

兩岸食品營養標示管理研討會

日期：2014 年 5 月 20 日（星期二）

地點：高雄國際會議中心（高雄市鹽埕區中正四路 274 號）

指導單位：衛生福利部食品藥物管理署

主辦單位：財團法人食品工業發展研究所

議程：

時 間	議 程	演 講 者
08:30 ~ 08:50	報到	
08:50 ~ 09:00	致詞	
09:00 ~ 09:30	臺灣市售包裝食品標示管理概況	衛生福利部食品藥物管理署 楊怡真 代理科長
09:30 ~ 10:00	大陸市售包裝食品標示管理概況	大陸食品安全風險評估中心 韓軍花 研究員
10:00 ~ 10:10	茶敘	
10:10 ~ 11:00	臺灣市售包裝食品營養標示之管理	衛生福利部食品藥物管理署 施嬋恩 審查員
11:00 ~ 11:50	大陸市售包裝食品營養標示之管理	大陸食品安全風險評估中心 韓軍花 研究員
11:50 ~ 12:30	綜合討論	
12:30	散會	

演講主題：臺灣市售包裝食品標示管理概況

演 講 者：楊怡真

現職：衛生福利部食品藥物管理署 代理科長

臺灣市售包裝食品標示 管理概況

藥求安全 食在安心



衛生福利部食品藥物管理署

Food and Drug Administration,
Ministry of Health and Welfare

<http://www.fda.gov.tw/>

食品安全衛生管理法全面性修正

藥求安全 食在安心

- 新「食品安全衛生管理法」已於2014年2月5日公布施行，章節總數由原本的7個章節增加至10個章節，條文總數也由原本的40條，增加至64條，其中針對食品安全風險管理、食品輸入管理、食品檢驗、查核及管制等內容，均特別以專章規範，該修法案通過後，賦予衛生機關更多權力和任務、加重食品業者之責任及違規行為罰鍰與刑責，建立完善的食物安全管理體系

食品標籤標示

藥求安全 食在安心

• 修正重點

- 食品及食品添加物標示規範分列為食品安全衛生管理法第22條及第24條
- 另增訂第23條，授權衛生福利部在考量食品因容器或外包裝面積、材質或其他之特殊因素情況下，依第22條規定標示顯有困難者時，得公告免一部之標示，或以其他方式標示

食品安全衛生管理法

<http://consumer.fda.gov.tw/Law/Detail.aspx?nodeID=518&lawid=292>



歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

3

藥求安全 食在安心

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.製造廠商或臺灣負責廠商名稱、電話號碼及地址

6.原產地(國)



歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

食品應標示事項(§22)

7.有效日期

8.營養標示，由衛生福利部公告之

9.含基因改造食品原料，由衛生福利部公告之

10.其他經衛生福利部公告之事項(例如：素食宣稱、咖啡因含量、過敏原、速食麵、調和油...等標示)

第二項：內容物之主成分應標明所佔百分比，其應標示之產品、主成分項目、標示內容、方式及各該產品實施日期，由衛生福利部另定之。

- 優先實施類別：宣稱含果蔬汁飲料標明原汁含有率、米粉標明米含量、調製乳粉標明乳含量，自2014年7月1日生效

食品安全衛生管理法中食品標示修正重點

- 食品中食品添加物名稱標示 (§22-1-4)：食品添加物名稱，須詳實標明各別名稱，不得單以功能性名稱標示
- 食品中香料成分標示 (2013.12.27 部授食字第 1021350702號)：食品所含香料成分得以「香料」標示，如該成分屬天然香料者，得以「天然香料」標示
- 製造廠商標示 (§22-1-5)：已不強制要求標明製造廠商，得以臺灣負責廠商標示之
- 特定產品應標示內容物主成分所占百分比 (§22- 2)，目前業已公告優先施行之三類產品，未來將持續評估國際規範、各界關切議題及產業情況等，逐步公告訂定之

1.品名

藥求安全 食在安心

- 品名應與食品本質相符
- 衛生福利部規定之名稱、CNS標準所定之名稱或自定其名稱
- 常見違規樣態
 - 品名與本質不符
 - 「葡萄汁」，但實際內容物並沒有葡萄
 - 涉及誇張、易生誤解或醫療效能
 - 「芯血通」膠囊→品名影射五官臟器，且其諧音，涉及醫療效能

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

- 食品中所含各項內容物，應依其含量多寡由高至低，詳實展開標示各別原料名稱。其中屬二種以上混合物者（即複合原料），亦應展開標示
 - 舉例：「三合一咖啡粉包」
 - ✓ 「咖啡粉、奶精（氫化棕櫚油、玉米糖漿、酪蛋白、脂肪酸甘油酯、檸檬酸鈉）、砂糖」
 - ✓ 「咖啡粉、氫化棕櫚油、玉米糖漿、酪蛋白、脂肪酸甘油酯、砂糖、檸檬酸鈉」
- 原料名稱，可參考衛生福利部公布之「可供食品使用原料彙整一覽表」
- 103.04.07公布「包裝食品之內容物及食品添加物名稱標示原則」草案

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

安心

- 食品之製造、加工製程中，為達一定製造、加工之功能性目的而使用之原料，於終產品完成前，經中和、去除、失去活性，對終產品無功能者，得免標示之
 - 例如：萃取油脂之「溶劑」已至終產品中去除使用之「酵素」加工製程後已失去活性
- 常見違規樣態：
 - 內容物未詳實展開標示
 - 內容物名稱不正確，例如：「調味料」為統稱名稱，而非原料名稱

3.淨重、容量或數量

藥求安全 食在安心

- 依個別產品特性，標示重量、容量或數量
- 液汁與固形物混合者，分別標明內容量及固形量
 - 例如：「水果罐頭」淨重200公克，固形量120公克
- 以公制單位標示
- 常見違規樣態：標示值與實際量測值不符
 - 淨重容許負誤差，可參考CNS 12924號包裝食品裝量檢驗法及CNS 974號食品罐頭檢驗法—裝量測定

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

樂求安全 食在安心

- 應使用衛生福利部所定之食品添加物品名或通用名稱，不得僅以功能（用途）名稱標示之
 - 例如：「羥丙基澱粉」黏稠劑，應標示為「羥丙基澱粉」，不得直接標示為「化製（修飾）澱粉」、「黏稠劑」或「澱粉」
 - 原本法施行細則中「屬調味劑（不含甜味劑、咖啡因）、乳化劑、膨脹劑、酵素、豆腐用凝固劑、光澤劑者，得以用途名稱標示之」之規定，已不適用，並自2014年6月19日施行（以產製日期為準）
 - 依據2013.12.27 部授食字第1021350702號，香料成分得以「香料」標示，如該成分屬天然香料者，得以「天然香料」標示
- 屬甜味劑、防腐劑、抗氧化劑者，應同時標示其功能性名稱及品名或通用名稱
 - 例如：糖精（甜味劑）、防腐劑苯甲酸

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

樂求安全 食在安心

- 屬二種以上原料混合時（即複方食品添加物）亦應展開標示所含個別名稱
- 食品中之食品添加物係透過合法原料之使用而帶入，且該食品添加物含量明顯低於直接添加於食品中所需量，對終產品無功能者，得免標示之
 - 例如：粽子中使用醬油（含防腐劑），但該防腐劑對粽子無功能
- 常見違規樣態：
 - 食品添加物未詳實展開標示
 - 食品添加物名稱不正確，例如：「修飾澱粉」為統稱名稱，而非該食品添加物名稱

5. 製造廠商或臺灣負責廠商名稱、電話號碼及地址

藥求安全 食在安心

- 產品如已完整標明臺灣負責廠商名稱、地址及電話即屬符合規定，不強制要求標明製造廠商資訊
- 輸入食品，應標示臺灣負責廠商資訊（將納入本法施行細則訂定之）

6. 原產地(國)

藥求安全 食在安心

- 原產地(國)
 1. 指製造、加工或調配製成終產品之國家或地區
 2. 產品之加工、製造或原材料涉及二個或二個以上國家或地區者，以使該項產品產生實質轉型之國家或地區為原產地
- 輸入食品之原產地（國），依「進口貨物原產地認定標準」認定之
 - 該法第7條第3項明定，不得認定為實質轉型作業：
 - 運送或儲存期間所必要之保存作業
 - 貨物為上市或為裝運所為之分類、分級、分裝與包裝等作業
 - 貨物之組合或混合作業，未使組合後或混合後之貨物與被組合或混合貨物之特性造成重大差異
 - 簡單之裝配作業
 - 簡單之稀釋作業未改變其性質者

7.有效日期

藥求安全 食在安心

- 依習慣能辨明之方式標明年月日
 - 例如：2015.01.01、2015/01/01、01/01/2015(月/日/西元年)
- 保存期限在三個月以上者，其有效日期得僅標明年月，並以當月之末日為有效期限之終止日
- 1986.8.4.衛署食字第609484號，鮮乳、脫脂乳、淡煉乳、加糖全脂煉乳、加糖脂煉乳、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

9.含基因改造食品原料，由衛生福利部公告之

藥求安全 食在安心

- 現行規定，2001年公告「以基因改造黃豆及基因改造玉米為原料之食品標示事宜」
 - 以基因改造黃豆或玉米為原料，且該等原料佔最終產品總重量5%以上之食品，應標示「基因改造」或「含基因改造」字樣
 - 以非基因改造之黃豆或玉米為原料之食品，得標示「非基因改造」或「不是基因改造」字樣
 - 非基因改造之黃豆或玉米，若因採收、儲運或其他因素摻雜有基因改造之黃豆或玉米未超過5%，且此等摻雜非屬有意摻入者，得視為非基因改造黃豆或玉米
 - 使用基因改造之黃豆或玉米所製造之醬油、黃豆油（沙拉油）、玉米油、玉米糖漿、玉米澱粉等，得免標示「基因改造」或「含基因改造」字樣
- 配合食安法，2014年度將全盤評估含基因改造食品原料之包裝食品、食品添加物及散裝食品之標示規定

10.其他經衛生福利部公告之事項(例如：素食宣稱、 咖啡因含量、過敏原、速食麵、調和油...等標示)

公告時間	實施日期	公告名稱
2007/07/05	2008/07/01	含有咖啡因成分且有容器或包裝之飲料，應於外包裝標示咖啡因含量有關事項
2008/07/01	2009/07/01	包裝食品宣稱為素食之標示規定
2010/10/14	2010/11/14	市售真空包裝食品標示相關規定，並於2011年8月22日修正規定第一點、第三點、第四點
2010/09/20	2011/03/01	市售包裝調合油外包裝品名標示相關規定
2010/05/28	2011/07/01	包裝速食麵標示相關規定
2011/11/07	2012/11/01	市售包裝減鈉鹽應標示事項
2012/02/09	2014/02/09	冬蟲夏草菌絲體食品標示相關規定
2013/10/02	2013/10/02	含牛肉及牛可食部位原料之有容器或包裝之食品原產地標示規定
2013/10/02	2014/07/01	宣稱含果蔬汁之市售包裝飲料標示規定，並於2014年3月3日修正
2013/11/20	2013/11/20	市售包裝冷凍食品標示規定
2013/11/29	2014/07/01	市售包裝米粉絲產品標示規定
2014/02/19	2014/07/01	鮮乳保久乳調味乳乳飲品及乳粉品名及標示規定
2014/03/07	2015/07/01	食品過敏原標示規定

17

第二項：內容物之主成分應標明所佔百分比，其應標示之產品、主成分項目、標示內容、方式及各該產品實施日期，由衛生福利部另定之。

食在安心

- 目前業已公告優先施行之三類產品，自
2014年7月1日生效(產製日期為準)
 - 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

歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>



謝謝聆聽
敬請指教

演講主題：臺灣市售包裝食品營養標示之管理

演講者：施嬋恩

現職：衛生福利部食品藥物管理署 審查員

臺灣市售包裝食品 營養標示之管理

藥求安全 食在安心

營養標示			營養標示		
每份量 公克 (或毫升)	每份量 公克 (或毫升)		每份量 公克 (或毫升)	每份量 公克 (或毫升)	
本包裝含 份	每份	每100公克 (或每100毫升)	本包裝含 份	每份	每日參考值百分比
熱量	大卡	大卡	熱量	大卡	%
蛋白質	公克	公克	蛋白質	公克	%
脂肪	公克	公克	脂肪	公克	%
飽和脂肪	公克	公克	飽和脂肪	公克	%
反式脂肪	公克	公克	反式脂肪	公克	%
碳水化合物	公克	公克	碳水化合物	公克	%
糖	公克	公克	糖	公克	%
鈉	毫克	毫克	鈉	毫克	%
纖維之營養量	公克、毫克或微克	公克、毫克或微克	纖維之營養量	公克、毫克或微克	%或*
其他營養量	公克、毫克或微克	公克、毫克或微克	其他營養量	公克、毫克或微克	%或*



衛生福利部食品藥物管理署

Food and Drug Administration,
Ministry of Health and Welfare

<http://www.fda.gov.tw/>

法源依據：食品安全衛生管理法

藥求安全 食在安心

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、製造廠商或臺灣負責廠商名稱、電話號碼及地址。
- 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。

前項第二款內容物之主成分應標明所佔百分比，其應標示之產品、主成分項目、標示內容、方式及各該產品實施日期，由中央主管機關另定之。

第一項第八款及第九款標示之應遵行事項，由中央主管機關公告之。

臺灣包裝食品之相關營養標示規定

藥求安全 食在安心



藥求安全 食在安心

市售包裝食品營養標示規範- 包裝食品營養標示應遵行事項 (2015年7月1日施行)



一般食品

市售包裝維生素礦物質類之 錠狀膠囊狀食品營養標示方式及內容標準



含有以營養添加劑作為礦物質或維生素來源之錠狀、膠囊狀食品



不含礦物質或維生素(營養添加劑)之錠狀、膠囊狀食品

包裝食品營養標示 應遵行事項

(2種格式，可擇一)
以高鈣餅乾為例

藥求安全 食在安心

一般食品或
一般膠錠類食品



1.八大營養標示

2.宣稱之營養素含量 (高鈣)

3.其他自願之營養素



食品藥物管理署
Food and Drug Administration

歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

5

營養標示			標題
每一份量	50公克		
本包裝含	2份	須為整數	
	每份	每100公克	
熱量	32大卡	64大卡	
蛋白質	1.0公克	2.0公克	
脂肪	1.2公克	2.4公克	
飽和脂肪	0.8公克	1.6公克	
反式脂肪	0.2公克	0.4公克	
碳水化合物	4.3公克	8.6公克	
糖	1.8公克	3.6公克	
鈉	18毫克	36毫克	
鈣	120毫克	240毫克	
(其他營養素含量)			數據以有效數字不超過3位為原則

數據以整
數或小數
點後一位

須為整數

數據以有效數字不超過3位
為原則

一般膠
錠食品
僅適用
此格式

營養標示		
每一份量	50公克	
本包裝含	2份	
	每份	每日參考值百分比
熱量	32大卡	2%
蛋白質	1.0公克	2%
脂肪	1.2公克	2%
飽和脂肪	0.8公克	4%
反式脂肪	0.2公克	*
碳水化合物	4.3公克	1%
糖	1.8公克	*
鈉	18毫克	1%
鈣	120毫克	10%
(其他營養素含量)		

須為整數

須標示出

* 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、鈣1200毫克 (宣稱之營養素每日參考值、其他營養素每日參考值)。



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

歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

6

每日參考值

適用對象 項目	四歲以上	一歲至三歲	孕乳婦
熱量	2000大卡	1200大卡	2200大卡
蛋白質	60公克	20公克	65公克
脂肪	60公克	*	65公克
碳水化合物	300公克	*	330公克
鈉	2000毫克	1200毫克	2000毫克
飽和脂肪	18公克	*	18公克
膽固醇	300毫克	*	300毫克
膳食纖維	25公克	15公克	30公克
維生素A ⁽¹⁾	700微克 RE	400微克 RE	600微克 RE
維生素B ₁	1.4毫克	0.6毫克	1.1毫克
維生素B ₂	1.6毫克	0.7毫克	1.2毫克
維生素B ₆	1.6毫克	0.5毫克	1.9毫克
維生素B ₁₂	2.4微克	0.9微克	2.6微克
維生素C	100毫克	40毫克	110毫克
維生素D	10微克	5微克	10微克

適用對象項目	四歲以上	一歲至三歲	孕乳婦
維生素E ⁽²⁾	13毫克 α-TE	5毫克 α-TE	14毫克 α-TE
維生素K	120微克	30微克	90微克
菸鹼素	18毫克 NE	9毫克 NE	16毫克 NE
葉酸	400微克	170微克	600微克
泛酸	5毫克	2毫克	6毫克
生物素	30微克	9微克	30微克
膽素	500毫克	180毫克	410毫克
鈣	1200毫克	500毫克	1000毫克
磷	1000毫克	400毫克	800毫克
鐵	15毫克	10毫克	45毫克
碘	140微克	65微克	200微克
鎂	390毫克	80毫克	355毫克
鋅	15毫克	5毫克	15毫克
氟	3毫克	0.7毫克	3毫克
硒	55微克	20微克	60微克

註1：RE (Retinol Equivalent)即視網醇當量。

1 μg RE=1 μg視網醇(Retinol)=6 μg β-胡蘿蔔素(β-Carotene)

註2：α-TE (α-Tocopherol Equivalent)即生育醇當量。

1 mg α-TE=1 mg α-Tocopherol

熱量及營養素得以「0」標示之條件

項目	得以「0」標示之條件
熱量	該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含該營養素量不超過4大卡
蛋白質	該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含該營養素量不超過0.5公克
脂肪	
碳水化合物	
鈉	該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含該營養素量不超過5毫克
飽和脂肪	該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含該營養素量不超過0.1公克
反式脂肪	該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含總脂肪不超過1.0公克；或 該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含反式脂肪不超過0.3公克
糖	該食品每100公克之固體(半固體)或每100毫升之液體所含該營養素量不超過0.5公克

營養標示值誤差允許範圍

項目	誤差允許範圍
蛋白質、碳水化合物	標示值之80%~120% (食品型態屬膠囊錠狀者≤標示值之120%)
熱量、脂肪、飽和脂肪(酸)、反式脂肪(酸)、膽固醇、鈉、糖	≤標示值之120%
胺基酸 維生素(不包括維生素A、維生素D) 礦物質(不包括鈉) 膳食纖維	≥標示值之80%
維生素A、維生素D	標示值之80%~180%

得免營養標示之包裝食品規定(草案)

修訂2012年8月9日公告
「應標示營養成分及含量之食品類別」

得免營養標示之包裝食品草案 修正方向 (紅字部分)

藥求安全 食在安心

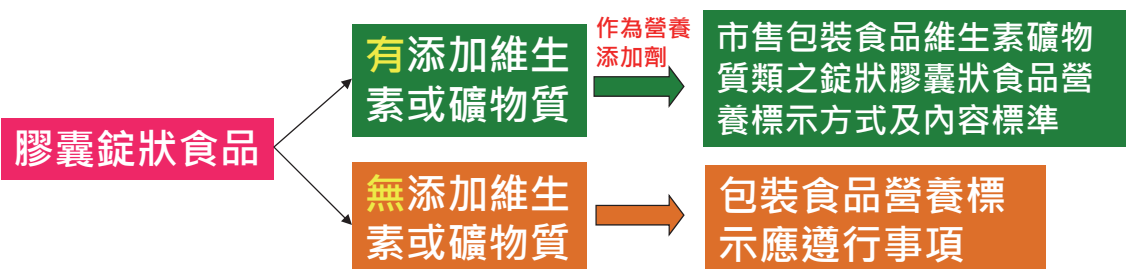
- 2014年4月1日預告草案(部授食字第1031300358號) ,
評論期至4月30日, 刻正辦理公告程序, 公告後即日生效
- 未有營養宣稱之下列包裝食品, 得免營養標示:
 - 飲用水、礦泉水、**冰塊**。
 - **未添加任何其他成分或配料**之生鮮、**冷藏或冷凍**之水果、蔬菜、家畜、
家禽、**蛋品**和水產品。
 - 沖泡用且未含其他原料或食品添加物之茶葉、咖啡、草本植物等。
 - 非直接食用之調味香辛料、**調理滷包**。
 - **單方提香用之調味香辛料**。
 - 鹽及鹽代替品。
 - **非直接販售予消費者之食品原料**。
 - **即食鮮食食品**。(擬刪除)
- 如欲提供營養標示, 應依本法第二十二條規定辦理。

市售包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示方式及內容標準



膠囊錠狀食品之營養標示及相關規範

- 膠囊錠狀食品如含有以營養添加劑作為來源之礦物質或維生素，則應依「市售包裝食品維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示方式及內容標準」之規定標示營養標示；若無，則依「包裝食品營養標示應遵行事項」之規定辦理。



市售包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品 營養標示方式及內容標準

藥求安全 食在安心

- 2010年11月29日署授食字第0991302917號令發布
- 針對添加維生素或礦物質作為營養添加劑之錠狀、膠囊狀食品
- 標示項目
 - 營養標示標題
 - 各項維生素含量
 - 各項礦物質含量
 - 廠商自願標示之其他成分含量



營養成分(營養素)

市售包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品 營養標示方式及內容標準

藥求安全 食在安心

- 維生素、礦物質或其他成分含量標示基準
 - 以每顆(或錠、粒)為單位
 - 加註該產品每包所含顆(或錠、粒)數
- 提供每日基準值百分比，未訂定每日基準值之成分，加註「*」符號，並註明「*基準值尚未訂定」字樣
 - 參考2002年臺灣膳食營養素參考攝取量

市售包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品 營養標示方式及內容標準

藥求安全 食在安心

各項維生素、礦物質之每日基準值

維生素 A	700 微克	生物素	30 微克
維生素 B1	1.3 毫克	膽素	450 毫克
維生素 B2	1.5 毫克	鈣	1200 毫克
維生素 B6	1.4 毫克	磷	1000 毫克
維生素 B12	2.4 微克	鐵	15 毫克
維生素 C	100 毫克	碘	130 微克
維生素 D	5 微克	鎂	380 毫克
維生素 E	12 毫克	鋅	15 毫克
菸鹼素	17 毫克	氟	3 毫克
葉酸	400 微克	硒	50 微克
泛酸	5 毫克		

市售包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品 營養標示方式及內容標準

藥求安全 食在安心

- 維生素、礦物質或其他成分含量標示單位
 - 以公制單位表示
 - 維生素A、維生素D及維生素E加註國際單位(IU)
- 數據修整方式
 - 整數
 - 每包裝所含之顆(或錠、粒)
 - 每日基準值百分比
 - 有效位數不超過三位為原則
 - 維生素、礦物質或其他成分含量

市售包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品 營養標示方式及內容標準

藥求安全 食在安心

- 敘述維生素、礦物質之生理功能
 - 每日最低攝取量達每日基準值15%以上
 - 詳細請參考「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」中第四、(二)一般營養素可敘述之生理功能例句
 - 例如：維生素B₂有助於維持能量正常代謝
- 不適用市售包裝食品營養標示規範及市售包裝食品營養宣稱規範 (~~高~~ ~~富含~~)
- 加註一日請勿超過〇顆(或錠、粒)之警語
- 實施日期2012年4月30日(產製日期為準)

藥求安全 食在安心

範 例

含有營養添加劑
作為礦物質或維
生素來源之錠狀、
膠囊狀食品



1. 維生素

2. 礦物質

3. 其他自願之營養素

營養標示		
一日請勿超過3顆 警語		
本包裝含100顆 整數		
單位	每顆	每日基準值百分比
維生素B ₁	1.25毫克	96%
維生素C	120毫克	120%
維生素D	5微克(200IU)	100%
鈣	300毫克	25%
銅	1毫克	*
ω-3脂肪酸	0.1公克	*

*基準值尚未訂定

維生素A、維生素D及維生素E
須加註國際單位(IU)

2014年擬修訂方向

藥求安全 食在安心

- 修訂每日基準值，並增列1-3歲、孕乳婦兩個族群之每日基準值。
- 明訂格式
- 增訂營養標示值允許誤差範圍
- 配合市售包裝食品營養宣稱規範之修訂，研擬其宣稱(高、富含、含...)規範
- 預計2014年6月預告，2015年7月1日施行(產製日期為準)

藥求安全 食在安心

市售包裝食品營養宣稱規範



市售包裝食品營養宣稱規範

藥求安全 食在安心

何謂營養宣稱

- 指任何以**說明**、**隱喻**或**暗示**之方式，**表達該食品具有特定的營養性質**（例如：富含維生素A、高鈣、低鈉、無膽固醇、高膳食纖維等）
- 對食品原料成分所為之敘述（例如：該食品成分為麥芽糊精、玉米油、卵磷脂、碳酸鈣、維生素A棕櫚酸、維生素B₂、維生素D₃等），不屬營養宣稱

市售包裝食品營養宣稱規範

藥求安全 食在安心

- 「**需適量攝取**」營養宣稱(6項):
熱量、脂肪、飽和脂肪、膽固醇、鈉及糖
- 「**可補充攝取**」營養宣稱(8項):
膳食纖維、維生素A、維生素B₁、維生素B₂、
維生素C、維生素E、鈣、鐵



上列營養素項目才可做營養宣稱

營養宣稱所使用之形容詞

藥求安全 食在安心

- 「需適量攝取」：
「無」、「不含」或「零」
「低」、「少」、「薄」或「略含」
「較...低」或「較...少」

熱量、脂肪、
飽和脂肪、膽
固醇、鈉及糖

- 「可補充攝取」：
「高」、「多」、「強化」或「富含」
「來源」、「供給」或「含有」
「較...高」或「較...多」

膳食纖維、維
生素A、維生素
B1、維生素B2、
維生素C、維生
素E、鈣、鐵

藥求安全 食在安心

表1 第一欄所列營養素標示「無」、「不含」或「零」時，該食品每100公克之固體（半固體）或每100毫升之液體所含該營養素量分別不得超過本表第二欄或第三欄所示之量。

第一欄	第二欄	第三欄
營養素	固體（半固體） 100公克	液體 100毫升
熱量	4大卡	4大卡
脂肪	0.5公克	0.5公克
飽和脂肪(酸)	0.1公克	0.1公克
膽固醇	5毫克 (且飽和脂肪酸須在1.5公克以下，飽和脂肪酸之熱量須在該食品總熱量之10%以下)	5毫克 (且飽和脂肪酸須在0.75公克以下，飽和脂肪酸之熱量須在該食品總熱量之10%以下)
鈉	5毫克	5毫克
糖	0.5公克	0.5公克

註：糖係指單糖與雙糖之總和。

表2 第一欄所列營養素標示「低」、「少」、「薄」或「略含」時，該食品每100公克之固體（半固體）或每100毫升之液體所含該營養素量分別不得超過本表第二欄或第三欄所示之量。

第一欄	第二欄	第三欄
營養素	固體（半固體） 100公克	液體 100毫升
熱量	40大卡	20大卡
脂肪	3公克	1.5公克
飽和脂肪酸	1.5公克 （且飽和脂肪酸之熱量須在該食品 總熱量之10%以下）	0.75公克 （且飽和脂肪酸之熱量須在該食品 總熱量之10%以下）
膽固醇	20毫克 （且飽和脂肪酸須在1.5公克以下，飽 和脂肪酸之熱量須在該食品總熱量之 10%以下）	10毫克 （且飽和脂肪酸須在0.75公克以下，飽 和脂肪酸之熱量須在該食品總熱量之 10%以下）
鈉	120毫克	120毫克
糖	5公克	2.5公克

- 第一欄所列營養素標示「較...低」或「較...少」時，該固體（半固體）或液體食品中所含該營養素量與同類參考食品所含該營養素量之差距必須分別達到或超過本表第二欄或第三欄所示之量，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。

表3. 第一欄所列營養素標示「高」、「多」、「強化」或「富含」時，該食品每100公克之固體（半固體）、每100毫升之液體或每100大卡之液體所含該營養素量必須分別達到或超過本表第二欄、第三欄或第四欄所示之量。

第一欄	第二欄	第三欄	第四欄
營養素	固體（半固體）100公克	液體100毫升	液體100大卡
膳食纖維	6公克	3公克	3公克
維生素A	180微克	90微克	60微克
維生素B ₁	0.42毫克	0.21毫克	0.14毫克
維生素B ₂	0.48毫克	0.24毫克	0.16毫克
維生素C	18毫克	9毫克	6毫克
維生素E	3.6毫克	1.8毫克	1.2毫克
鈣	240毫克	120毫克	80毫克
鐵	4.5毫克	2.25毫克	1.5毫克

表4. 第一欄所列營養素標示「來源」、「供給」或「含有」時，該食品每100公克之固體（半固體）、每100毫升之液體或每100大卡之液體所含該營養素量必須分別達到或超過本表第二欄、第三欄或第四欄所示之量

第一欄	第二欄	第三欄	第四欄
營養素	固體（半固體）100公克	液體100毫升	液體100大卡
膳食纖維	3公克	1.5公克	1.5公克
維生素A	90微克	45微克	30微克
維生素B ₁	0.21毫克	0.11毫克	0.07毫克
維生素B ₂	0.24毫克	0.12毫克	0.08毫克
維生素C	9毫克	4.5毫克	3毫克
維生素E	1.8毫克	0.9毫克	0.6毫克
鈣	120毫克	60毫克	40毫克
鐵	2.25毫克	1.13毫克	0.75毫克

第一欄所列營養素標示「較…高」或「較…多」時，該固體（半固體）或液體食品中所含該營養素量與同類參考食品所含該營養素量之差距必須分別達到或超過本表第二欄、第三欄或第四欄所示之量，且須標明被比較之同類參考食品之品名及其增加之量或其增加之比例數。

表5 標示可補充攝取之營養宣稱時，應以每**30公克**（實重）做為衡量基準之食品。

- 起司、起司粉、乳油（Cream）、奶精
- 肉鬆、肉醬、肉燥、肉酥、肉脯、肉絨、醃燻肉品
- 魚鬆、魚醬、醃漬水產類、海苔醬
- 豆豉、豆腐乳、素肉鬆、素肉醬、拌飯料
- 果醬、花生醬、芝麻醬、花生粉、醃漬醬菜類
- 西式烘焙食品（不包括蛋糕類、麵包類、披薩）
- 中式糕餅
- 其他經本署公告指定之食品

函釋案例：每**30公克**肉酥（實重）含膳食纖維達**6公克**，方可宣稱高纖。
(98.10.14.衛署食字第0980028574號)

表6 標示可補充攝取之營養宣稱時，應以每**1公克**（乾貨）做為衡量基準之食品。

- 蝦皮、蝦米、海菜、髮菜、柴魚、海帶芽、海苔片、紫菜、洋菜、海蜇皮、其他經本署公告指定之食品

表7 不得宣稱「高」、「多」、「強化」、「富含」、「來源」、「供給」及「含有」之食品

- 額外使用食品添加劑之零食類食品
 - 米果、膨發及擠壓類
 - 蜜餞及脫水蔬果類
 - 種子類
 - 核果類
 - 豆類製品
 - 水產休閒食品
 - 其他零食類食品
- 汽水、可樂
- 額外使用食品添加劑之糖果類食品
 - 硬糖
 - 軟糖類
 - 冬瓜糖、木瓜糖、蜜甘薯
 - 巧克力
 - 口齒芳香糖（例如：口香糖及其他同類產品）
 - 其他糖果



衛生福利部
食品藥物管理署

歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

表7 不得宣稱「高」、「多」、「強化」、「富含」、「來源」、「供給」及「含有」之食品(續)

- 調味料類
 - 乾粉類
 - 味增、豆豉
 - 調味油類
 - 調味醬（用量較大）
 - 沾醬（用量較小）
 - 蘑菇醬、黑胡椒醬
 - 義大利麵醬
 - 糖類(包括固體或液體)
 - 鹽
 - 味精、鮮味劑
 - 蒜頭酥、紅蔥頭
 - 八角粒、粉狀香料
 - 桂花醬
 - 其他調味料
- 其他經本署公告指定之食品



衛生福利部
食品藥物管理署

歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

包裝食品營養宣稱應遵行事項(草案)

增修訂2001年9月10日公告
「市售包裝食品營養宣稱規範」

營養宣稱修正方向

- 2014年5月1日預告(部授食字第1031300988號)，2015年7月1日施行(產製日期為準)
- 增訂反式脂肪之「無、不含、零」宣稱標準。
- 增訂乳糖之「無、不含、零」、「低、少、薄、略含」宣稱標準。
- 修訂部分營養素之宣稱標準，並增列1-3歲、孕乳婦兩個族群之營養素宣稱標準。
- 增訂包裝膠囊狀、錠狀食品之「高、多、強化、富含」及「來源、供給、含有」宣稱標準。
- 增訂需再經稀釋才可供食用，以及沖泡用之包裝食品，其營養宣稱之衡量基準及標示規定。

食品標示之禁止事項

食品標示之禁止事項(\$28)

- 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，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。
- 可參考「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」

罰則

藥求安全 食在安心

- 如未標示，可處**3-300萬元**(\$47)
- 如標示不實，可處**4-400萬元**(\$45)
- 如標示醫療效能，可處**60-500萬元**(\$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；屆期末遵行或涉及醫療效能者，**沒入銷毀之**(\$52)

營養標示相關資訊連結

藥求安全 食在安心

- 首頁 (<http://www.fda.gov.tw>) > 業務專區 > 食品 > 食品、食品添加物、食品容器具及食品用洗潔劑標示專區 > 食品及食品添加物 > 營養標示及宣稱



歡迎至本署網站查詢更多資訊 <http://www.fda.gov.tw/>

