关于营养成分的表达单位**

营养成分的表达单位应按本标准表1第2列要求标示，可使用中文或括号中的英文表达，也可两者同时使用，但不可以使用其他单位。如维生素D的含量单位只能用“微克”和/或“µg”标示，不可以用国际单位“IU”标示。

食品中的叶酸可采用µg进行标示，含有添加或强化的叶酸时也可采用µgDFE进行标示。

**(二十二) 关于营养素参考值(NRV)**

营养素参考值(NRV, Nutrition Reference Values)是专用于营养标签比较食品能量和营养素含量高低的参考值。将食品中营养素含量与NRV进行比较，能方便消费者更好地理解由食品提供的营养成分含量对一日宜摄取该营养成分总量的贡献高低。

“营养素参考值%”和“NRV%”可同时写在营养成分表中，也可只写一个，如“营养素参考值(NRV)%”、“营养素参考值%”或“NRV%”。当表头中已经标示百分号(%)的情况下，表中可标示为“X%”或者仅标示数值如“X”。规定了NRV值的营养成分应当标示NRV%，未规定NRV值的营养成分仅需标示含量数值。鼓励企业通过标签或其他方式正确宣传NRV的概念和意义。

本标准附录A给出了规定的能量和31种营养成分的营养素参考值(NRV)，计算时直接用能量和营养成分的含量标示值除以相应的NRV即可。

**(二十三) 关于饱和脂肪、膳食纤维和烟酸NRV%的计算**

附录A规定了饱和脂肪、膳食纤维和烟酸的NRV。

当营养成分表中以饱和脂肪酸进行标示时，应将其含量折算为饱和脂肪后再计算NRV%。例如，若某食品每100g饱和脂肪酸含量为3.8g，折算为饱和脂肪为4.0g，其NRV%应为20%。

当膳食纤维以可溶性膳食纤维、不溶性膳食纤维或单体成分标示时，应使用膳食纤维的NRV数值计算NRV%。

当烟酸采用烟酰胺进行标示时，应将其含量折算为烟酸后再计算NRV%。

**(二十四) 关于未规定NRV的营养成分**

标准附录A未规定NRV的营养成分(如糖、不饱和脂肪酸、反式脂肪酸)，其“NRV%”可以空白、斜线、横线等方式表达。

**(二十五) 膳食纤维单体如何标示**

可在营养成分表内，以膳食纤维单体的形式标示。

例如：膳食纤维(以多聚果糖计) 1.5g 6%(NRV%)。

类似的成分包括：低聚果糖、菊粉、聚葡萄糖、低聚半乳糖、β-葡聚糖、抗性淀粉、抗性糊精等。

用做营养强化剂的低聚半乳糖、低聚果糖、酵母β-葡聚糖等，也可标示在表1所列成分之后。

**(二十六) 添加两种及以上膳食纤维成分如何标示**

若产品中添加了两种及以上膳食纤维，如多聚果糖1.5g/100g，菊粉1.0g/100g时，可标示为：膳食纤维(以多聚果糖+菊粉计) 2.5g, 10%(NRV%)；或膳食纤维(以多聚果糖、菊粉计) 2.5g, 10%(NRV%)；或膳食纤维(以多聚果糖和菊粉计) 2.5g, 10%(NRV%)。

**(二十七) 关于数值的修约规则**

在进行营养成分标示时，应遵循标准规定的修约间隔。在进行数值修约(标示值和NRV%)时，可采用《数值修约规则与极限数值的表示和判定》(GB/T 8170)中规定的数值修约规则，也可直接采用四舍五入法，同一营养成分表中采用的修约规则应统一。

**(二十八) 某营养成分的NRV%不足1%时如何标示**

当某营养成分含量≤“0”界限值时，应按照本标准表1中“0”界限值的规定，含量值标示为“0”，NRV%也标示为“0%”。当某营养成分的含量>“0”界限值，但NRV%<1%，则按照数值修约规则标示为0%或1%。

**(二十九) 关于“份”的标示**

营养成分表中可以每100克(g)、每100毫升(mL)、每份为单位标示营养成分含量。以每份进行标示时，应在同一版面标明“份量”，即每份食品的质量或体积。建议参考标准附录E中的“预包装食品的份量参考值”来进行份量

标示。

(三十) 关于份量的确定

目前标准附录E中给出了18类预包装食品份量参考值，推荐参考使用。使用时可根据产品特点，在份量参考值50%~150%的范围内选择确定适合产品的份量。如液体乳的份量参考值为200g (mL)，则相应产品的份量可在100g (mL)~300g (mL)之间选择，如每份250mL。

对于标准中未列出相应份量参考值的食品，企业可自主确定产品的份量。

(三十一) 可食部的计算

食品含有皮、骨、籽等非可食部分的，如罐装的排骨、鱼，袋装带壳坚果、胶基糖果等，可食部的计算公式如下：

可食部=(总重量-废弃量)/总重量×100%

对于含有汤汁的食品，可食部中是否包含汤汁部分，建议予以说明。

(三十二) 关于营养标签的其他补充信息

企业按照本标准规定，正确、规范地在营养成分表中标示营养信息后，在不违背相关法律和标准的前提下，允许采用图形或者其他方式对营养标签进行解释说明以方便消费者更好地理解。

如描述能量时，允许使用“卡”“千卡”“卡路里”等文字进行说明，换算系数为1千卡相当于4.2千焦。描述钠含量时，允许使用“盐”字进行说明，1g盐相当于400mg钠。还可使用《中国居民膳食指南》的宝塔图形以及核心准则如“食物多样、合理搭配”等进行标示。

四、数值分析、产生和核查

(三十三) 获得营养成分含量的方法

1. 直接检测：通过检测产品直接得到营养成分含量数值。可选择国家标准规定的检测方法，在没有国家标准方法的情况下，可选用国内外公认的其他方法。

2. 间接计算：

A. 利用原料的营养成分含量数据，根据原料配方计算获得；

B. 利用可信的食物成分数据库数据（如中国食物成分表/库），根据原料配方计算获得。

对于采用计算法的，企业负责计算数值的准确性，必要时可用检测数据进行比较和评价。为保证数值的可溯源性，建议企业保留相关信息，以便查询和及时纠正相关问题。

(三十四) 关于营养成分的检测

营养成分检测应首先选择国家标准规定的检测方法或与国家标准等效的检测方法，没有国家标准规定的检测方法时，可参考国际组织标准或权威科学文献。

企业可自行开展营养成分的分析检测，也可委托有资质的检验机构完成。

(三十五) 关于检测批次和样品数

营养成分含量标示值宜建立在多次检测基础上。受到原料来源、部位、加工条件等因素的影响，会一定程度地产生营养成分含量波动或不稳定性，因此在检测时应根据产品特性和营养成分可能变化进行多批次样品采集以确保样品代表性，通过多批次检测评估出营养成分分布范围，保证标示值的可靠性。

(三十六) 关于标示值的准确性

可以基于计算或检测结果，结合产品营养成分情况，并适当考虑该成分的允许误差来确定标签标示值的准确性。当检测值与标签标示值出现偏差时，应分析产生差异的原因，如主要原料的季节性和产地差异、测量不确定性、计算和检测偏差等，做出合理的评定和恰当的标示。

判定营养标签标示值的准确性时，应以确定标示值的方法作为依据。

(三十七) 营养标签标示值允许误差与执行的产品标准之间的关系

营养标签的标示值应真实客观地反映产品中营养成分的含量，而允许误差是判断食品营养成分实际含量与标示值是否一致的指标，如果实际含量超过允许误差，可提示标示值不合理或不确切。对于产品质量的合格判定，还要结合相应的产品标准中的营养质量要求，不能仅以允许误差判定产品是否合格。如果相应产品的标准中对营养素含量有要求，应同时符合产品标准的要求和营养标签标准规定的允许误差范围。

如《灭菌乳》（GB 25190-2010）中规定牛乳中蛋白质含量应≥2.9g/100g，若该产品营养标签上蛋白质标示值为3.0g/100g，判定产品是否合格应看其蛋白质实际含量是否≥2.9g/100g。

(三十八) 采用计算法制作营养标签的示例

以产品A为例。

第一步：确认产品A的配方和原辅材料清单。

表2 产品的原辅材料和配方占比

原辅材料名称	占总配方百分比 (%)
原料 A	X <sub>1</sub>
原料 B	X <sub>2</sub>
原料 C	X <sub>3</sub>
原料 D	X <sub>4</sub>

第二步：可从供应商或中国食物成分表/库中收集各类原辅材料的营养成分信息，并记录每个营养数据的来源。

表3 各类原辅材料的营养成分信息

原辅材料名称	原辅材料的营养成分信息 (100g)					
	蛋白质 (g)	脂肪 (g)	饱和脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	糖 (g)	钠 (mg)
原料 A	Y <sub>a1</sub>	Y <sub>a2</sub>	Y <sub>a3</sub>	Y <sub>a4</sub>	Y <sub>a5</sub>	Y <sub>a6</sub>
原料 B	Y <sub>b1</sub>	Y <sub>b2</sub>	Y <sub>b3</sub>	Y <sub>b4</sub>	Y <sub>b5</sub>	Y <sub>b6</sub>
原料 C	Y <sub>c1</sub>	Y <sub>c2</sub>	Y <sub>c3</sub>	Y <sub>c4</sub>	Y <sub>c5</sub>	Y <sub>c6</sub>
原料 D	Y <sub>d1</sub>	Y <sub>d2</sub>	Y <sub>d3</sub>	Y <sub>d4</sub>	Y <sub>d5</sub>	Y <sub>d6</sub>

第三步：通过上述原辅材料的营养成分数据，计算产品A的每种营养成分数据和能量值，并结合能量及各营养成分的允许误差范围，对能量和营养成分数值进行修约。

表4 能量和各营养成分的修约

项目	100克 (修约前)	100克 (修约后)
能量	Z <sub>1</sub>	Z <sub>1</sub> '
蛋白质	Z <sub>2</sub>	Z <sub>2</sub> '
脂肪	Z <sub>3</sub>	Z <sub>3</sub> '
饱和脂肪	Z <sub>4</sub>	Z <sub>4</sub> '
碳水化合物	Z <sub>5</sub>	Z <sub>5</sub> '
糖	Z <sub>6</sub>	Z <sub>6</sub> '
钠	Z <sub>7</sub>	Z <sub>7</sub> '

第四步：根据修约后的能量、营养成分数值和营养素参考值，计算NRV%，并根据包装面积和设计要求，选择适当形式的营养成分表。

五、营养声称和营养成分作用声称

(三十九) 关于营养声称

对食物营养特性的描述和声明，包括含量声称和比较声称。营养声称必须满足本标准附录C规定。

#### (四十) 关于含量声称

本标准的含量声称是指对食品中能量或营养成分含量水平的描述和说明，如“含有”、“高”、“低”或“无”等声称用语。附录C中表C.1列出的营养成分均可进行含量声称，并应符合相应要求。

#### (四十一) 允许使用的含量声称用语

本标准附录C中表C.1的脚注中规定了含量声称用语，包括标准语和同义语。对营养成分进行含量声称时，必须使用该表中规定的用语。

#### (四十二) 关于允许声称“高”或“富含”的情形

按照附录C.1要求执行。例如，当食品中蛋白质含量 $\geq 12\text{g}/100\text{g}$ （每100g的含量 $\geq 20\%\text{NRV}$ ）或 $\geq 6\text{g}/100\text{mL}$ （每100mL的含量 $\geq 10\%\text{NRV}$ ）或 $\geq 6\text{g}/420\text{kJ}$ （每420kJ的含量 $\geq 10\%\text{NRV}$ ）时，可以声称“高”蛋白或“富含”蛋白质。

#### (四十三) 如何判定含量声称是否合格

判断食品中能量和营养成分的含量声称是否合格时，应以标签营养成分表中能量和营养成分的含量标示值为准，即核查含量标示值是否符合标准中含量声称的要求；而判断含量标示值是否正确，则需核查标示值是否在标准规定的允许误差范围内。

#### (四十四) 需冲调后食用的食品如何标示

需冲调后食用的预包装食品，如奶粉、固体饮料等，在标示营养素含量或进行营养声称时可选择按冲调前或冲调后的食品状态标示，也可两种状态同时标示。若两种状态同时标示，计算NRV%应选其一并注明。

#### (四十五) 按“份”标示营养成分含量时，含量声称的要求

含量声称不可以按“份”进行声称。

当用“份”标示营养成分含量时，但对营养成分需要进行含量声称时，应满足相应每100g或每100mL的含量要求。同时，由于按“份”标示时，标示值会经过多次修约，因此不能仅以简单的倒推方式判断其是否符合含量声称要求。

#### (四十六) 关于原料、产品特性及生产工艺的描述

对原料特性和生产工艺的描述不属于营养声称，如脱盐乳清粉等，其描述应符合相应法律、法规或标准的要求。

#### (四十七) 关于比较声称

指与同类食品的能量值或营养成分含量水平进行比较，对其变化状况的描述和说明，如“增加”、“减少”等。比较声称的条件是能量值或营养成分含量与参考食品的差异 $\geq 25\%$ 。

比较声称用语分为“增加”和“减少”两类，可根据食品特点选择相应的同义语，见本标准附录C中表C.2。

#### (四十八) 关于比较声称的参考食品

参考食品是指消费者熟知的、容易理解的同类或同一属类食品，为方便确定参考食品，其可包括两个来源，一是同一企业自身产品，二是《中国食物成分表》中食品。选择参考食品应考虑以下要求：

1. 与被比较的食品是同一种类、同一性状的食品；
2. 被比较的成分可以代表同类食品的基础水平，而不是人工加入或减少了某一成分含量的食品。例如：不能以脱脂牛奶为参考食品，比较其他牛奶的脂肪含量高低。

#### (四十九) 关于含量声称与比较声称的区别

含量声称和比较声称都是表示食品营养特性的方式，其差别为：

1. 声称依据不同。含量声称是根据规定的含量要求进行声称，比较声称是对比参考食品的含量进行声称；
2. 声称用语不同。含量声称用“含有”“低”“高”等用语；比较声称用“减少”“增加”等用语。

#### (五十) 关于比较声称和含量声称的选择

同时符合含量声称和比较声称的要求时，可以使用其中一种或者同时使用两种声称方式。

一般来说，当产品营养素含量条件符合含量声称要求时，首先可以选择含量声称。因为含量声称的条件和要求明确，更加容易使用和理解。当产品的参考食品被广大消费者熟知，用比较声称更能说明营养特点的时候，可以用比较声称。

#### (五十一) 关于营养成分作用声称

营养成分作用声称指对某营养成分维持人体正常生长、发育和生理功能作用的描述和说明。同一产品可以同时两个及以上符合要求的成分进行作用声称。

本标准规定，只有当能量或营养成分含量符合附录C营养声称的要求和条件时，才可根据食品的营养特性，选用附录D中相应的一条或多条作用声称标准用语。例如：只有当食品中的钙含量满足“含有钙”、“高钙”或“增加钙”等条件和要求后，才能标示“钙有助于骨骼和牙齿的发育”等作用声称用语。

进行营养成分作用声称，必须同时在营养成分表中标示该营养成分的含量及占NRV的百分比。

#### (五十二) 关于营养成分作用声称标准用语

营养成分作用声称必须使用标准用语，不得删改、添加和合并，更不能任意编写。例如，如果产品声称高钙，可选择本标准中给出的1条或多条作用声称用语。如同时使用钙的两条作用声称用语，正确的使用方法举例如下：

1. 钙是骨骼和牙齿的主要成分，并可维持骨骼密度。钙有助于骨骼和牙齿更坚固。
2. 钙是人体骨骼和牙齿的主要组成成分。钙有助于骨骼和牙齿的发育。

#### (五十三) 关于n-3多不饱和脂肪酸的声称

当 $\alpha$ -亚麻酸含量或者DHA、EPA总和符合标准附录C的声称条件时，可声称“含n-3多不饱和脂肪酸”或“富含n-3多不饱和脂肪酸”等；当 $\alpha$ -亚麻酸含量符合声称条件时，可对其进行作用声称“ $\alpha$ -亚麻酸是人体必需脂肪酸”。

### 六、关于豁免强制标示营养标签的预包装食品

#### (五十四) 豁免强制标示营养标签的原则

营养标签标准中规定了可以豁免标示营养标签的部分食品范围。鼓励豁免的预包装食品按本标准自愿标示营养标签。豁免强制标示营养标签的原则如下：1. 食品的营养素含量不稳定；2. 包装面积小，不足以满足标示营养标签内容；3. 食用量小、对机体营养素的摄入贡献较小。

符合以上条件的预包装食品，如果有以下情形之一，则应当按照营养标签标准的要求，强制标示营养标签：1. 企业自愿选择标示营养标签；2. 标签中有任何营养信息（如“蛋白质 $\geq 3.3\%$ ”等）；3. 使用了营养强化剂、氢化和（或）部分氢化植物油；4. 标签中有营养声称或营养成分作用声称。

#### (五十五) 关于生鲜食品和粮食籽粒

生鲜食品是指预先包装的、未经烹煮、未添加其它配料，如生肉、生鱼、生鲜蛋、鲜豆、蔬菜和水果等。

粮食籽粒，是指粮谷类食品的籽粒，属于初级农产品中未加工的生鲜产品，如玉米籽粒等。

但是，添加了盐等调味品的预包装食品和冷冻调理食品不属于豁免范围，如咸鸭蛋、虾丸等。

#### (五十六) 关于经简单物理处理、未添加其他配料的单一原料干制品

经切割、碾磨、粉碎等简单物理处理、未添加其它配料，未经精细加工明显改变营养组成的干制品类，且原料为单一来源的，如谷物和杂粮、干制水果、干制蔬菜、干制菌藻类等，也属于豁免的范围。

#### (五十七) 关于包装饮用水和茶叶

包装饮用水是指饮用天然矿泉水、饮用纯净水及其他饮用水。

对于包装饮用水，依据相关标准标注产品的特征性指标，如偏硅酸、碘化物、硒、溶解性总固体含量以及主要阳离子( $\text{K}^+$ 、 $\text{Na}^+$ 、 $\text{Ca}^{2+}$ 、 $\text{Mg}^{2+}$ )含量范围等，不作为营养信息。

茶叶（包括袋泡茶、花果茶等）也可豁免强制标示营养标签。

#### (五十八) 关于酒精度在0.5vol以上的饮料酒

酒精度 $\geq 0.5\text{vol}$ 的饮料酒产品，包括发酵酒及其配制酒、蒸馏酒及其配制酒以及其他酒类可不标示营养标签。

#### (五十九) 关于每日食用量 $\leq 10\text{g}$ (mL)的预包装食品和单一原料调味品

此类豁免食品具体包括：

1. 调味品：食盐、味精、食醋等；
2. 甜味料：食糖、淀粉糖、花粉、餐桌甜味料、调味糖浆、蜂蜜等；
3. 香辛料：花椒、大料、辣椒等单一原料香辛料和五香粉、咖喱粉等多种香辛料混合物；
4. 可食用比例较小的食品：胶基糖果、咖啡豆、研磨咖啡粉等；
5. 其他：酵母、食用淀粉、料酒等。

但是，对于单项营养素含量较高、对营养素日摄入量影响较大的食品，如腐乳类、酱腌菜（咸菜）、酱油、酱类（黄酱、肉酱、辣酱、豆瓣酱等）以及复合调味料等，应当标示营养标签。

#### (六十) 关于最大表面积 $\leq 40\text{cm}^2$ 的预包装食品

产品包装物或包装容器的最大表面积 $\leq 40\text{cm}^2$ 的预包装食品可豁免强制标示营养标签。这类产品自愿标示营养标签时，可使用文字格式，并可省略营养素参考值（NRV）标示。

(六十一) 关于重复使用玻璃瓶包装的食品  
对于重复使用玻璃瓶包装的食品，如果无法在瓶身印刷信息，可根据“产品包装物或包装容器的最大表面积 $\leq 40\text{cm}^2$ 的预包装食品”执行，可豁免强制标示营养标签。

#### 七、营养标签的格式

##### (六十二) 关于食品营养标签的格式

为了规范食品营养标签标示，便于消费者记忆和比较，本标准附录B中推荐了8种基本格式。在保证符合基本格式要求和确保不对消费者造成误导的原则下，企业在版面设计时可进行适当调整，包括但不限于：因美观要求或为便于消费者观察而调整文字格式（左对齐、居中等）、背景和表格颜色或适当增加内框线等。

##### (六十三) 关于标示营养声称和营养成分作用声称的位置

营养声称、营养成分作用声称可以在标签的任意位置标示，其字高不得大于食品名称的最大字高。

##### (六十四) 关于营养成分的标示顺序

营养成分的标示顺序按照本标准表1的顺序标示。当不标示某些营养成分时，后面的成分依序上移。不能按照营养素含量高低或重要性随意调整营养素排列顺序。

##### (六十五) 关于横排格式的营养标签

根据标签的形状，企业可以选用横排（水平）格式标示，将营养成分分为两列或两列以上的形式。能量和营养成分可从左到右从上到下排列，也可从上到下从左到右排列。

##### (六十六) 关于文字格式的营养标签

文字格式或非表格形式标示营养信息，允许不用营养素参考值（NRV%）阐释，但必须遵循本标准规定的能量和营养成分的标示名称、顺序和表达单位。

#### 八、其他

##### (六十七) 实施日期

营养标签标准将于2027年3月16日实施。在实施日期后生产的食品，应当按照标准要求标示营养标签。在实施日期前生产的食品，可在食品保质期内继续销售至保质期结束。

##### (六十八) 进口预包装食品的营养标签

进口预包装食品可以采用“加贴”等方式标注营养标签，并符合我国营养标签标准的要求和国家的相关规定。



网站地图

地址：北京市西城区西直门内大街1号 邮编：100044 电话：010-68797979  
中华人民共和国国家卫生健康委员会 版权所有，不得非法转载。 ICP备案号：京ICP备18052910号  
技术支持：国家卫生健康委员会统计信息中心

