

《预包装食品营养标签通则》介绍

国家食品安全风险评估中心

方海琴

2025.05.12

提 纲

- **营养标签的意义**
- **标准修订背景**
- **新版标准主要内容**

强制实施的食品安全国家标准

- ▶ 《中华人民共和国食品安全法》的发布和实施，使得食品安全标准的定义得以明确，食品标签成为食品安全标准的一部分。
- ▶ 《食品安全法》第三章第二十六条
食品安全标准应当包括下列内容：
 - （四）对与卫生、营养等食品安全要求有关的标签、标志、说明书的要求；

相关标准

- **《食品安全国家标准 预包装食品特殊膳食食用食品标签》（GB 13432-2013）**

2013年12月26号颁布，2015年7月1日正式实施，2019年立项修订。

- **《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》（GB7718）**

2011年颁布，2012年实施，适用于预包装食品的通用要求，2025年修订完成发布。

- **《食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则》（GB28050）**

2011年颁布，2013年实施，适用于普通预包装食品的营养标签，不适用于预包装特殊膳食食用食品。
2025年修订完成发布。

预包装食品营养标签通则

预包装食品标签上向消费者提供食品营养信息和特性的说明，包括营养成分表、营养声称和营养成分作用声称及其他补充信息。



预包装食品营养标签通则

正文

附录

范围

术语和定义

基本要求

强制标示内容

可选择标示内容

营养成分的表达方式

豁免强制标示营养标签的预包装食品

附录A 食品标签营养素参考值（NRV）

附录B 营养标签的推荐格式

附录C 能量和营养成分含量声称和比较声称的要求和条件

附录D 能量和营养成分作用声称标准用语

附录E(资料性) 预包装食品份量参考值的推荐

举例（某饮料营养成分含量如下表）

营养成分表

项目	每100ml	NRV%
能量	214 kJ	2 %
蛋白质	3.0g	5 %
脂肪	1.0 g	2 %
碳水化合物	7.4 g	2 %
钠	18 mg	1 %

可声称“蛋白质来源”、“含有蛋白”或该“提供蛋白质”。

蛋白质有助于构成或修复人体组织。
蛋白质有助于组织的形成和生长。
蛋白质是组织形成和生长的主要营养素

营养标签作用：

- 宣传普及食品营养知识，指导公众科学选择膳食；
- 促进消费者合理平衡膳食和身体健康；
- 规范企业正确标示营养标签，引导食品产业向营养、健康方面发展
- 促进国际贸易

修订背景——政策需求

预包装食品营养标签是“合理膳食行动”重要内容



—社会：

加强对食品企业的营养标签知识指导，指导消费者正确认读营养标签，提高居民营养标签知晓率

—政府：

加快修订预包装食品营养标签通则，增加蔗糖等糖的强制标识，鼓励企业进行“低糖”或者“无糖”的声称，积极推动在食品包装上使用“包装正面标识”信息，帮助消费者快速选择健康食品，加强对预包装食品营养标签的监督管理

修订背景——政策需求

国务院办公厅关于印发 国民营养计划（2017—2030年）的通知

国办发〔2017〕60号

各省、自治区、直辖市人民政府，国务院各部委、各直属机构：

《国民营养计划（2017—2030年）》已经国务院同意，现印发给你们，请认真贯彻执行。

国务院办公厅
2017年6月30日

（此件公开发布）

预包装食品营养标签是“国民营养计划”重要内容

完善标准体系。

加强标准制定的基础研究和保障措施，提高标准制修订能力。科学、及时制定以食品安全为基础的营养健康标准。制修订中国居民膳食营养素参考摄入量、膳食调查方法、人群营养不良风险筛查、糖尿病人膳食指导、人群营养调查工作规范等行业标准。研究制定老年人群营养食品通则、餐饮食品营养标示等标准，**加快修订预包装食品营养标签通则**、食品营养强化剂使用标准、婴儿配方食品等重要食品安全国家标准

（一）完善营养法规政策标准体系



① 推动营养立法和政策研究。

② 完善标准体系。

修订背景——消费者健康需求和产业发展

- ▶ 随着预包装食品普及，营养标签作为促进健康的工具，是落实全民健康生活方式“三减三健”的有效措施。
李子刚
- ▶ 需要以更简单易懂的形式如图形、标志等向消费者传递营养信息。
- ▶ 国民营养健康意识日益提高，需要发展营养健康产业，建立满足个性化需求的营养与健康食品产业体系。可通过营养标签和产业创新融合，加快食品产业营养化转型升级。

修订背景——国际标准修订

国际上营养标签强制标示成分

更新日期	强制标示的营养素	形式
CAC 2016	能量、蛋白质、脂肪、饱和脂肪、可利用碳水化合物、总糖、钠	每100g/ 每100ml/ 每份 标注%NRV
美国 2015	能量、总脂肪、饱和脂肪、反式脂肪酸、胆固醇、总碳水化合物、糖（添加糖）、膳食纤维、蛋白质、维生素D、钠、钾、钙和铁	每份%DV
欧盟 2016	能量、脂肪、饱和脂肪、碳水化合物、糖、蛋白质和盐	每100g/ 每100ml标注 %NRV
澳新 2012	能量、蛋白质、碳水化合物、糖、脂肪、饱和脂肪和钠	每100g / 每100ml/ 每份

修订方向

椰子树

- 增加相关指标——出于对全民公共健康问题的考量；
- 修订技术指标——根据最新科学证据；
- 采取多样化形式——方便消费者阅读和理解；
- 解决实施中问题——便于企业使用。

表 1 能量和营养成分名称、顺序、表达单位、修约间隔和“0”界限值

能量和营养成分的名称和顺序	表达单位 ^a	修约间隔	“0”界限值（每 100 g 或 100 mL） ^b
能量	千焦（kJ）	1	≤17 kJ
镁	毫克（mg）	1	≤ 6 mg

GB 14880—2012

表 A.1（续）

营养强化剂	食品分类号	食品类别（名称）	使用量
镁	01.03.02	调制乳粉（儿童用乳粉和孕产妇用乳粉除外）	300 mg/kg~1 100 mg/kg
	01.03.02	调制乳粉（仅限儿童用乳粉）	300 mg/kg~2 800 mg/kg
		调制乳粉（仅限孕产妇用乳粉）	300 mg/kg~2 300 mg/kg
	14.0	饮料类（14.01 及 14.06 涉及品种除外）	30 mg/kg~60 mg/kg
	14.06	固体饮料类	1 300 mg/kg~2 100 mg/kg

表 1 能量和营养成分的名称和顺序、表达单位、修约间隔和“0”界限值（续）

能量和营养成分的名称和顺序 ^a	表达单位 ^b	修约间隔 ^c	“0”界限值 （每 100 g 或 100 mL）
磷	毫克（mg）	1	≤14 毫克（mg）
钾	毫克（mg）	1	≤20 毫克（mg）
镁	毫克（mg）	1	≤3 毫克（mg）

范围

1 范围

本标准适用于预包装食品营养标签上营养信息的描述和说明。

本标准不适用于保健食品及预包装特殊膳食用食品的营养标签标示。

GB28050-2011

1 范围

本标准规定了预包装食品营养标签上有关食品营养信息和特性的描述与说明。

本标准适用于直接提供给消费者的预包装食品营养标签。非直接提供给消费者的预包装食品和食品储运包装,如标示营养标签应按本标准实施。

8 其他

特殊膳食用食品营养标签的标示范围及标示方式按照 GB 13432 执行。

GB28050-2025

术语和定义

李子树

- **增加能量、蛋白质、脂肪和脂肪酸、碳水化合物和糖：**以GB/Z 21922中对能量及营养成分的定义为基础，结合该成分在营养标签中实际表达的具体意义所做的修订。

2.3 能量

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。

食品中能量的计算根据以下供能成分标示值与相应能量换算系数的乘积加和而得。

供能成分的能量换算系数分别为(kJ/g)：蛋白质 17、脂肪 37、碳水化合物 17。

当标示膳食纤维含量时，以 8 kJ/g 为换算系数计算其能量。

2.5.1 蛋白质

食品中含氮的有机化合物,以氨基酸为基本组成单位。

食品中蛋白质含量可根据氮含量与蛋白质折算系数乘积,或各氨基酸含量总和确定。

2.5.2 脂肪和脂肪酸

脂肪又称甘油三酯,由脂肪酸和甘油结合而成。

脂肪酸是有机酸中链状羧酸的总称,分为饱和脂肪酸和不饱和脂肪酸。

饱和脂肪酸是碳链上不含双键的脂肪酸总和。

不饱和脂肪酸是碳链上含有双键的脂肪酸总和,仅包括顺式(cis)结构。碳链上含有一个双键为单不饱和脂肪酸,含有两个及以上双键为多不饱和脂肪酸。

反式脂肪酸指油脂加工中产生的和天然存在、含有一个或一个以上非共轭反式(trans)双键的脂肪酸总和。

2.5.3 碳水化合物

糖、寡糖、多糖的总称。

每 100 g 或每 100 mL 食品中碳水化合物含量可采用减法计算而得。

减法：碳水化合物 = 100 - 水分 - 灰分 - 蛋白质 - 脂肪；当标示膳食纤维含量时，还应减去其含量。

当蛋白质和脂肪含量达到“0”界限值，且碳水化合物来源为糖和（或）淀粉时，也可采用加法。

加法：碳水化合物 = 糖 + 淀粉。

2.5.4 糖

专用于营养标签标示的糖特指食品中果糖、葡萄糖、蔗糖、麦芽糖、乳糖之和。

术语和定义

➤ **修订“营养素参考值”**：营养素参考值在营养标签标准执行、消费者教育中都非常重要。本次在修订中补充了其制定依据和具体使用含义。

2.6 营养素参考值(NRV)

专用于食品营养标签比较食品能量和营养素含量水平的参考值。

营养素参考值根据《中国居民膳食营养素参考摄入量》制定,适用于 36 月龄以上(>36 月龄)人群食用的预包装食品营养标签。

根据单位质量(每 100 g、每 100 mL 或每份)食品可食部中营养素含量占营养素参考值(NRV)的百分比,可以计算营养素参考值百分比,记为营养素参考值%或 NRV%。

营养素参考值(NRV)及其使用方法见附录 A。

术语和定义

2.7 营养声称

对食品营养特性的描述和说明,营养声称包括含量声称和比较声称。

2.7.1 含量声称

对食品中能量或营养成分含量水平的描述和说明。含量声称用语包括“含有”“来源”“高”“富含”“低”“无”“不含”“瘦”等。

2.7.2 比较声称

与同类食品相比较,对食品能量或营养成分含量水平变化状况的描述和说明。比较声称用语包括“增加”或“减少”等。

2.8 营养成分作用声称

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。

2.9 可食部

食品中可食用的部分,即预包装食品净含量去除其中不可食用部分后的剩余部分。

术语和定义

- **增加“份量参考值”**：本次标准新增的内容。“份量”的概念增加，主要是考虑消费者认知和方便，同时也是规范统一市场上同类食品在一个大致范围的方法，在很多国家有实施。

李予刚

2.10 份量参考值

当营养标签按“份”标示营养成分表时,推荐使用的每份食品参考质量或体积(以可食部计)。

基本要求

- 3.1 预包装食品应标示营养标签,所标示的任何营养信息和特性说明应真实、客观,不得标示虚假信息,不得夸大产品的营养作用或其他作用。
- 3.2 预包装食品营养标签应使用规范的汉字。如同时使用少数民族文字、外文等,其内容应当与汉字含义一致,字高不得大于汉字的字高。
- 3.3 营养成分表应清晰、醒目、持久,以“方框表”的形式标示(特殊情况除外),需与包装或标签的基线垂直,表头为“营养成分表”。
- 3.4 营养成分表中能量和营养成分含量应以每 100 克(g)和/或每 100 毫升(mL)和/或每份可食部中具体数值标示;以每份进行标示时,应在同一版面标明每份食品的质量或体积。
- 3.5 营养标签应符合附录 B 的格式规范,食品企业可根据食品营养特性、包装面积大小和形状等因素进行选择。
- 3.6 营养标签应标在向消费者提供的最小销售单元的包装上。
- 3.7 进口预包装食品的營養标签标示内容应符合本标准的规定。

强制标示内容

- 4.1 预包装食品营养标签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。
- 4.2 当对 4.1 以外的营养成分进行营养声称或营养成分作用声称时,应在营养成分表中标示出该营养成分的含量及其占营养素参考值百分比。
- 4.3 当预包装食品使用了营养强化剂,应在营养成分表中标示出强化营养成分的含量及其占营养素参考值百分比。
- 4.4 当食品或其配料生产过程中使用了氢化和/或部分氢化油脂时,应在营养成分表中标示出反式脂肪(或反式脂肪酸)的含量。
- 4.5 预包装食品应在营养成分表下方标示“儿童青少年应避免过量摄入盐油糖”。

可选择标示内容

➤ 鼓励标示维生素A、维生素B₁、维生素B₂、钙、铁、锌和表1中其他营养成分。

表 1 能量和营养成分的名称和顺序、表达单位、修约间隔和“0”界限值

能量和营养成分的名称和顺序 ^a	表达单位 ^b	修约间隔 ^c	“0”界限值 (每 100 g 或 100 mL)
能量	千焦(kJ)	1	≤17 千焦(kJ)
蛋白质	克(g)	0.1	≤0.5 克(g)
脂肪	克(g)	0.1	≤0.5 克(g)
——饱和脂肪 (或饱和脂肪酸)	克(g)	0.1	≤0.1 克(g)
——n-3 多不饱和脂肪酸 (或 ω-3 多不饱和脂肪酸)	毫克(mg)	1	≤20 毫克(mg)
——α-亚麻酸	毫克(mg)	1	≤5 毫克(mg)
——二十碳五烯酸(EPA)	毫克(mg)	1	≤5 毫克(mg)
——二十二碳六烯酸(DHA)	毫克(mg)	1	≤5 毫克(mg)
胆固醇	毫克(mg)	1	≤5 毫克(mg)
碳水化合物	克(g)	0.1	≤0.5 克(g)
——糖	克(g)	0.1	≤0.5 克(g)
——乳糖	克(g)	0.1	≤0.5 克(g)

可选择标示内容

➤营养声称

➤营养成分作用声称

5.2 营养声称

当能量或某营养成分含量标示值符合表 C.1 的含量要求和限制性条件时,可对能量或该营养成分进行含量声称;符合表 C.2 的要求和条件时,可对能量或该营养成分进行比较声称;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。

5.3 营养成分作用声称

当能量或某营养成分的含量标示值符合营养声称要求时,可使用附录 D 中相应一条或多条作用声称标准用语。不得对营养成分作用声称用语进行任何形式的删改、添加和合并。

可选择标示内容

➤ **份量标示：**按份标示预包装食品中能量和营养成分的含量时，每份食品的质量或体积可按类别参考附录E推荐的食物份量参考值。

➤ **其他补充信息：**

允许采用图形、文字等方式对以下信息进行补充说明：

描述能量时，允许使用“卡、千卡、卡路里”等文字进行说明。

描述钠含量时，允许使用“盐”字进行说明。

描述脂肪含量时，允许使用“油”、“脂”等文字进行说明。

可以使用“中国居民膳食指南”的宝塔图形和核心推荐条目。

能量和营养成分的标示与表达方式

- 6.1 营养成分表中能量和营养成分的名称和顺序、表达单位、修约间隔、“0”界限值应符合表 1 的规定，当不标示某一营养成分时依序上移。
- 6.2 当标示 4.1 以外的营养成分时，应采取增大字号、改变字体（如斜体、加粗、加黑）或调整颜色（文字或背景颜色）等形式使 4.1 强制标示内容更加醒目。
- 6.3 当标示 GB 14880 和有关公告中允许强化的表 1 以外的其他营养成分时，其排列顺序应位于表 1 所列营养成分之后。
- 6.4 营养成分含量标示值的确定，可以采用现行有效的标准方法测定获得，也可根据配方原料组成利用《中国食物成分表》及其他来源可信的数据计算获得。判定营养成分含量标示值准确性时，宜综合考虑标示值的确定方法。
- 6.5 当每 100 g 或 100 mL 食品中能量或某营养成分含量小于或等于表 1 规定的“0”界限值时，应标示为“0”。当使用“每份”标示营养成分含量时，也依此进行判断。
- 6.6 营养声称、营养成分作用声称的字高不得超过食品名称的最大字高。

能量和营养成分的标示与表达方式

6.7 在产品保质期内,食品中能量和营养成分的实际测量值或计算值,与标示值的允许误差应符合表 2 的规定。

表 2 能量和营养成分含量的允许误差范围

能量和营养成分	允许误差范围
食品的蛋白质,多不饱和及单不饱和脂肪(或多不饱和及单不饱和脂肪酸),碳水化合物,膳食纤维[或可溶性膳食纤维、不溶性膳食纤维、膳食纤维(单体成分计)],维生素,矿物质(不包括钠),强化的其他营养成分	$\geq 80\%$ 标示值
食品中的能量以及脂肪,饱和脂肪(饱和脂肪酸),反式脂肪酸,胆固醇,钠,糖	$\leq 120\%$ 标示值

豁免强制标示营养标签的预包装食品

下列预包装食品豁免强制标示营养标签：

- 生鲜食品，如包装的生肉、生鱼、生蔬菜和水果、禽蛋等；
- 乙醇含量 $\geq 0.5\%$ 的饮料酒类；
- 包装总表面积 $\leq 100\text{cm}^2$ 或最大表面面积 $\leq 20\text{cm}^2$ 的食品；
- 现制现售的食品；
- 包装的饮用水；
- 每日食用量 $\leq 10\text{g}$ 或 10mL 的预包装食品；
- 其他法律法规标准规定可以不标示营养标签的预包装食品。

GB28050-2011

下列预包装食品豁免强制标示：

- 生鲜食品和粮食籽粒，如畜禽肉、鱼虾蟹贝、鲜蛋、蔬菜水果、菌藻类等；
 - 经简单物理处理、未添加其他配料的单一原料干制品，如谷物和杂粮等；
 - 包装饮用水、茶叶；
 - 酒精度在 $0.5\%\text{vol}$ 以上的饮料酒；
 - 每日食用量 $\leq 10\text{g}(\text{mL})$ 的预包装食品和单一原料调味品；
 - 包装物或包装容器的最大表面面积 $\leq 40\text{cm}^2$ 的食品；
 - 其他法律法规和食品安全国家标准规定可以不标示营养标签的预包装食品。
- 上述豁免强制标示营养标签的预包装食品，如标示营养标签应按照本标准执行。

GB28050-2025

附录A NRV

营养素	现行标准	修订后
胆固醇	$\leq 300\text{mg}$	/
维生素D	$5\mu\text{g}$	$10\mu\text{g}$
生物素	$30\mu\text{g}$	$40\text{g}\mu\text{g}$
胆碱	450mg	500mg
锌	15mg	11mg
碘	$150\mu\text{g}$	$120\mu\text{g}$
硒	$50\mu\text{g}$	$60\mu\text{g}$
铜	1.5mg	0.8mg

附录B 标签格式

- 仅标示强制内容
- 同时以每100克（或每100毫升）和每份为单位进行标示
- 标示更多营养成分
- 同时标示外文
- 横排格式
- 文字格式
- 附有营养声称和（或）营养成分功能声称的格式
- 内有多种食品的营养标签格式

营养成分表			
项目	每 100 克(g)或 100 毫升(mL)	营养素参考值% 或 NRV%	每份 [每份××克(g)或每份××毫升(mL)]
能量	千焦或 kJ		千焦或 kJ
蛋白质	克或 g		克或 g
脂肪	克或 g		克或 g
—饱和脂肪	克或 g		克或 g
碳水化合物	克或 g		克或 g
—糖	克或 g		克或 g
钠	毫克或 mg		毫克或 mg
儿童青少年应避免过量摄入盐油糖。			

附录C 营养声称

含量声称

- 删除“低蛋白质”声称；
- 增加“n-3多不饱和脂肪酸”含量声称及要求；
- 同义语：删除部分同义语，如“0%”、“100%不含”、“提供高（含量）”等，增加“富”、“无卡路里”、“低卡路里”。

脂肪	无或不含脂肪	$\leq 0.5 \text{ g}/100 \text{ g}$ (固体) 或 100 mL (液体)	
	低脂肪	$\leq 3 \text{ g}/100 \text{ g}$ 固体; $\leq 1.5 \text{ g}/100 \text{ mL}$ 液体	
	瘦	脂肪含量 $\leq 10 \%$	仅指畜肉类和禽肉类
	脱脂	液态奶和酸奶: 脂肪含量 $\leq 0.5 \%$; 乳粉: 脂肪含量 $\leq 1.5 \%$ 。	仅指乳品类
	无或不含饱和脂肪	$\leq 0.1 \text{ g}/100 \text{ g}$ (固体) 或 100 mL (液体)	指饱和脂肪及反式脂肪的总和
	低饱和脂肪	$\leq 1.5 \text{ g}/100 \text{ g}$ 固体 $\leq 0.75 \text{ g}/100 \text{ mL}$ 液体	1. 指饱和脂肪及反式脂肪的总和 2. 其提供的能量占食品总能量的 10% 以下
	无或不含反式脂肪酸	$\leq 0.3 \text{ g}/100 \text{ g}$ (固体) 或 100 mL (液体)	
胆固醇	无或不含胆固醇	$\leq 5 \text{ mg}/100 \text{ g}$ (固体) 或 100 mL (液体)	应同时符合低饱和脂肪的声称含量要求和限制性条件
	低胆固醇	$\leq 20 \text{ mg}/100 \text{ g}$ 固体 $\leq 10 \text{ mg}/100 \text{ mL}$ 液体	
碳水化合物 (糖)	无或不含糖	$\leq 0.5 \text{ g}/100 \text{ g}$ (固体) 或 100 mL (液体)	
	低糖	$\leq 5 \text{ g}/100 \text{ g}$ (固体) 或 100 mL (液体)	
	低乳糖	乳糖含量 $\leq 2 \text{ g}/100 \text{ g (mL)}$	仅指乳品类
	无乳糖	乳糖含量 $\leq 0.5 \text{ g}/100 \text{ g (mL)}$	

GB28050-2011

	脂肪	无或不含脂肪	$\leq 0.5 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
		低脂肪	$\leq 3 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ $\leq 1.5 \text{ g}/100 \text{ mL}(\text{液体})$	
		瘦	脂肪含量 $\leq 10 \text{ g}/100 \text{ g}$	仅指畜肉类和禽肉类
		脱脂	$\leq 0.5 \text{ g}/100\text{g}(\text{液体乳})$ $\leq 1.5 \text{ g}/100\text{g}(\text{乳粉})$	其他乳制品应符合相应食品安全国家标准
		无或不含饱和脂肪	$\leq 0.1 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
		低饱和脂肪	$\leq 1.5 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ $\leq 0.75 \text{ g}/100 \text{ mL}(\text{液体})$	饱和脂肪供能比 $\leq 10\%$
		无或不含反式脂肪酸	$\leq 0.3 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
		n-3 多不饱和脂肪酸来源或含有 n-3 多不饱和脂肪酸*	α -亚麻酸 $\geq 0.3 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$ 或 EPA 和 DHA 总和 $\geq 40 \text{ mg}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
		高或富含 n-3 多不饱和脂肪酸	α -亚麻酸 $\geq 0.6 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$ 或者 EPA 和 DHA 总和 $\geq 80 \text{ mg}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
	胆固醇	无或不含胆固醇	$\leq 5 \text{ mg}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	应同时符合低饱和脂肪的含量要求和限制性条件
		低胆固醇	$\leq 20 \text{ mg}/100 \text{ g}(\text{固体})$ $\leq 10 \text{ mg}/100 \text{ mL}(\text{液体})$	
	糖	无或不含糖	$\leq 0.5 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
		低糖	$\leq 5 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{固体})$ 或 $100 \text{ mL}(\text{液体})$	
	乳糖	无乳糖	$\leq 0.5 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{mL})$	仅指乳品类
		低乳糖	$\leq 2 \text{ g}/100 \text{ g}(\text{mL})$	

GB28050-2025

维生素	维生素×来源 或 含有维生素×	每 100 g 中 $\geq 15\%$ NRV 每 100 mL 中 $\geq 7.5\%$ NRV 或 每 420 kJ 中 $\geq 5\%$ NRV	含有“多种维生素”指 3 种和 (或) 3 种以上维生素含量符合“含有”的声称要求
	高或富含维生素×	每 100 g 中 $\geq 30\%$ NRV 每 100 mL 中 $\geq 15\%$ NRV 或 每 420 kJ 中 $\geq 10\%$ NRV	富含“多种维生素”指 3 种和 (或) 3 种以上维生素含量符合“富含”的声称要求
矿物质(不包括钠)	×来源, 或含有×	每 100 g 中 $\geq 15\%$ NRV 每 100 mL 中 $\geq 7.5\%$ NRV 或 每 420 kJ 中 $\geq 5\%$ NRV	含有“多种矿物质”指 3 种和 (或) 3 种以上矿物质含量符合“含有”的声称要求
	高, 或富含×	每 100 g 中 $\geq 30\%$ NRV 每 100 mL 中 $\geq 15\%$ NRV 或 每 420 kJ 中 $\geq 10\%$ NRV	富含“多种矿物质”指 3 种和 (或) 3 种以上矿物质含量符合“富含”的声称要求

* 用“份”作为食品计量单位时, 也应符合 100 g (mL) 的含量要求才可以进行声称。

表 C.2 含量声称的同义语

标准语	同义语	标准语	同义语
不含, 无	零(0), 没有, 100%不含, 无, 0%	含有, 来源	提供, 含, 有
极低	极少	富含, 高	良好来源, 含丰富××、丰富(的)××, 提供高(含量)××
低	少、少油 ^a		

^a “少油”仅用于低脂肪的声称。

GB28050-2011

维生素	维生素 X 来源 或含有维生素 X	每 100 g 中 $\geq 15\%$ NRV(固体) 每 100 mL 中 $\geq 7.5\%$ NRV(液体)或 每 420 kJ 中 $\geq 5\%$ NRV	含有“多种维生素”指 3 种 及以上维生素含量符合 “含有”的声称要求
	高或富含维生素 X	每 100 g 中 $\geq 30\%$ NRV(固体) 每 100 mL 中 $\geq 15\%$ NRV(液体)或 每 420 kJ 中 $\geq 10\%$ NRV	富含“多种维生素”指 3 种 及以上维生素含量符合 “富含”的声称要求
矿物质 (不包括钠)	X 来源,或含有 X	每 100 g 中 $\geq 15\%$ NRV(固体) 每 100 mL 中 $\geq 7.5\%$ NRV(液体)或 每 420 kJ 中 $\geq 5\%$ NRV	含有“多种矿物质”指 3 种 及以上矿物质含量符合 “含有”的声称要求
	高或富含 X	每 100 g 中 $\geq 30\%$ NRV(固体) 每 100 mL 中 $\geq 15\%$ NRV(液体)或 每 420 kJ 中 $\geq 10\%$ NRV	富含“多种矿物质”指 3 种 及以上矿物质含量符合 “富含”的声称要求
* “无”“不含”的同义语有“零(0)”“没有”。“低”的同义语有“少”。“来源”“含有”的同义语有“提供”“含”“有”；“高”“富含”的同义语有“良好来源”“含丰富××”“丰富(的)××”“富”。 ^b 用“份”作为食品计量单位时,也应符合 100 g(mL)或 420 kJ 的含量要求才可以进行声称;半固体或固液混合食品采用 100 g(mL)进行含量声称时应与净含量的计量单位保持一致。 ^c “n-3 多不饱和脂肪酸”也可以用“ω-3 多不饱和脂肪酸”标示。			

GB28050-2025

附录C 营养声称

表 C.2 能量和营养成分比较声称的要求和条件

比较声称

- 删除“减少蛋白质”、“减少胆固醇”、“减少膳食纤维”、“减少矿物质”、“减少维生素”等声称；
- 增加“减少饱和脂肪”声称。

比较声称方式*	要求	条件
减少能量	与参考食品比较,能量值减少 25%以上(含 25%)	参考食品的数据来源: 1. 同一企业同类或同一属类食品的营养成分含量 或 2.《中国食物成分表》中同类食品营养成分含量
减少脂肪	与参考食品比较,脂肪含量减少 25%以上(含 25%)	
减少饱和脂肪	与参考食品比较,饱和脂肪含量减少 25%以上(含 25%)	
减少糖	与参考食品比较,糖含量减少 25%以上(含 25%)	
减少钠(盐)	与参考食品比较,钠含量减少 25%以上(含 25%)	
增加蛋白质	与参考食品比较,蛋白质含量增加 25%以上(含 25%)	
增加膳食纤维	与参考食品比较,膳食纤维含量增加 25%以上(含 25%)	
增加维生素	与参考食品比较,维生素含量增加 25%以上(含 25%)	
增加矿物质(不包括钠)	与参考食品比较,矿物质含量增加 25%以上(含 25%)	
* “减少”的同义语有“减”“减低”或“减少×%”“减×%”“减低×%”“降×%”“降低×%”；“增加”的同义语有“增”“加”“增高”或“增加×%(×倍)”“增×%(×倍)”“加×%(×倍)”“增高(了)×%(×倍)”“多×%”“提高×倍”。		

附录D 营养成分作用声称

李子刚

- **删除胆固醇声称：**成人一日膳食中胆固醇摄入总量不宜超过300 mg。
- **修改部分功能声称用语：**结合国内市场中的营养成分功能声称实际使用情况和监管需求，对现行标准中不适用的营养成分功能用语表述进行了删除或修改。
- **增加脂肪、糖、盐长期过量摄入的危害描述用语：**“长期高盐摄入可导致血压升高”“长期高脂肪摄入不利于维持正常体重和体脂水平。”“长期过多摄入饱和脂肪可使血胆固醇增高”“长期高糖摄入可增加龋齿和肥胖发生的风险”。

附录D 营养成分作用声称

- **增加部分营养成分作用声称：**蛋白质、 α -亚麻酸、维生素A、维生素K、维生素B6、维生素B12、生物素、胆碱、钙、磷、钾、镁、锌、碘、硒等。

D.23 锌

锌是儿童生长发育的必需元素。

锌有助于改善食欲。

锌有助于皮肤健康。

D.24 碘

碘是甲状腺发挥正常功能的元素。

GB28050-2011

D.3.3 α -亚麻酸

α -亚麻酸是人体必需脂肪酸。

GB28050-2025

D.26 锌

锌是儿童生长发育的必需元素。

锌有助于改善食欲。

锌有助于皮肤健康。

锌有助于维持免疫系统的正常生理功能。

D.27 碘

碘是甲状腺发挥正常功能的元素。

碘是神经系统发育所必需的。

D.28 硒

硒有抗氧化作用。

硒有助于维持免疫系统的正常生理功能。

GB28050-2025

附录 E 份量参考值的推荐 (资料性)

名称	李子林份量参考值
酱油, 酱, 酱腌菜, 底料	10 g或ml
熟肉干制品 (肉松、肉干、肉脯等)	10 g
水果干制品	10 g
坚果制品	10 g
西式装饰蛋糕类 (派、蛋糕)	30 g
肉灌制品 (灌肠类、西式火腿等), 火腿制品, 发酵火腿制品, 腊肉制品	30 g
乳粉 (全脂乳粉、脱脂乳粉、部分脱脂乳粉、调制乳粉)	30 g
即食谷物粉, 代餐粉	30 g
饼干, 谷物棒	30 g

附录 E 份量参考值的推荐（资料性）

食品份量参考值的应用

- 根据预包装食品最小单元质量（或体积），可参照表 E.1 推荐的份量参考值，在适当范围内制定每份食品的质量（或体积）。以下几种情况可供参考。
- 食品最小单元质量（或体积）在相应类别食品份量参考值 50% ~ 150% 范围内，可直接以最小单元质量（或体积）作为一份。
- 当食品最小单元质量（或体积）小于相应类别食品份量参考值的 50% 时，可以按照接近份量参考值的若干个最小单元质量（或体积）作为一份。

如饼干的份量参考值为 30 g，每片饼干为 7 g，可 4 片为一份，标示为“每份 28 g / 4 片”；也可以 3 片 21 g，5 片 35 g 或 6 片 42 g 为一份。



下一步计划

- 了解行业问题
- 编制解读材料
- 加强标准宣贯
- 做好过渡衔接，引导正确执行

李予刚