

包裝食品營養宣稱應遵行事項問答集(Q&A)

104 年 3 月 3 日公告

110 年 6 月 30 日修正

113 年 2 月 19 日修正

一、總則

Q1.1：為何要修訂「包裝食品營養宣稱應遵行事項」？

A1.1：為使法規更加清楚易懂，參考國際規範與實務情形，使業者更能落實，並保障消費者選購食品時知的權益。

Q1.2：本公告查詢處？

Q1.2：

1. 全國法規資料庫 <http://law.moj.gov.tw/>
2. 衛生福利部食品藥物管理署(<http://www.fda.gov.tw/>)>公告資訊
>本署公告
3. 食品標示諮詢服務平台 <http://www.foodlabel.org.tw>

二、適用範圍

Q2.1：如果我的產品品名為「乳酸菌糖果」或「乳酸菌球飲料」，是否屬於營養宣稱的範圍？

A2.1：乳酸菌非屬營養素，故該產品品名不涉及營養宣稱的範圍。惟應確認產品確實含有乳酸菌成分，不得有不實、誇張或易生誤解之情形。

Q2.2：若僅於產品內容物敘述原料成分有「維生素 A」、「維生素 B₂」，而未於外包裝內容物欄位以外之其他處標示「含維生素 A」、「含維生素 B₂」，是否屬於營養宣稱？

A2.2：否。於內容物欄位內對產品原料成分之敘述，並不屬於營養宣稱。例如：內容物：麥芽糊精、玉米油、卵磷脂、碳酸鈣、維生素 A、棕櫚酸、維生素 B₂、維生素 D₃，均屬於食品原料成分之敘述。惟倘於內容物欄位外之其他包裝處，另有敘述如「產品添加維生素 A」、「使用維生素 B₂」等，表達該產品具有該項特定營養素，則應明確於營養標示欄位中，標明「維生素 A」及「維生素 B₂」之含量。

Q2.3：如果我的產品有宣稱「高維生素 C」，營養標示之項目應包括哪些？

A2.3：應包括「包裝食品營養標示應遵行事項」公告內之營養標示項目（熱量、蛋白質、脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、碳水化合物、糖、鈉）以

及出現於營養宣稱中之營養素（維生素 C）含量。

Q2.4：請問有營養宣稱之復水食品是否須註明沖泡方式？該怎麼標示？

A2.4：若食品以復水後或沖泡後進行營養宣稱，則須將其沖泡方式於包裝上註明或標示於食用說明(如復水水量、溫度、時間等)，以提供消費者之參考依據。

Q2.5：直接供應飲食場所供應之食品及散裝食品，是否也需要符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」？

A2.5：不需要。倘直接供應飲食場所供應之食品及散裝食品欲自願標示、宣稱營養資訊提供消費者參考，其內容須符合食品安全衛生管理法第 28 條規定，食品之標示、宣傳或廣告，不得有不實、誇張或易生誤解之情形。

Q2.6：「特殊營養食品」是否要符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」？

A2.6：特殊營養食品因具有特殊性，除適用「包裝食品營養宣稱應遵行事項」外，需同時符合特殊營養食品另訂相關規定。

三、實施日期

Q3.1：修訂之「包裝食品營養宣稱應遵行事項」何時正式實施？

A3.1：本應遵行事項除第四點第一款、第四款、第五點及第六點規定，預定自 115 年 1 月 1 日實施(以產製日期為準)，其餘規定自 113 年 2 月 19 日正式公告起開始實施。另，公告日前已取得特殊營養食品許可證之產品，於 115 年 1 月 1 日起製造者，應依本公告規定辦理。

Q3.2：如果發現產品的營養宣稱不符合規定，請問包裝之營養宣稱是否可以用黏貼方式修正？黏貼位置有無限制？

A3.2：可以，須將不符合規定之營養宣稱覆蓋，其貼紙應具備不易再撕開、不易換貼或不易脫落之特性，且不得遮蓋到其他依食品安全衛生管理法第 22 條所必須標示之項目。

四、定義

Q4.1：可否舉例說明何謂「營養宣稱」？

A4.1：例如，標示「含有維生素 A、高鈣、低鈉、無糖、高纖維」或等同意義詞句以表達該食品具有或不具有特定之營養素含量。

Q4.2：除了需適量攝取的 8 項營養素及可補充攝取的 23 項營養素，其餘的營養素可作「無」、「低」、「高」等詞句之營養宣稱嗎？

A4.2：不可以。僅熱量、脂肪、飽和脂肪、膽固醇、鈉、糖、乳糖及反式脂肪等 8 項需適量攝取營養素，得作「無、不含、零、低、少、薄、微、略含」或等同意義詞句之營養宣稱；僅蛋白質、膳食纖維、維生素 A、維生素 B₁、維生素 B₂、維生素 B₆、維生素 B₁₂、維生素 C、維生素 D、維生素 E、維生素 K、菸鹼素、葉酸、泛酸、生物素、膽素、鈣、鐵、碘、鎂、鋅、氟、硒等 23 項之可補充攝取營養素，得作「高、多、強化、富含」或等同意義詞句之營養宣稱。

五、營養宣稱

Q5.1：產品包裝上未做任何「高、多、強化、富含」營養宣稱，但在食品包裝上寫出或突顯(ex：字體加大、加粗、變色)膳食纖維這 4 個字是否有違反食品標示相關法規？

A5.1：如於成分欄位外其他處僅標示「膳食纖維」之營養素字樣或圖樣呈現，仍屬於以隱喻或暗示方式，表達該食品具有特定之營養素(如膳食纖維)，須依「包裝食品營養標示應遵行事項」於營養標示欄位內標示膳食纖維含量。

Q5.2：若於產品包裝上宣稱「含有 18 種必需胺基酸」，是否可僅標示 18 種胺基酸加總之總量於營養標示欄位中？或須將 18 種胺基酸之名稱及含量，分別標示於營養標示欄位中？

A5.2：如於成分欄位外其他處標示宣稱「18 種胺基酸」或等同意義描述、圖樣，表達該食品具有 18 種胺基酸之營養性質，應依「包裝食品營養標示應遵行事項」，於營養標示欄位內明確標示 18 種胺基酸之個別含量，不得僅以胺基酸總量標示之。

Q5.3：我的產品如果命名為「維生素 C 飲料」，是否需要在營養標示欄位內標示維生素 C 含量？

A5.3：該產品如欲命名為「維生素 C 飲料」，以隱喻或暗示方式，表達該食品具有特定的營養素，須依「包裝食品營養標示應遵行事項」於營養標示欄位內標示維生素 C 含量。

Q5.4：請問產品外包裝標示非「可補充攝取」之營養素含量，例如每份精

胺酸 1 公克、每顆葉黃素 15 毫克等，是否有違反食品標示相關法規？

A5.4：

1. 依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，記載食品所含營養素含量之數值者，以該食品之單位重量、容量、數量或每份量，表達所含營養素之含量。
2. 一般包裝食品倘於外包裝標示，例如每份精胺酸 1 公克、每顆葉黃素 15 毫克等，同時符合「包裝食品營養標示應遵行事項」規定，於營養標示欄位內標示該等營養素含量，且未作「可補充攝取」或「需適量攝取」之營養宣稱，尚屬適法。

Q5.5：一般包裝食品於包裝上是否可宣稱「250 mg 鈣/每包 (5 公克)」？另，是否可使用百分比的方式呈現，例如 10%蛋白質，不用再標示食品之單位重量、容量、數量或每份量？

A5.5：依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，記載食品所含營養素含量之數值者，應明確以該食品之單位重量、容量、數量或每份量，標示，例如每 100 公克蛋白質○公克、每份蛋白質○公克、每 1 包含鈣○毫克等，亦可更清楚標示，例如每 1 包(○公克)含鈣○毫克、每份(50 公克)蛋白質○公克等，供消費者選購之參考。

Q5.6：如果欲引進國外進口的包裝飲用水(非礦泉水)，在外包裝文字標示「含有礦物質成分」，請問是否需依法進行營養標示或得免標示？

A5.6：

1. 銷售於國內之輸入及國產食品，均應依食品安全衛生管理法第 22 條之規定，以中文作完整標示，並遵守該法之相關規範。惟依據「得免營養標示之包裝食品規定」，未有營養宣稱之包裝飲用水、礦泉水、冰塊；或未有營養宣稱之包裝食品，其熱量及營養素含量皆符合「包裝食品營養標示應遵行事項」得以「0」標示之條件者，得免標示營養標示。
2. 產品外包裝標示「含有礦物質成分」，以隱喻或暗示方式表達該食品具有特定的營養素，其營養標示應依「包裝食品營養標示應遵行事項」辦理，於營養標示欄位內明確標示含有哪些礦物質及其含量。
3. 若產品外包裝標示符合 CNS 相關規範，而依該標準以條列式或表格格式標示礦物質成分、含量，並未涉及前揭營養宣稱應遵行事項。

Q5.7：我的產品品名是否可命名為「金盞花萃取物(含葉黃素)」或是「魚油(含 EPA、DHA)」？

A5.7：如欲以原料及其所含營養素成分緊連標示方式作為品名，如「金盞花萃取物(含葉黃素)」、「金盞花萃取物(葉黃素)」或是「魚油(含 EPA、DHA)」、「魚油(EPA、DHA)」，以隱喻或暗示方式，表達該食品具有特定之營養素，須依「包裝食品營養標示應遵行事項」將該等營養素含量標示於營養標示欄位內，且原料及其所含營養素成分亦須緊連標示於內容物欄位中。

Q5.8：產品品名為「xx 纖維食品」，須於營養標示中標示膳食纖維含量嗎？

A5.8：產品品名（xx 纖維食品）以隱喻或暗示方式，表達該食品具有特定的營養性質，須於營養標示欄位內標示膳食纖維之含量。

Q5.9：有關宣稱或可標示為「0」之營養素含量值規定，是否包括等於含量值？是否有誤差允許範圍可言？

A5.9：宣稱或可標示為「0」之營養素含量值規定，包含等於所定之含量值，例如，產品每份及每 100 公克脂肪含量為 0.5 公克，符合脂肪標示為「0」之條件，可於產品包裝上標示「不含脂肪」。但宣稱或可標示為「0」之營養素含量值，並無誤差允許範圍。

Q5.10：如果產品為冰淇淋，想要宣稱低脂，是要依據液體的宣稱標準，還是固體的宣稱標準呢？

A5.10：

1. 依據「包裝食品營養標示應遵行事項」，固體(半固體)應以公克表示，液體應以毫升表示。另，依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，產品如欲宣稱「低脂」，應符合每 100 公克固體（半固體）食品之脂肪含量不超過 3 公克，或每 100 毫升液體食品之脂肪含量不超過 1.5 公克。
2. 冰淇淋產品，其販售予消費者之產品形態為固體，如欲進行營養宣稱，則應以每 100 公克固體食品作為宣稱之衡量基準。

Q5.11：乾麵條產品是否可標示或宣稱「低醣麵條」？

A5.11：

1. 依「包裝食品營養標示應遵行事項」，碳水化合物定義為醣類，係指總碳水化合物。

2. 依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，非屬「需適量攝取」之營養素，不得標示「無、不含、零、低、少、薄、微略含」或等同意義詞句之營養宣稱，以及營養素含量比較之詞句。「碳水化合物(醣類)」非屬「需適量攝取」之營養素，故產品標示不得宣稱「低醣」、「減醣」。
3. 另，倘產品外包裝欲宣稱「低糖」，其糖含量應符合前揭應遵行事項規定，固體食品每 100 公克糖含量不得超過 5 公克。

Q5.12：請問產品為捕撈之魚類包裝食品，是否能宣稱或在成分上提及富含 DHA 呢？

A5.12：依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，得宣稱「高、多、強化、富含」或等同意義詞句之營養素，有蛋白質、膳食纖維、維生素 A、維生素 B₁、維生素 B₂、維生素 B₆、維生素 B₁₂、維生素 C、維生素 D、維生素 E、維生素 K、菸鹼素、葉酸、泛酸、生物素、膽素、鈣、鐵、碘、鎂、鋅、氟、硒等 23 項。「DHA」非屬前揭營養素範疇，故產品包裝不得宣稱「富含 DHA」之字樣。

Q5.13：是否可以在產品包裝上進行「高蛋白」之宣稱？

A5.13：

1. 一般食品於外包裝標示「高蛋白質」或等同意義詞句之營養宣稱，其蛋白質含量應符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」之規定。惟該應遵行事項表七所列之食品，如額外使用營養添加劑之零食類食品、糖果類食品、碳酸飲料、調味料等，不得作「高、多、富含、強化」或等同意義詞句之營養宣稱。
2. 特定疾病配方食品，確實依適用對象營養需求設計，符合適用對象營養需求之特殊營養食品，依食品安全衛生管理法第 21 條規定，特殊營養食品應事先向衛生福利部辦理查驗登記手續，經核准始得輸入或上市販售。

Q5.14：產品若為訴求「富含維他命」的飲品，是否產品營養標示表所列營養素皆須符合表三所列營養素第三欄或第四欄規範量？

A5.14：依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」第 4 點第 3 款規定，倘液體食品於外包裝成分欄位外之其他處，標示宣稱「富含維他命」，該食品每 100 毫升所含個別維生素量皆應達到或超過表三第 3 欄所示之量，或其每 100 大卡所含個別維生素量，皆應達到或超過第 4 欄

所示之量。又，依該應遵行事項第 6 點規定，液體食品有 2 項以上營養宣稱者，如以 100 大卡為衡量基準者，應於包裝上註明該衡量基準。

Q5.15：如果是肉鬆食品，想要宣稱「富含膳食纖維」，其宣稱標準為何？

A5.15：肉鬆食品屬於「包裝食品營養宣稱應遵行事項」中表五所列之食品品項，如欲宣稱「富含膳食纖維」，該食品每 30 公克(實重)所含膳食纖維量須達到或超過 6 公克，才可以宣稱「富含膳食纖維」。

Q5.16：進口葵花油產品，原文包裝有標示「high-oleic」高油酸字樣，是否涉及營養宣稱？請問產品是否可命名，如「高油酸葵花油」？

A5.16：

1. 依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，非屬該公告規範「可補充攝取」之營養素，不得標示「高、多、強化、富含」或等同意義詞句之營養宣稱。
2. 於產品外包裝標示「high-oleic」，涉及前揭遵行事項，不得作「可補充攝取」營養宣稱標示。惟倘產品確實符合中華民國國家標準(CNS)第 14768 號食用高油酸葵花籽油之品質標準，品名標示為「高油酸葵花籽油」，且於營養標示欄位內標示油酸含量，尚屬適法。

Q5.17：請問可以將穀類和蔬果中膳食纖維的含量作對比宣稱？

A5.17：不可以，穀類產品不得與蔬果類產品互相比較膳食纖維的含量。一般包裝食品如有營養宣稱，應於營養標示欄位內標示該營養素含量，且須依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」規定辦理。依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，欲以「較...高」、「較...多」、「...倍」或等同意義詞句比較方式宣稱膳食纖維時，該固體(半固體)或液體食品所含膳食纖維含量與同類參考食品所含膳食纖維含量之差距，必須分別達到或超過該規定表三所示二分之一之量，且須標明被比較的同類參考食品之品名及其增加之量或其增加之比例數。

Q5.18：請問台灣地區食品營養成分資料庫的資料是否可以作為營養素比較宣稱的比較對象？

A5.18：不可以，台灣地區食品營養成分資料庫之資料，不可作為「包裝食品營養宣稱應遵行事項」營養素含量比較宣稱之被比較之食品。

Q5.19：拿鐵咖啡產品，包裝上標示「減糖 65%」，並標示「本產品使用的蔗糖較同系列商品拿鐵咖啡減少 65%」，而減糖 65%的計算方式是以同系列的兩支拿鐵咖啡產品的外添加蔗糖含量之比較，並非單糖和雙糖的總和，且該兩產品每 100 毫升的糖含量差距有達 2.5 公克以上，請問上述標示是否符合規定？

A5.19：針對營養標示、宣稱部分，「糖」定義為單糖與雙糖總和。液體食品外包裝欲標示「減糖○%」，仍應依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」辦理，其所含「糖」量與同類參考食品所含「糖」量之差距必須達到或超過 2.5 公克/每 100 毫升，且須標明被比較的同類參考食品之品名及其減低之量或其減低之比例數。

Q5.20：如果我的產品有營養宣稱（例如：高鈣），是否可以在外包裝處加註「鈣質可以預防骨質疏鬆症」？

A5.20：不可以。依據食品安全衛生管理法第 28 條之規定，對於食品之標示，不得有不實、誇張、易生誤解、醫療效能之標示，所以不可以標示「鈣質可以預防骨質疏鬆症」。但得依「食品及相關產品標示宣傳廣告涉及不實誇張易生誤解或醫療效能認定準則」，標示可敘述之生理功能例句，例如：鈣有助維持於骨骼與牙齒的正常發育及健康。

Q5.21：如果果凍中每份量(15 公克)含有 20 毫克的維生素 C，超過包裝食品營養宣稱條件表四之標準(15 毫克/100 公克)，可以標示維生素 C 之生理功能例句嗎？

A5.21：如欲於果凍產品外包裝宣稱、標示維生素 C 生理功能者，其含量須符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」規定，產品每 100 公克之固體(半固體)所含維生素 C 須確實達到或超過 15 毫克，並於營養標示欄位內標示維生素 C 含量。另，維生素 C 可敘述之生理功能例句，須符合「食品及相關產品標示宣傳廣告涉及不實誇張易生誤解或醫療效能認定準則」之規定。

Q5.22：若產品僅訴求「每份含蛋白質○公克」或標示「含有葉黃素」，是否須達到表四含量標準？

A5.22：

1. 考量「來源」、「供給」等通常是事實描述的营养宣稱，故如產品

確實含有特定營養素，可標示「供給」、「含」等宣稱詞句，例如每份含蛋白質○公克、含葉黃素等，應依「包裝食品營養標示遵行事項」規定，於營養標示欄位內標示宣稱之營養素含量。

2. 惟產品外包裝倘欲宣稱營養素之生理功能詞句，例如蛋白質幫助生長發育等，依該應遵行事項第4點第4款規定，除依「食品及相關產品標示宣傳廣告涉及不實誇張易生誤解或醫療效能認定準則」之規定外，該蛋白質含量須符合表四所示之量。

Q5.23：若於蝦製零食產品外包裝標示富含豐富的甲殼素、蝦紅素及鈣、磷？其含量需要標示於營養標示欄位內嗎？

A5.23：

1. 依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，非屬「可補充攝取」之營養素，不得作「高」、「多」、「強化」、「富含」或等同意義字句之營養宣稱，且該應遵行事項表七所列之食品，如額外使用營養添加劑之零食類食品，不得作「高」、「多」、「強化」、「富含」或等同意義字句之營養宣稱。倘該蝦製品確實未額外使用營養添加劑，得依上開應遵行事項進行宣稱。
2. 礦物質「磷」係屬廠商自願標示之營養素範疇。另，磷非屬「可補充攝取」之營養素，包裝不得宣稱「富含豐富的磷」之字樣。另，甲殼素、蝦紅素非屬營養素，如產品外包裝標示「富含豐富的甲殼素、蝦紅素」，應有相關充分科學資料證實其正確性，否則恐有違反食品安全衛生管理法第28條之虞。如欲標示非營養素含量，該等成分不得標示於營養標示欄位內，須與營養標示欄位明顯區隔，並有適當的標題。

Q5.24：糖果類食品，如果另外添加維生素C的量，達到「高、多、強化、富含」宣稱標準時，我可以在產品包裝上標示「富含維生素C」及維生素C之生理功能例句嗎？

A5.24：

1. 額外使用營養添加劑之糖果類食品屬於「包裝食品營養宣稱應遵行事項」中表七所列之食品品項，得於外包裝標示「添加維生素C」或「每顆糖果含維生素C ○毫克」等與事實相符之陳述，惟不得作「高、多、強化、富含」或等同意義詞句之營養宣稱及生理功能例句。
2. 另，倘符合「無糖」宣稱且未使用甜味劑之糖果類食品，得作「高、

多、強化、富含」或等同意義詞句之營養宣稱及營養素之生理功能例句。

Q5.25：若碳酸飲料產品確實添加或含有特定營養素，是否可於外包裝上標示該營養素名稱或其含量？

A5.25：

1. 碳酸飲料產品屬於「包裝食品營養宣稱應遵行事項」中表七所列之食品品項，倘產品確實添加或含有特定營養素，得於外包裝標示與事實相符之營養素或含量，例如添加維生素 C、維生素 C 名稱之圖示等。惟產品整體表現仍不得使消費者誤解產品含高量之維生素 C。
2. 另，倘符合「無糖」宣稱之碳酸飲料產品，得作「高、多、強化、富含」或等同意義詞句之營養宣稱及營養素之生理功能例句。

Q5.26：若需經復水食品依產品標示調製後之 100 毫升液體作營養宣稱，營養標示只能使用「每份」(毫升為單位)及「每 100 毫升」之格式嗎？

A5.26：

1. 依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」第 5 點，復水食品倘依產品標示建議量調製後之 100 毫升液體之營養素含量，作為需適量攝取或可補充攝取營養素之營養衡量基準，其營養標示方式應與營養宣稱之衡量基準一致(即應以復水後之液體作為營養標示基準)。
2. 另，營養標示格式應依「包裝食品營養標示應遵行事項」，復水後之液體所含熱量及營養素含量標示，以「每份」(毫升為單位)及「每 100 毫升」標示，並加註該產品每包裝所含之份數；或以「每份」(毫升為單位)及其所提供「每日參考值百分比」標示，並加註該產品每包裝所含之份數，擇一辦理。

Q5.27：請問奶粉類產品以沖泡後的牛奶液體作為宣稱型態，該營養宣稱是否可同時選擇，低脂以 100 毫升為衡量基準、高鈣以 100 大卡為衡量基準？

A5.27：依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」第 5 點，需再經復水或稀釋才可供食用之食品(例如奶粉)，倘欲於產品外包裝宣稱「低脂、高鈣」，應以產品標示建議量調製後的 100 毫升作為需適量攝取或可補充攝取營養素之營養宣稱衡量基準，不得以液體之 100 大卡為衡量基準。

Q5.28：如果我的產品，其糖含量為每 100 毫升含 2.5 公克，而每 100 大卡含膳食纖維 3 公克以上，皆為以液體 100 毫升為基準之規定，進行「低糖」與「高纖」之營養宣稱。其中，低糖宣稱符合「包裝食品營養宣稱應遵行事項」之表二第三欄(液體)每 100 毫升之糖含量不超過 2.5 公克宣稱標準，高纖宣稱符合該應遵行事項之表三第四欄(液體)每 100 大卡標準達到或超過 3 公克，該產品品名宣稱「低糖高纖」是否合乎該遵行事項之規定？

A5.28：

1. 依據「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，當一食品有二項或以上之營養素符合營養含量宣稱條件時，得同時作此等營養宣稱，但同一食品須以同型態【固體(半固體)或液體】作為衡量基準；其選擇以液體作為衡量基準者，以 100 毫升為原則；如以 100 大卡為衡量基準者，應於包裝上註明。
2. 上述問題，建議同時以每 100 毫升液體作為衡量基準，達上開應遵行事項「低糖高纖」之標準，以利消費者辨識。如欲以每 100 毫升液體符合「低糖」及每 100 大卡液體符合「高膳食纖維」之情形，於產品外包裝標示、宣稱「低糖高纖」之字樣，應於外包裝註明，例如該產品每 100 大卡之膳食纖維含量或等同意義詞句表達膳食纖維衡量基準為每 100 大卡，以利消費者參考。

Q5.29：請問發泡錠產品是否適用於「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，可同時宣稱「零熱量」、「低鈉」或「富含維生素 C」？若可以，如何宣稱？例如：產品有標示每日限量 1 錠，建議以 150 毫升沖泡，其鈉含量每錠為 150 毫克，沖泡後其鈉含量相當為 1 毫克/毫升。

A5.29：

1. 依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」，如欲針對「需適量攝取之營養素」進行營養宣稱，應符合表一或表二所示之量；如欲針對「可補充攝取之營養素」進行營養宣稱，則每日最低攝取量須達到或超過表三所示之量。另，當一食品有二項以上之營養素符合營養素含量宣稱之條件時，得同時作此等營養宣稱，且同一食品須以同型態【固體(半固體)或液體】作為衡量基準。
2. 發泡錠屬於膠囊狀、錠狀管理，且營養宣稱之衡量基準須同型態。以案內產品(每日最低攝取量 1 錠)同時宣稱「富含維生素 C」、「零熱量」及「低鈉」，其宣稱基準方式有二，得擇一衡量之，如符合，則得同時宣稱「富含維生素 C」、「零熱量」及「低鈉」：

- (1) 固體：1 錠之維生素 C 含量須達到或超過 30 毫克；每 100 公克產品之熱量不得超過 4 大卡；每 100 公克產品之鈉含量不得超過 120 毫克。
- (2) 沖泡液：1 錠沖泡成 150 毫升之維生素 C 含量須達到或超過 30 毫克；每 100 毫升沖泡液之熱量不得超過 4 大卡；每 100 毫升沖泡液之鈉含量不得超過 120 毫克。

其他

Q1.：如果產品標示「本產品不額外添加砂糖，糖主要來自乳原料及異麥芽寡糖，原料中砂糖係由柑橘果膠夾帶而來，含量低於 0.5%」，但其營養標示中糖含量卻超過 0.5%，請問是否違法？

A1.：

1. 依據食品安全衛生管理法第 28 條規定，食品標示、宣傳或廣告，不得有不實、誇張或易生誤解之情形。如產品營養標示中糖含量超過 0.5%，但確實不額外添加砂糖的情況下，於包裝上標示「本產品不額外添加砂糖，糖主要來自乳原料及異麥芽寡糖，原料中砂糖係由柑橘果膠夾帶而來」之文句，尚屬適法。
2. 針對營養標示部分，依據「包裝食品營養標示應遵行事項」，「糖」定義為最終市售包裝食品所含單醣與雙醣總和，主要為葡萄糖、果糖、半乳糖、麥芽糖、蔗糖、乳糖之總和。

Q2.：產品可以標示「減脂」嗎？

A2.：產品外包裝標示「減脂」字樣，倘影射產品減肥、塑身，涉及違反食品安全衛生管理法第 28 條，「涉及維持或改變人體器官、組織、生理或外觀之功能」，認定為涉及不實、誇張或易生誤解情形。