

“五毛零食”营养测定结果公布 油盐甜“三高”对儿童健康不利

北京下架6100公斤“五毛零食”

■ 实验结果

“唐僧肉”“片甲不留”……流行于学校周边小杂货店的“五毛零食”，到底能不能吃？5月30日，北京市食药监局公布97款“五毛零食”样本的“脂肪”“钠”和“甜蜜素”专项营养含量测定结果，发现样品普遍油盐甜“三高”，长期摄入不利少年儿童健康。截至目前，北京市共下架6100公斤存在风险隐患的“五毛零食”。

北京市食药监局提醒，“五毛零食”价格低廉，生产加工过程不规范，易引发食品安全问题；食品本身普遍高油、高盐、高甜味剂，而青少年正是长身体的时候，应多吃健康食物，保证优质营养供应，戒掉吃“五毛零食”的习惯。

因口味新奇受到学生喜爱

近日，北京市食药监局委托北京市食品安全监控和风险评估中心对97个“五毛零食”样本的“脂肪”“钠”和“甜蜜素”进行了专项营养含量测定。其中，调味面制品54个、调味豆制品43个。结果显示，“五毛零食”呈现油盐甜“三高”，对少年儿童健康成长不利。

“五毛零食”是流行于儿童特别是小学生群体的所谓“休闲食品”，该类食品在包装标签上冠以一些奇特的吸引青少年眼球的名称，如“唐僧肉”“片甲不留”等，并以价格低廉、口味新奇受学生喜爱，主要在学校周边的一些小食杂店销售。

长期摄入易诱发多种慢性病

近年来，食品药品监管部门在监督检查和抽检中，屡次发现调味面制品等“五毛零食”存在超范围、超限量使用食品添加剂或菌落总数超标等安全隐患。在前一阶段北京食药监局组织的“五毛零食”整治中，一批超范围、超限量使用食品添加剂或菌落总数超标的问题零食被清出市场。

北京市食品安全监控和风险评估中心专家吴燕涛博士表示，长期食用高脂肪的食品可能诱发多种慢性疾病；长期摄入过多的钠，会妨碍人体对钾的吸收，增加肥胖和高血压的患病风险。长期过量摄入甜蜜素，可能对人体肝脏和神经系统造成危害。

吴燕涛说，少年儿童自我保护意识不强，对名称新奇、价格便宜、口味独特的“五毛零食”抵制力差。摄入的“油盐甜”过高，会对少年儿童的身体健康带来风险。



钠

吃一袋调味面就超 每日钠摄入量

北京市食药监局得出的数据显示，在本次参与测定的样品中，68.5%的调味面制品样本钠含量超过2000mg/100g，含量在2000-2500mg/100g的样本量最为集中，占全部样本量的55.5%，有2个样本钠含量甚至超过3000mg/100g。

吴燕涛博士表示，《中国居民膳食营养素参考摄入量》中以轻度身体活动水平的成年男性为例，钠的每日建议摄入量为2000mg；《食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则》(GB 28050-2011)中钠的每日建议摄入量为2000mg，不宜超过6g。

在本次食药监局的监测结果中，钠平均含量为2113mg/100g，食用不到100g此类产品，钠的摄入量即达到成人每日推荐摄入量。

钠最高检出值为一款名为“叫花鸡味”的调味面制品，含量为3020mg/100g，食用1两(1两=50g)(66.2g)该产品，钠的摄入量即达到成人每日推荐摄入量。

脂肪

近1/3样本脂肪含量 超20g/100g

《中国居民膳食营养素参考摄入量》规定食物中脂肪提供的能量占总能量的20%-30%较为适宜，以轻度身体活动水平成年男性为例，每日膳食能量需要量为2250kcal，则脂肪摄入量在50g-75g之间较为适宜。《食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则》(GB 28050-2011)推荐的人体每日能量需要量为2000kcal，脂肪不超过60g。

本次对“五毛零食”的监测结果中，有近1/3的样本脂肪含量达到20g/100g以上。脂肪最高检出值为一款名为“烤肉串”的调味豆制品，含量为35.5g/100g，按照膳食营养素摄入量参考值计算，食用3两多点(169.0g)该产品，脂肪摄入量即达到成人每日推荐食用量。

目前，市场上销售的调味面制品、调味豆制品等“五毛零食”，一般每袋净含量在2两左右，少年儿童食用该类产品，极易摄入较高盐分和脂肪，对成长不利。

甜蜜素

54款调味面 七成检出甜蜜素

本次测定发现，54个调味面制品样本中，有38个样品检出甜蜜素，检出率达70.4%，检出值范围为0.220g/kg-1.66g/kg。

吴燕涛介绍，甜蜜素、糖精钠是两项常用的人工合成甜味剂，甜蜜素的甜度是蔗糖的30至40倍，糖精钠的甜度是蔗糖的300至500倍，价格则比蔗糖低廉许多，对人体而言缺乏营养价值，不能作为营养素被人体吸收。

依据《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》(GB 2760-2014)，以小麦粉为主要原料加工的调味面制品，不应使用“三剂”：即防腐剂(脱氢乙酸钠、苯甲酸等)、甜味剂(甜蜜素、安赛蜜、糖精钠等)、人工合成着色剂(胭脂红、日落黄等)，但从前一阶段检测情况看，“五毛零食”生产企业违规使用糖精钠、甜蜜素现象较为突出。我国对甜蜜素在食品中允许添加量做了严格限定，例如，饮料中甜蜜素的最大使用量为0.65g/kg。

■ 措施

6100公斤食品存风险隐患被下架

北京市食药监局相关负责人表示，近期，北京启动了较大规模的“五毛零食”专项整治，对昌平区水屯市场、通州区八里桥市场等进行检查发现，部分“五毛零食”存在SC(QS)、厂名、厂址、配料表、产品标准、生产日期、保质期、保存条件等标签标识内容缺失或不全的问题，并存在食品供应商资质、产品质量合格证明文件不全等问题，不符合《食品安全法》的规范要求。

为此，北京市食药监局要求各大批发市场立即对市场内“五毛零食”销售情况进行自查，凡食品进货证明文件不齐全、食品标签和包装标识模糊不清或不符合规范的

食品，一律下架停止销售。目前，水屯市场、八里桥市场、石门市场、大洋路市场、三旗百汇市场等五大批发市场内商户已主动清退“五毛零食”。

截至目前，已对批零市场、学校周边的5966家商户开展检查执法，共下架6100公斤存风险隐患食品，发出344件行政指导、责令改正通知书，警告或立案102件。

在儿童食品市场准入、添加剂等方面，北京市食药监局表示，将进一步严格标准，发现问题食品一律下架退市，并通报生产企业所在地监管部门。

(新京)

钠和脂肪测定情况

食品类别	钠 (mg/100g)		脂肪 (g/100g)	
	检出值范围	个数	检出值范围	个数
调味面制品	≤1000	1	≤5	2
	1000-1500	4	5-10	4
	1500-2000	12	10-15	8
	2000-2500	30	15-20	22
	2500-3000	5	20-25	15
	>3000	2	25-30	3
平均值	2113		17.9	
调味豆制品	≤1000	19	≤10	15
	≤1500	22	10-20	17
	≤2000	2	>20	11
	平均值	1085		14.5
总平均值	1657		16.4	