

食

品

安

全

知

识

100
问

shipin anquan zhishi

宁波市食品安全委员会办公室
宁波市食品药品监督管理局

食

品

安全
知识

100
问

shijie anquan zhishi

宁波市食品安全委员会办公室
宁波市食品药品监督管理局

宁波市食品安全主要 监管部门举报投诉指南

农业部门： 负责初级农产品生产环节的监管；

举报电话：96323

海洋渔业部门： 负责初级水产品生产环节的监管；

举报电话：(白天)87298170、87491299

(晚上及节假日)87298904

质监部门： 负责食品生产加工环节的质量和卫生的
日常监管；

举报电话：12365

工商部门： 负责食品流通环节的监管；

举报电话：12315

贸易部门： 负责“菜篮子”主要商品的指导协调及生
猪定点屠宰管理等工作；

举报电话：87342199

卫生部门： 负责餐饮业、食堂等消费环节的监管；

举报电话：87342935

食品药品监管部门： 负责对食品安全的、综合监督、
组织协调和依法组织查处重大事故。

举报电话：96311

目 录

一、综合篇

1. 政府主要食品监管职能部门的职责分工你了解吗? (1)
2. 你知道“QS”吗? (2)
3. 什么是 HACCP? (3)
4. 什么是食品卫生监督量化分级管理制度? (4)
5. 无公害农产品、绿色食品与有机食品有什么区别? (6)
6. 什么是食品标签? (8)
7. 如何看食品标签? (9)
8. 知道怎样利用食品标签选购食品吗? (10)
9. 《预包装食品标签通则》你知道吗? (10)
10. 特殊营养食品的标签应注意什么问题? (11)
11. 饮料酒的标签应注意什么问题? (12)
12. 食品保质期和保存期的区别是什么? (13)
13. 什么是食品添加剂? (13)
14. 食品防腐剂都有害吗? (14)

二、蔬菜、水果篇

15. 如何避免水果蔬菜的农药残留? (16)
16. 清除水果蔬菜上的农药残留方法有几种? (17)
17. 选择水果蔬菜的常用方法有哪些? (18)
18. 蔬菜为什么不宜久存? (19)
19. 哪些水果蔬菜的皮不宜食用? (20)

目 录

20. 芦荟中有毒素吗?	(21)
21. 四季豆中毒的原因是什么?	(22)
22. 为什么食用鲜黄花菜不当会中毒?	(23)
23. 蔬菜都要放进冰箱才可保存吗?	(24)
24. 萝卜和水果能同时食用吗?	(24)
25. 蔬菜榨汁使用能加入胡萝卜吗?	(25)
26. 如何留住蔬菜中的维生素 C?	(26)
27. 纯果汁能完全代替水果吗?	(27)
28. 生病吃什么水果你知道吗?	(27)
29. 不宜空腹食用的水果有哪些?	(30)
30. 水果能代替蔬菜吗?	(30)

三、油、酱油篇

31. 新的食用油质量标准与原标准有什么不同?	(32)
32. 什么是色拉油?	(33)
33. 什么是高级烹调油?	(33)
34. 什么是调和油?	(34)
35. 为什么说“橄榄油”和“茶籽油”好?	(34)
36. 吃什么油好? 什么叫 1:1:1?	(35)
37. 选购食用油要领是什么?	(36)
38. 如何挑选酱油?	(37)
39. 如何食用和保存酱油?	(38)
40. 多吃酱油能抗癌吗?	(39)
41. 压榨油与浸出油有什么区别?	(40)
42. 常食精炼油有益吗?	(40)

- 43.香油有什么特殊的功效? (41)
- 44.调和油、色拉油、花生油哪种吃着好? (42)
- 45.植物油可用于煎炸吗? (42)
- 46.吃植物油有哪些误区? (43)
- 47.油锅冒烟才下菜吗? (44)

四、豆制品篇

- 48.大豆异黄酮的保健功能是什么? (45)
- 49.常吃大豆能多防病吗? (45)
- 50.大豆食品怎样搭配营养更高? (46)
- 51.豆腐和鱼合吃好吗? (47)
- 52.豆腐和豆浆应如何保存? (48)
- 53.饮用豆浆应注意什么? (49)
- 54.豆浆和豆奶是一回事吗? (50)
- 55.为什么会发生豆芽菜中毒? (50)
- 56.为什么不宜食用干炒黄豆? (51)

五、米、面篇

- 57.大米是怎样分类和定等的? (52)
- 58.什么是糙米? 为什么说糙米营养价值比精制大米高? (52)
- 59.什么是清洁米? 清洁米有什么优点? (53)
- 60.什么是强化米? 为什么强化米越来越受到重视? (54)
- 61.为什么大米会陈化? 陈化米有什么害处? 怎样防止大米陈化?
..... (55)
- 62.面粉的种类如何划分? (55)
- 63.怎样选购和保存面粉? (56)

目 录

64. 你知道“滥用面粉增白剂”的危害吗? (57)
65. 米要多淘久泡吗? (58)
66. 不吃主食(大米、小麦等五谷)有害吗? (58)

六、奶制品篇

67. 你知道酸奶、乳酸菌饮料和酸性饮料的区别吗? (60)
68. 什么是炼乳? (61)
69. 什么是牛初乳制品? (61)
70. 鲜奶有哪些包装形式? (62)
71. 如何区别鲜牛奶与含乳饮料? (63)
72. 选购奶制品时应注意什么? (63)
73. 科学喝奶你知道吗? (64)
74. 吃冰淇淋能代替喝奶吗? (65)
75. 能以鲜奶煮后“结皮”的多少来判断奶的质量好坏吗? (65)
76. 喝牛奶会导致高血脂和发胖吗? (66)
77. 有些人喝牛奶会腹泻是怎么回事? (66)
78. 哪些人不宜饮牛奶? (67)
79. 还原奶的营养价值如何? (68)
80. 煮牛奶时先放糖? 后放糖? (68)

七、儿童食品篇

81. 如何避免儿童饮食中可能有的生物性污染? (69)
82. 如何避免儿童饮食中的化学物质污染? (70)
83. 购买儿童食品的有哪些注意事项? (71)
84. 儿童不宜多吃的食物有哪些? (71)
85. 只用豆奶喂养婴儿可以吗? (72)

86. 儿童食品安全十大问题你知道吗?	(73)
87. 哪些食物可有助于开发儿童智力?	(75)
88. 孩子吃甜食多多益善吗?	(76)
89. 儿童吃无铅皮蛋有害吗?	(76)
90. 吃粗纤维食物对孩子长牙有利吗?	(77)
91. 儿童吃山楂是否越多越好?	(77)
92. 夏季孩子食用哪些蔬菜最适宜?	(78)
93. 妨碍青少年发育的饮食习惯有哪些?	(78)
94. 儿童多吃什么可预防孤独症?	(79)

八、保健食品篇

95. 什么是保健保健食品?	(81)
96. 保健食品的功能	(82)
97. 为什么要吃保健食品?	(83)
98. 保健食品的适用对象	(84)
99. 如何选购保健食品	(84)
100. 走出保健食品的消费误区	(87)

1. 政府主要食品监管职能部门的 职责分工你了解吗?

根据浙江省机构编制委员会《关于进一步明确食品安全监管部门职责分工有关问题的通知》(浙编[2005]3号)的规定,各主要食品安全监管部门的分工如下:农业、林业、渔业部门根据各自职责负责初级农产品生产环节的监管;质量技监部门负责食品生产加工环节的监管,并划入现由卫生部门承担的食品生产加工环节的卫生监管职责;工商部门负责食品流通环节的监管;卫生部门负责餐饮业和食堂等消费环节的监管;食品药品监管部门负责对食品安全的综合监督、组织协调和依法组织查处重大事故。

在食品生产加工、流通和消费环节:质量技监部门负责食品生产加工环节质量卫生的日常监管,要严格实行生产许可、强制检验等食品质量安全市场准入制度,严厉查处生产、制造不合格食品及其他质量违法行为;工商部门负责食品流通环节的质量监管,要认真做好食品生产经营企业及个体工商户的登记注册工作,取缔无照生产经营食品行为,加强上市食品质量监督检查,严厉查处销售不合格食品及其他质量违法行为,查处食品虚假广告、商标侵权的违法行为;卫生部门负责食品流通环节和餐饮业、食堂等消费环节的卫生许可和卫生监管,负责食品生产加工环节的卫生许可,卫生许可的主要内容是场所的卫

生条件、卫生防护和从业人员健康卫生状况的评价与审核,要严厉查处上述范围内的违法行为。

2. 你知道“QS”吗?

“QS”是食品质量安全市场准入证的简称,是国家质检总局在 2002 年推出的。根据该项市场准入制度的规定,凡进入该制度范围内的食品的有关生产企业要拿到食品生产许可证,并在销售单上贴上 QS(质量安全)标志才允许进入市场销售。“QS”主要包括三项内容:

第一、对食品生产企业实施生产许可证制度

对于具备保证食品质量安全必备的生产条件、能够保证食品质量安全的企业,发放食品生产许可证,准予生产获证范围内的产品;未取得食品生产许可证的企业不准生产相关食品。这就从生产条件上保证了企业能生产出符合质量安全要求的产品。

第二、对企业生产的食品实施强制检验制度

要求企业必须履行法律义务,未经检验或经检验不合格的食品不准出厂销售。对于不具备自检条件的生产企业必须实施委托检验。这项规定适合我国企业现有的生产条件和管理水平,能有效地把住产品出厂质量安全关。

第三、对实施食品生产许可制度的食品实行质量安全市场准入标识制度

对检验合格的食品要加印(贴)市场准入标志——QS标志,没有加贴QS标志的食品不准出厂销售。这样做,便于广大消费者识别和监督,便于有关行政执法部门监督检查,也有利于促进生产企业提高对食品质量安全的责任感。

自2002年7月开始,国家质检总局首先在全国对小麦粉、大米、食用植物油、酱油、食醋这五类产品正式实施“QS”市场准入制度。2003年开始对肉制品、乳制品、饮料、调味品(糖和味精)、方便面、饼干、罐头食品、冷冻饮品、膨化食品、速冻米面“新十类”实施食品安全市场准入制度。2005年开始,启动糖果制品、茶叶、葡萄酒、啤酒、黄酒、酱腌菜、蜜饯、炒货制品、蛋制品、可可制品、焙炒咖啡、水产加工品、淀粉及淀粉制品等13类食品的市场准入制度。

3. 什么是 HACCP?

HACCP是英文“Hazard Analysis Critical Control Point”(即危害分析及关键控制点)的首字母缩写,是一个为国际认可的、保证食品免受生物性、化学性及物理性危害的预防体系。HACCP概念最早于20世纪60年代,由美国Pillsbury公司在为美国太空项目服务、提供安全卫生食品时,率先使用。1985年经美国科学院推荐,HACCP被行政当局采用。美国FDA1973年在低酸罐头食品中采用。经过几年的研究和发展,到1989年11月,由美国农业食品安全检查局(FSIS)、水产局(NMFS)、食品

药品管理局(FDA)等机构发布了“食品生产的 HACCP 法则”。1990 年至 1995 年间,美国相继将 HACCP 应用于水产品、禽肉产品、果蔬汁、乳制品、糕点、食用油、餐饮等诸多方面。1999 年 12 月 18 日美国宣布,对输入美国的水产品及企业强制要求建立 HACCP 体系,否则其产品将不能进入美国市场。近年来,中国、欧盟各国、日本、泰国、加拿大、澳大利亚、新西兰等国家相继学习,推广了 HACCP 安全控制系统。迄今为止,HACCP 已被许多国际组织如 FAO/WHO、CAC 等认可,为世界范围内保证食品安全卫生的准则。我国对推行 HACCP 食品安全控制体系已提出了实施要求,将在食品企业率先运行,这将为提高企业的知名度与信誉度,成功地打入国际市场提供重要条件。

HACCP 体系是一种建立在良好操作规范(GMP)和卫生标准操作规程(SSOP)基础之上的控制危害的预防性体系,它的主要控制目标是食品的安全性,因此它与其他的质量管理体系相比,可以将主要精力放在影响产品安全的关键加工点上,而不是将每一个步骤都放上很多精力,这样在预防方面显得更为有效。该体系由 7 个方面的内容组成:进行危害分析(HA)和确定预防计划措施;确定关键控制点;建立关键限值;监控每个关键控制点;建立关键限值发生偏离时,可采取的纠偏措施;建立记录保存系统;建立验证程序等。

4.什么是食品卫生监督量化分级管理制度?

我国正在推行的食品卫生监督量化分级管理制度是对我

国食品卫生监管理念的一次更新,和一项重大的制度改革。

一、食品卫生量化分级管理模式出台的背景

近年世界卫生组织提出了“责任分担”食品卫生安全理念,强调了保证食品卫生安全需要政府、企业和消费者的共同参与,并认为企业自率是保证食品卫生安全的根本措施之一。并进一步明确食品生产经营单位是食品卫生的第一责任人。

2002年卫生部根据“责任分担”理念,出台了食品卫生监督量化分级管理制度,意在按照公平、透明、效率的原则,建立的一套有利于保证食品卫生安全的体系。量化分级管理正是强化了企业的责任,它运用危险性评估原则(确定有关食品的潜在风险,采取有效措施加以预防或把风险减到最低)对企业进行分级和信誉度分级,分A、B、C、D四个等级,按等级进行分类监管,并对有关卫生水平情况进行公示。

二、食品卫生量化分级管理制度的主要内容

(一)按食品生产经营单位的风险性水平和信誉度确定监管重点。

企业风险性水平和信誉度决定食品卫生水平,分级管理充分考虑了企业自身的因素,对达到良好等级的企业实行以自身管理为主的方式,卫生行政部门将集中卫生监督资源,把监管的重点放在存在问题较多的食品生产经营单位。

(二)对监督项目进行量化,加强关键环节的重点控制

监督量化是在原有监督项目的基础上,对监督事项进行量化监督项目做出降级处理的生产经营单位要限期改进,其生产、质量负责人应重新参加岗位的卫生知识培训。

食品卫生监督量化分级表

食品卫生 信誉度分级	卫生许可 审查结论	经常性卫生 监督审查结论	风险度 分级	监督类别
A	良好	良好	低度	简化监督
B	良好	一般	中度	常规监督
	一般	良好	中度	
C	一般	一般	高度	强化监督
D	良好 或一般	差	极高	不予验证 或停业
	差	差	极高	不予许可

卫生部要求:2004 年对所有学校及托幼园所食堂必须实施食品卫生监督量化分级管理制度;同时要启动餐饮行业 and 重点食品,如米、面、饮用水等行业的卫生监督量化分级管理制度。在 2006 年底,在所有食品生产经营单位中实施食品卫生监督量化分级管理制度。

5. 无公害农产品、绿色食品与 有机食品有什么区别?

随着对餐桌安全的重视,人们在购买食品时也逐渐挑选经过有关部门认定的商品。目前市场上的“有机食品”、“绿色食品”、“无公害农产品”等,是由不同部门针对食品安全设置的不同认定标准。有机食品、绿色食品、无公害农产品都是安全食

品,安全是这三类食品突出的共性,它们在种植、收获、加工生产、贮藏及运输过程中都采用了无污染的工艺技术,实行了从土地到餐桌的全程质量控制。

无公害农产品是指有毒有害物质残留量控制在安全质量允许范围内,经有关部门认定,安全质量指标符合《无公害农产品(食品)标准》的农、牧、渔产品(食用类,不包括深加工的食品)。广义的无公害农产品包括有机农产品、自然食品、生态食品、绿色食品、无污染食品等。这类产品生产过程中允许限量、限品种、限时间地使用人工合成的安全的化学农药、兽药、肥料、饲料添加剂等,它符合国家食品卫生标准,但比绿色食品标准要宽。无公害农产品是保证人们对食品质量安全最基本的需要,是最基本的市场准入条件,普通食品都应达到这一要求。无公害农产品认证分为产地认定和产品认证。无公害农产品由农业部门认证;其标志的使用期为3年。根据农产品质量安全监管需要和相应的国家标准、行业标准,经国家认监委决定将韭菜、猪肉、鲤鲫等62种重要的食用农产品纳入第一批实施认证的产品目录。

绿色食品是遵循可持续发展原则、按照特定生产方式生产、经专门机构认定、许可使用绿色食品标志的无污染的安全、优质、营养类食品。我国的绿色食品分为A级和AA级两种,其中A级绿色食品生产中允许限量使用化学合成生产资料,AA级绿色食品则较为严格地要求在生产过程中不使用化学合成的肥料、农药、兽药、饲料添加剂、食品添加剂和其他有害于环境和健康的物质。按照农业部发布的行业标准,AA级绿色食品

等同于有机食品。从本质上讲,绿色食品是从普通食品向有机食品发展的一种过渡性产品。绿色食品标志的使用期为3年。

有机食品是指来自于有机农业生产体系,根据国际有机农业生产要求和相应的标准生产加工的,并通过独立的有机食品认证机构认证的农副产品,包括粮食、蔬菜、水果、奶制品、禽畜产品、蜂蜜、水产品、调料等。有机食品与其他食品的区别主要有三个方面:有机食品在生产加工过程中绝对禁止使用农药、化肥、激素等人工合成物质,并且不允许使用基因工程技术;其他食品则允许有限使用这些物质,并且不禁止使用基因工程技术。如绿色食品对基因工程技术和辐射技术的使用就未作规定;有机食品在土地生产转型方面有严格规定。考虑到某些物质在环境中会残留相当一段时间,土地从生产其他食品到生产有机食品和无公害食品需要两到三年的转换期,而生产绿色食品和无公害食品则没有转换期的要求;有机食品在数量上要进行严格控制,要求定地块、定产量,生产其他食品没有如此严格的要求。

6. 什么是食品标签?

食品标签,是指在食品包装容器上或附于食品包装容器上的一切附签、吊牌、文字、图形、符号说明物。标签的基本功能为:食品名称、配料表、净含量及固形物含量、厂名、批号、日期标志等。它是对食品质量特性、安全特性、食用、饮用说明的描述。

7. 如何看食品标签?

1. 标签的内容是否齐全

所有食品生产者,都必须按照《食品标签通用标准》正确地标注各项内容。

2. 标签是否完整

食品标签不得与包装容器分开。食品标签的一切内容,不得在流通环节中变得模糊甚至脱落;必须保证消费者购买和食用时醒目、易于辨认和识读。

3. 标签是否规范

食品标签所用文字必须是规范的汉字。可以同时使用汉语拼音,但必须拼写正确,不得大于相应的汉字。可以同时使用少数民族文字或外文,但必须与汉字有严密的对应关系,外文不得大于相应的汉字。食品名称必须在标签的醒目位置,且与净含量排在同一视野内。

4. 标签的内容是否真实

食品标签的所有内容,不得以错误的、容易引起误解或欺骗性的方式描述或介绍食品。

“错误的”:是指食品标签的设计者由于疏忽或知识的原因在标签上出现的差错。例如:将配料表误标成成分表。

“引起误解的”:是指食品标签的内容容易使消费者对食品的真实情况产生错误的联想,从而影响消费者的决策。例如:某