

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。

《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，以明示或默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。



關愛與惜食—— 捐贈食物銀行的途徑

珍惜食物是傳統美德，時至今天，都市人享用的資源充足，林林總總的美食令人食指大動，但卻可能「眼闊肚窄」，買來的食物吃不完要丟掉，香港每天便有約3,400公噸的廚餘被棄置於堆填區。

與其平白浪費，不妨捐贈予食物銀行。農曆新年剛剛過去，如家中有太多賀年食品，可拿去食物銀行，轉贈有需要人士。

食物銀行是甚麼？

食物銀行是坊間非政府機構所推行，透過收集、分類、儲存及分配捐贈的食物予有需要人士及家庭的活動之統稱。例如有志願團體、環保組織等設立回收及轉贈食物的平台，或收集來自餐廳、酒店及麵包店的熟食，將仍可食用的剩餘食物，惠及有需要人士。

社會福利署在2009年推出「短期食物援助服務計劃」，向難以應付日常食物開支的個人或家庭，提供食物援助，現時有7間非政府機構提供相關服務，包括聖

雅各福群會、循道衛理觀塘社會服務處、浸信會愛羣社會服務處、東華三院、香港婦聯有限公司、香港聖公會福利協會有限公司及保良局。

接受捐贈的食物種類及要求

消費者捐贈食物前固然應該確保食物適合食用，即使如此，不同的食物銀行也會因應人手及設備等，對捐贈的食物設有不同的限制，捐贈前應先瞭解目標機構的要求才行動（詳見表一）。

食物銀行一般都接受由食品製造

商、分銷商、零售商或個人捐贈的食物，而且接收的種類廣泛，包括主糧（米、麵、罐頭等）、用作補充營養及纖維的副糧（麥片、餅乾、奶粉、煉奶等）、新鮮食品（蔬菜、瓜果、急凍肉類、魚類、熟食、麵包等）、調味品及飲品等。

部分機構表明不接受某些食物種類，例如含有酒精成分的食物、魚生、壽司、蛋製及奶製等容易變壞的食物，也不接受中西成藥和藥材。至於沒有註明或已過食用期限、已開封的預先包裝食物等，都不被接受。



表一：部分食物銀行對捐贈食物的要求及接受捐贈的途徑^[1]

	機構名稱	接受捐贈的食物種類及其他要求	捐贈食物的途徑	是否接受捐贈賀年食品？
1	樂餉社 Feeding Hong Kong	除熟食以外，接受所有類型的食物捐贈。主要處理的食物有四大類型，包括可存放的主食糧(如米、麵條、油等)、新鮮食品(如蔬菜)、冷藏食物和麵包	歡迎食品製造商、分銷商和零售商把捐贈的食物運送至該社的倉庫，地址：九龍油塘高輝道17-25號油塘工業城A2座715-717室，電話：2205 6568 由於受助者對可存放較久的主食糧如米、麵條、油、罐頭等食物的需求較大，故此也鼓勵個人或團體(例如公司、學校)舉辦食物募捐活動，收集這些食物	是
2	惜食堂 Food Angel	仍可安全食用的食物，包括新鮮蔬菜、瓜果、急凍肉類、魚類、熟食、麵包、未過期及未開封的包裝食物。新鮮食材需放在潔淨的器皿內，而熟食需分類放入潔淨食物盒內，並放在-18℃的凍櫃內，待工作人員前往回收	消費者可以將食物捐贈予該機構，地址：九龍荔枝角瓊林街93號龍翔工業大廈4樓F室、九龍海壇街235號豐盛大廈地下或香港柴灣安業街12號長益工業大廈11樓A室 如舉行飲宴，可致電 2801 5333 聯絡該機構，看看剩食是否適合捐贈	是，未開封及未過期的包裝食物都會接受，但基於食物安全理由，不接受捐贈自家製蘿蔔糕
3	民社服務中心 — 「糧友行動」 Food Friend Action – People Service Centre	接受未經煮熟的原材料，但不接受魚生、壽司、蛋製和奶製容易變壞的高危食物	可致電 3488 9931 或親臨該中心的地址捐贈食物 收集地點(需於到達前先致電聯絡)： 深水埗：石硤尾邨44座美彩樓平台 201室(3488 9931) 油麻地：廣東道831L號金華大廈D2F號地下(6702 2578) 黃大仙：橫頭磡邨宏澤樓地下113室(3487 8851) 九龍城：土瓜灣美光街28號地下(3487 1215) 屯門：石排頭路德雅工業中心C座16樓3室(2463 0958)	是
4	長春社「糧善關愛坊」 Food Resources Recycling Centre – The Conservancy Association	新鮮食物如蔬菜、水果、粉麵、豆腐製品、麵包點心；包裝食物如乾糧、調味品、零食、飲品等；其他要求：未過期(此日期或之前最佳)、包裝完整、未開封	親身或以客貨車轉送到該中心，地址：荃灣梨木樹(二)邨2座11號地舖；中心亦提供上門收集服務(只限於大批量捐贈)，可致電 5541 1701或 2728 6781 查詢	接受捐贈包裝完整、未開封及未過期的賀年零食禮盒、糕點、米糧
5	膳心連基金有限公司 Foodlink Foundation	主要收集飲食業界包括酒店、會所、飯堂及麵包店的熟食及飲品，另外亦會收集水果、蔬菜及未過食用日期、未開封及不易變壞的食品	將食物捐贈到該機構辦公室：香港上環永樂街93-103號協成行上環中心402室，如有大量食物可先聯絡 info@foodlinkfoundation.org 或致電 2567 1561 安排上門收取食物	是
6	循道衛理 觀塘社會服務處 Kwun Tong Methodist Social Service	接受捐贈的食物以乾糧為主，如米、麵、罐頭、餅乾、奶粉等，食物的有效食用日期不可少於6個月，以確保食物符合食用安全	可將食物捐到該服務處神愛關懷中心，地址：觀塘翠屏北邨翠榕樓地下1-10號。捐贈食物前，請先致電 2727 6036 到該中心。如食物捐贈數量龐大，則可聯絡該中心安排運送食物	否
7	聖雅各福群會 眾膳坊食物銀行 People's Food Bank – St. James' Settlement	接受捐贈的食物主要為乾糧，分作主糧及副糧兩大類： 1. 主糧泛指白米、麵和可以獨立佐餐的罐頭，與及毋須配以其他食品也可食用的食物。例如：茄汁豆、沙甸魚、五香肉丁、回鍋肉、豆豉鯪魚、午餐肉等。 2. 副糧指非主糧的食物，用作補充營養及纖維。例如：麥片、餅乾、罐頭水果、奶粉、煉奶、罐頭湯等。 不會收取的食物包括： 1. 已拆封或損毀之食物，例如已開罐的餅乾、奶粉等食物； 2. 食用期已過、沒有註明食用日期或食用期少於8星期的乾糧； 3. 已變質或變壞的食物； 4. 避免捐贈玻璃或易碎物料包裝之食物； 5. 避免捐贈零食及糖果類的食物； 6. 中西成藥、藥材、含酒精成分的飲品或食物； 7. 熟食及需冷藏的食物	1. 直接把食物捐到眾膳坊食物銀行服務中心，地址： 西安中心：香港西營盤西安里10號福祥閣地下1-3號舖 慈惠軒：九龍石硤尾大坑西邨民興樓地下1-3號舖 慈惠軒(葵涌)：新界葵涌石籬(二)邨石歡樓低層地下 聖雅各福群會總會：香港灣仔石水渠街85號9樓902室 2. 直接把食物捐到全港28個領展商場或集成中心食物收集箱內，食物銀行會定期收集運往倉庫。 3. 若單次捐贈食物量超過5個生果箱或以上之分量，可致電 2975 8777 預約到個別地點收取食物	接受捐贈餅乾；年糕及蘿蔔糕的有效食用日期較短，需視乎數量及質量而定
8	保良局 Po Leung Kuk	必須有3個月的食用期、完整包裝及依據法例的食物標籤。不會接受需雪藏、香煙及含有酒精成分的食物	可致電保良局天朗膳糧坊(2658 1511)作出安排	是，需合乎左方所述的要求

^[1] 表內資料由各食物銀行在2017年1月提供，並於1月至2月由各食物銀行確認及/或更新，最新情況以有關食物銀行的公布為準。
^[2] 本會向17間食物銀行發出問卷收集資料，共收到以上8間回覆。
^[3] 按食物銀行名稱的英文字母排序。

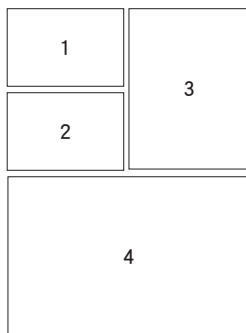
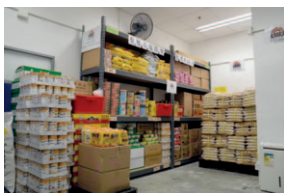
捐贈途徑

消費者可親身到各機構的收集地點捐贈食物，部分機構於不同地區設有收集中心，甚至在指定商場設置捐贈食物收集箱。假如捐贈大量食物，則可聯絡機構上門收集。個別機構亦接受飲宴後的剩餘食

物，亦有機構歡迎個人和團體舉行食物募捐活動來收集一些需求較大、可存放較久的主食糧。
一般來說，收集地點於星期一至五日間開放，週末只有上午開放或全日休息，消費者出發前應留意有關機構的開放時間。

如何處理捐贈的食物？

接受捐贈食物的機構為了確保收集所得的食物安全，會先經過篩選和檢查，以決定食物可否轉贈。如屬預先包裝食物，會檢查包裝是否密封完整，假如食物發霉、包裝袋褪色、罐頭食品的罐身膨脹、



1. 食物銀行儲存乾糧的地方。
2. 職員分發熟食的情況。
3. 嬰兒奶粉亦是接受捐贈的食物類別。
4. 普通家庭每人每周獲發的食物分量。

逢突變而有即時經濟困難的個人或家庭等，有關機構會視乎合資格人士的經濟情況決定分發餐券或已包裝食物的分量。另有機構要求受助者必須符合下列其中一項條件：60歲或以上、領取綜援或低收入家庭（低於入息中位數百分之六十），於成為會員後便可領取食物。亦有機構只提供食物予註冊慈善團體，再由這些團體派發予有需要人士。

社會福利署回應

「短期食物援助服務計劃」旨在協助有緊急和短期需要的人士，服務營辦機構會評估個別受助人的情況和食物援助需要，以定出合適的受助時間，最長期限為8星期，但服務營辦機構可因應個案的特殊情況延長期限。截至去年12月底，「服務計劃」已為接近24萬人提供服務。接受短期食物援助的人數會因應不同時段及社區情況而時有升跌，該署會密切監察服務需求，確保有需要人士得到適切援助。

總結

要真正做到減少浪費食物，必須由源頭做起：消費者應厲行節制，不要過量購買及烹煮食物；外出用餐時，不要過度點菜；舉行宴會時考慮減少主菜的數量，都有助減少浪費食物。食得是福，「惜食」更為有福，新年伊始，一起培養「惜食」的好習慣。

凹陷、接合處有瑕疵、食物已過了「此日期或之前食用」的期限、沒有清楚標示食物名稱、配料和食用日期等，都會即時棄掉。

至於上門收集食物，機構會將食物放在乾淨的器皿並蓋好，按食物的類別儲存，例如須低溫儲存的食物會放在4°C或以下的雪櫃內，在運送途中會按需要使用保溫器皿（例如內藏冰種的隔熱容器），以保持食物的溫度。

營辦機構會為食物處理人員（包括義工、兼職及全職員工）提供有關處理熟食的

食物衛生培訓，確保他們在處理過程中保持良好的個人衛生，避免食物交叉污染，控制好煮食時間或溫度，獲贈的熟食不應翻熱多於一次，而儲存在室溫超過4小時的食物應棄掉。

受惠人士

如食物銀行屬社署資助的非政府機構，往領取捐贈食物的人士需符合指定入息及資產限額並通過審查，包括低收入或失業人士、新來港人士、露宿者，以及因遭

愛惜食物 共享資源

社區雪櫃——自由捐贈或取用食物

「社區雪櫃」計劃的創辦人參考歐洲流行的分享食物及共享資源的概念，在街上設置雪櫃或食物架，讓任何人都可以捐贈或取用食物，藉此解決食物分配不均問題，減少廢物，推廣共享資源。消費者可以捐贈新鮮蔬果、乾糧、柴米油鹽等，惟已過「此日期前食用」的食物則不宜捐贈。捐贈者及取用者須自行評估食物安全。計劃至今已擴



展至4個分享站，分別位於深水埗、北角、油麻地及東涌，詳情可參閱www.collaction.hk/s/foodsharinghk。

綠惜超級市場——低價購入已過「最佳食用日期」的食物

「綠惜超級市場」是一間建基於市民能分辨「最佳食用日期」與「此日期前食用」兩者差別的食品市場。創辦人向供應商低價購入將近或已過「最佳食用日期」幾個月內的食物，然後以低於半價的價格轉售，期望能改變每天有大量食物被浪費的情況。食物送到貨倉及出售時，職員會分別試食，以確保食物符合食用安全。顧客食用後如感到不滿，可要求退貨或換成禮券以換取其他食物。亦有部分食物會採用自由訂價形式出售，顧客可自行訂定價格。「綠惜超級市場」不時與社福機構合作，捐贈食物及宣揚惜食理念，其實體店及網店資料可參閱www.greenprice.hk。