

南關
社大

2016 年 秋季 班 公民 素養 週

系/列/講/座

10/31(一)-11/05(六)PM7:00-9:00

如何看懂包裝食品標示，
聰明消費！！

[B01] 11/01(二)7:00PM

蔡源炳 / 嘉義市衛生局食衛科



南關
社大

2016 年秋季班公民素養週

系/列/講/座

10/31(一)-11/05(六)PM7:00-9:00



1. 認識最新修訂食品安全衛生管理法。
2. 淺談台灣近年發生的食品安全事件與解析。
3. 了解目前食品餐飲相關行業之經營概況。
4. 必要之惡—甚麼是法定食品添加物?
5. 從 104 年 7 月 1 日實施食品標示新制法規談起。
6. 深入食品標示各項規定與罰則。
7. 食安事件發生與消費關係漫談!
8. 教你看懂媒體對食安事件評論之真意!
9. Q&A 相關議題討論。



自我介紹



專長:食品公司工廠經營管理診斷
GMP(TQF)、CAS、HACCP認證前期實
務輔導



1952/08/31生

台灣嘉義人

1974年嘉義農專食品加工科畢業

歷任食品公司工廠各項職務

➡ 現任:嘉義市衛生局食衛科

➡ 食安志工大隊長

2016/11/01

避難器具
Fire Escape Equipment





講一段小故事
良知、良能、良心

恩師的教誨：
楊熙昌教授

2015七月一日新法上路

食安新法上路 反式脂肪要標示



食安新措施

- 包裝食品反式脂肪標示
- 包裝食品營養標示
- 基改食品標示由包裝食品擴大至食品添加劑及散裝食品，食品中基改原料逾3%，須標示為「基改食品」
- 食品標籤六大食品類別對象
- 真實類食品內容標示

資料來源：食藥署 記者／陳雨鑫、張國棟

【記者陳雨鑫、張國棟／台北報導】今天起，多項食品標示新措施上路，包括包裝食品標示反式脂肪、含糖量、過敏原成分等。同時，基改食品標示由包裝食品擴大至食品添加劑及散裝食品。食品中基改原料超過百分之三，即須標示為「基改食品」。

國人飲食西化，接觸加工食品機會大增，使反式脂肪攝取增加。美國日前宣布三年內逐步禁止食品業者使用部分氫化油脂，國內則要求今天約製造的包裝食品必須標示反式脂肪含量。食藥署規定，食品中每百公克反式脂肪含量在零點二公克以上，必須強制標示；若低於零點二公克，可標示為零。

反式脂肪存在於酥油和人造奶油製作的餅乾、油炸食物，世界衛生組織建議，每天反式脂肪攝取量最多不宜超過一點二公克。反式脂肪增加心血管疾病及糖尿病風險。若降低攝取，可減少中風及冠心病死亡風險。

至於糖含量標示，食藥署要求，業者必須將產品中額外添加的糖量，以及食材料本所原有的糖量，全部加總後標示，消費者可利用此資訊，清楚知道、控制自己的糖攝取量。

國民黨立委王有敏昨天質疑，市售常見零食、麵包、洋芋片等含反式脂肪，卻可能因含有未定標準而不用標示，現業將恐「心」食品而不自知。

食藥署食品組科長李曉娟表示，加工食品成分複雜，現階段完全要求以式脂肪，國內規範已較美、韓等嚴格。食藥署食品組科長李曉娟表示，目前正研議，要求業者在包裝上註明「因法推規定零點二公克以下反式脂肪可標示為零」。據李曉娟表示，計畫修正「食品安全衛生管理法」，比附美國，凡使用經部分氫化處理產生反式脂肪食品，不得製造、加工、調配或販賣，違者最重處三萬萬元罰鍰。

此食品反式脂肪標示為0，表示不含反式脂肪或含量在0.2%以下。

此食品每份含反式脂肪0.3公克，今起製造的產品應明確標示。

報系資料照片 記者陳雨鑫／攝影

你吃了多少反式脂肪？

包裝食品

- 高熱量餅乾**：洋芋片、巧克力棒、巧克力酥、奶油派、夾心派、蛋捲、捲心酥、奶油夾心餅、科學餅等
- 飲品**：牛搖奶茶、三合一奶茶、市售人造奶精等飲料
- 其他**：牛乳酥、太妃糖、花生露、超香奶酥麵包

非包裝食品類食品

- 西餅蛋糕**：起士蛋糕、奶油蛋糕、瑞士捲、奶酥餅乾、西式餅乾、蛋黃酥、泡芙、鬆餅等
- 酥皮類**：蛋塔、千層酥、酥皮漢堡、鳳梨酥、叉燒酥、四喜酥、綠豆凸、雞蛋餅等
- 麵包類**：奶香起酥麵包、甜酥麵包、大蒜麵包、可頌、起酥麵包、起士土司等
- 油炸類**：薯條、炸餅、鹽酥雞、油條、炸春卷、臭豆腐等
- 其他**：糯米花、蔥油餅、調味食品、乳淇淋、奶油球、蛋餅、義大利麵、豆漿等

資料來源：食品添加劑 食藥署、記者 張國棟

食品新法上路執行實況





1-8 國民飲食指標

為推廣均衡的健康飲食觀念，衛生福利部食品藥物管理署參考先進國家之飲食指標建議，並依據我國 2005~2008 年國民營養健康狀況變遷調查結果，檢討修正「國民飲食指標」。

新版「國民飲食指標」包括 12 項原則：

1. 飲食指南作依據，均衡飲食六類足。

依照每日飲食指南適當選擇搭配。並注意應吃到足夠的蔬菜、水果、全穀、豆漿、堅果種子及低脂乳製品。

2. 健康體重重要確保，熱量攝取應控管。

瞭解自己的健康體重和熱量需求，適量飲食，以維持體重在正常範圍內（身體質量指數在 18.5~23.9）。

$$\text{健康體重目標值} = \left[\text{身高 (公分)} / 100 \right]^2 \times 22$$

3. 維持健康多活動，每日至少 30 分。

維持多活動的生活習慣，每日從事動態活動至少 30 分鐘。

4. 母乳營養價值高，哺餵至少六個月。

母乳是嬰兒成長階段無可取代且必須營養素，建議母親應以母乳完全哺餵嬰兒六個月，之後可同時以母乳及副食品提供嬰兒所需營養素。

5. 全穀根莖當主食，營養升級質更優。

三餐應以全穀為主食，或至少應有 $1/3$ 為全穀類如：糙米、全麥、全蕎麥或雜糧等。全穀類含有豐富維生素、礦物質及膳食纖維，對人體健康有保護作用。

6. 太鹹不吃少醃漬，低脂少炸少沾醬。

口味清淡、沾醬酌量。每日鈉攝取量應該限制在 2,400 毫克以下，並於選購包裝食品時注意營養標示中鈉含量。高熱量密度食物，如油炸與其他高脂高糖的食物，相同分量就會攝入過多熱量，應盡量少吃。

7. 含糖飲料應避免，多喝開水更健康。

白開水是人體最健康、最經濟的水分來源，應養成喝白開水的習慣。市售飲料含糖量高，經常飲用不利於理想體重及血脂肪的控制。從飲料中得到熱量，易吃不下其他有營養的食物而造成營養不良。

8. 少葷多素少精製，新鮮粗食少加工。

飲食中以植物性食物為優先選擇對健康較為有利，且符合節能減碳之環保原則。選擇未精製植物性食物，以充分攝取微量營養素與膳食纖維。

9. 購食點餐不過量，分量適中不浪費。

個人飲食任意加大分量，容易造成熱量攝取過多或食物廢棄浪費。購買與製備餐飲時，應注意分量適中。

10. 當季在地好食材，多樣選食保健康。

當令食材乃最適天候下所生產，營養價值高，且因為盛產，價錢較為便宜，品質也好。

11. 來源標示要注意，衛生安全才能吃。

食物製備過程應注意清潔衛生，貯存與烹調。購買食物應注意食物來源、食品標示及有效日期

12. 若要飲酒不過量，懷孕絕對不喝酒。

若飲酒，女性每日不宜超過 1 杯（每日酒精 10 公克），男性不宜超過 2 杯。
但懷孕期間絕對不可飲酒。

有關營養與健康參考資料可查詢衛生福利部食品藥物管理署網頁：
<http://consumer.fda.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeID=3>

※每日飲用水量約為: 30 CC 乘以體重公斤數以上。

看懂包裝食品標示，聰明消費！

食力 foodNEXT

品名標示
選購時可從品名辨識食品本質

成分標示
內容物與添加物必須完全展開，並按其含量由高至低順序排列

過敏原標示
選購時消費者應自行判斷，避免食用引起過敏之食品

營養成分標示
選購食品時能夠根據營養成分標示自行判斷選擇

廠商資訊標示
當產品有疑慮與問題時，可按聯絡資訊找到能負責的窗口

有效日期標示
此期限內廠商負有全責，此期限內產品必須無變質、腐敗及其他事情發生

營養標示		
	每份	每100公克
每份量	7公克	
本包裝含	1份	
熱量	40大卡	576大卡
蛋白質	0.3公克	4.5公克
脂肪	2.7公克	38公克
飽和脂肪	1.3公克	18.5公克
反式脂肪	0公克	0公克
碳水化合物	3.8公克	54.6公克
糖	0.6公克	8.6公克
鈉	23毫克	331毫克



微辣雞腿堡

微波 1+1

42元

製造日期：2016.06.08 有效日期：2016.06.10 24時



2 0 3 2 3 7 8 1 1 0 0 0 3 6 0 6 1 0 1 0

熱量
408大卡

(辣), 成分: 雞腿肉, 麵粉, 大豆油, 蔗糖, 芝麻, 雞蛋, 葡萄糖, 食鹽, 棕櫚油, 玉米澱粉, 食用醋, 酵母, 葡萄糖漿, 氫化棕櫚二油, 乙醯化己二酸二澱粉, 小麥纖維素, 麥芽糊精, 辣椒, 小麥蛋白, 醋酸钠, 米粉, 蘋果酸, 葡萄糖酸-δ-內酯, 反丁烯二酸, 糊精, 蒜頭抽出物, 蛋白質, 乳油粉, 發酵小麥蛋白, 酵母抽出物, 乳化劑(乳醣硬脂酸鈉, 單酸甘油酯, 脂肪醇聚糖醇, 脂肪醇丙二醇酯, 單酸甘油酯, 雙酸甘油酯), 品質改良劑(醋酸钠(無水), 多磷酸鈉, 鹼性磷酸鈉), 大豆卵磷脂, 抗氧化劑(L-抗壞血酸, 混合維生素E, 第三丁基氧西昆), 枯樹劑(皂角菜膠, 醋酸鈣粉, 乾酪素鈉, 玉米糖膠, 海藻酸丙二酸, 辛烯基丁二酸鈉鈣粉), 紅椒色素, 調味劑(胺基乙醯, 檸檬酸, 檸檬酸鉀, 冰醋酸, 5'-次黃嘌呤核苷酸二鈉, 5'-鳥嘌呤核苷酸二鈉, 乳糖, 檸檬酸鈉), 碳酸氫鈉, 二氧化碳, 酵素製劑, 芥末香料, 梔子藍色素, 阿拉伯膠, 紅花油, 丙二酸, β-胡蘿蔔素, 檸檬香料, 淨重: 118公克

營養標示		
每份量 118 公克		
本包裝含 1份		
	每份	每100公克
熱量	408大卡	346大卡
蛋白質	14.2公克	12公克
脂肪	23.8公克	20.2公克
飽和脂肪	5.6公克	4.7公克
反式脂肪	0公克	0公克
碳水化合物	31.2公克	28公克
糖	1.3公克	2.8公克
鈉	627毫克	521毫克

過敏原資訊: 本產品含有蛋及其製品
 保存條件: 請冷藏於0~-7°C中, 家用微波700W, 0分74秒, 微波前請先撕開包裝袋, 微波後請於2小時內食用完畢
 製造廠商: 統一武藏軒(股)公司 高雄廠, 廠址: 高雄市大社區中正路337號, 電話: (07)975-5200, 客服專線: 0800-008-711 F0681100881

Q: 在裡面看到甚麼東西?

1. 它面積有多大?

2. 成分裡面共標示幾項?

3. 請講出你所知道的内容。

4. 有發現覺得不一樣的東西?

罰則

舊的!不痛不癢!

- 如未標示，可處3-300萬元(§ 47)
- 如標示不實可處4-400萬元(§ 45)
- 如未標示或標示不實，應限期回收改正，改正前不得繼續販賣；屆期未遵行或涉及醫療效能者，沒入銷毀之(§ 52)

第九章 罰則

第 44 條

有下列行為之一者，處新臺幣六萬元以上二億元以下罰鍰；情節重大者，並得命其歇業、停業一定期間、廢止其公司、商業、工廠之全部或部分登記事項，或食品業者之登錄；經廢止登錄者，一年內不得再申請重新登錄：

- 一、違反第八條第一項或第二項規定，經命其限期改正，屆期不改正。(8-1食品之良好衛生規範準則GHP，8-2食品安全系統管制準則HACCP)
 - 二、違反第十五條第一項、第四項或第十六條規定。(變質腐敗有害人體中毒或含病原菌農藥殘留原料等)
 - 三、經主管機關依第五十二條第二項規定，命其回收、銷毀而不遵行。(輸入食品用容器、食品添加物未經查驗核准)
 - 四、違反中央主管機關依第五十四條第一項所為禁止其製造、販賣、輸入或輸出之公告。(同上條)
- 前項罰鍰之裁罰標準，由中央主管機關定之。

第 45 條

違反第二十八條第一項或中央主管機關依第二十八條第三項所定辦法者，處新臺幣四萬元以上四百萬元以下罰鍰；違反同條第二項規定者，處新臺幣六十萬元以上五百萬元以下罰鍰；再次違反者，並得命其歇業、停業一定期間、廢止其公司、商業、工廠之全部或部分登記事項，或食品業者之登錄；經廢止登錄者，一年內不得再申請重新登錄。(宣稱療效廣告不實)

違反前項廣告規定之食品業者，應按次處罰至其停止刊播為止。

違反第二十八條有關廣告規定之一，情節重大者，除依前二項規定處分外，主管機關並應命其不得販賣、供應或陳列；且應自裁處書送達之日起三十日內，於原刊播之同一篇幅、時段，刊播一定次數之更正廣告，其內容應載明表達歉意及排除錯誤之訊息。

違反前項規定，繼續販賣、供應、陳列或未刊播更正廣告者，處新臺幣十二萬元以上六十萬元以下罰鍰。

第 46 條

傳播業者違反第二十九條規定者，處新臺幣六萬元以上三十萬元以下罰鍰，並得**按次處罰**。

直轄市、縣（市）主管機關為前條第一項處罰時，應通知傳播業者及其直轄市、縣（市）主管機關或目的事業主管機關。傳播業者自**收到該通知之次日起，應即停止刊播**。

傳播業者未依前項規定停止刊播違反第二十八條第一項或第二項規定，或違反中央主管機關依第二十八條第三項所為廣告之限制或所定辦法中有關停止廣告之規定者，處**新臺幣十二萬元以上六十萬元**以下罰鍰，並應**按次處罰至其停止刊播為止**。

傳播業者經依第二項規定通知後，仍未停止刊播者，直轄市、縣（市）主管機關除依前項規定處罰外，並通知傳播業者之直轄市、縣（市）主管機關或其目的事業主管機關依相關法規規定處理。

第 47 條

有下列行為之一者，處新臺幣三萬元以上三百萬元以下罰鍰；情節重大者，並得命其歇業、停業一定期間、廢止其公司、商業、工廠之全部或部分登記事項，或食品業者之登錄；經廢止登錄者，一年內不得再申請重新登錄：

- 一、違反中央主管機關依第四條所為公告。(風險評估相關)
- 二、違反第七條第五項規定。(自主管理強制檢驗)
- 三、食品業者依第八條第三項、第九條第一項或第三項規定所登錄、建立或申報之資料不實，或依第九條第二項開立之電子發票不實致影響食品追溯或追蹤之查核。(來源流向追溯追蹤)
- 四、違反第十一條第一項或第十二條第一項規定。(未設置專責衛生管理人員與專業技師)

- 五、違反中央主管機關依第十三條所為投保產品責任保險之規定。
- 六、違反直轄市或縣（市）主管機關依第十四條所定管理辦法中有關公共飲食場所衛生之規定。
- 七、違反第二十一條第一項及第二項、第二十二條第一項或依第二項及第三項公告之事項、第二十四條第一項或依第二項公告之事項、第二十六條或第二十七條規定。重申(變質腐敗有害人體中毒或含病原菌農藥殘留原料等)
- 八、除第四十八條第八款規定者外，違反中央主管機關依第十八條所定標準中有關食品添加物規格及其使用範圍、限量之規定。
- 九、違反中央主管機關依第二十五條第二項所為之公告。(標示不實)
- 十、規避、妨礙或拒絕本法所規定之查核、檢驗、查扣或封存。
- 十一、對依本法規定應提供之資料，拒不提供或提供資料不實。
- 十二、經依本法規定命暫停作業或停止販賣而不遵行。
- 十三、違反第三十條第一項規定，未辦理輸入產品資訊申報，或申報之資訊不實。
- 十四、違反第五十三條規定。

第 48 條

有下列行為之一者，經命限期改正，屆期不改正者，處新臺幣三萬元以上三百萬元以下罰鍰；情節重大者，並得命其歇業、停業一定期間、廢止其公司、商業、工廠之全部或部分登記事項，或食品業者之登錄；經廢止登錄者，一年內不得再申請重新登錄：

- 一、違反第七條第一項規定未訂定食品安全監測計畫、第二項或第三項規定未設置實驗室。(自主管理強制檢驗)
- 二、違反第八條第三項規定，未辦理登錄，或違反第八條第五項規定，未取得驗證。
- 三、違反第九條第一項規定，未建立追溯或追蹤系統。
- 四、違反第九條第二項規定，未開立電子發票致無法為食品之追溯或追蹤。
- 五、違反第九條第三項規定，未以電子方式申報或未依中央主管機關所定之方式及規格申報。
- 六、違反第十條第三項規定。
- 七、違反中央主管機關依第十七條或第十九條所定標準之規定。(輸入食品用容器、食品添加物未經查驗核准)
- 八、食品業者販賣之產品違反中央主管機關依第十八條所定食品添加物規格及其使用範圍、限量之規定。
- 九、違反第二十二條第四項或第二十四條第三項規定，未通報轄區主管機關。違反(食品添加物規格及其使用範圍、限量之規定)

十、違反第三十五條第四項規定，未出具產品成分報告及輸出國之官方衛生證明。(源頭管理)

十一、違反中央主管機關依第十五條之一第二項公告之限制事項。

第 48-1 條 重申(變質腐敗有害人體中毒或含病原菌農藥殘留原料等)

有下列情形之一者，由中央主管機關處新臺幣三萬元以上三百萬元以下罰鍰；情節重大者，並得暫停、終止或廢止其委託或認證；經終止委託或廢止認證者，一年內不得再接受委託或重新申請認證：

- 一、依本法受託辦理食品業者衛生安全管理驗證，違反依第八條第六項所定之管理規定。
- 二、依本法認證之檢驗機構、法人或團體，違反依第三十七條第三項所定之認證管理規定。
- 三、依本法受託辦理檢驗機關（構）、法人或團體認證，違反依第三十七條第三項所定之委託認證管理規定。

第 49 條

有第十五條第一項第三款、第七款、第十款或第十六條第一款行為者，處七年以下有期徒刑，得併科新臺幣八千萬元以下罰金。情節輕微者，處五年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣八百萬元以下罰金。

有第四十四條至前條行為，情節重大足以危害人體健康之虞者，處七年以下有期徒刑，得併科新臺幣八千萬元以下罰金；致危害人體健康者，處一年以上七年以下有期徒刑，得併科新臺幣一億元以下罰金。

犯前項之罪，因而致人於死者，處無期徒刑或七年以上有期徒刑，得併科新臺幣二億元以下罰金；致重傷者，處三年以上十年以下有期徒刑，得併科新臺幣一億五千萬元以下罰金。

因過失犯第一項、第二項之罪者，處二年以下有期徒刑、拘役或科新臺幣六百萬元以下罰金。

法人之代表人、法人或自然人之代理人、受僱人或其他從業人員，因執行業務犯第一項至第三項之罪者，除處罰其行為人外，對該法人或自然人科以各該項十倍以下之罰金。

科罰金時，應審酌刑法第五十八條規定。

睜大眼睛仔細挑，



違規食品跑不掉

食品業者為了吸引消費者注意，常以誇張或錯誤字眼，達到「吸睛」的目的，甚至「以假亂真」，而有不實的宣稱。或是為了刺激消費者的購買慾望，常以具有療效字眼如清血、降低血糖、治療疾病等，讓消費者誤以為一般食品具有醫療療效。

政府對於包裝標示不實、錯誤或宣稱涉及醫療效能者，依情節輕重對產品要求標示限期改正，並對業者處以罰鍰，甚至勒令停業，最重還可處以刑法。



① 食品違規資料查詢：



知識服務網首頁 > 整合查詢中心 > 食品 > 違規資料查詢

<http://consumer.fda.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeID=151>

② 行政院消費者保護會專線：



1950

<http://www.cpc.ey.gov.tw/>

③ 違規食品或藥品廣告檢舉專線：



0800-285-000

附圖一：1919 全國食品安全專線服務內容





包裝食品是指「固定密封包裝且可延長保存時間之食品」，在超商、超市等架上各廠牌有包裝的食品就屬此類，賣場中用塑膠盒、保麗龍和保鮮膜包裝的生鮮、蔬菜類，**僅供現場販售的臨時性方便包裝且不具有延長保存作用，就不在包裝食品標示規定範圍。**



常見之食品驗證標章

♥ 認識食品標示

♥ 認識健康食品標示

♥ 認識營養標示

♥ 認識調和油標示

♥ 認識散裝食品標示

♥ 認識基因改造食品標示

♥ 認識牛肉原產地標示

♥ 認識果(蔬)汁包裝飲料標示

♥ 認識冷凍肉品標示

♥ 認識包裝速食麵標示



食品標示宣傳或廣告詞句涉及誇張易生誤解之標準



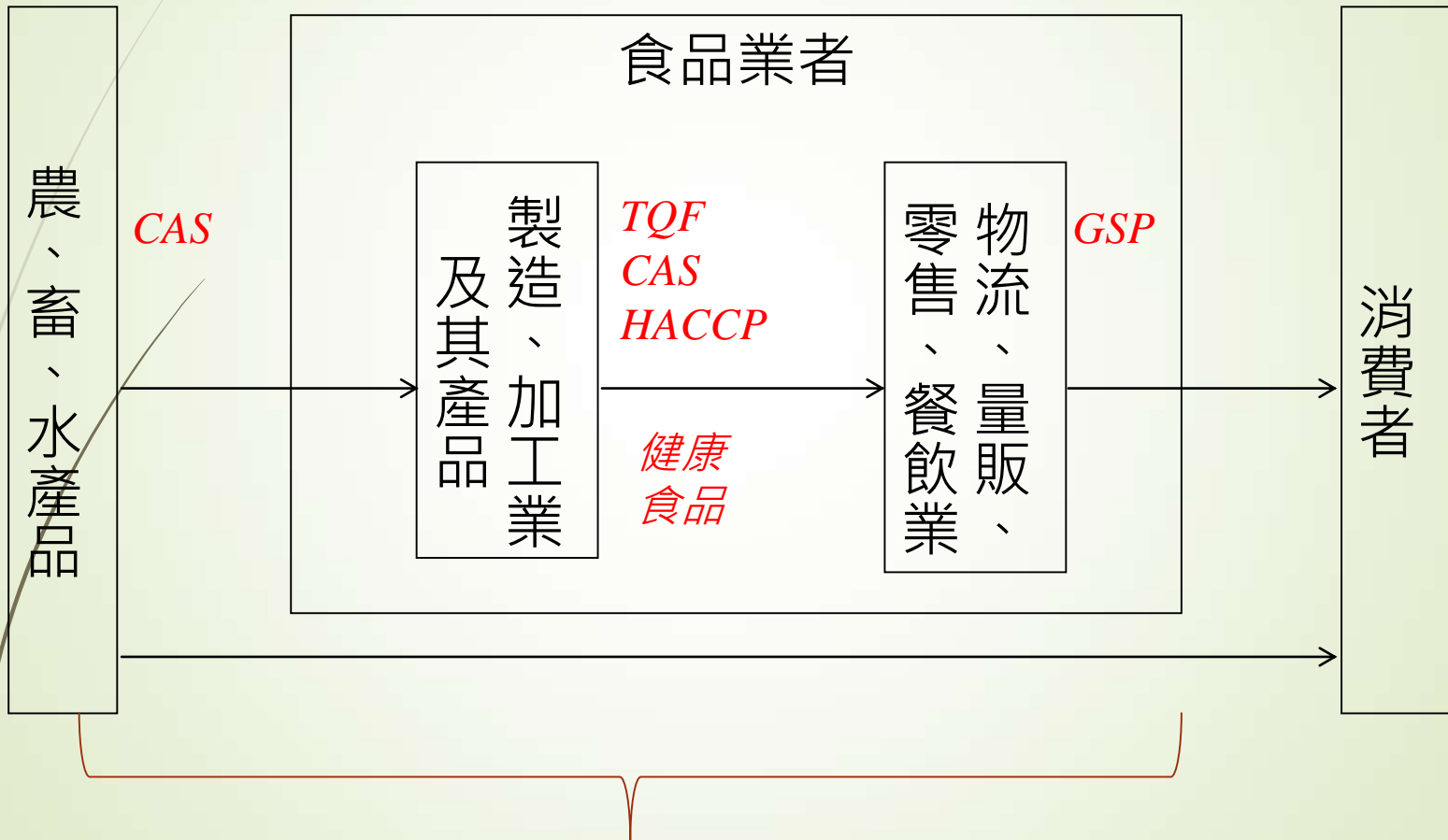
認識食品包裝之功能

常見之食品及餐飲驗證標章



認證制度與食品產業

食品安全衛生管理法、GHP



ISO 22000 (ISO9000+HACCP 的進化版)

各認證的差異

	GHP	TQF	CAS	HACCP	GSP	ISO-22000	健康食品
性質	強制性	自願性	自願性	強制性/ 自願性	自願性	自願性	自願性
條件			國產農 產品為 原料				動物實 驗驗證
範圍	生產硬体 +品保制 度	生產硬 体+管 理軟体	產品製 程、品 質管制 計畫書 +自主 品管紀 錄	品保制度	管理軟 体	管理軟 体	製程品 管
對象	備註	產品線 +產品	產品線 +產品			申請的 全單位	產品

HACCP的實踐-保障食品的安全衛生



5S 運動-(現場衛生的根本)

食品業者可由實行5S運動，藉由簡易之整理(Seiri)、整頓(Seiton)、清掃(Seiso)、清潔(Seiketsu)、教養(Shitsuke)等步驟，建立一個容易發現問題的環境並將其改善，營造出符合食品良好衛生規範(Good Hygienic Practice, GHP)準則規定。



什麼是 GHP 驗證？

- 餐飲衛生管理分級評核標章(優、良)為鼓勵符合食品良好衛生規範
- 合乎(Good Hygiene Practice, GHP)準則之優良餐飲業，繼續維持GHP規範，藉由衛生局人員或專家學者，就餐飲業者之烹調作業場所、員工個人衛生、廁所衛生及用餐品質現場評核結果，評定核發「優」或「良」標章，亦可作為提供消費者選擇餐飲場所之參考。

食品業者良好衛生規範準則

新版 (103.11.7)		舊版 (89.9.7)	
第一章	總則(§1-8) •法源依據、適用對象及設廠規定、用詞定義 •場區及環境(附表一)、從業人員、設備器具等 (附表二)、倉儲管制、運輸管制、產品申訴及 成品回收等。	第一章	總則 (§1-4)
		第二章	食品業者良好衛生規範一般規定(§5-6)
第二章	食品製造業 (§9-12)	第三章	食品製造業者良好衛生規範 (§7-13)
第三章	食品工廠 (§13-15)	第四章	食品工廠良好衛生規範 (§14-20)
第四章	食品物流業 (§16)	第五章	食品物流業者良好衛生規範(§21)
第五章	食品販賣業 (§17-21)	第六章	食品販售業者良好衛生規範(§22-26)
第六章	餐飲業 (§22-28)	第七章	餐飲業者良好衛生規範(§27-29)
第七章	食品添加物業 (§29-32)		
第八章	低酸性及酸化罐頭食品製造業 (§33-36)	其他	•罐頭食品良好衛生規範 (90.10.31)
第九章	真空包裝即食食品製造業 (§37-39)		•真空包裝食品良好衛生規範 (99.10.14)
第十章	塑膠類食品器具、食品容器或包裝製造業 之良好作業規範(§40-45)		
第十一章	附則(§46)		

GHP 準則附表

附表	GHP 準則附表內容
附表一	食品業者之場區及環境良好衛生管理基準
附表二	食品業者良好衛生管理基準
附表三	食品製造業者製程管理及品質管制基準
附表四	低酸性及酸化罐頭食品製造業生產及加工管理基準
附表五	低酸性及酸化罐頭食品製造業殺菌設備與方法管理基準
附表六	低酸性及酸化罐頭食品製造業容器密封之管制基準

危害分析重要管制點制度(HACCP)

- HACCP為**危害分析重要管制點**(Hazard Analysis and Critical Control Point)的英文縮寫，食品安全管制系統係使用HACCP原理，藉以對**整體食品製造過程進行預防性之自主管理系統**。以**事前分析**，從原料到產品製造過程中的每個步驟，分析可能產生的危害，然後依危害的機率與後果嚴重性，訂定重要管制點，**有效預防控**制危害的發生，**或者在危害發生時，可立即採取矯正措施**去除危害，以達到確保產品安全為目標，提升食品業者的水準。

執行HACCP的好處

傳統食品管理與HACCP系統之比較：

- 傳統食品管理著重於**事後**檢驗—事情發生了再行動(反應型)
- HACCP系統著重於**事前**監控—事情發生前的預防(預防型)



認識食品標示

第二十二條：食品之容器或外包裝，應以中文及通用符號，明顯標示下列事項：

- 一、品名。
- 二、內容物名稱；其為二種以上混合物時，應依其含量多寡由高至低分別標示之。
- 三、淨重、容量或數量。
- 四、食品添加物名稱；混合二種以上食品添加物，以功能性命名者，應分別標明添加物名稱。
- 五、製造廠商或國內負責廠商名稱、電話號碼及地址。國內通過農產品生產驗證者，應標示可追溯之來源；有中央農業主管機關公告之生產系統者，應標示生產系統。
- 六、原產地（國）。
- 七、有效日期。
- 八、營養標示。
- 九、含基因改造食品原料。
- 十、其他經中央主管機關公告之事項。



食安法第22條所規範之「包裝食品」為何？

- 完整包裝食品：意即固定密封包裝、可擴大銷售範圍、且可延長保存期限者，並以該等形式流通販賣，且經拆封後無法復原者。



包裝 or 散裝

散裝



食品應標示事項(§22)

- 1. 品名
- 2. 內容物名稱；其為二種以上混合物時，應依其含量多寡由高至低分別標示之
- 3. 淨重、容量或數量
- 4. 食品添加物名稱；混合二種以上食品添加物，以功能性命名者，應分別標明添加物名稱
- 5. 製造廠商或國內負責廠商名稱、電話號碼及地址。國內通過農產品生產驗證者，應標示可追溯之來源；有中央農業主管機關公告之生產系統者，應標示生產系統
- 6. 原產地(國)

第二十四條：食品添加物之容器或外包裝，應以中文及通用符號，明顯標示下列事項

- 一、品名。
- 二、「食品添加物」或「食品添加物原料」字樣。
- 三、食品添加物名稱；其為二種以上混合物時，應分別標明。
- 四、淨重、容量或數量。
- 五、製造廠商或國內負責廠商名稱、電話號碼及地址。
- 六、有效日期。
- 七、使用範圍、用量標準及使用限制。
- 八、原產地（國）。
- 九、含基因改造食品添加物之原料。
- 十、其他經中央主管機關公告之事項。

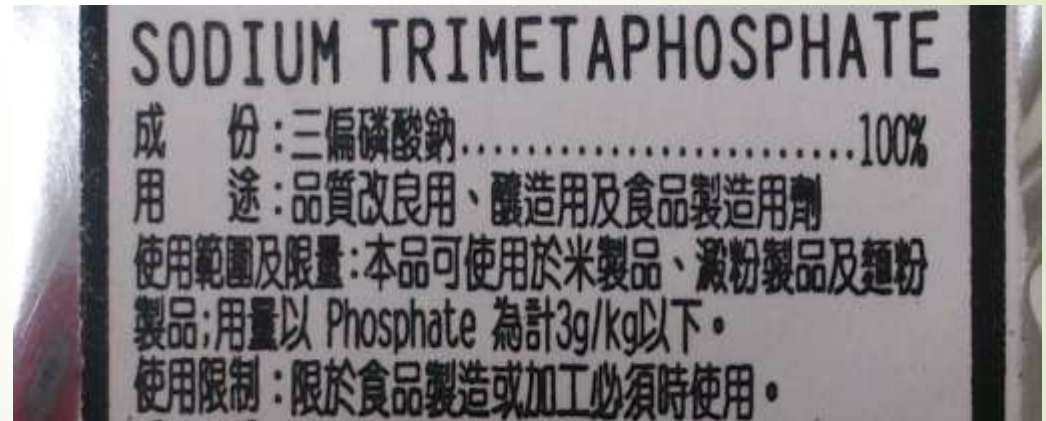
食品添加物之原料，不受前項第三款、第七款及第九款之限制。前項第三款食品添加物之香料成分及第九款標示之應遵行事項，由中央主管機關公告之。

第一項第五款僅標示國內負責廠商名稱者，應將製造廠商、受託製造廠商或輸入廠商之名稱、電話號碼及地址通報轄區主管機關；主管機關應開放其他主管機關共同查閱。

其標示應以第十八條第一項所定之品名或依中央主管機關公告之通用名稱為之。



食品添加物





食品標示提供的資訊



品名

營養宣稱

須符合「市售包裝食品營養宣稱規範」，才能進行宣稱。

果汁含有率

規劃自103年7月1日起，果蔬汁含量10%以上的包裝飲料應標示「原汁含有率」。

食品的最終食用期限

廠商必須依消費者習慣能辨明的方式標明年月日。但保存期限在三個月以上者，其有效日期得僅標明年月，並推定當月之月底為有效日期。

食品添加物名稱

不能單寫功能性名稱，如「抗氧化劑」，應清楚標示該添加物名稱，如「抗壞血酸」。

營養標示

提供熱量及營養素含量數值，可由此處資訊選擇符合需求的食品。

製造廠商或國內負責廠商名稱、電話號碼及地址

原產地(國)

內容物名稱

內容物排序是依據內容物含量多寡由高至低排列。

淨重、容量或數量

真好喝葡萄汁

高纖

原汁20%

有效日期：
年/月/日
2013/09/15

容量：480ml

真好喝葡萄汁

品名：葡萄汁

內容物：水、葡萄原汁、糖、維生素

添加物：檸檬酸、抗壞血酸(抗氧化劑)

營養標示		
每100ml	每瓶	每180ml
240	2	36
千焦	千卡	千卡
160	320	58
0	0	0
0	0	0
0	0	0
48	96	18
45	90	8.1
12	24	4.3
7.2	14.4	2.7

製造廠商：○○企業公司
地址：○○路○○號○○工廠○○路○○號
電話號碼：0800-177800

負責廠商：○○企業公司
地址：○○路○○號○○路○○號
電話號碼：0800-555002

注意事項：請於保潔日期前食用
原產地：台灣

食品標示過敏原 104年7月1日

全面
施行

市售包裝食品應於容器或外包裝上，標示含有致過敏性內容物名稱之醒語資訊，載明「本產品含有○○」、「本產品含有○○，不適合其過敏體質者食用」或等同意字樣。

六大強制標示項目

蝦及其製品



蟹及其製品



芒果及其製品



花生及其製品



牛奶及其製品
(不包括乳糖醇)



蛋及其製品



花生牛奶雪糕

本產品含有花生、牛奶與雞蛋，
不適合其過敏體質者食用。

過敏原
標示醒語

建議標示項目

羊奶及其製品



魚類及其製品



頭足類及其製品



螺貝類及其製品



堅果種子類及其製品



含有麩質的穀類及其製品



大豆及其製品



奇異果及其製品



產品中亞硫酸鹽類或
二氧化硫殘留量總計
每公斤十毫克以上



食品生產製程中應有適當避免食品交叉汙染之管制措施，如食品生產製程中，因共同使用廠房等而致產生過敏物質，非屬有意摻入食品的情形時：建議產品標示「本產品生產製程廠房，其設備或生產管線有處理○○」或等同意義字樣。



食品標示有效日期標示

✓ 依習慣能辨明之方式標明年月日

例如：105.01.01、2016/01/01、01/01/2016(月/日/西元年)

✓ 標示應印刷於容器或外包裝之上，並依習慣能辨明之方式標明年月日。但保存期限在三個月以上者，其有效日期得僅標明年月，並以當月之末日為終止日。

✓ 鮮乳、脫脂乳、淡煉乳、加糖全脂煉乳、加糖脫脂煉乳、乳油（Cream）、調味乳、發酵乳、合成乳及其他液態乳製品應加標示保存期限及保存條件。

二、認識營養標示





營養標示提供的資訊

● 預計自104年7月1日(以製造日期為主)全面施行
營養標示增列「糖」含量，格式可二擇一

(格式一)

營養標示		
每一份量 本包裝含	公克(或毫升) 份	每日參考值 百分比
	每份	
熱量	大卡	%
蛋白質	公克	%
脂肪	公克	%
飽和脂肪	公克	%
反式脂肪	公克	*
碳水化合物	公克	%
糖	公克	*
鈉	毫克	%
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	%或*
其他營養素含量	公克、毫克或微克	%或*

* 參考值未訂定

每日參考值：熱量2000大卡、蛋白質60公克、脂肪60公克、飽和脂肪18公克、碳水化合物300公克、鈉2000毫克、宣稱之營養素每日參考值、其他營養素每日參考值

可依每包裝所含份數，計算出攝取了多少熱量及營養素。

每日參考值百分比

可以知道每份食品的熱量及營養素含量，占一天所需建議量的百分比。

必須列出熱量及7項營養素含量。

增列「糖」含量

自104年7月1日起，列為強制標示項目，大家就可以知道吃進了多少糖。

(格式二)

營養標示		
每一份量 本包裝含	公克(或毫升) 份	
	每份	每100公克 (每100毫升)
熱量	大卡	大卡
蛋白質	公克	公克
脂肪	公克	公克
飽和脂肪	公克	公克
反式脂肪	公克	公克
碳水化合物	公克	公克
糖	公克	公克
鈉	毫克	毫克
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	%或*
其他營養素含量	公克、毫克或微克	%或*

表面積小於100平方公分之包裝食品，營養標示可採橫向標示(格式可三擇一)

(格式一)

營養標示
每一份量○公克(或毫升)，本包裝含○份。每份(每日參考值百分比)：熱量○大卡(○%)、蛋白質○公克(○%)、脂肪○公克(○%)、飽和脂肪○公克(○%)、反式脂肪○公克(○%)、碳水化合物○公克(○%)、糖○公克(○%)、鈉○毫克(○%)、宣稱之營養素含量(%)或*、其他營養素含量(%)或*。
* 參考值未訂定

(格式二)

營養標示
每一份量○公克(或毫升)，本包裝含○份。每份(每100公克或每100毫升)：熱量○大卡(○大卡)、蛋白質○公克(○公克)、脂肪○公克(○公克)、飽和脂肪○公克(○公克)、反式脂肪○公克(○公克)、碳水化合物○公克(○公克)、糖○公克(○公克)、鈉○毫克(○公克)、宣稱之營養素含量(○公克、毫克或微克)、其他營養素含量(○公克、毫克或微克)。

標示之格式(兩種格式擇一)

50

包裝食品營養標示格式(一)

包裝食品營養標示格式(二)

營養標示		
每一份量 公克(或毫升) 本包裝含 份		
	每份	每100公克 (或每100毫升)
熱量	大卡	大卡
蛋白質	公克	公克
脂肪	公克	公克
飽和脂肪	公克	公克
反式脂肪	公克	公克
碳水化合物	公克	公克
糖	公克	公克
鈉	毫克	毫克
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	公克、毫克或微克
其他營養素含量	公克、毫克或微克	公克、毫克或微克

營養標示		
每一份量 公克(或毫升) 本包裝含 份		
	每份	每日參考值百分比
熱量	大卡	%
蛋白質	公克	%
脂肪	公克	%
飽和脂肪	公克	%
反式脂肪	公克	*
碳水化合物	公克	%
糖	公克	*
鈉	毫克	%
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	%或*
其他營養素含量	公克、毫克或微克	%或*

一般食品任選一種格式標示

*參考值未訂定

每日參考值：熱量2000大卡、蛋白質60公克、脂肪60公克、飽和脂肪18公克、碳水化合物300公克、鈉2000毫克、宣稱之營養素每日參考值、其他營養素每日參考值。

未滿一歲嬰兒食用之食品，應以格式(一)標示；

食品型態為錠狀、膠囊狀(不包含糖果類食品)應以格式(二)標示。

標示之內容介紹—單位

51

營養標示		
每一份量 本包裝含	公克 (或毫升) 份	
	每份	每100公克 (或每100毫升)
熱量	大卡	大卡
蛋白質	公克	公克
脂肪	公克	公克
飽和脂肪	公克	公克
反式脂肪	公克	公克
碳水化合物	公克	公克
糖	公克	公克
鈉	毫克	毫克
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	公克、毫克或微克
其他營養素含量	公克、毫克或微克	公克、毫克或微克



包裝食品 營養標示

104年7月1日起，包裝食品營養標示遵循新規定格式(二擇一)，並強制標示糖含量

(格式一)

營養標示		
每一份量 本包裝含	公克 (或毫升) 份	
	每份	每日參考值百分比
熱量	大卡	%
蛋白質	公克	%
脂肪	公克	%
飽和脂肪	公克	%
反式脂肪	公克	*
碳水化合物	公克	%
糖	公克	*
鈉	毫克	%
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克 %或*	
其他營養素含量	公克、毫克或微克 %或*	



包裝食品

(格式二)

營養標示		
每一份量 本包裝含	公克(或毫升) 份	
	每份	每100公克 (每100毫升)
熱量	大卡	大卡
蛋白質	公克	公克
脂肪	公克	公克
飽和脂肪	公克	公克
反式脂肪	公克	公克
碳水化合物	公克	公克
糖	公克	公克
鈉	毫克	毫克
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	
其他營養素含量	公克、毫克或微克	

* 參考值未訂定

每日參考值：熱量2000大卡、蛋白質60公克、
脂肪60公克、飽和脂肪18公克、碳水化合物
300公克、鈉2000毫克、宣稱之營養素每日
參考值、其他營養素每日參考值

得免營養標示之包裝食品

中華民國101年08月09日署授食字第1011301385號
中華民國103年06月10日部授食字第1031301291號

► 未有營養宣稱之下列包裝食品，得免營養標示：

1. 飲用水、礦泉水、冰塊。
2. 未添加任何其他成分或配料之生鮮、冷藏或冷凍之水果、蔬菜、家畜、家禽、蛋品和水產品。
3. 沖泡用且未含其他原料或食品添加物之茶葉、咖啡、草本植物等。
4. 非直接食用之調味香辛料、調理滷包。
5. 單方提香用之調味香辛料。
6. 鹽及鹽代替品。
7. 非直接販售予消費者之食品原料。

► 如欲提供營養標示，應依食品安全衛生管理法第二十二條規定辦理。



含糖食品標示



餅乾
奶油夾心
200 g

每份量	50 公克		
本包裝含	4 份		
	每份	每日參考值百分比	
熱量	240 大卡	12%	
蛋白質	3 公克	5%	
脂肪	12 公克	20%	
飽和脂肪	4 公克	22%	
反式脂肪	1 公克	*	
碳水化合物	30 公克	10%	
糖	9 公克	*	
鈉	200 毫克	10%	

* 參考值未定
每日參考值：熱量2000大卡、蛋白質60公克、脂肪60公克、飽和脂肪18公克、碳水化合物300公克、鈉2000毫克

這包餅乾以 50 公克為一份的基準，這包餅乾有 200 公克，因此共計 4 份，記得總熱量及營養素都要乘以 4，才是整包的熱量及營養素含量哦！



購買前，想一想

看營養標示除了熱量，也要關心其他營養素含量喔！
以下就舉個例子來看營養標示的實際運用吧！



這包餅乾以 50 公克為一份的基準，這包餅乾有 200 公克，因此共計 4 份，記得總熱量及營養素都要乘以 4，才是整包的熱量及營養素含量哦！

營養標示		
每一份量	50 公克	
本包裝含	4 份	
	每份	每日參考值百分比
熱量	240 大卡	12%
蛋白質	3 公克	5%
脂肪	12 公克	20%
飽和脂肪	4 公克	22%
反式脂肪	1 公克	*
碳水化合物	30 公克	10%
糖	9 公克	*
鈉	200 毫克	10%

*參考值未定
每日參考值：熱量2000大卡、蛋白質60公克、脂肪60公克、飽和脂肪18公克、碳水化合物300公克、鈉2000毫克

假如吃了一份 50 公克，就是吃了 **12 公克** 的脂肪
相當於 **3/4 湯匙** 的油

約每天脂肪參考攝取量的 **20%**



如果吃了半包 (2 份) 餅乾，就是吃了 **18 公克** (9 公克/份 * 2 份) 的糖
約 **4 顆方糖**



如果吃了整包 (4 份，200 公克) 餅乾，
就是吃 **960 大卡** (240 大卡/份 * 4 份) 的熱量

約為每日所需熱量參考值的 **1/2 (48%)**



三、認識散裝標示

中華民國一百零四年十二月十六日總統令修正公布

食品安全衛生管理法 第二十五條

中央主管機關得對直接供應飲食之場所，就其供應之特定食品，要求以中文標示原產地及其他應標示事項；對特定散裝食品販賣者，得就其販賣之地點、方式予以限制，或要求以中文標示品名、原產地（國）、含基因改造食品原料、製造日期或有效日期及其他應標示事項。

國內通過農產品生產驗證者，應標示可追溯之來源；有中央農業主管機關公告之生產系統者，應標示生產系統。前項特定食品品項、應標示事項、方法及範圍；與特定散裝食品品項、限制方式及應標示事項，由中央主管機關公告之。第一項應標示可追溯之來源或生產系統規定，自中華民國一百零四年一月二十日修正公布後六個月施行。

強制標示

食在安心



持續把關-強制標示 資訊透明

食品衛生管理法修正後，餐廳、小吃及夜市、攤販等直接供應飲食場所將列入強制標示的行列透過資訊透明化，讓消費者能夠自由選擇。

散裝食品



明確標示
原產地(國)



直接供應飲食場所



有容器或包裝的食品



增加標示：
牛肉來自○○○



餐廳攤販有標示，食在安心不煩惱



行政院衛生署 關心您

諮詢服務專線 (02)2787-8200 · 食品藥物管理局 www.fda.gov.tw



四、認識牛肉原產地標示



牛肉產地看標示 安全消費放心購

享用牛肉前 請留意原產地標示

食品衛生管理法修正後，包括包裝食品、散裝食品、餐廳、小吃攤販等直接供飲食場所，製造販售含牛肉原料之食品，均須標示牛肉原料來自哪個國家。

購買包裝食品

牛肉乾

品名：牛肉乾
內容物：牛肉(00國)、砂糖、醬油、蔥、蒜
重量：100公克
有效日期：請見包裝標示(西元年月日)
保存方式：請避免日光直接照射及高溫潮濕，
散裝如未能食用完畢，請將裝包密封，以確保產品的新鮮美味。
廠商名稱：OOO
電話：(02)12345678
地址：新北市新店區OO路OO號
原產地(國)：臺灣
牛肉來自OO

【標一】
牛肉來自OO
(或等同意義字樣)

飲食場所



本店使用
OO牛肉

牛肉販售地點

傳統市場

◎◎牛肉
本店使用



超市及賣場

品名：牛肉
原產地：OO
(或標示OO牛肉)





五、認識冷凍肉標示

什麼是CAS？



- CAS台灣優良農產品標章（以下簡稱CAS標章）是台灣國產農產品及其加工品最高品質的驗證代表標幟。
- 管理依據：優良農產品驗證管理辦法102年1月9日修訂版
- 本辦法用詞，**定義**如下：
 - 一、優良農產品：指國產農產品及以其為重要原料之加工品，經依本辦法驗證合格，並於產品包裝上使用優良農產品標章者。
 - 二、優良農產品標章：指證明經依本辦法驗證之優良農產品所使用之標章。

驗證項目

- 一、肉品。
- 二、冷凍食品。
- 三、果蔬汁。
- 四、食米。
- 五、醃漬蔬果。
- 六、即食餐食。
- 七、冷藏調理食品。
- 八、生鮮食用菇。
- 九、釀造食品。
- 十、點心食品。
- 十一、蛋品。
- 十二、生鮮截切蔬果。
- 十三、水產品。
- 十四、林產品。
- 十五、乳品。
- 十六、羽絨。
- 十七、其他經中央主管機關公告者。

➤ 同一廠（場）生產不同產品，應分別提出申請。但生產（第三條所列）同一項目之產品並於相同生產線生產者，得合併提出申請。

認識冷凍肉品標示

- ▶ 依市售包裝冷凍食品標示規定，包裝冷凍食品屬需加熱調理才能供食者，需加標**加熱調理條件**。
- ▶ 「解凍肉」及「冷藏肉」販售櫃架應明顯區隔，不能混雜陳列、販售。
- ▶ 標示得以卡片、標記(標籤)或標示牌(板)等形式，採張貼、懸掛、立(插)牌、黏貼或其他足以明顯辨明之方式，擇一為之。「**解凍肉**」、「**冷藏肉**」字樣之字體以標記(標籤)者，**三個字之長寬不得小於6公釐**，其餘以其它標示形式者，**單一字體長寬不得小於2公分**。



冷凍與冷藏肉品中心溫度(CAS)

- 冷凍肉品：

應維持中心溫度為 -18°C 以下，以復溫解凍方式置於冷藏或室溫之零售販賣環境下應標示「解凍肉」。

- 冷藏肉品：

中心溫度應維持 $-2^{\circ}\text{C} \sim 7^{\circ}\text{C}$ ，並標示「冷藏肉」。

六、認識健康食品



認識健康食品

買健康食品之前，一定要：

➡ **停**—想想有無需要，對健康有無幫助

➡ **看**—仔細閱讀包裝上的：

標章/核准字號/警語/注意事項/建議攝取量/保健功效

➡ **聽**—請教醫師或營養師等專業人員



健康食品 VS. 保健食品?

- 「**健康食品**」原本是一日常用語（普通名詞，商業名詞），自**健康食品管理法**施行後，食品一定要經過**衛生福利部審查通過**後才能稱為「**健康食品**」。
- 一般食品不可標示或廣告為「**健康食品**」或是具有健康食品之「**保健功效**」。
- 「**保健食品**」，就是一般食品，僅能做為**營養補充**而已，兩者是不相同的。

七、認識調合油標示



調合油標示

品名	成分標示說明
<p>(以單一油脂命名)</p>  <p>橄欖油調合油</p>	<p>(例一) 成分：橄欖油、大豆油 (例二) 成分：橄欖油、芥花油 表示橄欖油含量至少50%以上</p>
<p>(以兩種油脂命名者， 以含量由高至低排列)</p>  <p>橄欖葵花油調和油</p>	<p>(例一) 成分：橄欖油、葵花油、大豆油 (例二) 成分：橄欖油、葵花油、葡萄籽油 表示橄欖油、葵花油含量分別至少占30%以上</p>
<p>(非以油脂名稱命名者，不得宣稱與油脂名稱類似詞句，如「○○風味」或「○○○○配方」等字樣) ○○○調合油</p> 	<p>(例一) 成分：橄欖油、葵花油、大豆油、芥花油、葡萄籽油 (例二) 成分：橄欖油、葡萄籽油、大豆油、芥花油、椰子油</p>

已公告優先實行之三項產品~~~

103年7月1日生效(產至日期為準)

- 市售包裝米粉絲產品標示規定
- 鮮乳保久乳調味乳乳飲品及乳粉品名及標示規定
- 宣稱含果蔬汁之市售包裝飲料標示規定

米粉品名標示規定：

品名	米粉	調合米粉(絲)	炊粉、水粉
米含量	100%	米含量超過50%	含米量未達50%
可冠名	00米粉	XX調合米粉	00炊粉、00水粉
其他注意事項	1. 含米量百分比，字體大小長寬不得小於四毫米 2. 含米量0%，不得標示00米粉等同意義字樣		

八、認識基因改造食品標示



認識基因改造食品標示

➔ 常見市售基因改造食品原料及其加工食品：

1.

黃豆



沙拉油



豆腐



豆漿



醬油



2. 玉米



玉米糖漿



玉米點心脆片



3. 棉花



棉籽油



4. 油菜



芥花油



5. 甜菜



甜菜糖

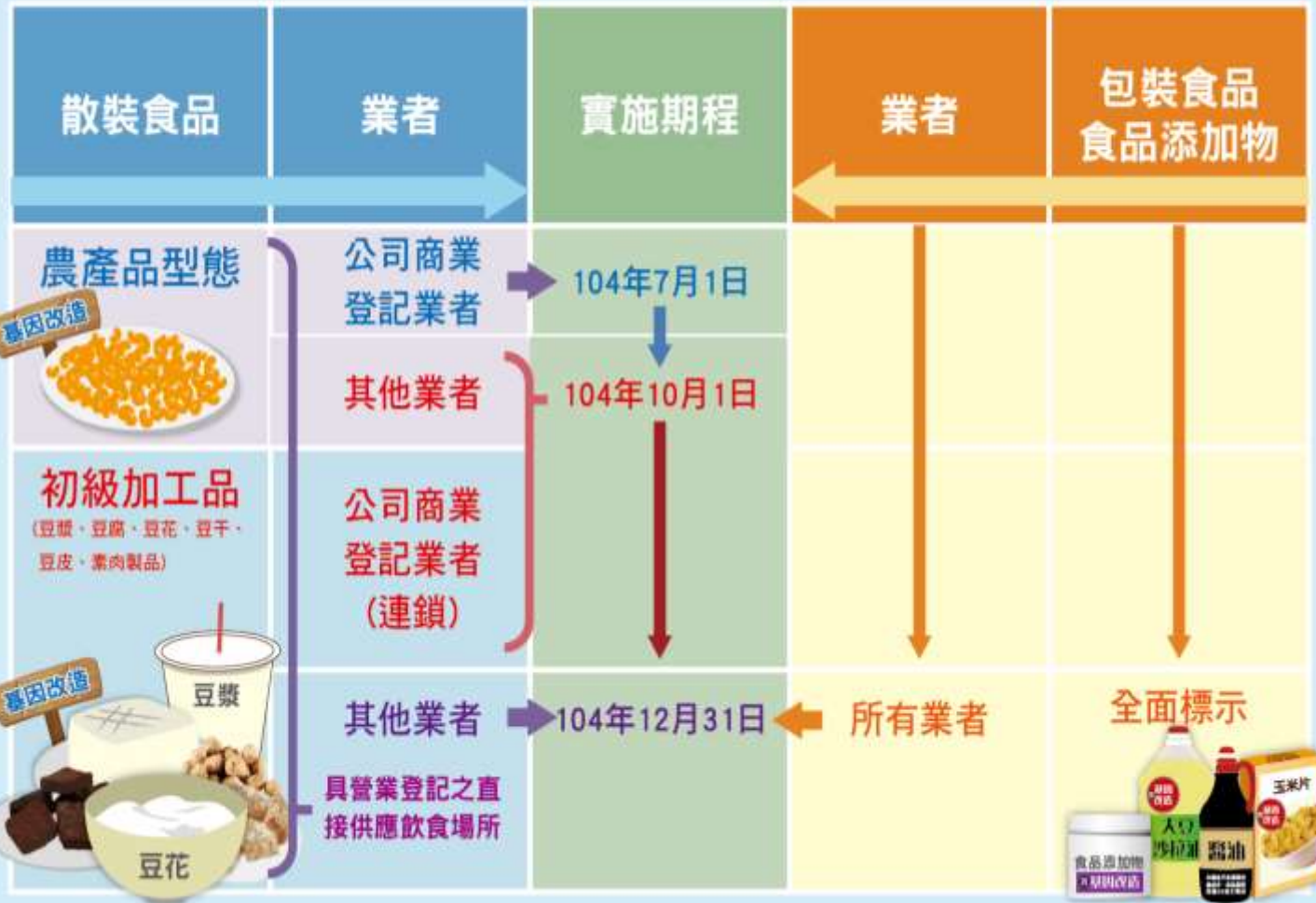


基改食品管理 各國大不同

國家別	基改管理政策
中華民國 	7/1日起，食品含3%以上基改原料必須強制標示，散裝食品依品項及對象自7月1日起分三階段施行，包裝食品、食品添加物自12月31日起上路。
美國 	美國法律並未明確規範基因改造食品必須標示，採自願方式，但要貼上「NON GMO」標章則必須經過驗證。
歐盟 	歐盟食品與飼料只要含基改成分占產品0.9%以上，即必須標示「含基改成分」。
巴西 	基改產品不需標示。
日本 	建立GMO食品標示規則，規定豆腐、毛豆等30項為義務標示對象。
印度 	棉花是唯一核准基改作物，沒有標示制度。

基因改造食品標示作伙來瞭改

實施期程篇



基因改造食品標示作伙來瞭改 基因改造食品篇



目前取得我國基因改造食品原料查驗登記許可流通之基因改造食品項目有：

黃豆、玉米、棉花、油菜



包裝食品



散裝食品



食品添加物

只要有使用基因改造食品原料，就應標示「基因改造」或「含基因改造」字樣！

註：字體大小不得小於2mm，並應與他文字明顯區分
散裝食品倘使用標籤以外之標示方式，字體大小不得小於2cm



高層次加工品

應標示「基因改造」或「本產品為基因改造○○加工製成，但已不含基因改造成分」等字樣。

基因改造食品標示作伙來瞭改 非基因改造食品篇



國際上已審核通過可種植或作為食品原料之基因改造食品原料

包含：黃豆、玉米、棉花、油菜、甜菜、苜蓿、木瓜、南瓜、茄子





非基因改造黃豆可自願標示「非基因改造」or「不是基因改造」字樣。

目前國際上並沒有基因改造芭樂，因此芭樂不能標示「非基因改造」or「不是基因改造」字樣。

非基因改造食品原料



玉米片

非故意攙雜率 $\leq 3\%$



非基因改造食品原料



非故意攙雜率 $> 3\%$

基因改造食品原料

可自願標示「符合OO(國家)標準(或等同意義字樣)」或以實際攙雜率標示

$\leq 3\%$


註：非故意攙雜率，是指「非」基因改造食品原料，可能因非故意、偶發性且無法預防之因素，如：採收、儲運等，而攙雜到基因改造食品原料。

包裝食品含基因改造食品原料標示 應遵行事項：

- 一、本規定依食品安全衛生管理法(以下稱本法)第二十二條第三項規定訂定之。
- 二、本規定所稱基因改造食品原料，指依本法第二十一條第二項許可之基因改造食品原料。包裝食品含基因改造食品原料者，應標示「基因改造」或「含基因改造」字樣。

包裝食品直接使用基因改造食品原料，於終產品已不含轉殖基因片段或轉殖蛋白質者，應標示下列之一：

- (一) 「基因改造」、「含基因改造」或「使用基因改造○○」。
- (二) 「本產品為基因改造○○加工製成，但已不含基因改造成分」或「本產品加工原料中有基因改造○○，但已不含有基因改造成分」。
- (三) 「本產品不含基因改造成分，但為基因改造○○加工製成」或「本產品不含基因改造成分，但加工原料中有基因改造○○」。

- 
- 三、非基因改造食品原料因採收、儲運或其他因素等非故意攙入基因改造食品原料，且其含量占該項原料百分之三以下者，視為非基因改造食品原料；倘超過**百分之三**者，視為基因改造食品原料。
 - 四、包裝食品所含非基因改造食品原料，其並存在有國際上已審核通過可種植或作為食品原料使用屬基因改造者，始得標示「**非基因改造**」或「**不是基因改造**」字樣；並得依非故意攙雜率標示「符合○○(國家)標準(或等同意義字樣)」或以實際之非故意攙雜率標示。

五、依本規定所為之標示，其字樣應標示於品名、原料名稱之後為原則，或其他容器或外包裝上之明顯位置，其字體長度及寬度應依下列規定：

(一) 標示「基因改造」、「含基因改造」或「使用基因改造○○」須與其他文字明顯區別，字體長度及寬度不得小於二毫米。

(二) 標示「本產品為基因改造○○加工製成，但已不含基因改造成分」、「本產品加工原料中有基因改造○○，但已不含有基因改造成分」、「本產品不含基因改造成分，但為基因改造○○加工製成」或「本產品不含基因改造成分，但加工原料中有基因改造○○」字體長度及寬度不得小於二毫米

(三) 標示「非基因改造」或「含非基因改造」之字體大小不予規範。



天然食材
基改篇2

基改食品的疑慮



圖文創作：健談 havemary.com

專家諮詢：綠生農機專家



九、認識果(蔬)汁標示

本規定適用於產品外包裝標示果蔬名稱(含品名)或標明果蔬圖示(樣)，且直接供飲用之包裝料。

即日起市售果蔬汁 應標示原汁含有率

食品標示再進化，食更透明好安心



果蔬汁含量

10% 以上

標示柳橙芒果汁，且品名揭露全部名稱



外包裝：正面處應顯著標示果汁含有率
品名：應依含量多寡，由多至少依序標示

10% 以上

標示果蔬汁，但品名未揭露全部果蔬名稱



外包裝：正面處應顯著標示果汁含有率
品名：標示綜合果(蔬)汁、混合果(蔬)汁或等同意義字樣，或在外包裝正面處顯著標示

果蔬汁含量

未達10%

常見產品：果蔬調味水、果蔬茶飲



外包裝：正面處應顯著標示果(蔬)汁含量未達10%或等同意義字樣，或直接標示其原汁含有率
品名：除內容物名稱，不得標示果蔬汁或等同意義字樣

未含果蔬汁

常見產品：茶飲品、碳酸飲料



外包裝：正面顯著處應標示無果(蔬)汁或等同意義字樣
品名：若含果蔬名稱者，應於品名中標示口味、風味或等同意義字樣



衛生福利部
食品藥物管理署
Food and Drug Administration



吃安心 藥安全

更多資訊請上：
衛生福利部食品藥物管理署網站查詢 www.fda.gov.tw
或洽諮詢服務專線(02)2787-8200



宣稱含果蔬汁之市售包裝飲料標示規定

- 蔬果汁總含量達10%以上者，須符合下量規定：

應於外包裝正面顯示原汁含有率

由兩種以上果蔬汁混合而成，且品名標示為蔬果汁者

品名揭露全部蔬果名稱，其名稱應依含量多寡由多至少依序標示

品名未揭露全部蔬果名稱，應於品名或正面處標示「綜合果蔬汁」、「混合果蔬汁」或等同字樣

宣稱含果蔬汁之市售包裝飲料標示規定

蔬果汁總含量未達10%以上者，須符合下量規定：

除內容物名稱外，不得標示果蔬汁或等同意義字樣

應於外包裝正面處顯著
標示

蔬果汁含量未達10%或等同意義字樣

直接標示其原汁含有率

宣稱含果蔬汁之市售包裝飲料標示規定

- ▶ 未含蔬果汁者，須符合下量規定：

應於外包裝正面顯示「無果蔬汁」或等同意義字樣

產品品名含蔬果汁名稱者，應於品名中標示「口味」、「風味」或等同意義字樣

如何計算原汁含有率呢？若添加濃縮果蔬汁又如何計算？

1. 原汁含有率=果蔬汁總量/產品調製量×100%

例：一瓶300mL芭樂汁，其中100%芭樂原汁率佔100mL

$$\text{原汁含有率} = \frac{100 \times 100\%}{300} \times 100\% = 33\%$$

2. 濃縮果蔬汁應依濃縮倍數還原至100%後，果蔬汁總量佔產品之比例作為原汁含有率標示值。

例：一瓶300mL芭樂汁，使用250%濃縮率之濃縮芭樂汁
20mL加水而成

$$\text{原汁含有率} = \frac{20 \times 250\%}{300} \times 100\% = 17\%$$

動動腦



- ➡ 菊花茶、玫瑰茶、酸梅汁適不適用本規定??
- ➡ 答:蔬果包含:新鮮成熟的蔬果或果實。

本規定不包含:

**非屬一般消費者認定之果
蔬種類**

如菊花、玫瑰、洛神花、
木耳、桂圓、紅棗、枸杞
等草、木本植物。

**經醃漬、發酵之果實為原料，
再經加工調製提供風味者**

如酸梅汁、烏梅汁、話梅汁等

十、認識包裝速食麵標示



1. 包裝速食麵品名標示原則：

- (1) 內容物附調味粉包，並無食材包者，應以與該調味粉包本質相符之「○○味麵、○○風味麵或○○湯麵」為品名。
- (2) 內容物含有調味粉包及食材包者，其品名直接宣稱為與該食材包本質相符之「○○麵」。

2. 包裝速食麵之醒語標示內容：

- (1) 可精簡為「調理參考」、「調理建議」，擇一標示。
- (2) 字體大小：字體長寬不得小於六公厘。
- (3) 標示位置：單位最小包裝圖片上明顯易見處。
- (4) 其他注意事項：醒語之標示，需與外包裝底色不同，俾利辨認。



食品標示宣傳或廣告詞句涉及誇張
易生誤解或醫療效能之認定基準



產品宣傳或廣告之監控

- 食品、食品添加物、食品用洗潔劑及經中央主管機關公告之食品器具、食品容器或包裝：（食安法第28條）
 - 其標示、宣傳或廣告，不得有不實、誇張或易生誤解之情形。
 - 食品不得為醫療效能之標示、宣傳或廣告。

- 中央主管機關對於特殊營養食品、易導致慢性病或不適合兒童及特殊需求者長期食用之食品：（食安法第28條）
 - 得限制其促銷或廣告
 - 其食品之項目、促銷或廣告之限制與停止刊播及其他應遵行事項之辦法，由中央主管機關定之。

食品標示不可誇大不實及醫療效能

食品標示，不可以有不實、誇張或易生誤解之情形。
食品絕對**不可以有醫療效能的標示**。此規定最主要的精神是在於保護消費者，**食品絕對不是藥品，為免誤導真正有病卻不正確就醫、反而寄望「誇大不實、有神奇功效」的食品來「治療」疾病，最後危害健康。**

103年1月7日部授食字第1021250977號令發布

食品標示宣傳或廣告詞句涉及誇張易生誤解或醫療效能之認定基準

禁止使用於食品標示的描述

涉及醫療效能的情形：

- 一. 宣稱預防、改善、減輕、診斷或治療疾病或特定生理情形，如治療近視、恢復視力…等。
- 二. 宣稱減輕或降低導致疾病有關之體內容成分，如解肝毒、降肝脂、抑制血糖濃度…等。
- 三. 宣稱對疾病及疾病症候群或症狀有效，如改善更年期障礙、消渴…等。
- 四. 涉及中藥材之效能，如補腎…等。
- 五. 引用或摘錄出版品、典籍或以他人名義並述及醫療效能者。








涉及虛偽誇張或易生誤解情形

- 一. 涉及生理功能者，如強化細胞功能…等。
- 二. 未涉及中藥材效能而涉及五官臟器者，如保肝…等。
- 三. 涉及改變身體外觀者，如豐胸…等。
- 四. 涉及引用本署相關字號，未就該公文之旨意完整之引述，衛署食字第88012345號。

我們在使用塑膠類食品餐器具時， 應注意塑膠材質及特性

1. 一般塑膠類之材質編號及分類，共分為七類。
2. 分辨方法可由容器底部或標籤上的塑膠材質回收辨識碼辨別。
3. 使用塑膠類食品容器(具)或包裝時應注意材質為何。
4. 使用時，避免盛裝高熱或過酸之食品，導致可塑劑、雙酚A等物質污染食品，造成食品衛生安全疑慮。
5. 消費者應正確及妥善使用各類塑膠類食品餐器(具)。

常見塑膠材質、特性、常見產品及耐熱溫度

塑膠材質回收辨識碼	材質	特性	常見產品	耐熱溫度 (°C)
 PET	聚對苯二甲酸乙二酯 (PET)	硬度韌性佳、質輕、不揮發、耐酸鹼	寶特瓶、市售飲料瓶、食用油瓶等	60-85
 HDPE	高密度聚乙烯 (HDPE)	耐腐蝕、耐酸鹼	塑膠袋、半透明或不透明的塑膠瓶等	90-110
 PVC	聚氯乙烯 (PVC)	可塑性高	保鮮膜、調味罐等	60-80
 LDPE	低密度聚乙烯 (LDPE)	耐腐蝕、耐酸鹼	塑膠袋、半透明或不透明的塑膠瓶等	70-90
 PP	聚丙烯 (PP)	耐酸鹼、耐化學物質、耐碰撞、耐高溫	水杯、布丁盒、豆漿瓶等	100-140
 PS	聚苯乙烯 (PS)	吸水性低、安定性佳	養樂多瓶、冰淇淋盒、泡麵碗等	70-90
 OTHER	其他 (例如：聚碳酸酯 (PC)、聚乳酸 (PLA)、美耐皿樹脂)	PC：質輕、透明、機械强度高、耐高溫 PLA：質輕、透明 美耐皿樹脂：耐高溫	PC：運動水壺、水杯等 PLA：餐飲店的冷飲杯、冰品杯、沙拉盒等 美耐皿樹脂：餐飲業碗盤	PC：120-130 PLA：50 美耐皿樹脂：110-130

使用前須注意：

食品的pH值	
pH	食品的種類
高酸性食品 (pH 3.5以下)	果汁、果醬、果凍、醋漬物
酸性食品 (pH 3.5~4.5)	鳳梨、蘋果、草莓、葡萄柚、番茄、桃、洋梨、杏、柑橘
中酸性食品 (pH 4.6~6.0)	甜椒、豌豆、胡蘿蔔、蘆筍、馬鈴薯
微酸性食品 (pH 6.7~7.0)	醃牛肉、牛肉、雞肉、鯉、牡蠣、蝦、蟹、魚貝類

認證VS驗證

- 認證(Accreditation)：係主管機關對某人或某機構給予正式認可，證明其有能力執行某特定工作之程序，如ISO9001、ISO22000、HACCP、SQF、EUREPGAP、TGAP等標準皆為驗證。
- 驗證(Certification)：即對某一項產品、過程或服務能符合規定要求，由中立之第三者出具書面證明特定產品之程序稱之。

認識衛生規範與認證標章

- 食品良好作業規範 (Good Manufacturing Practice ; 簡稱GMP)
工業局，台灣食品GMP發展協會-已改為台灣優良食品TQF發展協會
- 優良農產品標章 (Certified Agricultural Standards ; 簡稱CAS)
農委會，財團法人台灣優良農產品發展協會執行
- 危害分析重要管制點制度 (Hazard Analysis Critical Control Point ; 簡稱HACCP) 經濟部標準檢驗局
- 優良服務GSP認證(good service Practice)經濟部商業司主辦，中國生產力中心執行。
ISO 22000經濟部標準檢驗局
- 健康食品認證
- 良好追溯標準(Good Traceability Practice ; 簡稱GTP)，即GTP3.0
- 食品良好衛生規範準則(Good Hygiene for foods ; 簡稱GHP)

其他食品標章與標誌

- 正字標誌
- 校園食品標章
- SNQ國家品質標章
- 衛生自主管理OK標章
- 深層海水自願性產品驗證標章
- 酒品認證標誌
- 嬰兒配方奶粉標誌
- 鮮乳標章
- 羊乳(GGM)標章
- 安全蔬果吉園圃(GAP)標章
- 屠宰衛生檢查合格標誌。
- 電宰衛生豬肉標誌
- 海宴-精緻漁產品證明標章

成人每日鈉總攝取量

- ➡ 依據衛生福利部建議，成人每日鈉總攝取量不宜超過2400毫克（即鹽6公克）。
- ➡ 然而，依據2005-2008年、2010-2011年國民營養健康狀況變遷調查結果，我國各年齡層民眾的鈉攝取量都已超過每日建議量，而且有「男多於女、少多於老」的趨勢。

調味醬料鈉含量

- ➡ 市面上常見的調味醬料鈉含量每一大匙 (15cc) 就高達600毫克以上，
- ➡ 若以用來盛放醬料的小碟子為例，半碟 (50cc) 沾醬(醬油+烏醋+豆瓣醬)

鈉含量就將近2000毫克，幾乎快要接近一天的鈉建議量了！

健康食品驗證

- 主管機關：行政院衛生福利部
- 擬宣稱中央主管機關公告認定之保健功效者，則應依「健康食品管理法」相關規定申請許可。
- 經審核通過後始得作中央主管機關公告認定之保健功效的標示或廣告，標章如圖。
- 核准通過之「健康食品」須於產品包裝上標示健康食品、核准之證號、標章及保健功效等相關規定項目。
- 目前中央主管機關公告的保健功效共計13項，分別為：(1)調節血脂功能、(2)免疫調節功能、(3)腸胃功能改善、(4)骨質保健功能、(5)牙齒保健、(6)調節血糖、(7)護肝（化學性肝損傷）、(8)抗疲勞功能、(9)延緩衰老功能、(10)輔助調節血壓功能、(11)促進鐵吸收功能、(12)輔助調整過敏體質功能及(13)不易形成體脂肪功能。另外，目前中央主管機關亦有公告魚油及紅麴健康食品規格標準。
- 參考：保健食品產業服務網

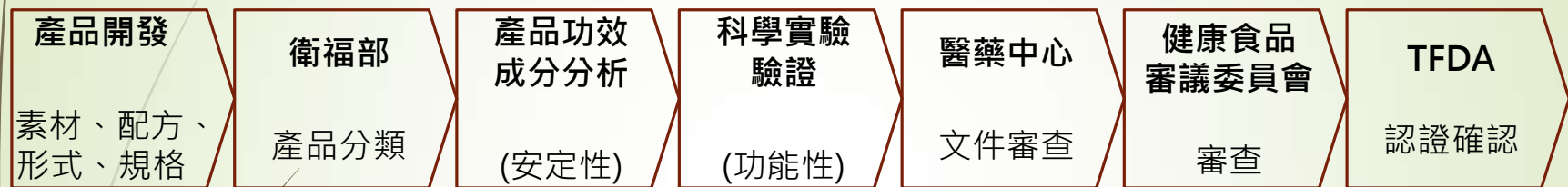
<http://www.functionalfood.org.tw/index.html>

健康食品雙軌驗證



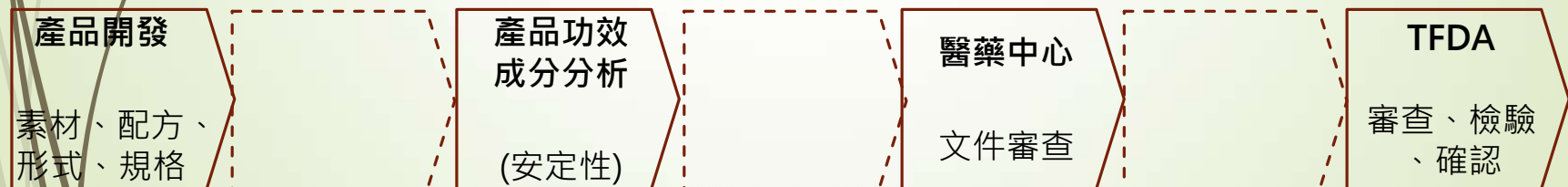
109

第一軌申請流程：約需180日



產品宣稱範例：經動物實驗證實有助於降低血中總膽固醇

第二軌申請流程：約需60日



產品宣稱範例：本產品可能有助於降低血中總膽固醇；其功效由學理得知，非經實驗確認。



謝謝大家!請指教!

額外補充資料



Mobile : 0937573652

Line ID : typntsai