



食安焦點

本澳烘焙糕點及蒸製麵粉食品使用含鋁食品添加劑的情況 (二)

在上期的季刊中，跟大家介紹了含鋁食品添加劑在食品中的應用，其能賦予食品不同的功效如固化、膨鬆、穩定和著色等，而透過進食含鋁食品添加劑的食品，是一般市民攝取鋁的主要途徑。

本澳烘焙糕點及蒸製麵粉食品的鋁含量

食安中心2016及2017年的鋁含量調查中，共抽檢了77個樣本，類型涵蓋了烘焙糕點、蒸製麵粉食品 and 食品混合原料粉。當中包括了65個非預包裝即食食品，其樣本及相對應的鋁平均含量如下表所示

經中心持續追蹤調查發現，對比同一商戶生產的同一食品，在進行風險交流教育後，產品中鋁含量有明顯下降。

表：本次抽取食品樣本的鋁含量結果

樣本類型	樣本數量	平均值* (毫克/公斤)	例子	
烘焙糕點	麵包	18	<LOQ**	方包、餐包
	蛋糕	11	68.9	紙包蛋糕、核桃蛋糕
	傳統中式點心	10	210.2	光酥餅、椰撻
	小食	11	404.4	雞蛋仔、夾餅
蒸製麵粉食品	蒸糕	5	766.4	馬拉糕
	蒸包	10	74.6	饅頭、叉燒包

*數值取至小數點後一位

**樣本的鋁含量低於定量限值4毫克/公斤

● 烘焙食品

麵包類樣本中沒有檢出鋁成分。而十一個蛋糕樣本中有五個樣本被驗出含有鋁，因應不同蛋糕的特性及配方的不同，其鋁含量各異。如在本次抽檢樣本中抽取了三個不同店家的紙包蛋糕，它們的鋁含量分別為「沒有檢出」、14.6及109毫克每公斤，鋁含量差距甚遠。與此同時，中心於傳統中式點心類別中抽取了三家不同店舖的光酥餅，它們的鋁含量分別為「沒有檢出」、344及711毫克每公斤。由以上兩例可見，含鋁的膨鬆劑並非製作同類食品的關鍵原材，只要業界採用不含鋁的食品添加劑替代，就能讓市民減少從食品中攝入鋁。

● 蒸製食品

在蒸製食品樣本中，所有馬拉糕樣本均驗出含有鋁成分，且在本次抽樣調查的所有樣本中，其含鋁量亦屬偏高水平。為保持馬拉糕的鬆軟口感，值得業界繼續嘗試與調整使用不含鋁的食品添加劑以作替代。故現階段建議市民在食用馬拉糕時，不宜過量，一週宜少於一件，淺嚐滋味即可。

在蒸製饅頭及蒸包當中，饅頭樣本與紙包蛋糕、光酥餅的情況大致一樣，並非所有樣本都被檢測出鋁成分，而有餡料的蒸包其鋁含量比無餡饅頭稍高。可見業者具條件放棄使用含鋁的膨鬆劑於製作上述食品。



鋁含量偏高的食物及每週可容忍攝入份量

根據聯合國糧農組織 / 世界衛生組織聯合食品添加劑專家委員會 (JECFA) 的建議值，食品中的鋁暫定每週可容忍攝入量為2毫克每公斤體重。在本次65個非預先包裝食物樣本中，有26個樣本的鋁含量偏高，顯示在本澳相關產品加入含鋁食品添加劑的情況普遍。偏高的食物樣本主要為馬拉糕、雞蛋仔和夾餅。取本次研究中鋁含量最高的馬拉糕、雞蛋仔和夾餅樣本為計算基準，建議每週進食該食品不宜超出以下建議量。



表：每週進食鋁含量最高的食品樣本達至暫定可容忍攝入量的參考份量

食品	體重64公斤的男性青少年*	體重54公斤的女性青少年*
馬拉糕	72克 (約0.5件)	61克 (約0.4件)
雞蛋仔	160克 (約1.4份)	135克 (約1.2份)
夾餅	169克 (約2.4份)	142克 (約2份)

*青少年體重參考自本澳2015年所發佈的澳門特別行政區市民體質監測報告

然而，由於以上三款食品並非普羅大眾的主要糧食，故此，只要調整飲食習慣，保持均衡飲食，就不用過分擔心。此外，食安中心亦已針對當中鋁含量偏高的食品生產商進行溝通及風險教育，協助業界對配方作調整，並且持續追蹤監察。



科學認知：

- 基於現有科學數據，鋁與失智症（腦退化症）之間的關聯並未獲得證實。
- 一般人攝入鋁的主要來源是含鋁食品添加劑的食物。
- 現時本澳烘焙食品及蒸製麵粉食品，使用含鋁食品添加劑相當普遍。
- 一般常見的「發粉」是由酸性鹽與碳酸根的弱鹼性鹽類以及澱粉混合而成，藉由酸鹼中和反應，提供二氧化碳為食材「充氣」。生產上，控制酸性鹽解離H⁺的難易度，可調節釋放二氧化碳的快慢。



給市民及業界的建議：

- 飲食均衡，不偏食。在日常飲食中減少進食鋁含量高的食品，如海蜇、馬拉糕、雞蛋仔、夾餅。
- 了解配料成分，並查核各種使用的配料是否有含鋁食物添加劑。查看產品標示的成分表有沒有「鋁」化合物的添加劑編碼如520、521、522、523、541等（編碼可於「食安資訊網www.foodsafety.gov.mo內的食品添加劑編碼查詢」中查看）。
- 業界應共同肩負保障公眾健康的責任，致力把市民的鋁攝入量降低。

食品安全資訊



Available on the
App Store



ANDROID APP ON
Google play

下載免費流動應用程式，有最新最快的食安資訊

業界資訊

《食品中食用色素使用標準》行政法規現已生效

本澳《食品中食用色素使用標準》現已生效。其目的是訂定在食品中允許使用的食用色素及其使用範圍，以保障食品安全；同時核准兩個關於在食品中允許使用的食用色素表，有關列表亦載於該行政法規的附件之中。

同時，該法規規定了禁止使用食用色素的情況，包括：

1. 在生的或未經加工的畜肉、禽肉、野味、水產、蔬菜或水果中使用食用色素，但作為標記用途或在柑橘屬水果的果皮上使用除外；
2. 在嬰兒配方食品、較大嬰兒配方食品、特殊醫用嬰兒配方食品及嬰幼兒輔助食品中使用食用色素。此外，非該法允許使用的色素，不得在食品中使用。



上述行政法規的詳細內容，可在食品安全資訊網www.foodsafety.gov.mo查閱。

增「食安衛生基礎班」助業界傳承美食文化

本澳成功申請成為聯合國教科文組織的「美食之都」，本澳傳統地道美食是其中一大元素，由於現時不少傳統地道食品都由中小企、特色老店、外賣店等烹調及供應，為了優化上述商戶的經營條件，以及在食品安全與衛生操作上創造更多優勢，民署食安中心提供教育輔助，扶持澳門美食文化的創新與傳承。

美食之道首重食品安全與環境衛生，民署食安中心自2013年持續為業界舉辦基礎食品衛生講座，迄今舉辦約一百三十場，提供粵語、英語及葡語三種講授語言。而中心將於2018年第一季起將講座升級為證書課程，每月於祐漢小販大樓一樓食品業界專區恆常舉辦「食品安全與環境衛生基礎班」，課程約兩小時，內容涵蓋《食品安全法》、食品衛生實務操作、相關食品安全衛生指引、預防和控制鼠患的有效方法等，加深業界認識法律責任及提升安全衛生意識，教育前線員工有效預防食物中毒的方法。

課程於每月最後的星期四下午三時舉行，完成進修課程者可獲發證書，歡迎食品業界及公眾報名，參加方式可於辦公時間內致電8296 9856或8296 9951查詢，或瀏覽民署食品安全資訊網www.foodsafety.gov.mo。

食品安全與 環境衛生基礎班



認識食品安全法
及標準指引



食品衛生實務操作



食品安全及個人衛生



防鼠與環境衛生

食安動態

「2017年食品安全週」系列活動圓滿結束

由民政總署主辦、健康城市委員會轄下的食品安全專責工作組協辦的「2017年食品安全週」系列活動已圓滿結束。活動包括舉辦「粵、港、澳三地食品安全專家講座」、「食安廚神烹飪比賽」、「兒童填色比賽」、「食安戶外遊戲」、「食品資訊站公眾導賞服務」，並到社區活動中心、社服機構、學校舉辦講座及教育活動等，透過不同渠道提醒公眾正確解凍的方法，出席參與各系列活動的市民達一千六百人次。



業界方面，除提供食安培訓講座外，活動期間亦透過走訪方式派員到本澳各區食店向從業員進行宣教工作，派發食安指引，宣導正確解凍食品的方法及重點講解食品安全的相關法律指引，加深業界對法律中所訂明的責任與義務的認識，期間共走訪約三百間本澳飲食場所及食品展銷商戶。透過開展上述教育活動及交流講座等，讓社會各界認識正確解凍對保障食品安全的重要性，從而預防食源性疾病的發生。



健康城市委員會轄下食品安全專責工作組成員包括民政總署、衛生局、澳門海關、經濟局、旅遊局、教育暨青年局及消費者委員會。