

# 「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」Q&A

108年11月7日公布

## 一、總則

Q1.1：修正「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」之重點？

- A：1.調整營養標示格式、增訂切割表格之標示方式。  
2.營養素含量標示數值之表示方式。  
3.增訂營養標示之單位表示方式。  
4.修正數據修整原則。

Q1.2：若想要瞭解更詳細的「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」可由何處獲得？

- A：1.可由食品藥物管理署之網站（<http://www.fda.gov.tw> > 政府資訊公開 > 法規資訊）或是標示專區（<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 > 食品標示諮詢服務平台）查詢相關資料。  
2.利用食品標示法規諮詢服務專線及諮詢信箱詢問，專線及信箱資訊可由本署食品標示諮詢服務平台網頁查詢。

Q1.3：請問有免費提供營養標示模板製作嗎？

- A：本署有提供免費營養標示模板製作平台，可至食品藥物管理署之標示專區（<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 > 食品標示諮詢服務平台），按照程序填寫資料後，即可產出營養標示模板使用。

## 二、適用範圍

Q2：錠狀與膠囊狀食品，是否應標營養標示？

- A：1.應標營養標示，且依其是否添加維生素、礦物質為營養添加劑，而歸屬不同標示規定。  
2.「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項

項」係針對添加維生素、礦物質作為營養添加劑之錠狀、膠囊狀食品；至於無添加維生素、礦物質作為營養添加劑之錠狀、膠囊狀食品，請依據「包裝食品營養標示應遵行事項」提供營養標示。

3. 添加維生素、礦物質為營養添加劑之發泡錠產品，應以「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」進行營養標示。

### 三、實施日期

Q3.1：修正之「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」何時正式實施？

A：自 108 年 11 月 7 日公告日起開始實施，針對添加維生素、礦物質營養添加劑之市售包裝錠狀、膠囊狀食品，應依本應遵行事項辦理。

Q3.2：如果產品的營養標示已符合原「包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示應遵行事項」，還需要依照新的公告規定修改嗎？

A：不需要。

Q3.3：如果發現產品的營養標示不符合規定，請問包裝之營養標示是否可以用黏貼方式？黏貼位置有無限制？

A：可以，須將舊有營養標示覆蓋，並具有不易脫落之印刷及打印標示方式，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、格式

Q4.1：食品營養標示的位置有規定嗎？營養標示內容是否可用附加之說明書來表示？

A：所有營養標示內容必須以中文及通用符號顯著標示於容器或包裝上，不可以用附加之說明書來呈現。

Q4.2：包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品的營養標示格式有提供範例嗎？

A：該類產品營養標示格式可依下列範例標示。

營養標示			
每一份量	顆（或錠、粒）		
本包裝含	份		
	每份	每日參考值百分比	
維生素 <sup>(1)</sup>	毫克或微克	%	
礦物質	毫克或微克	%	
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	%或*	
其他營養素含量			

\*參考值未訂定

註 1：維生素 A、維生素 D 及維生素 E 應另加註明國際單位（IU）之含量標示。

Q4.3：當可標示的面積很小時，可以省略部分營養標示內容嗎？

A：不可以，依規定必須依格式列出所有資訊，但若總表面積小於 100 平方公分之包裝食品，可使用表格框橫式格式依序列出所有營養標示內容，如下列範例格式進行標示。

營養標示	
每一份量○顆（或錠、粒），本包裝含○份。每份（每日參考值百分比）：	維生素 <sup>(1)</sup> ○毫克或微克（○%）、礦物質○毫克或微克（○%）、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

註 1：維生素 A、維生素 D 及維生素 E 應另加註明國際單位（IU）之含量標示。

Q4.4：如果產品的營養標示以垂直表格方式無法完整呈現，該怎麼標示？

A：該情形其營養標示可依下列範例標示。

(範例格式一)

營養標示			鈣	毫克	%
每一份量 1 顆			鐵	毫克	%
本包裝含 30 份			硒	微克	%
	每份	每日參考值百分比	鎂	毫克	%
維生素 B <sub>1</sub>	毫克	%	鋅	毫克	%
維生素 B <sub>2</sub>	毫克	%			
維生素 B <sub>6</sub>	毫克	%			
維生素 C	毫克	%			
泛酸	毫克	%			
生物素	微克	%			

(範例格式二)

營養標示					
每一份量 1 顆					
本包裝含 30 份					
	每份	每日參考值百分比		每份	每日參考值百分比
維生素 B <sub>1</sub>	毫克	%	鈣	毫克	%
維生素 B <sub>2</sub>	毫克	%	鐵	毫克	%
維生素 B <sub>6</sub>	毫克	%	硒	微克	%
維生素 C	毫克	%	鎂	毫克	%
泛酸	毫克	%	鋅	毫克	%
生物素	微克	%			

Q4.5: 如果產品是大包裝內含小包裝，請問營養標示應置於何處？  
可以在小包裝上註明請詳見大包裝嗎？

A：最小販售包裝應依規定完整標示（含營養標示），產品如無小包裝單獨販售之情形，則於外(大)包裝標示即可。也就是說，小包裝如為完整包裝，且於市面有單獨小包裝流通販賣之情形者，則其小包裝亦應有一般食品標示及營養標示。

Q4.6：營養標示之字體大小，是否必須大於 2 毫米？

A：依據食品安全衛生管理法施行細則第 19 條規定，有容器或外包裝之食品，標示字體之長度及寬度各不得小於 2 毫米，但最大表面積不足 80 平方公分之小包裝，除品名、廠商名稱及有效日期外，其他項目標示字體之長度及寬度各得小於 2 毫米。

Q4.7：營養標示之印製是否有一定之顏色限制？

A：否，惟需符合食品安全衛生管理法第 22 條之相關規定，應明顯標示之。

Q4.8：外國之營養標示格式是否適用於台灣？

A：外國之營養標示項目及相關規定，與我國不盡相同，如欲在台灣販售，仍須符合台灣之營養標示相關規定。

Q4.9：對於外銷產品，國外規定與我不同，此種問題應如何處理？

A：外銷產品應依輸入國之規定；如外銷產品同時亦在國內販售，則兩者相關規定都應符合。

Q4.10：「一日請勿超過○顆(或錠、粒)」及「多食無益」之警語，  
需要標示在哪裡？

A：應於包裝容器外表明顯處加註該警語，不建議併於營養標示欄位內。

Q4.11：「一日請勿超過○顆(或錠、粒)」，其數值該如何計算？

A：應依照「食品添加物使用範圍及限量暨規格標準」之限量標準，並以產品所含維生素、礦物質之含量換算之。

Q4.12：包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品，可以進行營養宣稱嗎？是否要標示出宣稱之營養素含量？

A：可以，得依「包裝食品營養宣稱應遵行事項」進行營養宣稱，並將宣稱之營養素標示於營養標示欄位內。

Q4.13：對於各項維生素、礦物質標示的單位，是否有強制性規定？

A：有，各項營養素之單位，必須要以該遵行事項附表一呈現之單位標示，其他營養素以通用單位標示，公克得以 g 表示，毫克得以 mg 表示，微克得以  $\mu\text{g}$  表示。

## 五、標示項目、內容及方式

Q5.1：請問營養素含量是否可用「10~15 公克」或是「 $10\pm 5$  公克」或是「< 10 公克」的方式來表示？

A：不可以。

Q5.2：營養素攝取參考值之依據為何？

A：參考「國人營養素參考攝取量」，並邀集營養專家召開多次討論會議而訂定之，與「包裝食品營養標示應遵行事項」之營養素每日參考值一致。

Q5.3：標示鉀之含量，但無鉀之營養素攝取量參考值，要如何標示每日參考值百分比？

A：目前尚未訂定鉀之每日攝取參考值，應於其每日參考值百分比處加註「\*」符號，並於表下方註明「\*參考值未訂定」字樣。

Q5.4：請問營養標示中『維生素 C』是否可以直接以『Vit C』表示？

A：不可，「維生素」三字要以中文表示。

Q5.5：可以直接標示維生素 D<sub>1</sub> 或 D<sub>2</sub> 的含量嗎？還是需要換算成維生素 D 標示？

A：維生素 D<sub>1</sub> 或 D<sub>2</sub> 需要換算成維生素 D 含量後，標示維生素 D 之含量。

Q5.6：若要標示熱量、碳水化合物、脂肪、蛋白質等含量，其位置為何？

A：包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品，無須標示熱量、碳水化合物、糖、脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、蛋白質等含量，如欲自願標示，則列於礦物質之後標示。

Q5.7：營養標示格式內是否可標示非營養素項目？例如：比菲德氏菌、膠原蛋白、葡萄糖胺、五味子萃取物等。

A：不可以。應與現行公告之項目作明顯區分，且應於該欄位上方加列適當之標題，例如：其他成分，標示範例如下：

營養標示			
每一份量	類		
本包裝含	份		
		每份	每日參考值百分比
維生素 B <sub>1</sub>		毫克	%
維生素 C		毫克	%
維生素 D		微克( IU)	%
鈣		毫克	%

其他成分(每份)：	
膠原蛋白	公克
葡萄糖胺	毫克

**Q5.8：如何清楚界定營養素的範圍，即營養標示欄內得以標示哪些營養素？**

A：一般營養學上，營養素係指存在於食物內，能用於維持並建造身體組織、提供能源，調節新陳代謝者，故廣義而言，蛋白質類（各胺基酸、支鏈胺基酸）、脂肪類（飽和及不飽和脂肪酸、EPA、DHA、 $\omega$ -3 脂肪酸、支鏈脂肪酸、中鏈脂肪酸等）、碳水化合物類（單、雙、多醣類）、維生素類（維生素 A、類胡蘿蔔素、視網醇、D、E、K、C、B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、B<sub>6</sub>、B<sub>12</sub>、菸鹼素、泛酸、葉酸、生物素、膽素、肌醇、葉黃素）、礦物質類（鈣、磷、鈉、氯、鉀、硫、鎂、鐵、碘、氟、鋅、銅、鉻、硒、錳、鈷、鉬、硼、鎳、矽、錫、鈳）均屬之，以及於「市售包裝嬰兒與較大嬰兒配方食品及特定疾病配方食品營養標示應遵行事項」問答集中所列得於營養標示欄內標示之營養素項目。至於一般食品原料，屬食品安全衛生管理法第 22 條第 1 項第 2 款所稱之「內容物」，應標示於內容物名稱欄位內。

**Q5.9：份量值可以自己訂定嗎？**

A：包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品，每一份量應以每次建議食用的顆(或粒、錠)數量為標示含量。

**Q5.10：包裝之份數可以標示 3.5 份嗎？**

A：不可以，營養標示中「本包裝含○份」，應以整數值標示份數，不得有小數點。

## 六、數據位數

**Q6.1：請問營養標示數據的小數位如何決定？**

- A：
- 1.每包裝所含份數的數值，須以整數標示，不得有小數點。
  - 2.每日參考值百分比，以整數或至小數點後一位標示。
  - 3.維生素、礦物質含量以有效數字不超過三位為原則。
  - 4.宣稱或其他營養素以整數或至小數點後一位標示。



**Q6.2：何謂「有效位數」？**

A：可將數據以科學符號模式表示，其 10 次方前面的數據位數即為有效位數。

1. 案例 1：維生素 C 含量 12.34 毫克/100 公克以科學符號模式表示為  $1.234 \times 10^1$  毫克/100 公克，其有效位數為四位；若要修整數據至有效位數三位，則數據應修整為 12.3 毫克/100 公克。
2. 案例 2：維生素 C 含量 0.123 毫克/100 公克以科學符號模式表示為  $1.23 \times 10^{-1}$  毫克/100 公克，其有效位數為三位；若要修整數據至有效位數二位，則數據應修整為 0.12 毫克/100 公克。

**Q6.3：請問營養標示數據修整之方式是如何進位？**

A：可以用四捨五入方式，或是參照中華民國國家標準總號 CNS 2925，以『四捨六入五成雙』的原則修整之（中華民國國家標準總號 CNS 2925，類號 Z4007，規定極限值之有效位數指示法）。

**1. 所保留之最後一位應不變（捨去，不進位）**

- (1) 當次一位數小於 5；或
- (2) 當次一位數為 5，且其後無其他數字或僅有零，且所保留之最後一位為偶數(0, 2, 4, 6 或 8)

例：修整至小數 1 位

1.24、1.23、1.22、1.21 修整成 1.2

1.25、1.250 修整成 1.2

1.45、1.65、1.85 分別修整成 1.4、1.6、1.8

**2. 所保留之最後一位應加 1（進位）**

- (1) 當次一位數大於 5；或
- (2) 當次一位數為 5，且其後無其他數字或僅有零，且所保留之最後一位為奇數(1, 3, 5, 7 或 9)
- (3) 當次一位數為 5，且其後有任何數字，但非零時

例：修整至小數 1 位

1.16、1.17、1.18、1.19 修整成 1.2

1.15、1.150 修整成 1.2

1.35、1.55、1.75 分別修整成 1.4、1.6、1.8

1.151、1.251、1.951 分別修整成 1.2、1.3、2.0

## 七、營養素數值產生方式

Q7.1：營養標示的數據應如何產生？

A：市售包裝食品各項營養成分標示值之產生可依實際之需要選擇以檢驗分析或計算等方式為之；惟廠商必須對其產品標示值負責任。

Q7.2：如果採用營養成分分析之方式，則必須分析幾件樣品才具代表性？

A：並無強制性規定，廠商可依其產品生產量來決定其統計上之有效性，惟廠商必須對其產品標示值負責任。

Q7.3：如果採用營養成分分析之方式，而業者又無實驗室來進行分析實驗，則應由何單位執行？

A：建議可委託有公信力之實驗室或單位來進行分析實驗，惟廠商有責任確認其營養標示值之正確性。

Q7.4：營養標示是否必須由認可檢驗機構驗之？

A：目前法規並未規定檢驗機構之資格，惟業者對標示值與實測值之符合性，應負完全責任，故建議請委託具有該項目檢驗能力與公信力的檢驗機構驗為之。

Q7.5：執行營養素檢驗，是否可用非食品藥物管理署公告之方法？

A：如食品藥物管理署有公告之方法，應以公告方法進行檢驗，如果沒有，業者得參照國際間公認之檢驗方法。惟標示值之正確性由廠商自行負責。

Q7.6：請問是否有規定多久需確認一次產品之營養成分？

A：無規定，由廠商自行決定。但為標示值之正確性，廠商應自訂產品品管計畫，定期監測之。

Q7.7：請問是否可以參照同類食品製作營養標示？

A：廠商有責任確認其產品營養標示值之正確性，因同類食品之營養成分、配方、製程等不盡相同，仍應考量各項因素後，進行檢驗分析或計算法來得到營養標示值，並對其產品標示值負責任。

Q7.8：是否會有相關機關或單位來抽驗市售包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品的營養標示值是否正確？

A：會。

## 八、誤差容許範圍

Q8.1：什麼是誤差允許範圍？

A：所謂誤差允許範圍，是指標示值與實際檢測值兩者之間，所允許的誤差差距。並非指計算出來的數值與標示值之間的允許差距。

Q8.2：標示項目之誤差允許範圍為何？

A：依規定如下：

- 1.維生素A、維生素D之誤差允許範圍為標示值80%~180%；
- 2.其他維生素(不包含維生素A、維生素D)、礦物質(不包含鈉)之誤差允許範圍為標示值大於等於標示值之80%；
- 3.蛋白質、碳水化合物、熱量、脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、膽固醇、鈉、糖之自願標示項目，誤差允許範圍為標示值小於等於標示值之120%；
- 4.其他自願標示營養素之誤差允許範圍為大於等於標示值之80%。