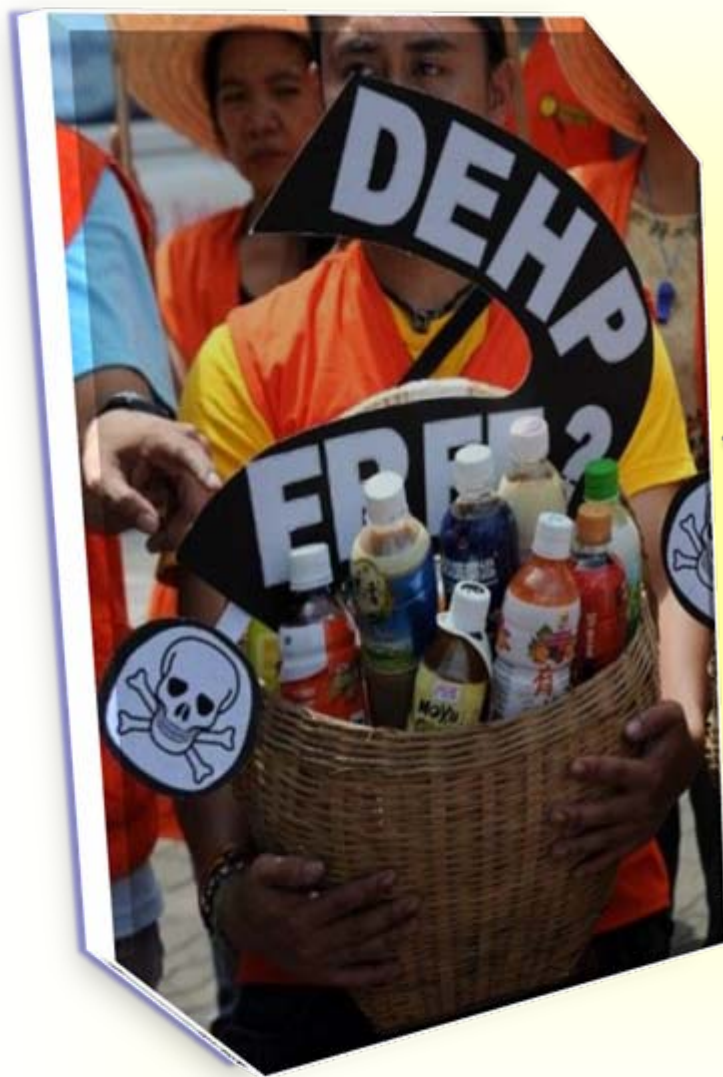


消費者健康





有毒塑化劑風暴



起雲劑=塑化劑？

➤什麼是起雲劑？

- 1.由阿拉伯膠、乳化劑、棕櫚油及多種食品添加物混合製成
- 2.合法的食品添加物
- 3.用途：
 - *幫助食品的乳化，使內容物看起來濃稠，讓消費者有「用料豐富」的感覺。
 - *可以添加在運動飲料、果汁、果凍、優酪、檸檬果汁粉末裡。

起雲劑 ≠ 塑化劑？

➤ 什麼是「塑化劑」？

1. 是一種增加材料的柔軟性或是材料液化的添加劑。
 2. 不合法的食品添加物
 3. 用途：
 - * 添加對象包含了塑膠、混凝土、牆版泥灰、水泥與石膏等。
 - * 塑化劑種類多達百餘種。
- 例如：DBP、DEHP、DINP、DIDP、BBP及DNOP。

起雲劑 ≠ 塑化劑？

➤ 優質與劣質起雲劑的價差？

- * 優質的起雲劑，必須全以食品級材料調配
- * 不肖業者為節省成本，以DEHP塑化劑取代比成本貴五倍的棕櫚油，整體價格比食品便宜



(一)不要往便宜貨奔去

「便宜必定有鬼」

(二)少吃動物性脂肪

許多有毒化學物質用脂肪的形式在食物鏈穿梭。

(三)經常洗手

飯前洗手

(四)盡量避免食物接觸塑膠

避免用塑膠製品、塑膠容器、塑膠袋裝食物。

(五)防毒之外也要排毒

「二少二多去三毒」原則

- ◆ 二少--少加工、少食品添加物
- ◆ 二多--多天然、多蔬果
- ◆ 三去毒--去防腐劑、去色素、去香料

- 1.運動飲料
- 2.果汁飲料
- 3.茶飲料
- 4.果醬、果漿或果凍
- 5.膠囊錠狀粉狀之型態

SGS

檢驗報告

統一企業股份有限公司
桃園路中興工業區中環路15號

報告編號: FA/2011/55870

日期: 2011/05/29

頁數: 1 of 1

以下測試之樣品係由供應商所提供及確認:

產品名稱:	統一湯麵(單等)
生產廠商:	統一企業股份有限公司中環路
送樣日期:	2011/05/29
測試日期:	2011/05/29

測試結果:

測試項目	測試方法	測試結果	檢出限量	單位
可溶態砷(As)	---	---	---	---
鄰苯二甲酸單基二酯(BBP)	本實驗室參考衛生署100年5月公告之食品中鄰苯二甲酸類之檢驗方法, 以度規層析法聯用質譜儀(LC/MS/MS)檢測之。	未發現出	1.0	ppm
鄰苯二甲酸二(2-環己基)酯(DHP)		未發現出	1.0	ppm
鄰苯二甲酸二(2-乙基己基)酯(DEHP)		未發現出	1.0	ppm
鄰苯二甲酸二甲酯(DNOP)		未發現出	1.0	ppm
鄰苯二甲酸二異壬酯(DINP)		未發現出	1.0	ppm
鄰苯二甲酸二異癸酯(DIOP)		未發現出	1.0	ppm

附註: 1. 本報告不符合部分, 會經使用通知。

2. 本報告中檢出結果之測試值以“檢性”或“未檢出”表示。

3. 食品中1,4-噁嗪類(聚氯乙炔)的總量以1.0 ppm以上為判定標準, 若小於1.0 ppm則以“未檢出”表示。

- END -

Notice: This report is for the use of the client only. It is not to be used for any other purpose. The test results are for information only and do not constitute a guarantee of the accuracy of the results. The client is responsible for the interpretation of the results. The client is also responsible for the interpretation of the results. The client is also responsible for the interpretation of the results.

Notice: This report is for the use of the client only. It is not to be used for any other purpose. The test results are for information only and do not constitute a guarantee of the accuracy of the results. The client is responsible for the interpretation of the results. The client is also responsible for the interpretation of the results. The client is also responsible for the interpretation of the results.

不會放起雲劑的飲品

選購飲品小撇步

天然、尚好

透明、澄清最好



現泡茶類



現榨果汁

現煮咖啡
(不加奶精)



純鮮奶
(不含調味乳)



澄清狀氣
泡飲料



食品標示你認識 健康消費非難事



食品標示

成份：水、果糖、砂糖、寡糖、檸檬酸、香料、葡萄糖、檸檬酸鈉、氯化鈉、維他命C、氯化鉀、乳酸鈣、氯化鎂、綜合胺基酸(L-精胺酸、L-離胺酸、L-白胺酸、L-異白胺酸、L-纈胺酸)

量：250ml

日期標於盒頂(保存期限12個月)

營養標示(每100毫升)

熱量	29.6大卡	鈉	45.0毫克
蛋白質	0.0公克	精胺酸	0.064毫克
脂肪	0.0公克	離胺酸	0.032毫克
飽和脂肪	0.0公克	白胺酸	0.006毫克
反式脂肪	0.0公克	異白胺酸	0.006毫克
碳水化合物	7.4公克	纈胺酸	0.006毫克

<離子的當量濃度>

陽離子	(meq/l)	陰離子	(meq/l)
Na ⁺	19.5	Cl ⁻	16.7
K ⁺	4.9	Citrate ³⁻	13.0
Ca ²⁺	1.2	Lactate ⁻	1.2
Mg ²⁺	0.5		

舒跑鈉含量符合CNS12149號
國家標準及食品標示「低鈉」規範

食品標示 目的

1. 業者將食品品質及內容正確的標示方式顯示在包裝外觀上，代表對其產品的負責態度
2. 讓消費者可以經由標示清楚了解食品品質內容



食品標示

一定要標示的內容



品名：花青素葡萄籽

主原料：紅葡萄濃縮汁、蘋果濃縮汁、
蔓越莓濃縮汁、藍莓濃縮汁、
覆盆子濃縮汁、葡萄皮抽出物、
葡萄籽抽出物

副原料：水、砂糖、維生素C

INGREDIENTS : WATER ,
CONCENTRATE JUICE (RED GRAPE
JUICE, APPLE JUICE ,CRANBERRY JUICE
BLUEBERRY JUICE , RASPBERRY
JUICE) , SUGAR , VITAMIN C,
GRAPE SKIN EXTRACT , GRAPE
SEED EXTRACT

內容量：330 毫升

NET WEIGHT : 11.2 FL OZ(330 ml)

保存期限：常溫一年

有效日期：標示於包裝上

愛之味股份有限公司 出品

臺灣·嘉義縣民雄鄉興南村工業二路11號

AGV PRODUCTS CORPORATION

PRODUCT OF TAIWAN



蜜糖 泡沫綠茶

飲用前請先搖動

成份：1水、2糖、3茶葉、
天然香料、維他命C

容量：300g

統一編號：5471203200

保存期限：一年

益華股份有限公司

善化總廠

台南縣善化鎮成功路427號

消費者服務專線：(02)27528931

網址：<http://www.eagleholding.com>

ISO-9002
國際品保認證



品名：豐年果糖

原料：天然植物食用澱粉

主要成份：糖份75%，水份25%
防腐劑及化學添加物

糖成份：果糖55%±4%

(乾物基準)葡萄糖40%±2%

還原糖5%±1%

淨重：5公斤

有效期間：二年

製造日期：

89.3.17



豐年豐和企業股份有限公司

工廠：台南縣仁德鄉三甲村62

消費者服務電話：(06) 2664311

高果糖玉米糖漿

- 近年來高果糖玉米糖漿被大量使用在飲料、蛋糕等加工食品調味，國外已有調查顯示，果糖的消費量越高、民眾肥胖發生率也跟著升高。
- 除了潛在的肥胖問題，最近發表在六月份美國泌尿學雜誌的研究則顯示，長期、大量食用果糖，還可能造成現代人最頭痛的疾病：代謝症候群。

9.

這是什麼？

- 主原料：紅茶萃出液、天然檸檬果肉萃出液
- 副原料：水、砂糖、高果糖糖漿、檸檬酸、蘋果酸、維生素C、天然香料



檸檬紅茶

營養標示

每100毫升

熱量

35 大卡

蛋白質

0 公克

脂肪

0 公克

碳水化合物

8.8 公克

鈉

7毫克

×6



(內容量600毫升)



飽和脂肪

- 飽和脂肪酸含量高的油較耐高溫, 烹調時不易起油煙, 但易促成動脈硬化
- 牛油、奶油、豬油、雞油、棕櫚油和肥肉等飽和脂肪含大量膽固醇和飽和脂肪酸, 提高人體心血管疾病罹患率



反式脂肪

- 許多業者利用**氫化技術**，改變植物油結構，使其耐高溫、不易變質、存放久。
- 氫化技術是為了讓液態植物油成為**固態**，並可以高溫重複油炸，增添食物酥脆口感，譬如**人造奶油**、**酥油**、**乳瑪琳**等，且成本較低，被大量運用在速食及各類酥炸食品中，如炸雞、甜甜圈、餅乾、派、洋芋片及糕點麵包。



這是什麼？

- 成分：蛋、植物油〈**氫化棕櫚油**、菜籽油〉、砂糖、麵粉、奶粉、砂糖、可可膏、大豆卵磷脂、香草香料、巧克力香料



義美巧克力泡芙

營 養 標 示

每一份量
本包裝含

65公克
1份

每份

熱量	383	大卡
蛋白質	7	公克
脂肪	27	公克
飽和脂肪	14	公克
反式脂肪	0.6	公克
碳水化合物	28	公克
鈉	97	毫克



這是什麼？

- 成分：麵粉、植物性奶油、奶粉、糖、奶油、蛋、葡萄乾、澱粉、酵母、麥芽糊精、葡萄糖、食用化製澱粉、天然海鹽、品質改良劑〈醋酸鈉〉、乳化劑、大豆卵磷脂、香料、胡蘿蔔素



統一皇家奶酥派司

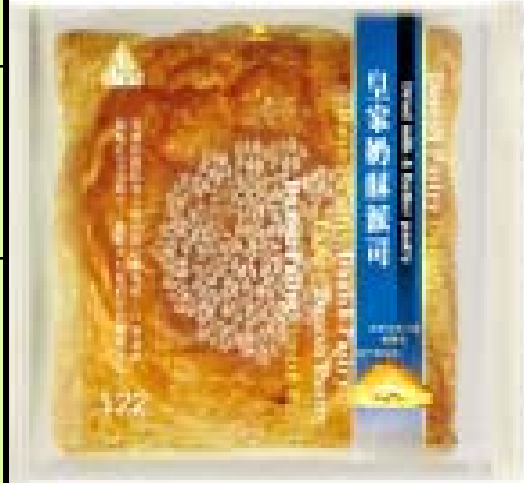
營 養 標 示

每一份量
本包裝含

115公克
1份

每份

熱量	464.7大卡
蛋白質	9.9公克
脂肪	24.7公克
飽和脂肪	9.1公克
反式脂肪	0公克
碳水化合物	50.7公克
鈉	340毫克



115g



營養標示

每一份量 30 公克

本包裝含 5 份

每份提供每日
營養素攝取量
基準值*之百分比

	每份	
熱量	93大卡	4.7%
蛋白質	3公克	5%
脂肪	4.2公克	7.6%
碳水化合物	10.8公克	3.4%
鈉	30毫克	1.3%

每日營養素攝取量之基準值：熱量2000大卡、蛋白質60公克、脂肪55公克、碳水化合物320公克、鈉2400毫





必要的項目：

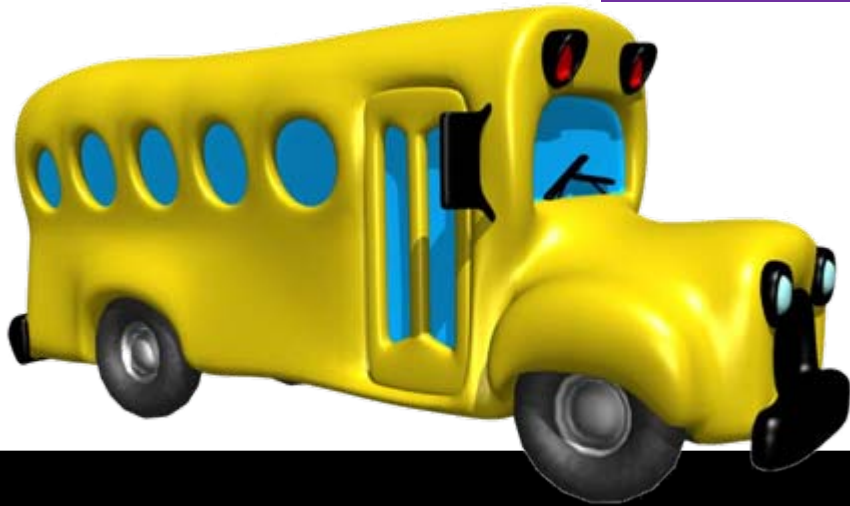
- 1、標題：營養標示
- 2、營養項目：熱量、蛋白質、脂肪
碳水化合物、鈉
- 3、營養宣稱訴求之營養素：
視宣稱內容而定，例如：高鈣、無膽固醇、低鈉、低糖等。



營養師的叮嚀

對入口的食物不了解來源從哪裡來？
如何製成？添加哪些添加物？

買食品時做做「手腕運動」，
翻過來看食品標示。



多吃真食物、少吃食品

 真食物指一定會變質、天然生鮮的食物

 以低油.低鹽.低糖.高纖維素烹調



如何選購安全蔬果

- ◆就近向住家附近的小農購買產品，支持在地生產者。
- ◆購買當季蔬果，可以減少農藥、化學肥料及其他化學添加物。
- ◆好看的蔬果不見得健康
- ◆不買不合時令的蔬果
- ◆購買有品牌的蔬果，較有安全保障



產銷履歷農產品



◎外圈有產銷履歷農產品及TAP字樣。

◎中心綠色符號同時呈現---

雙向箭頭--可追溯產品來源，也能從源頭追蹤去向。

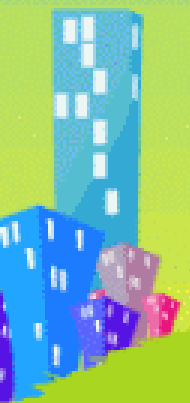
G字形--代表TAP農產品是Good Product，農產界的模範生。

心形，代表農民的用心。**綠葉**--代表TAP農產品是大自然的恩賜。

豎起的大拇指--代表TAP農產品的口碑形象



有獎徵答



不會放起雲劑的飲品

1.

3.把成成分裡面的原料由多至少排出前三名

品名：餅乾（起士三明治餅乾）

成分：麵粉、植物性乳化油、乳酪粉(含食用黃色四號和黃色五號)、椰子油、砂糖、乳清粉、高果糖、精鹽、磷酸二氫鈣、膨脹劑、大豆卵磷脂、酵素。

*可能含有微量花生、蛋或芝麻

淨重：87克

保存期限：一年

有效日期：標示於側面(至西元日/月/年止)

4. 買食品時做做「手腕運動」，
翻過來看看什麼呢？

5. 這瓶果汁的熱量應該怎麼算呢？

柳橙果汁，300毫升/瓶

營養標示		
每100毫升		每100毫升提供 每日營養素攝取量基準值*之百分比
熱量	60大卡	1.9%
蛋白質	2公克	3.3%
脂肪	1公克	1.8%
碳水化合物	12公克	2.4%
纖維	0公克	0%
鈉	10公克	2.0%
糖	10公克	2.0%

每喝100毫升的本產品，喝進40大卡
柳橙汁300毫升可喝進180大卡(60大卡×3)

6. 對身體健康有什麼影響？

營 養 標 示		
每一份量 本包裝含	65公克 1份	
		每份
熱量	383	大卡
蛋白質	7	公克
脂肪	27	公克
飽和脂肪	14	公克
反式脂肪	0.6	公克
碳水化合物	28	公克
鈉	97	毫克

6. 市售的蔬果汁為什麼不健康？



7.



(一)不要往便宜貨奔去

「便宜必定有鬼」

(二)少吃動物性脂肪

許多有毒化學物質用脂肪的形式在食物鏈穿梭。

(三)經常洗手

飯前洗手

(四)盡量避免食物接觸塑膠

避免用塑膠製品、塑膠容器、塑膠袋裝食物。

(五)防毒之外也要排毒

「二少二多去三毒」原則

- ◆ 二少--少加工、少食品添加物
- ◆ 二多--多天然、多蔬果
- ◆ 三去毒--去防腐劑、去色素、去香料

8.



◎外圈有產銷履歷農產品及TAP字樣。

◎中心綠色符號同時呈現---

雙向箭頭--可追溯產品來源，也能從源頭追蹤去向。

G字形--代表TAP農產品是Good Product，農產界的模範生。

心形，代表農民的用心。綠葉--代表TAP農產品是大自然的恩賜。

豎起的大拇指--代表TAP農產品的口碑形象

9. 使用起雲劑必須提出 安全正明五大類食品？

- 1.運動飲料
- 2.果汁飲料
- 3.茶飲料
- 4.果醬、果漿或果凍
- 5.膠囊錠狀粉狀之型態

10. 多吃真食物、少吃食品

什麼是真食物？

11. 今天你的收穫(心得分享)

謝謝聆聽

