

## 警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章 / 內容 / 資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章 / 內容 / 資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

# 新營養資料標籤正式推行 消費者應善用知情權

新營養資料標籤規例已在7月1日正式生效，可說是本港在保障消費者知情權方面的另一新里程碑，也是本會多年來積極爭取的成果。

新制度規定預先包裝食物須附有營養標籤，並標示能量和最少七種指定營養素的資料（即1+7），包括蛋白質、總脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、碳水化合物、糖和鈉；並且訂明在標籤上作出營養聲稱的條件。

在食物標籤上提供營養資料，是推廣均衡飲食和保障公眾健康的重要一步。根據食物安全中心的資料，本港約有四成市民屬於超重或肥胖。世界癌症研究基金會已把肥胖症列為本港頭號致命殺手病一癌症一的主要原因，故此建議公眾減少進食高能量食物、鹽和含糖飲料。

有了新的營養資料標籤，消費者便可在購買預先包裝食物前，清楚知道其各種營養素的含量，並且可比較同類但不同品牌的食物，從而作出精明選擇；而預先包裝食物也再不能任意標示「低糖」、「低脂」、「不含反式脂肪」等聲稱。

不過新規定仍有待改善之處，我們希望政府將來作檢討時考慮修訂，其中一項是統一用以標示營養成分的單位。

上期《選擇》刊登的薯片脆片調查顯示，食物樣本標示營養素的單位不統一，例如有以「每100克」標示營養素的，亦有為數不少以「每食用分量」來標示，由於「每食用分量」由各製造商自行訂定，即使同款食品來說，也可以有很大差別，令消費者在貨架前選擇適合自己的食品時，較為混淆及有難度。雖然法例沒有規定，但我們希望食物製造商能夠以統一標準，例如每100克食物來標示營養成分，方便消費者比較。

此外，有傳媒報道指，市面一些非主流食品店所出售的預先包裝食品（例如東南亞和日韓食品），沒有任何中英文營養標籤。有店東負責人表示，供應商無法提供資料，有些更指對新規定毫不知情。我們希望當局能夠跟進這些情況，令新規例能有效保障所有消費者。

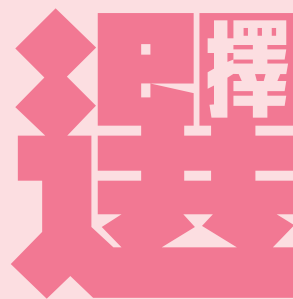
任何規例在推行初期都需要時間適應，但我們相信在各方努力下，新營養資料標籤制度定能得到消費者和業界支持。

消費者應善用營養資料標籤，多作瞭解，並於購買預先包裝食物前，仔細閱讀和比較同類產品，作精明選擇。

## 訂正：

上期第34至37頁有關醫院分娩套餐計劃，荃灣港安醫院於報告刊登後提供資料指，包括的服務還有生理沖洗器、衛生用品、奶泵、分娩所需的各項監察、氧氣、照顧及傷口拆線。

上期〈世界盃熱門小食：薯片蝦片高脂高鈉〉一文第31頁廠商意見欄中有關產品所標示營養成分的含量，「卡樂B」生產商於出版後來函指出，於製作產品的營養標籤時，其公司「會將法例不容許生產商標示過高之項目，例如各種營養素、蛋白質，在包裝上之數值減少20%。另外，其公司將法例上不容許標示過低之項目例如鈉、糖，在包裝上之數值增加20%。」



封面人物：楊怡

## 消費者委員會出版

地址：香港北角渣華道191號嘉華國際中心22樓

電話：2856 3113

訂閱電話：2856 3123

投訴及諮詢熱線電話：2929 2222

圖文傳真：2856 3611

網址：[www.consumer.org.hk](http://www.consumer.org.hk)

印刷：宏亞印務有限公司

地址：香港柴灣豐業街8號宏亞大廈13樓

《消費者委員會條例》第二十條第(1)款其中有規定，任何人未經委員會以書面同意，不得發布或安排發布任何廣告，以明示或暗示的方式提述委員會、委員會的刊物、委員會或委員會委任他人進行的測試或調查的結果，藉以宣傳或貶損任何貨品、服務或不動產，或推廣任何人的形象。有關該條文的詳情，請參閱該條例。

本會試驗的產品樣本由本會指定的購物員以一般消費者身份在市面上購買，根據實驗室試驗結果作分析評論及撰寫報告，有需要時加上特別安排試用者的意見和專業人士的評論。對某牌子產品的評論，除特別註明外，乃指經試驗的樣本，而並非指該牌子所有同型號或不同型號的產品，也非泛指該牌子的所有其他產品。

本會的產品比較試驗，並不測試該類產品的每一牌子或同牌子每一型號的產品。

本會的測試計劃由本會的研究及試驗小組委員會決定，歡迎消費者提供意見，但恕不能應外界要求為其產品作特別的測試，或刊登其他非經本會測試的產品資料。

訂閱電話  
2856 3123



P.29



P.35



P.41



P.45

## 封面專題

- 4 32吋全高清iDTV畫質音質表現懸殊

## 測試報告

- 13 重量級數碼相機測試登場  
新增防手震及臉部偵測評分
- 29 打印機可低至\$300入場
- 35 4款安全鞋保護不足 地盤開工慎防腳遭殃

## 飲食物語

- 22 11款高纖穀類早餐含高糖！

## 市場速報

- 41 中小學教科書價格年度普查

## 消費權益

- 44 寬頻服務套餐五花八門選擇難  
網上調查期增市場透明度
- 47 第十屆消費權益新聞報道獎頒獎典禮

## 投訴實錄

- 45 以信用卡作分期付款  
商戶結業可否停供？

## 重量級數碼相機測試登場 新增防手震及臉部偵測評分

測試涵蓋多達53款數碼相機，當中41款可攝錄高清影片，外出旅遊一機兩用輕鬆不過。測試型號的防手震效果有明顯分野，臉部偵測功能的對焦與曝光亦表現懸殊，拒絕「鬆郁朦」照片，就要留意評分。

## 32吋全高清iDTV 畫質音質表現懸殊

內置數碼電視廣播接收功能的iDTV電視機正在熱賣，直駁天線便可收看所有數碼電視頻道，而且機身超薄，不論放在客廳或睡房均大大節省空間。測試發現20款32吋全高清iDTV，不僅畫質及播放動作的流暢程度有明顯分別，音質同樣參差，購買前請細讀我們的測試報告！



## 11款高纖穀類早餐含高糖！

今期是營養標籤系列終結篇，研究目標是每天的第一餐——早餐。越來越多家庭以穀類早餐、燕麥片、小麥飲品等作早餐，既為健康亦取其方便，只需加奶或熱開水即可食用。亦有女士以穀類早餐來推行她們的纖體大計。惟檢視結果發現，雖然大部分穀類早餐含有豐富的膳食纖維，但亦普遍含高糖！

p.22



p.4