



鉴科检测
Janko Testing Service

您可信赖的综合第三方检测平台

舌尖上的安全

Food safety

2024年5月刊



科学 公正 准确 满意

目录 Contents

食品安全资讯	3
隔夜西瓜易变质不能吃？怎么吃才更安心？	3
鸡蛋到底该不该洗？结果可能出人意料！	5
大白菜上长的"麻子"到底是什么？还能吃不？	9
食品安全法治	11
超市将预包装水饺拆袋后散装销售，合不合法？	11
消费者能否以食品标签瑕疵要求价款十倍的赔偿金？	14
食品召回制度简要解析	18
国际预警	25
保障市场供应 巴西取消三种大米进口税	25
土耳其制订蜂产品标准法规	26
立陶宛拟修订奶油和奶油制品质量法规	27
健康小贴士	29
奶豆添营养，少油更健康	29
平衡膳食 涨“碘”知识	34
这些蔬菜被拉入“致癌黑名单”？	38

关于鉴科检测.....45

 最值得信赖的综合性检测技术服务机构45

 检测服务46

 愿景46

 使命46

关于鉴科供应链管理.....47

关于食品 580.....48

关于睿科集团.....49

 主要产品与服务 50

食品安全资讯



隔夜西瓜易变质不能吃？怎么吃才更安心？

炎炎夏日，又到了吃瓜的季节~瓜之大，一天吃不下。瓜之甜，冰冰更爽沁心间。不少人买西瓜总爱挑一个又大又甜的吃不完放冰箱里，冰一夜还更香甜。可是有传言说隔夜西瓜容易变质有些人吃了会拉肚子隔夜西瓜到底该怎么吃？

一、隔夜西瓜为什么易让人拉肚子？

其实，“真凶”并不是西瓜，而是冰箱里的小肠结肠炎耶尔森菌、李斯特菌等细菌。如果吃了被小肠结肠炎耶尔森菌污染的食物，人体会出现以腹泻、发热为典型症状的急性肠胃炎，还将导致肺炎、荨麻疹、败血症等多种病变。

如果食物被李斯特菌污染并被人食用，可导致人体出现脑膜炎、急性肠胃炎、肺炎等疾病，还可致使孕妇流产。不止西瓜，其他果蔬也有可能被这些细菌污染。



二、隔夜西瓜怎么吃才好？

1.不要反复拿出来挖着吃

西瓜是很容易变质的食品。一旦切开，西瓜就开启了变质过程，不过，整个变质过程也不是那么快，如果将西瓜切开后立刻裹上保鲜膜并且放进冰箱冷藏储存，其实隔夜西瓜也是可以吃的。

另外，如果想要延长西瓜的保鲜期，不建议经常拿出来挖着吃，吃完再放回去。我们每一次拿出来，用勺子接触西瓜，不仅会引入空气中的微生物，还会通过勺子将我们口腔中的微生物也引入到西瓜上。



因此，如果一个西瓜你实在需要分好几天吃，最好每次吃的时候切一部分，切开的西瓜及时重新裹保鲜膜冷藏。

2. 切开的西瓜用保鲜膜密封



需要注意的是，虽然冰箱是低温条件能够有效抑制微生物的滋生。但冰箱内部如果没有定时清理，其实也会存在很多微生物，因此切开的西瓜切勿直接放进冰箱，而是必须用保鲜膜密封保存。

3.切开后常温放置超 2 小时的西瓜别吃

如果切开的西瓜敞口放置在常温下，超过 2 小时左右最好就不要吃了。在放置的这段时间内，微生物会快速增

殖，如果你的肠道比较敏感就有可能出现问题。



4.有破损、霉菌斑、局部腐烂的西瓜别吃

没有切开的情况下，西瓜可以储存的时间是比较长的。但需要注意，如果切开前就发现西瓜有肉眼可见的破损、霉菌斑、腐烂，那么即使你把坏掉的那部分切掉，其他部分的果肉其实也可能早早受到了污染。因此，这种西瓜就别吃了。

总之，从新鲜的角度来讲首选买一个小一点的西瓜，想吃多少切多少。切开后的西瓜冰镇时用保鲜膜密封好早日享用完毕，尽量不要隔夜~

（来源：食品 580）

鸡蛋到底该不该洗？结果可能出人意料！

鸡蛋是大多数人每天最重要的食品之一，它不仅含有丰富的营养物质，还具有极高的可塑性——可以做成各种美味。不过，你有没有想过？一枚脆弱的鸡蛋可能潜藏着巨大的风险。

据报道，沈阳的一家三口因吃了炒鸡蛋而出现中毒症状。呕吐、高烧、腹泻，继而全被送往医院抢救。经过调查，这一家人中毒的原因是食用的鸡蛋变质了。鸡蛋怎么会变质？进一步研究显示，鸡蛋变质的诱因竟然是鸡蛋保存前，被清洗过。

那么，鸡蛋买回后真的不能清洗吗？我们又该如何正确保存鸡蛋呢？



一、导致鸡蛋变质的原因是什么？

蛋壳看似致密，实则有很多透气孔，一方面帮助鸡蛋呼吸，另一方面也成为了细菌攻击的通道。鸡蛋腐败变质的原因包括，母禽吃了被污染的饲料和蛋壳接触到了污染物。

微生物

鸡蛋可能被多种细菌污染，比如变性杆菌、无色杆菌、假单胞菌等，最常见的就是沙门氏菌了。沙门氏菌污染鸡蛋后，无色无味，人体被感染之后，通常在 8 到 72 小时之间出现症状，一般是腹泻、腹痛、发烧等。对于多数人来说，即使不进行治疗，这些症状也可以在 4 到 7 天之后消失。



不过，如果感染者是老人、小孩、孕妇、病人等免疫力比较弱的人群，就可能比较严重，甚至死亡。而且，沙门氏菌可以产生毒素，即使细菌被杀死了，毒素依然会对人体产生严重影响。



化学物质

汞是造成鸡蛋被污染的重要化学物质，汞可能来自空气、水或者饲料。此外，农药、激素、抗生素以及其他化学物质也会通过母禽传入蛋中。

其他物质

在运输和储存的过程中，如果新鲜鸡蛋与蒜、葱、鱼、香烟等有异味或腐烂变质的动植物放在一起，新鲜鸡蛋也会产生异味。

二、鸡蛋到底能不能清洗？

小小的鸡蛋虽然看上去脆弱，但结构复杂，光是蛋壳就包含了五层不同的物质。蛋壳从内到外分别是：第一层蛋壳内膜，也就是我们有时剥鸡蛋时能看到的那层膜，之后分别是蛋壳外膜、乳头状锥形层、栅状层和蛋壳膜。蛋壳的外表看上去很致密，但它其实是多孔的结构，为了内部生命演化时透气。用水清洗鸡蛋，很容易导致细菌侵入，水分蒸发，使鸡蛋变质。



所以，小编建议大家购买超市里的“清洁蛋”。我国目前还没有针对清洁蛋的国家质量标准，优先选择正规超市的盒装品牌蛋就好。如果买了市场里的散装蛋，表面不是特别脏的话，也没必要洗，直接存放就好。

总之，需要保存的鸡蛋不要冲洗，在准备使用时，可以清洗干净再下锅煮熟。不过，摸过鸡蛋的手，还是要洗的。

三、如何判断鸡蛋新不新鲜？

第一招：磕开鸡蛋摊到煎锅上，摊开的面积越大且边缘越不规则，鸡蛋就越不新鲜。

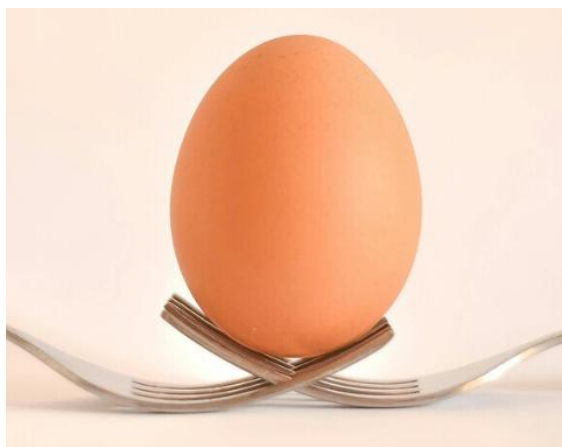
正常来说，蛋黄和蛋白之间会有一层薄薄的膜，专业上叫“蛋黄膜”，随着储藏时间变长，蛋黄膜的弹性会越来越小，甚至破裂，慢慢的，蛋白和蛋黄就会融到一起。比较直观的结果就是，当磕开一个鸡蛋后，蛋黄马上就散开了，没有“被包裹”的感觉，非常随意。

第二招：看气室的大小，气室越大，鸡蛋就越不新鲜。

气室在哪？剥鸡蛋的时候，经常会看到鸡蛋大头的那一边有一块凹了下去，对不对？那个就是鸡蛋的“气室”。蛋从一生下来，体重就开始发

生变化，一般都是越变越轻。这是因为鸡蛋壳上有气孔，会让蛋内的水分不断蒸发，鸡蛋的重量也就逐渐减轻。

是的，蛋宝宝在离开鸡妈妈的身体后，自己仍是一只会呼吸的蛋！但是它呼吸得越久，本身的水分就越少，也就越不新鲜。刚生下来的鸡蛋，它的气室最高也不过 3 毫米，如果你的鸡蛋气室明显比这个大，那新鲜度也就越低啦。



当然了，储藏温度、湿度不合适，都会加速蛋的失重。

四、鸡蛋如何正确保存？

鸡蛋很容易被各种物质污染，怎样才能正确地保存鸡蛋，让我们安全地食用呢？

勿冷冻

冷冻会使蛋白质发生变化，导致蛋黄凝固，还有可能发生蛋壳破裂的情况。

忌冲洗

如果买回来的鸡蛋不干净的话，可以放入塑料袋或者盒中存放，在食用之前再把表面的污垢冲洗掉。

不混放

存放的鸡蛋外壳上有很多致病菌和污垢，不要买回来直接就放进冰箱，造成与其他食物的交叉感染。

别横放

放置鸡蛋的时候，注意将大的一头，也就是有气室的一头朝上，可以延长保存时间，还能防止煮蛋时由于蛋黄靠近蛋壳而散黄。

最后，要注意鸡蛋不能无限期地存放下去，一般来说，保存 1 至 2 周的鸡蛋食用是没有问题的，最长不要超过 1 个月。否则不仅营养成分会大量流失，还会变成“坏蛋”。

（来源：食品 580）

大白菜上长的“麻子”到底是什么？还能吃不？

大白菜营养丰富并且热量低，它含有丰富的维生素 C、E、A、钾、铁、钙、磷以及膳食纤维等多种营养元素，尤其是它所含的维生素 C 甚至比苹果的含里都要高，与柑橘类水果居于同一水平。



一、大白菜上长的“麻子”即小黑点到底是什么？

皮肤上长了小黑点，就如小编脸上多如繁星的麻子，一定是生了皮肤病！所以白菜表面出现小黑点，也是生病了，其学名叫做“大白菜小黑点病”或“大白菜芝麻状斑点病”。

“皮肤病”通常发生在表皮层细胞，



所以一般出现在大白菜的叶柄内侧，少有的也发生在叶肉细胞，大小约为 1~2 毫米。

简单来说，大白菜上的小黑点，其实是一些发病的大白菜叶柄细胞的细胞壁发生了扭曲变形，并在扭曲变形处聚集了很多黑色物所导致的。

二、哪些因素会导致小黑点的出现呢？

作为只发生在外表表皮层的“皮肤病”，其原因应该与外界因素有关。

首先是因为大白菜的生长需要大量的氮肥，白菜叶柄铵态氮过量积聚，使部分细胞膜结构遭到毁伤，液泡内的酚类物质与细胞质中的多酚氧化酶发生反应，被氧化成醌类物质引起褐

变，在叶柄外表表现出斑点病症。有研究表明，随着氮肥浓度的增大，小黑点病会加重，所以施用有机肥有利于降低黑点病。

其次，是白菜在生长过程中受到蚜虫的侵害时，会留下蚜虫的分泌物，这些分泌物随着白菜的生长便留了下来，形成难看的黑点。

此外，大白菜小黑点病在贮藏过程中还会加重，甚至在收获时没有病征的大白菜在贮运中也能发生。而且白菜在保存的过程中有一些漏洞，导致白菜发霉，也会出现小黑点。

三、长了黑点的大白菜还能吃吗？



小黑点数量不多，叶柄除了小黑点区域未出现浅黄色等变色以及渗液等变化，即未出现腐败迹象，可以考虑食用，同时挖掉小黑点再食用。

小黑点病是一种生理性病害，是大白菜细胞自身发生的程序性细胞死亡，引起的是细胞膜的破裂，并非是来自外来病理有害因素导致的，一般对人体无不良影响。

但是，需要注意一点，当小黑点程度严重时，细胞膜破裂，这些破裂处可成为细菌的侵入点，导致腐烂变质，所以就不建议食用了。

如果是虫子留下，那么洗一洗应该就没有问题，但霉变的应该不能吃了。

(来源：食品 580)

食品安全法治



超市将预包装水饺拆袋后散装销售，合不合法？

前言

为进一步探讨预包装食品究竟能否拆开散卖，小编将收集的一起预包装水饺拆袋散卖案的法院判决案例予以推送，从法院视角展现另类观点。当然，首先声明，推送此案例重在交流，不代表小编及本号赞同该观点，目前小编对散装食品销售不同情形还在不停的研究中，认为还需具体问题具体分析能否拆袋散卖。

男子认为超市销售散装水饺违反规定，请求市场监督管理局（以下简称“市监局”）进行查处，后市监局对该举报事项不予立案。男子遂向法

院提起诉讼，要求撤销市监局作出的不予立案告知。海淀法院经审理，判决驳回了男子的诉讼请求。



案情简介

原告赵先生诉称，其在某超市购买散装水饺，后发现国家规定不允许销售散装水饺，且该水饺没有标明产品的生产日期、保质期等信息，故请求市监局进行查处并书面回复查处结果。



但市监局决定对其提出的举报事项不予立案。故其向法院提起行政诉讼，要求撤销上述不予立案告知。被告市监局辩称，经现场检查发现，该超市的散装水饺在其冰柜左侧挂袋内有散装标识，散装标签上相关信息与未拆封的预包装水饺比对信息均无误，故以当前证据不足以证明违法事实存在为由，决定不予立案，并告知原告。市监局认为，其作出的不予立案告知认定事实清楚，程序合法，证据确凿，适用法律正确，请求法院驳回原告的诉讼请求。

法院审理

法院经审理后认为，本案中，根据该

超市的食品经营许可证，其销售预包装冷冻水饺、散装冷冻水饺均符合其经营项目范围。该超市根据实际情况，将预包装水饺拆袋后作为散装食品予以销售，应当符合关于散装食品的相应要求。经市监局现场检查，该超市销售的散装冰冻水饺贮存在冰柜内，其左侧挂袋内的散装标识卡标签上标注了食品名称、生产日期等内容，可以认定该超市在散装冰冻水饺的贮存位置、容器上标明了相关内容，符合销售散装食品的法律要求，市监局对赵先生作出不予立案告知，并无不当，法院最终判决驳回了赵先生的诉请。宣判后，赵先生提起上诉。二审维持原判，现该判决已生效。



法官说法

1. 预包装食品可以拆袋后作为散装食品销售



食品经营许可管理办法规定，预包装食品，指预先定量包装或者制作在包装材料 and 容器中的食品，包括预先定量包装以及预先定量制作在包装材料和容器中并且在一定量限范围内具有统一的质量或体积标识的食品；散装食品，指无预先定量包装，需称重销售的食品，包括无包装和带非定量包装的食品。目前，相关法律法规并未有关于销售商将预包装食品拆为散装食品销售的禁止性规定。

2. 销售、贮存散装食品须标明食品名称、生产日期等信息

食品安全法规定，食品经营者销售散

装食品，应当在散装食品的容器、外包装上标明食品的名称、生产日期或者生产批号、保质期以及生产经营者名称、地址、联系方式等内容。同时，食品安全法规定，食品经营者贮存散装食品，应当在贮存位置标明食品的名称、生产日期或者生产批号、保质期、生产者名称及联系方式等内容。

法官提醒广大消费者，为了便利消费者的不同购买需求，食品销售商可以将预包装食品拆袋后作为散装食品予以销售。同时，在购买散装食品时一定要关注食品标签，确保其标注了产品名称、生产日期、保质期等各项强制标注信息。让大家共同努力，一起守护好“舌尖上的安全”。(文中人物均系化名)



(来源：FDA 食安云)

消费者能否以食品标签瑕疵要求价款十倍的赔偿金？

前言

近日，金昌中院依法审理了一起因食品标签问题产生的买卖合同纠纷。因在案证据不能证明涉案羊肉实质上为不符合食品安全标准的食品，而判决驳回了李某要求价款十倍的赔偿金的诉讼请求。



基本案情

李某以 297 元的价格在淘宝上购买了 A 公司生产的高钙羊肉卷。李某以高钙羊肉卷包装的标签上未载明钙含量为由将 A 公司举报至市场监督管理部



门。市场监督管理部门遂派执法人员进行现场检查并针对 A 公司的行为下达责令改正通知书。A 公司现场改正了其行为，市场监督管理部门将投诉处理结果告知了李某。因双方无法就赔偿事宜协商一致，李某将 A 公司诉至人民法院，要求 A 公司向李某支付价款十倍的赔偿金。

裁判结果

生效判决认为，李某提供的证据仅能证明涉案羊肉卷存在没有标注钙含量的瑕疵，不能证明涉案羊肉卷存在“有毒、有害，不符合应当有的营养要求，

及可能对人体健康造成急性、亚急性或者慢性危害”的情形，判决：驳回李某的诉讼请求。

法官说法



审理以食品安全为由主张支付价款十倍的赔偿金的民事纠纷案件，应正确区分“不符合食品安全标准的食品”和“危害食品安全的食品”的判定标准。食品安全标准是指为了保证食品安全，对食品生产经营过程中影响食品安全的各种要素以及关键环节所规定的统一技术要求。根据《中华人民共和国食品安全法》、《预包装食品

标签通则》（GB7718-2004）、《预包装食品营养标签通则》（GB28050-2011）、《食品营养成分基本术语》（GB/Z21922-2008）等法律法规，食品安全标准充当着食品安全技术法规的角色，具有强制执行的属性。而食品安全是指食品无毒、无害、符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性、慢性危害，违反了上述标准的食品为危害食品安全的食品。根据《中华人民共和国食品安全法》第一百四十八条第二款规定，食品的标签虽存在瑕疵，但该瑕疵不影响食品安全且不会对消费者产生误导的，消费者无权要求价款十倍的赔偿金。



法律条文

《中华人民共和国食品安全法》



第一百四十八条

消费者因不符合食品安全标准的食品受到损害的，可以向经营者要求赔偿损失，也可以向生产者要求赔偿损失。接到消费者赔偿要求的生产经营者，应当实行首负责任制，先行赔付，不得推诿；属于生产者责任的，经营者赔偿后有权向生产者追偿；属于经营者责任的，生产者赔偿后有权向经营者追偿。

生产不符合食品安全标准的食品或者经营明知是不符合食品安全标准的食品，消费者除要求赔偿损失外，

还可以向生产者或者经营者要求支付价款十倍或者损失三倍的赔偿金；增加赔偿的金额不足一千元的，为一千元。但是，食品的标签、说明书存在不影响食品安全且不会对消费者造成误导的瑕疵的除外。

第一百五十条

本法下列用语的含义：

食品，指各种供人食用或者饮用的成品和原料以及按照传统既是食品又是中药材的物品，但是不包括以治疗为目的的物品。

食品安全，指食品无毒、无害，符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。



预包装食品，指预先定量包装或者制作在包装材料、容器中的食品。

食品添加剂，指为改善食品品质和色、香、味以及为防腐、保鲜和加工工艺的需要而加入食品中的人工合成或者天然物质，包括营养强化剂。

用于食品的包装材料和容器，指包装、盛放食品或者食品添加剂用的纸、竹、木、金属、搪瓷、陶瓷、塑料、橡胶、天然纤维、化学纤维、玻璃等制品和直接接触食品或者食品添加剂的涂料。



用于食品生产经营的工具、设备，指在食品或者食品添加剂生产、销售、使用过程中直接接触食品或者食品添加剂的机械、管道、传送带、容器、用具、餐具等。

用于食品的洗涤剂、消毒剂，指直接用于洗涤或者消毒食品、餐具、饮具以及直接接触食品的工具、设备或者食品包装材料和容器的物质。

食品保质期，指食品在标明的贮存条件下保持品质的期限。

食源性疾病，指食品中致病因素进入人体引起的感染性、中毒性等疾病，包括食物中毒。

食品安全事故，指食源性疾病、食品污染等源于食品，对人体健康有危害或者可能有危害的事故。

温馨提示

食品安全无小事，群众健康法守护。作为生产经营者要在严格遵守食品安全法律法规的基础上不断提高产品品质，遵循诚实守信原则为消费者提供绿色安全健康的食品。作为消费者要更关注食品本身的安全，不能仅以食品标签存在瑕疵主张支付价款十倍的惩罚性赔偿金。

（来源：FDA 食安云）

食品召回制度简要解析

食品召回制度是依据《食品安全法》及其相关法规建立的，食品召回作为食品安全管理的重要一环，对于保障公众健康、维护市场秩序具有至关重要的作用。以下是对食品召回制度相关规定进行简要梳理，以期为食品召回管理提供参考。



一、食品召回制度的法律法规基础

《食品安全法》规定，国家建立食品召回制度。当食品生产者发现其生产的食品不符合安全标准或可能危害人体健康时，必须立即停止生产并召回已上市食品，同时通知相关方。这一规定为食品召回制度提供了明确



的法律依据。为确保食品召回制度有效执行，《食品召回管理办法》进一步细化了召回的具体操作和管理要求。为贯彻实施该办法，原食品药品监管总局发布了《关于贯彻落实〈食品召回管理办法〉的实施意见》，进一步强调加强监管、完善机制和组织领导。

二、不安全食品的范围

根据《食品召回管理办法》，不安全食品是指食品安全法律法规规定禁止生产经营的食品以及其他有证据证明可能危害人体健康的食品。

这个定义明确了不安全食品共包含两类食品：

1、法律法规禁止生产经营的食品：这些食品可能是由于其成分、生产工艺、标签标识等方面不符合法律法规的要求，而被明令禁止生产、销售或进口的。这类食品往往存在明显的安全隐患，可能直接对人体健康造成损害。

2、有证据证明可能危害人体健康的食品：这类食品可能本身并未违反法律法规的禁止性规定，但是通过科学评估、检验检测或消费者反馈等途径，发现有证据表明其存在潜在的健康风险。这些食品可能由于原料污染、生产过程控制不当、储存运输条件不当



等原因，导致食品中可能含有有害物质、微生物超标或营养成分不符合要

求等问题，进而可能对人体健康造成危害。



《食品安全法》第三十四条，明确列出了十三类禁止生产经营的食品，符合其中任何一种情况均属于不安全食品。概括来说，不安全食品主要包括使用非食品原料、过期原料、添加剂超标、滥用添加剂、营养不达标、感官异常、病死或死因不明肉类、检疫不合格肉类、被污染、标签虚假或过期、无标签以及国家明令禁止的食品等。

三、食品召回主体责任

根据《食品召回管理办法》，食品生产经营者是食品召回的责任主体。一旦发现食品存在安全问题，食品生

产经营者应立即停止生产、销售，并主动实施召回。食品生产者需按照召回计划召回不安全食品，而食品经营者知悉后应立即停止购进、销售，封存不安全食品，并在经营场所显著位置张贴召回公告，配合生产者进行召回。同时，食品经营者还需告知供货商，供货商也要及时告知生产者。为确保食品安全，食品生产经营者应建立健全召回管理制度，明确责任，加强内部管理。

四、食品召回类型

食品召回分为主动召回和责令召回两种类型。



主动召回：指食品生产、销售企业在发现自己生产、销售的食品存在安全问题后，自觉启动召回程序，回收并处置不合格的食品。食品生产者知悉



其生产经营的食品属于不安全食品的，应当主动召回。食品经营者对因自身原因所导致的不安全食品或因生产者无法确定、破产等原因无法召回不安全食品的，食品经营者应当在其经营的范围内主动召回。

责令召回：指市场监督管理部门在发现食品生产、销售企业生产的食品存在安全隐患，而企业未主动召回时，

责令其召回的行为。

五、食品召回等级

根据食品安全风险的严重和紧急程度，食品召回分为三级。食品生产者应当在知悉食品安全风险后在规定的时间内启动召回，食品生产者在发布食品召回公告后，应当在规定的时间内完成召回工作。召回等级及相关规定如下表：

召回等级	不安全食品类型	启动召回时间	完成召回时间
一级召回	食用后已经或者可能导致严重健康损害甚至死亡	24小时内	10个工作日
二级召回	食用后已经或者可能导致一般健康损害	48小时内	20个工作日
三级召回	标签、标识存在虚假标注的	72小时内	30个工作日

注意：标签、标识存在瑕疵，食用后不会造成健康损害的食品，食品生产者应当改正，可以自愿召回。

六、食品召回程序及注意事项

一旦发现食品存在安全隐患，企



业应立即启动召回程序，迅速采取行动，确保消费者的健康和安全。食品召回程序通常包括制定召回计划、发布召回公告、实际执行召回、处置不安全食品等关键环节。

（一）制定召回计划

召回企业应制定召回计划，准确确定需要召回的食品范围，明确召回原因、召回时间、召回责任人等具体内容。食品召回计划必须包括以下详细内容：

（1）食品生产者的名称、住所、法定代表人、具体负责人、联系方式等基本情况；

(2) 食品名称、商标、规格、生产日期、批次、数量以及召回的区域范围；

(3) 召回原因及危害后果；

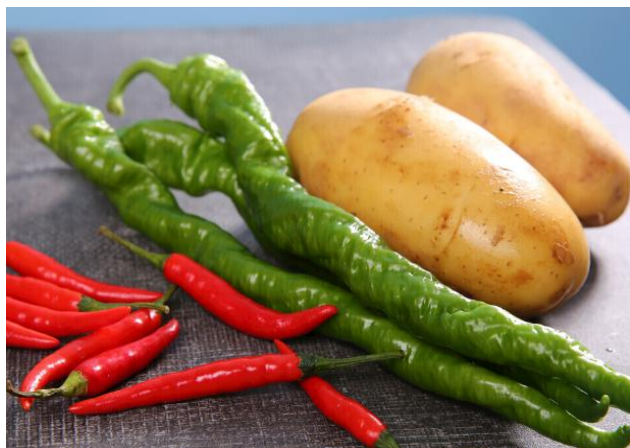
(4) 召回等级、流程及时限；

(5) 召回通知或者公告的内容及发布方式；

(6) 相关食品生产经营者的义务和责任；

(7) 召回食品的处置措施、费用承担情况；

(8) 召回的预期效果。



(二) 通知相关方并发布召回公告

企业应及时通知销售者、消费者、经销商、批发商和零售商等相关方，告知实施召回的原因、范围、处理方式等，并要求相关方立即停止销售、

分发和使用受影响的食物。企业启动召回并提交召回计划后，应当在省级



及以上市场监督管理部门网站和主要媒体上发布召回公告。召回公告必须包括以下相关内容：

(1) 食品生产者的名称、住所、法定代表人、具体负责人、联系电话、电子邮箱等；

(2) 食品名称、商标、规格、生产日期、批次等；

(3) 召回原因、等级、起止日期、区域范围；

(4) 相关食品生产经营者的义务和消费者退货及赔偿的流程。

(三) 实际执行召回

实际执行召回过程中，需要快速、

准确、公开、透明和有效沟通，以确保消费者的健康和安全，同时维护企业的形象和信誉。企业应注意以下事项：

（1）公开透明。通过媒体、官方网站等渠道向公众公开召回信息，保持信息的透明度和公信力，减少消费者的恐慌和疑虑。

（2）有效沟通。与监管部门、消费者和媒体保持有效沟通，及时报告召回进展情况，解答疑问，消除误解，增强公众信任度。

（3）保留记录。保存召回过程的详细记录，包括召回计划、通知内容、召回数量、处理方式等，以备监管部门检查。



（4）遵守法规。在召回过程中，应严格遵守相关法律法规和规章制度，确保召回程序的合法性和规范性。

（四）妥善处置不安全食品

对于不同类型的不安全食品，企业应当妥善采取补救、销毁等处置措施。



（1）对于违法添加非食用物质、腐败变质、病死畜禽等严重危害人体健康和生命安全的食品，应当立即就地销毁或集中销毁。

（2）对于标签、标识等不符合食品安全标准的食品，可以在采取补救措施且能保证食品安全的情况下继续销售，销售时应当向消费者明示补救措施。

(3) 对不安全食品进行无害化处理，能够实现资源循环利用的，可以按照国家有关规定进行处理。

(4) 对不安全食品处置方式不能确定的，应当根据相关专家评估意见进行处置。

妥善处理不安全食品的同时，企业应对召回原因进行深入分析，找出问题根源，制定改进措施，避免类似事件再次发生。



七、小结

食品召回制度总体上是以问题食品的出现为前提，旨在最大程度地降低食品问题带来的影响和危害。妥善



处理召回，关乎企业的声誉、影响企业的品牌、牵涉企业的责任。企业应严格遵守相关法律法规和标准要求，加强内部管理和员工培训，确保食品安全和召回工作的有效实施。

(来源：食品标法圈)

国际预警



保障市场供应 巴西取消三种大米进口税

5月20日，巴西经济部外贸委员会管理执行委员会（Gecex-Camex）批准了一项取消三种大米进口税的提案。



巴西联邦政府网站报道，根据提案内容，两种类型的非蒸谷米和一种类型的抛光（或磨光）谷米均被纳入南方共同市场共同对外关税例外清单，

并对其实施零进口税政策。此举目的是避免全国大米产品的供应因南里奥格兰德州（Rio Grande do Sul）遭遇洪灾而受到影响。据统计，该州生产的大米数量约占全国总产量的70%。

该项措施是应巴西农业部下属国家商品供应公司的要求，由巴西发展、工业、贸易和服务部发布。

巴西副总统兼发展、工业与贸易部长杰拉尔多·阿尔克明（Geraldo Alckmin）表示：“政府正在采取行动，以保障粮食安全和所有巴西人的利益。通过零关税政策，我们希望避免因国

内大米供应量减少而导致巴西这类产品出现库存短缺或价格上涨等问题。”

该项政策自《联邦政府公报》发布之日起生效，有效期至今年 12 月 31 日。在此期间，发展、工业与贸易部外贸秘书处将对市场情况进行监测，如有需要，将重新评估政策的有效期。



目前，巴西大部分大米产品均从南方共同市场成员国进口（进口税为零），但也有部分从泰国等其他国家进口。数据显示，截至 4 月，巴西今年从泰国购买的大米数量可占该产品进口总量的 18.2%。

（来源：南美侨报网）

土耳其制订蜂产品标准法规

2024 年 4 月 25 日，土耳其农林部制订蜂产品标准法规，自发布之日起实施。主要内容：

（1）目的、范围及定义；蜂产品包括：蜂蜜、蜂花粉、蜂王浆、生蜂胶、蜂王浆粉和干花粉等；

（2）产品要求。蜂王浆、蜂花粉蛋白质、果糖、麦芽糖等指标要求，不得含有乳糖；蜂胶的特性：香脂量：40%，总酚量（没食子酸当量）：10%，总黄酮含量（槲皮素当量）：3%，蜡量：50%；蜂花粉等产品不能添加任何外来物质；





立陶宛拟修订奶油和奶油制品质量法规

2024 年 4 月 29 日，立陶宛农业部发布了 24-7598 号法规草案，拟修订 2005 年第 3D-225 号令关于奶油和奶油制品的质量法规，意见反馈期截至 2024 年 5 月 14 日。主要包括：



(3) 包装及标签。蜂胶可以作为食品补充剂，原蜂胶不能直接销售给消费者食用；蜂花粉标签上注明植物来源的单一花粉时，该植物来源的花粉含量必须至少为 45%；

(4) 营养和健康声明、运输和存储要求。蜂王浆粉、蜂花粉等储存在+8°C 及以下的温度下，直到供应给最终消费者；

(5) 过渡期为 6 个月。

(来源：厦门技术性贸易措施信息网)

(1) 适用于供直接消费和进一步加工其它食品的奶油和奶油制品，包括奶油、复原奶油、发酵奶油等，并规定了相关定义；



(2) 用于制造奶油和奶油制品的原材料必须符合法规标准要求并有食品安全和质量批准文件，其中奶应符合 (EU) 853/2004 等法规要求，生产再生或复原奶油使用的黄油、脱水牛奶和水应分别符合 (EU) 1308/2013、立陶宛农业部第 3D-138 号令和立陶宛卫生规范 HN24:2003 的相关要求；

(3) 其它乳制品和/或其它成分以及所需的附加物质可以添加到奶油产品中，用于全部或部分替代牛奶成分外的其它物质，具体取决于产品类别，如由牛奶或乳清制成的产品，按重量计至少含 35% 的任何类型的牛奶蛋白，

可用作增稠剂或稳定剂，最大使用限量 20g/kg，并取决于是否使用了其它增稠剂或稳定剂；

(4) 相关产品标签除应符合食品标签通用强制性标准外，还须符合附加规定，如酸奶油及其产品应标明发酵菌种，由复原乳生产的奶油和奶油制品应标注“复原奶油”，须标注所使用



的热处理方法，必须以质量百分比标明脂肪含量。

(来源：厦门技术性贸易措施信息网)

健康小贴士



奶豆添营养，少油更健康

食物是人类赖以生存的物质基础，供给人体必需的各类营养素，不同的食物所含营养素的数量与质量不同，因此，膳食中的食物组成是否合理，即提供营养素的数量与质量是否适宜，其比例是否合适，对于维持机体的生理功能、生长发育、促进健康及预防疾病至关重要。

5月的第三周是“全民营养周”，为了进一步科普“营养是良医”的理念，我们特邀营养学专家，就本次营养周的主题“奶豆添营养，少油更健康”进行深入解读，推动营养健康知识走进千家万户。今年，营养周的主



题“奶豆添营养，少油更健康”旨在引导公众关注奶类、豆类食品的营养价值，并强调减少油脂摄入对于健康的重要性。

来自食物的营养素种类繁多，人体所需大约40多种，根据其化学性质和生理作用分为五大类，即蛋白质、



脂类、碳水化合物、矿物质、维生素。营养摄入是维持免疫系统正常功能所必需的，并在提高免疫力方面发挥着关键作用。免疫力是身体对抗病原体和保持健康的重要机制，营养影响着免疫系统发育和功能，营养对免疫系统的发育和功能具有至关重要的影响。各种营养素如维生素、矿物质、蛋白质和脂肪等参与免疫细胞的生成和活性调节，对免疫反应的正常运作至关重要。免疫细胞是免疫系统的核心组成部分，包括 T 细胞、B 细胞、巨噬细胞和自然杀伤细胞等。这些免疫细胞需要获得适当的营养支持，以维持其正常功能。例如，蛋白质是构成免

疫细胞的基本组成成分，而维生素和矿物质则在调节免疫细胞的活性和抵御病原体方面发挥重要作用。营养还能在体内生成抗氧化剂。抗氧化剂如维生素 C、维生素 E 和 β -胡萝卜素等有助于减少自由基的产生，并保护免疫细胞免受氧化损伤。充足摄入含有丰富抗氧化剂的食物，有助于维持免疫细胞的健康状态，提高免疫力。

充足的营养摄入对于维持免疫系统正常功能和提高免疫力至关重要。通过摄取富含维生素和蛋白质的食物，多样化的食物选择，控制糖和盐的摄



入，并采用健康的生活方式，我们可以提供充足的营养支持，增强免疫力，保持健康。重要的是，这些措施应该成为我们日常生活的一部分，而不仅仅是短期的行为。通过长期坚持健康的饮食习惯和生活方式，我们可以提高免疫力，减少疾病发生的风险，并享受更健康的生活。



奶豆添营养：

优质蛋白与全面营养的完美结合

奶类

奶类食品作为优质蛋白质的重要来源，其营养价值不容忽视。牛奶、羊奶、



驼奶等动物奶类富含人体所需的必需氨基酸，具有较高的生物价值。此外，奶类食品还含有丰富的钙、磷、维生素 D 等矿物质和维生素，对于促进骨骼健康、预防骨质疏松具有重要作用。奶类中的乳糖还能促进钙、铁、锌等矿物质的吸收。充足摄入奶及奶制品有益于人体健康，尤其有利于肌肉和骨骼健康。建议每天摄入 300—500 ml 液态奶或相当量的奶制品，目前我国大多数居民实际摄入量远低于推荐量，鼓励多摄入。

可多途径增加奶及奶制品的摄入，如在烘焙、炖煮等烹饪过程中添加，营养丰富、健康美味。选择奶及奶制品先看配料表和营养标签，不能用含

乳饮料替代奶。乳糖不耐受人群可选择无乳糖、低乳糖奶或酸奶、奶酪等发酵乳制品；超重肥胖、高血脂人群可选择脱脂奶或低脂奶。

豆类

豆类食品作为植物性食品中的佼佼者，同样具有丰富的营养价值。大豆、绿豆、红豆等豆类食品富含蛋白质、膳食纤维、矿物质和多种维生素。特别是大豆，其蛋白质含量高达40%以上，且氨基酸组成接近人体需求，是优质的植物蛋白来源。此外，豆类食品中的膳食纤维对于促进肠道蠕动、预防便秘具有重要作用。大豆制品通常分为非发酵豆制品和发酵豆制品两类。



非发酵豆制品有豆腐、豆浆、豆腐干、豆腐皮、腐竹等，它们是经过浸泡、磨浆、除渣、煮浆及成型等工序制作而成的；发酵豆制品如腐乳、豆豉、



豆瓣酱、黄豆酱，通常经过微生物发酵，从而具有独特风味。大豆含有丰富的蛋白质、不饱和脂肪酸、钙、钾、维生素E等，适合所有人群食用。建议成年人平均每天摄入15—25克大豆或相当量的大豆制品。大豆及其制品是素食者蛋白质的重要食物来源，每天应足量摄入，全素人群平均每天应摄入50—80克，蛋奶素人群25—60克。

奶豆结合的营养优势非常突出。奶类食品提供的优质蛋白质、矿物质



和维生素与豆类食品中的膳食纤维、植物蛋白等营养成分相互补充，形成了全面、均衡的营养体系。这种营养搭配有助于满足人体对多种营养素的需求，促进身体健康。

少油更健康：

科学膳食助力健康生活方式

油脂摄入过多的危害大。油脂是人体所需的重要营养素之一，但摄入过多则会对健康造成不良影响。过量的油脂摄入会导致能量过剩，增加肥胖、高血压、高血脂等慢性疾病的风险。此外，油脂在体内的氧化分解过程中会产生自由基等有害物质，对细胞造成损伤，加速衰老过程。

在厨房中减油控油，可以从四个方面着手。一是少用动物性脂肪，烹调用油建议选择植物油。不同烹调油的营养构成不同，采购烹调油时适当调换品种。二是使用控油壶，减少烹调油。家庭烹饪可使用带刻度的控油壶，定量用油、总量控制。建议成年人每天烹调油摄入量以 25—30 克为宜。三是健康烹饪，培养清淡口味。烹饪时尽量采用蒸、煮、炖、焖、凉拌等少油方式，避免油炸、煎炒等高油烹饪方式。这样不仅能减少油脂摄入，还能保留食物的原汁原味，更利于健康。四是控制火候和油温。烹饪



时，要注意控制火候和油温，避免油温过高导致食物中的脂肪酸氧化，生成对人体有害的化合物。同时，油温过高也容易造成食物烧焦，产生有害物质。

为了保持健康的生活方式，我们应该科学合理地控制油脂摄入。首先，要减少饱和脂肪和反式脂肪的摄入，如动物油脂、油炸食品等；其次，要适量增加富含不饱和脂肪的食物摄入，如橄榄油、坚果、鱼类等；最后，要关注食物的烹饪方式，尽量选择蒸、煮、炖等低油烹饪方法，减少油脂的使用量。

此外，还可以通过增加蔬菜、水果、全谷类等低热量、高营养的食物摄入，来降低整体膳食的油脂含量。这些食物富含膳食纤维、维生素和矿物质等营养素，有助于促进肠道健康、提高免疫力和预防慢性疾病。

（来源：中国食品官方报）

平衡膳食 涨“碘”知识

碘是人体必需的一种微量元素，人体内所需的碘依赖自然环境供应，一旦缺乏就会造成身体甲状腺激素合成不足，导致甲状腺功能下降。如果人们停止摄入碘，体内储备的碘仅够维持 2—3 个月。



今年 5 月 15 日是全国第 31 个防治碘缺乏病日，今年的活动主题是“食盐加碘防疾病，平衡营养健康行”。中国疾病预防控制中心地方病控制中心碘缺乏病防治研究所所长刘鹏指出，由于我国外环境缺碘的状况无法改变，食盐加碘防治碘缺乏病的策略就必须“一直坚持在路上”。但仍有人对科学补碘知识存在认识误区，如果放松

警惕，碘缺乏病极有可能卷土重来。



一、食盐加碘仍是最佳补碘途径

碘缺乏病是由于自然环境碘缺乏造成机体碘营养不良所表现的一组疾病的总称。其主要损伤婴幼儿的脑发育而影响人口素质，包括地方性甲状腺肿、克汀病（以痴呆、矮小、聋、哑、瘫痪为主要临床特征）和亚克汀病（以智力低下为主要临床特征）等。

防控碘缺乏病的根本措施就是补碘。由于自然环境缺碘是长期存在的，人体对碘的储存能力有限，因而补碘应该遵循长期、微量、日常和方便的原则。通过食用加碘盐补碘，符合这一原则。实践证明，食盐加碘具有安全、有效、简单易行、价廉等优势，

是补碘的最佳途径。

在日常生活中，居民应该如何正确购买和使用碘盐？

- 1.通过正规渠道购买碘盐，购买时要辨认清楚包装必须有碘盐标识。
- 2.购买的碘盐要妥善保存，应放在阴凉、干燥处，避免受日光直射和吸潮，离开灶台存放，避免高温高热，且存放时间不宜过长，可购买小包装碘盐，做到随用随买。
- 3.为防止碘的丢失，烹饪时不宜过早放入碘盐，宜在食物快熟时放入；避免用碘盐爆锅、长时间炖煮，以免碘受热失效，继而失去补碘的作用。



二、经常吃海产品也不一定能补足碘

很多人认为自己平时爱吃海带、紫菜、虾米、赤贝等海产品，就不用再吃碘盐了，其实不然。



刘鹏解释说，每 100 克干海带的含碘量是 36240 微克，每 100 克干紫菜的含碘量是 4323 微克，每 100 克鲜海带的含碘量是 2950 微克。由此来说，干海带和鲜海带的含碘量相差很大。此外，海带的不同部位碘的含量也有不同，叶部外缘含碘较多，是叶中部的 2 倍左右。有机碘的含量在海带靠近根部的位置较高，但总体而言，有机碘在海带中只占到 11% 左右，即海带里的碘绝大部分是无机碘，只有一小部分是有机碘。不同地区、不同

海域、不同品种的海产品，含碘量也存在差异。

除了海带、紫菜等海藻类产品，鱼、禽、肉、蛋类制品，腌制类和动物性食品，以及本身就是富碘食品的海苔类食品等，含碘量都比较高。相关调查显示，预包装食品中总体碘盐的使用率约为 81.70%。发酵类食品的碘盐使用率为 87.50%，腌制类食品的碘盐使用率为 88.89%，其他类为 88.24%。

此外，调味品的含碘量也是有差异的，部分调味品的含碘量比较高，另一些则比较低，与其中是否含碘盐有关。因此，即便经常进食海产品，也不一定能保证碘的摄入量。



刘鹏指出，海带、紫菜等富碘食物在沿海地区居民中的食用频率和食用量都很低；沿海地区居民膳食中的碘 84.2% 来自碘盐，源于各类食物的碘仅占 13.1%。如果食用未加碘食盐，居民碘缺乏的风险就会很大。这就提醒沿海地区同样需要根据实际情况补充碘盐，以保证碘的摄入。



动范围。刘鹏解释说，我国绝大部分地区为碘缺乏地区，每天从饮水中获得的碘量约为 10 微克，一般人群每天从食物中摄入的碘含量约为 25—50 微克。

即使在减盐的条件下，食用加碘食盐的儿童和成人每日碘摄入量仍能达到碘推荐摄入量，而妊娠妇女和哺乳妇女存在缺碘的可能。建议妊娠妇女和哺乳妇女减盐的同时，应选用碘含量较高的加碘食盐，并鼓励摄入含碘丰富的食物，如海产品、蛋制品、奶制品等。

补碘过量有啥风险？碘过量的害处包括急性碘过量和慢性碘过量所致

三、补碘必须适度和适量

《成人和儿童钠摄入量指南（2012）》和《中国居民膳食指南（2022 版）》均建议成人每天盐摄入量不超过 5 克。《食品安全国家标准 食用盐碘含量》（GB26878—2011）中规定了加碘水平及允许碘含量的波

的危害。正常人体甲状腺具有自身调节机制，一定时间内的碘摄入过量，通常不会形成明显的甲状腺功能紊乱。但长期碘摄入过量，可导致甲状腺自身调节失衡和甲状腺功能紊乱，诱发甲状腺肿、甲状腺功能减退等问题。



刘鹏提醒，患有甲亢、甲状腺炎的人群，因治疗需要遵照医嘱，可不食用或少食用碘盐；生活在高水碘地区的居民，如果从饮水和食物中已经摄入足量碘，应食用未加碘食盐。各地应当按照规定，合理增设未加碘食盐专柜，方便甲状腺疾病患者购买未加碘食盐。

（来源：中国食品官方报）

这些蔬菜被拉入“致癌黑名单”？

蔬菜在人类饮食中一直扮演着重要的角色，它们富含维生素、矿物质和纤维素，是我们重要的营养来源，也是大家心目中的绿色有机食品。

但是网络上却出现一种“蔬菜致癌”的言论，引起很多人的关注。甚至有文章称：“如今癌症高发，就是因为一些蔬菜含有致癌物，长期食用，使毒素在身体内日积月累，久而久之就变成了癌症”。印象中的健康蔬菜竟被说成了“毒菜”，这是怎么回事？



一、这些蔬菜被传会致癌？

蕨菜



蕨菜一直以来都是非常受欢迎的菜品，但是近年来“蕨菜致癌”的说法却愈演愈烈，为什么吃蕨菜也会致癌？

其实蕨菜的“致癌性”来自其内含的致癌物成分，尤其是原蕨苷，属于遗传毒性致癌物，人体摄入后会产生“二烯酮类化合物”，有极高的致癌性。

但是也不用过于恐慌，癌症的发生是遗传、环境、生活习惯等多种因素共同作用的结果，而且要达到致癌量，一个人至少要连续 20 年，平均一天要吃 350g ~ 3.5kg 的蕨菜才可能

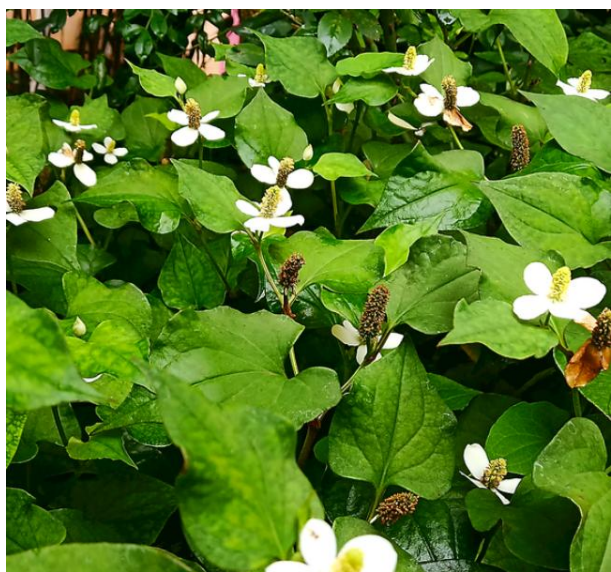
“成功致癌”。而且原蕨苷虽然有致癌风险，但实际实验中致癌性证据尚不充分，而且远低于人们生活中更容易接触到的腌制品，如腊肉、腌菜等食物。另外原蕨苷易溶于热水，所以只要经过焯水处理后，其中的有害物质就会被破坏。

鱼腥草

之所以说鱼腥草致癌，是因为它含有马兜铃酸，一种早在 2012 年就被世卫组织列入一类致癌物的物质，大剂量摄入可以导致肾癌、肝癌的发生。但是马兜铃酸是一类化合物的总称，其



主要的毒性成分是马兜铃酸 I 和马兜铃酸 II, 而鱼腥草中的主要是马兜铃内酰胺-BLL、马兜铃内酰胺-ALL 和马兜铃内酰胺-FLL, 目前并没有确切研究证明它们是否有致癌风险。



此外, 抛开剂量谈毒性的说法也不严谨, 鱼腥草含有的马兜铃内酰胺总含量为 0.016g/kg, 如此低的含量, 基本不会对健康产生什么影响。

佛手瓜

网传佛手瓜致癌, 是因为经过高温炒制后佛手瓜会产生丙烯酰胺, 而丙烯酰胺是一种具有神经毒性的潜在致癌物。

事实上, 不仅仅是佛手瓜, 很多

食物经高温烹饪都会产生丙烯酰胺, 比如麻花、油条、饼干、面包、薯片等需要焙烤、膨化的食品。

而且, 国际权威杂志《食品和化学毒物学》指出, 丙烯酰胺致癌作用的安全摄入量上限为每千克体重 2.6 微克, 神经毒性的安全摄入量为每千克体重 40 微克。按此标准推算, 一个 70kg 体重的成年人几乎要一次性吃十几斤炒佛手瓜才可能产生患癌风险。因此, 炒佛手瓜产生的丙烯酰胺含量也几乎不会伤害健康。



【小贴士】

如果实在担心，可以选择蒸、煮、炖等低温烹调方式来做佛手瓜，会比爆炒佛手瓜产生的有害物质少得多。

无根豆芽

有说法称无根豆芽“添加了大量无根剂，经常食用有毒甚至致癌”。

其实所谓的“无根剂”是一种植物生长调节素，也称 2,4-D，在高浓度状态下被人体过量摄入可能引起中毒。但低浓度的 2,4-D 就可以促进豆芽秆生长，抑制根和芽的形成，过量使用反而可能抑制生长，因此实际豆



芽培育中并不存在“滥用”一说，更是远远达不到中毒的剂量。

未成熟的西红柿

网传未成熟的西红柿会导致肠癌，未成熟的西红柿会产生一种“生物碱”



的物质，人体摄入 0.2g—0.4g 即可诱发食物中毒，导致腹泻、恶心甚至器官衰竭等问题。但值得注意的是，这种物质在成熟的番茄中基本很少检出，所以只要吃成熟的西红柿就不会有问题。

红凤菜

吃红凤菜致癌？红凤菜含吡咯里西啶类生物碱，吡咯里西啶类生物碱确实具有一定肝毒性，但是，并不属于 1

类致癌物的范围。目前关于红凤菜的吡咯里西啶类生物碱含量和它的致毒剂量并不明确，日常吃红凤菜累积的吡咯里西啶类生物碱相对于煎炸、烧烤等产生的毒素，其致毒影响微乎其微。

娃娃菜

有新闻报道称，一些不法商家使用甲醛浸泡娃娃菜，并将其运往市场进行销售。这一消息一经传出，立刻引起了公众的恐慌和担忧。娃娃菜曾经是备受欢迎的菜品，然而如今却被人们避之唯恐不及。甲醛被世界卫生组织列为一类致癌物质，根据我国《食品安全法》，甲醛属于违法添加剂，严



禁在食品加工中使用。因此，作为消费者，只需要选择正规渠道的超市购买娃娃菜，并确保所购买的菜品没有刺鼻气味，是可以放心食用的。

二、真正“致癌元凶”是这些食物

相比盯着蔬菜的那点致癌风险不放，这些常见食物才是更需要注意的。



加工肉

加工肉大多含有亚硝酸钠这种添加剂，主要是为了让肉质观感更好，但这种添加剂与肉类蛋白质反应后，会生成具有毒性和致癌性的亚硝基化合物。

目前“国际癌症研究机构”已经将加

工肉类纳入“一级致癌物”名单。

中式咸鱼

和加工肉制品一样，咸鱼中也含有大量的亚硝酸盐。它是在咸鱼腌制过程中，高盐、暴晒、脱水后的衍生物，人体摄入后在胃酸的作用下，会产生强致癌物亚硝酸铵。



酒精

2020 年的数据显示，全球有 74 万新发癌症与饮酒有关，即使是适量饮酒，一年也会导致 10 万以上的新发癌症病例。作为 1 类致癌物，酒精对人体



的危害不言而喻，不仅会损伤 DNA，还会增加乳腺癌、卵巢癌、子宫癌等癌症的发生风险。

而且，饮酒没有安全摄入量，不存在“小酌怡情”的说法，2018 年发表在《柳叶刀》上的一项研究就表明：任何量的饮酒均危害人类健康。

槟榔

槟榔也是世界公认的 1 类致癌物，经常嚼槟榔，不但会使人变丑，还会损伤口腔黏膜和牙齿，增加牙周病、口腔黏膜白斑症、口腔癌等疾病的发生风险。

霉变食物

霉变食物中含有 1 类致癌物黄曲霉毒素，黄曲霉毒素毒性极强，是砒霜的 68 倍，即使是少量也会造成危害。它不仅能引起肝癌，还可能会诱发骨癌、直肠癌、乳腺癌、卵巢癌等。日常的黄曲霉毒素重灾区有发霉的剩菜、大米、玉米、花生、土榨食用油等。

烧烤

当肉类等高脂肪高蛋白食物直接和明火接触高温烤制时，很可能产生苯并芘、杂环胺、多环芳香烃等致癌物，通过覆盖于食物表面或油烟吸入体内，增加胃癌、肺癌、直肠癌等风险。



小贴士：

蔬菜这样做，营养保留更完整



- 蔬菜所含矿物质和维生素易溶于水，所以可以先洗后切。
- 洗好的蔬菜要避免长时间放置，切碎的蔬菜切勿长时间浸泡在水里。
- 尽可能急火快炒或者用蒸的方式。有实验证明，蔬菜煮 3 分钟，维生素 C 损失 5%，而 10 分钟，其损失会上升到 30%。而快炒和蒸的方式可以减少这类营养素的损失。
- 烹调时加少量淀粉，可有效保护维生素 C。
- 炒菜时加点醋，酸性环境可以减少维生素的损失。

（来源：中国食品官方报）

关于鉴科检测

最值得信赖的综合性检测技术服务机构

厦门鉴科检测技术有限公司作为独立、公正、专业的第三方检测机构，已获得CMA、CNAS、CATL等资质认可与认定，完善的实验室管理体系，为客户提供公正准确的检测 results 和优质高效的检测服务。作为高新技术企业，鉴科检测配备大批先进的样品前处理和分析检测设备，拥有经验丰富、技术精湛的检测团队，并在检测领域开展卓有成效的研究开发工作，不断取得新的研究专利。



检测服务

食品检测	环境检测
农药残留检测	水和废水检测
兽药残留检测	空气和废气检测
食品中污染物检测	噪声检测
食品接触材料检测	土壤、沉积物、固体废物检测
食品添加剂检测	生物体检测
食品微生物检测	
食品营养成分检测	
食品真菌毒素重金属及有害物质检测	

愿景

成为最值得信赖的综合性检测技术服务机构

使命

提供科学、公正、准确、满意的服务

关于鉴科供应链管理

鉴科供应链管理（厦门）有限公司是一家食品行业综合服务商，向食品行业提供有价值的食品质量安全管理方案和服务。

服务领域

- ◆ **食品工厂规划和建造：**提供食品工厂新、改和扩建规划方案 / 提供食品卫生设备设施的配套和定制服务 / 食品工厂装修工程服务
- ◆ **食品行业实验室综合服务：**提供实验室规划方案 / 检测设备设施的供应 / 提供实验室装修工程服务 / 提供快检解决方案 / 提供快检设备、试剂服务 / 实验室耗材、用品的供应
- ◆ **食品卫生器具、用品、设施供应：**个人卫生设施和用品 / 清洁工具 / 清洗消毒用品
- ◆ **食品企业内控提升服务：**供应商风险评估和管理人员培训服务（食品技术和管理标准、行业实践、HACCP、IFS、BRC、5S） / 客户、官方合规性评估与辅导 / 食品安全文化建设
- ◆ **食品保质期测试&评价服务：**食品保质期验证&评价 / 食品保质期评价研究 / 食品工艺改进



关于食品 580

食品 580 是通过线上+线下全覆盖的方式为食品产业链提供全面、便捷和高效的食品内控管理提升解决方案，它由多名食品行业服务从业经验长达二十多年的专业技术团队为技术支撑，引入互联网元素，打造独特的“食品行业内控管理+互联网”服务模式。食品 580 与众不同的服务特色：

接地

食品 580 强调“实用”，从公众号，到 IT 工具，从微课到线下课程，从工厂规划到体系诊断，食品 580 的服务定位明确：从食品企业的实际需要出发，着眼于食品管理者遇到的难题，着力于让一线员工都能理解。

便捷

食品 580 强调“高效”，食品 580 为广大食品企业提供食品企业规范化管理的各类工具和数据库，通过 PC 及移动端平台的双重发力，帮助企业实现高效管理。

平台

食品 580 强调“共享”，食品 580 相信食品安全没有竞争，只有合作，食品 580 坚持通过分享知识，实现知识的持续更新和自我增值。从微信群建设到线下活动，我们践行共享共赢。

2015 版的 ISO9000 提到了“知识管理”，可见“知识”对于企业的持续发展具有重要的意义。“食品 580”针对食品企业的管理需要，开展系统的知识转化，形成了系列的“知识型”产品。

线上培训

微课视频

文化建设

评价平台

关于睿科集团

睿科集团（厦门）股份有限公司（RayKol Group Corp., Ltd.）是一家专注于检验检测行业效能提升的自动化、智能化实验室整体解决方案供应商。公司核心业务覆盖环境检测、食品安全、药品分析、生命科学、医疗健康五个领域，致力于为客户提供优秀的产品和一站式解决方案服务。

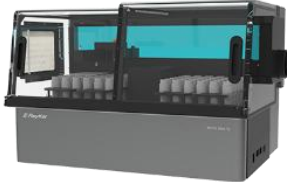
睿科集团产品业务单元提供多种自主研发创新产品，包括理化实验室自动化设备、生命科学实验室自动化设备、定制化设备、耗材及试剂。集团销售网络遍布全国并远销海外，下游客户涵盖政府机构、高等院校、科研院所、企业用户、第三方实验室等，产品广泛应用于环境监测、食品检测、农产品检测、药品检测、生命科学、医疗健康、疾控系统、国防应急等领域。

睿科集团总部位于厦门，旗下 7 家子公司、1 家研究院、3 个研发基地，现有全职员工 500 余人，外聘专家 50 余人。睿科集团科研产业化单元暨睿科技术研究院：由众多科研和产业领域知名专家和学者构成。集战略研究、前沿研究、产学研结合、投资孵化等功能于一体，围绕产业链布局，聚集需求，助力创新、驱动发展，助力公司为用户持续创造价值。

睿科集团集成客户服务单元：包括睿科客户服务和培训中心，集售后服务、培训、演示，分析外包，样品、方法开发、项目合作等功能。在第三方行业领域，睿科集团下辖的鉴科检测公司为行业客户提供环境和食品第三方检测服务，旗下的鉴科供应链管理公司为客户提供食品行业供应链管理咨询、HACCP 等专业化培训

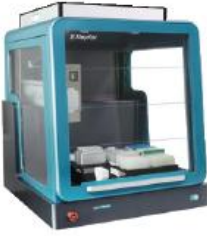
主要产品与服务

理化实验室自动化设备

			
液体样品处理工作站	全自动加酸仪	加压流体萃取仪	全自动均质器
			
垂直振荡器	全自动固相萃取仪	全自动固相萃取仪	新拓自动固相微萃取仪
			
新拓固相微萃取仪	新拓手动固相微萃取仪	全自动样品净化浓缩仪	真空平行浓缩仪
			
全自动定量平行浓缩仪	全自动平行浓缩仪	全自动流动注射分析仪	全自动石墨消解仪

			
新拓微波消解仪	全自动滴定仪	全自动土壤 PH 测定仪	土壤有机质自动分析仪

生命科学实验室自动化设备

			
全自动 PCR 体系构建系统	全自动核酸提取纯化仪	自动化移液工作站	全自动液体处理工作站
			
全自动移液工作站	自动化文库构建工作站	生物芯片点样系统	自动干血斑打孔仪
			
代谢组学样本前处理工作站	蛋白组学样本前处理工作站		



厦门鉴科检测技术有限公司
Xiamen Janko Testing Service Co., Ltd.

厦门

地址：福建省厦门市火炬高新区创业园伟业楼N206/N302/N305

电话：0592-5711722

传真：0592-5711721

福州

地址：福建省福州市台江区宁化街道上浦路南侧富力中心C区C1栋521单元

电话：0591-87818863

泉州

地址：福建省泉州市晋江市福塘路432号金福小区2栋2梯1306室

电话：0595-22587278

漳州

地址：福建省漳州市龙文区龙美路1号26幢101室

电话：177 5065 2139

宁德

地址：福建省宁德市蕉城区薛令之路中央公馆9座1807室

电话：180 6099 6062

杭州

地址：浙江省杭州市滨江区滨安路1180号华业高科技产业园4号楼1层

电话：177 0592 1232

广东

地址：广东省潮州市新井路12号（日报社左侧）

电话：177 5062 3527

江西

地址：江西省上饶市信州区志敏大道588号2栋06号6楼

电话：177 5065 2593



网址：www.janko.cc | 邮箱：info@janko.cc