



民政總署
INSTITUTO PARA OS
ASSUNTOS CÍVICOS
E MUNICIPAIS



手搖飲料微生物水平及糖含量調查

民政總署
食品安全中心



手搖飲料

■ 手搖飲料

手搖飲料泛指經人手調配操作，供人即時飲用的飲料，並且供應時一般以熱膠膜封口出售。例如珍珠奶茶、水果茶、紅茶等。



手搖飲料微生物水平與糖含量調查

- 近年來，手搖飲料廣受本澳市民歡迎，相關食品的消費量大，其食品安全衛生與其糖含量所可能帶來的風險，成為值得關注的議題。
- 由於手搖飲料製作過程中可加入不同配料，並經人手處理，故受微生物污染的風險較高。
- 此外，用於現製凍飲飲料常使用的食用冰塊主要由製冰廠供應或由店舖自製，容易在製作、處理或運送過程中因不符合衛生要求，從而增加食用冰塊受污染的風險。
- 為此，於市面各手搖飲料外賣店，抽取樣本進行微生物檢測，此外，為了解手搖飲料的糖含量情況，同時進行了糖含量的測定。



檢測樣本

- 手搖飲料樣本共60個，每組樣本以配對形式分別選取全糖及微糖甜度，包括：

樣本類別 (例子)	甜度
奶茶 (如：珍珠奶茶)	全糖
	微糖
果茶 (如：百香果茶、鮮果茶、金桔檸檬等)	全糖
	微糖
純茶 (如：紅茶、綠茶)	全糖
	微糖



檢測項目

- 埃希氏大腸桿菌、沙門氏菌、金黃色葡萄球菌、產氣莢膜梭狀芽孢桿菌，共4項
- 糖含量



手搖飲料微生物水平檢測結果(部分例子)

樣本名稱	檢測項目	檢測結果
鮮榨百香綠茶(全糖及微糖)	埃希氏大腸桿菌、沙門氏菌屬、金黃色葡萄球菌、產氣莢膜梭狀芽孢桿菌	合格
金桔鮮果茶(全糖及微糖)	埃希氏大腸桿菌、沙門氏菌屬、金黃色葡萄球菌、產氣莢膜梭狀芽孢桿菌	合格
錫蘭紅茶(全糖及微糖)	埃希氏大腸桿菌、沙門氏菌屬、金黃色葡萄球菌、產氣莢膜梭狀芽孢桿菌	合格
珍珠奶茶(全糖及微糖)	埃希氏大腸桿菌、沙門氏菌屬、金黃色葡萄球菌、產氣莢膜梭狀芽孢桿菌	合格
.....		

微生物水平檢測結果

- 所有結果均未見異常，整體合格率為100%;

參考標準：澳門《即食食品微生物含量指引》(GL 009 CSA 2015)



糖

- 糖是簡單的碳水化合物，可天然存在或添加於食物和飲品中。進食過多糖可能會令人攝入能量過剩，增加超重和患上肥胖症的風險，也會增加蛀牙的機會。
- 常見的糖例子，包括：砂糖、黑糖、麥芽糖和蜜糖等。
- 世界衛生組織(WHO)和聯合國糧食及農業組織(FAO)建議，游離糖*的攝入量應少於每日能量攝入量的 10% (即以每日攝入 2000 千卡能量的人為例，游離糖的每日攝入量應少於 50克)。
- 為此，是次除進行微生物檢測外，同時測定手搖飲料的糖含量情況。

*根據世衛的定義，“游離糖”是指由製造商、廚師或消費者在食物添加的所有單醣和雙醣，以及在蜂蜜、糖漿與果汁之中所含有的天然糖分。

手搖飲料糖含量檢測結果

■ 不同類別手搖飲料的平均糖含量

類別 (不分甜度)	每100毫升平均糖含量(克)	每包裝(以平均600毫升計算)糖含量 (粒)*
珍珠奶茶	5.1克	6粒 
果茶	7.3克	9粒 
純茶	3.8克	5粒 

*註：每粒方糖約等於5克

手搖飲料糖含量檢測結果

■ 手搖飲料全糖與微糖的糖含量比較

類別	全糖		微糖	
	每100毫升平均含糖量(克)	每包裝(以平均600毫升計算)糖含量(粒)*	每100毫升平均含糖量(克)	每包裝(以平均600毫升計算)糖含量(粒)*
珍珠奶茶	6.2克	7.5粒 	4.0克	4.5粒 
果茶	9.4克	11粒 	5.2克	6粒 
純茶	5克	6粒 	2.7克	3粒 

*註：每粒方糖約等於5克

總結

- 調查結果顯示，全部樣本通過檢測。
- 然而，手搖飲料的糖分含量偏高，建議市民需注意均衡飲食，減少飲用含糖飲料。



給市民的建議

選購手搖飲料時：

- 應光顧信譽良好的店舖；
- 如選擇食品外賣配送方式，應特別留意其貯存和運送等過程是否符合食品安全，並了解當中所潛在的食安風險；
- 購買後應盡快飲用；
- 如非即時飲用，應將凍飲作冷藏貯存；
- 如對食品的質量存疑，便不應購買和飲用。



給市民的建議 (續)

以一杯全糖的果茶(約11粒方糖)作為例子，一天飲用一杯，已**超出WHO建議**一個成年人(攝取2000千卡能量為例)的每日攝取量(每日游離糖的攝取量應少於50克(約10粒方糖))。

為此，選購手搖飲料時，可從健康及營養的角度考慮：

- 飲用清茶或純水來代替含糖飲料；
- 盡量選購容量細的杯裝飲料；
- 點選飲品時要求把糖漿 / 糖另外奉上或要求「半糖」、「少糖」等；
- 避免每天飲用含糖飲料為佳。



給業界的建議

- 業界應謹慎選擇可靠的貨源及供應商採購食材；
- 遵從“**先入先出**”原則及妥善貯存食材，避免使用已逾期之食材；
- 部分飲品配料（如珍珠）需保存在5°C以下；
- 配製飲料時，除注意食材的衛生情況外，亦應確保配製用具之清潔衛生，包括保持存冰桶整潔，並將冰鏟存放在獨立清潔的容器內；



給業界的建議(續)

- 業界有義務**保存進出貨紀錄或相關單據**，以便需要時供權限部門追蹤食品的來源和流向，保障自身利益。
- 若對食材的衛生狀況及質量存疑，如發現有異味、發霉等情況，則不應購買或使用；
- 此外，民署已推出 “製作現製即飲飲料衛生指引” 及 “即飲飲料及冰品篇” 衛生操作指南，提醒業界在製作即食飲料及冰品過程中應注意的食品衛生與安全事項。





民政總署
INSTITUTO PARA OS
ASSUNTOS CÍVICOS
E MUNICIPAIS

Safe food. Safe Consumption

