

二零一零年五月十一日
資料文件

立法會食物安全及環境衛生事務委員會

香港首個總膳食研究

目的

本文件旨在向委員介紹食物安全中心(中心)進行香港首個總膳食研究的工作進度。

背景

2. 總膳食研究是國際公認最具成本效益的方法，以評估不同人口組別從膳食攝入食物化學物或營養素的分量，以及攝入這些物質對健康帶來的風險。這項研究不但為食物安全風險評估和食物供應規管提供科學基礎，還有助風險管理人員把資源集中用於對公眾健康構成最大威脅的食物化學物或營養素。多個國家(例如英國、美國、加拿大、澳洲、新西蘭和中國內地)已分別進行總膳食研究，並不時更新研究結果。

3. 總膳食研究是一項既複雜且由多個部分組成的大型計劃。研究人員首先購買市民經常食用的食物，按照市民慣常的飲食模式處理，即按本地文化習慣把食物烹調成為可食用的狀態，然後分析食物內各種物質的含量，把分析結果結合食物消費量數據，便可得出市民從膳食攝入有關物質的分量。其後，研究人員會把有關食物化學物和營養素的估計膳食攝入量分別與相關的化學物安全參照基準值和營養素參考值作比較。

香港首個總膳食研究

4. 中心在二零零七年二月成立總膳食研究專責小組，成員包括衛生署和政府化驗所的代表，負責擬定香港首個總膳食研究的計劃和監察研究的進度。
5. 為加強我們進行總膳食研究的能力，中心與世界衛生組織在二零零八年十二月合辦了一個為期四天的總膳食研究工作坊，共有約 80 名來自亞太區和東南亞區的代表參加。
6. 香港首個總膳食研究的目的，是評估整體香港市民和不同人口組別從膳食攝入各種物質(包括污染物和營養素)的分量，以評估攝入這些物質對健康帶來的風險。
7. 中心已諮詢食物安全專家委員會¹，委員會支持中心進行香港首個總膳食研究的計劃。

(A) 食物消費量調查

8. 我們必須掌握市民的食物消費量數據，才可進行總膳食研究。因此我們進行總膳食研究的第一步，正是進行食物消費量調查。
9. 二零零零年，食物環境衛生署(食環署)以食物頻率問卷，對本港約 1 000 名中學生進行食物消費量調查。問卷由受訪的中學生自行填寫，涵蓋 93 項食物。食環署其後根據所得的食物消費量數據，進行膳食攝入量研究，集中探討個別的食物危害。有關研究只適用於本港的中學生。
10. 二零零四年，食環署委託香港中文大學(中大)進行香港人口食物消費量調查。該項調查的對象為年齡介乎 20 至 84 歲的香港市民，是一項全面的食物消費量調查。食物消費量調查的目的如下：

- (a) 取得香港市民食物消費量的最新資料(例如食用的食物種類和分量)；
- (b) 收集香港市民的體重資料；

¹ 食物安全中心之下設立了食物安全專家委員會，負責就制定食物安全措施；參考國際常規、趨勢和發展，以檢討食物安全標準；及就風險傳達策略向食物環境衛生署署長提供意見。委員會由學者、專業人士、食物專家、食物業人士、消費者組織成員及其他專家組成。

- (c) 找出香港市民食用的菜式；以及
- (d) 就選定菜式擬定食譜(例如搜集每個食譜的材料分量及食物配製後的總重量)。

食物消費量調查所得的數據有助進行總膳食研究，以更準確評估香港市民從膳食攝入各種食物化學物的分量。

11. 中心於二零一零年四月公布食物消費量調查的報告²。報告的重點概要載於附件 I。

(B) 抽樣和處理食物樣本

12. 總膳食研究將涵蓋 150 項食物。這些食物是根據食物消費量調查所得的食物消費量數據所揀選，包括大部分市民通常食用的食物。總膳食研究的食物名單載於附件 II。

13. 中心委託中大進行總膳食研究的抽樣及處理食物樣本工作。抽樣工作在二零一零年三月至二零一一年二月期間分四次進行，每次到全港不同地區各零售點，就總膳食研究涵蓋的 150 項食物中的每一項食物分別購買三個樣本，即總共收集 1 800 個樣本³。每項食物的三個食物樣本按慣常的飲食模式處理後，合併成爲一個複合樣本作檢測。換句話說，研究將製備 600 個複合樣本作檢測之用。

14. 抽樣和處理食物樣本的試點工作已在二零一零年二月進行，正式的抽樣工作已在二零一零年三月一日展開，並會在二零一一年二月底完成。

(C) 化驗分析

15. 總膳食研究將在複合樣本中檢測超過 130 種物質，例如殘餘除害劑、營養素、重金屬等。這些物質根據以下準則選定：(一)國際組織 / 機構的建議；(二)對公眾健康的影響；以及(三)市民的關注。有關物質的名單詳載附件 III。

16. 視乎檢測的物質，化驗分析由中心的食物研究化驗所或政府化驗所

²有關食物消費量調查報告的內容，可瀏覽網頁

http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/programme/programme_firm/programme_fcs.html (報告只有英文版)。

³ 四次抽樣工作 x 三個樣本 x 150 項食物 = 1 800 個樣本。

進行。在中大備妥複合樣本後，化驗分析隨即進行，預計在二零一三年年中完成。

(D) 膳食攝入量評估

17. 根據食物消費量調查的數據及食物樣本的化驗分析結果，總膳食研究會評估不同的香港市民組別(包括對不同物質的攝入量一般和攝入量偏高的市民，以及多個人口組別)從膳食攝入有關物質的分量。在評估這些物質對健康帶來的風險時，會把備受關注的食物化學物和營養素的估計膳食攝入量分別與相關的化學物安全參照基準值和營養素參考值作比較。

18. 整個總膳食研究會於二零一四年完成。

徵詢意見

19. 請委員備悉及評論香港首個總膳食研究的進度。

食物及衛生局
食物環境衛生署
食物安全中心
二零一零年五月

食物消費量調查報告 重點概要

一. 本報告描述全港首個食物消費量調查的結果，調查於 2005-2007 年間進行，訪問對象是介乎於 20 至 84 歲的香港人。此調查由食物環境衛生署的食物安全中心委託香港中文大學進行，用作食物風險評估，以確保食品安全和保障消費者的健康。

二. 此調查目的是收集香港成年人最新的食物消費數據（例如食物的種類和份量）、成年人的體重、常吃的餸菜及制定餸菜食譜。所有資料分別透過三次訪問收集，然後進行數據整理和分析。

三. 該三次訪問和體重測量的工作均由受過訓練的調查人員進行。訪問員以兩天非連續 24 小時膳食攝取量（24-hr recall）問卷和包括 110 項食物的食物頻率問卷（FFQ）來獲取食物消費數據，同時亦使用飲食行為問卷（FBQ）來收集受訪者的飲食知識、飲食行為和社會人口統計等資料。

四. 調查樣本是採用兩個階段分層與按年齡和性別配額隨機抽樣，合共 5,008 位成年人接受調查，佔最初被抽選而合資格的人數的 48.1%。只有 4,971 位受訪者同意量度體重，佔總受訪者的 99.3%。調查結束後，所得結果被用作建成一個食品消費數據庫，當中包含 1,706 種食物（其中 1,429 種曾被受訪者食用）以及 1,591 個食譜的數據。調查所收集的數據經過分析，本報告內的結果按受訪者年齡與性別加權，能夠代表約 5,394,000 個年齡介乎於 20-84 歲的香港人。

主要結果

24 小時膳食攝取量

五. 食物消費量的數據經收集和分析後，所得的主要結果在此報告中闡述。在食物消費方面，調查發現固體食物的總消費量為平均每日約 1.12 千克，而液體食物的總消費量則為平均每日約 1,860 毫升，其中水佔了 57.3%（1,065.62 毫升）。流質的總消費量為平均每日 1,787.11 毫升，當中包括水及其他非酒精飲料、湯、牛奶及奶類飲品（但不包括用於煮食用的水），約佔總液體食物消費量的 96%。

六. 穀類和穀類製品平均每日的總消費量是 488.75 克，其中飯類如白飯、粥和糙米飯佔此消費量的 60.8%（每日 297.16 克），而麥類製品則佔 33.5%，估計當中約 8.65 克為全穀類。

七. 蔬菜和水果類平均每日的總消費量分別為 176.96 克和 146.81 克，當中三分之二（68.4%）來自葉菜/莖菜/芽菜/芸苔屬類的蔬菜。大豆及其製品平均每日的總消費量為 8.62 克，是總豆類消費量(每日 14.13 克)的一半以上（61.0%）。當塊莖類蔬菜，如馬鈴薯、芋頭等（每日約 8.05 克）沒有被列入計算時，蔬菜平均每日的消費量為 168.91 克。堅果和種子類平均每日的消費量只有 2.58 克。

八. 肉、家禽和野味類的總消費量為平均每日 112.50 克。肉類的消費量平均每日 74.23 克，當中豬肉佔 72.5%（每日 53.81 克）。家禽類的總消費量是平均每日 37.38 克，當中雞的消費量為平均每日 32.90 克，佔總家禽類的 88.0%。野味類的消費量平均每日只有 0.89 克。

九. 魚類和其他水產類（即甲殼類動物和軟體動物）的總消費量是每日 70.78 克。魚類的總消費量為平均每日 57.48 克，而甲殼類動物和軟體動物（如蠔和墨魚）的消費量分別為平均每日 7.35 克和 5.95 克。

十. 蛋及蛋製品類的總消費量為平均每日 15.18 克，當中 90% 以上為雞蛋。豆類、肉類、家禽類、野味類、魚類、水產類及堅果和種子類的總消費量合共是平均每日 215.17 克，當中多於 90%（每日 198.46 克; 92.2%）來自動物，其餘 7.8% 是來自植物，如豆類、堅果和種子。

十一. 奶及奶製品類的消費量為平均每日 34.23 克，其中牛奶約佔四分之三（74.6%）。

十二. 本地常見的點心，平均每日的消費量為 44.75 克。此外，魚生及壽司平均每日的消費量是 4.68 克，漢堡包類則為每日 4.74 克，兩者均只是點心總消費量的十分之一。

十三. 至於流質方面，非酒精飲料的消費量為平均每日 1,616.97 毫升，湯的消費量是平均每日 170.78 克，而水（1,065.62 毫升）和茶（376.36 毫升）則佔流質消費量的大部分。

人體測量和自我報告的健康狀況

十四. 按世界衛生組織成年亞洲人參照身體質量指數(BMI)的擬議體重分類計算，在整體人群中，有 47.1%屬於過重或肥胖(包括 54.2%的男性及 40.6%的女性)，另有 8.5%屬過輕，女性的最小年齡組別(20-29 歲)佔其中的 29.8%。在各種自我報告的疾病中，高血壓是最常見的疾病(12.5%)，而糖尿病則佔 4.7%。

飲食知識和行爲

十五. 飲食行爲問卷的結果發現一些『健康為導向』的行爲。有一半以上的女性及超過三分之一的男性不吃肉類的脂肪或家禽類的脂肪或皮。人群中約五分之一有進食營養補充劑的習慣，主要是維生素和礦物質。此外，也有相約比例的人有進食中藥或其他草藥的習慣。差不多所有人在進食水果和蔬菜前都有清洗的習慣。但是，接近一半的人(約 40%)在購買餅乾、麵包、罐頭食品和飲料時『從未』閱讀營養標籤，而只有略多於四分之一(約 30%)表示『經常』閱讀這些產品的營養標籤。

十六. 此外，在較年輕(年齡介乎 20 至 59 歲之間)的人群組別中，57.7%的男性及 68.7%的女性表示食物的安全性是『非常重要』。同樣地，有一半以上的男性和女性都表示『食物保存的狀況』是『非常重要』。此人群組別中，不到半數表示味道、營養、價格和易於準備是『非常重要』。然而，結果顯示此人群普遍缺乏閱讀營養標籤的習慣。

十七. 年齡介乎 20 至 59 歲之間的受訪者也被問到應進食多少水果和蔬菜來維持良好的健康。大多數(62.7%)的女性指出兩份或更多的水果(一份水果相等於一個中等大小的橙或一手掌能抓住的葡萄的份量)是必要的。同樣地，有 61.1%的女性認為，每天應該吃兩份或以上的蔬菜(於此調查中一份蔬菜相等於一個中型飯碗已煮熟的蔬菜)，只有 32.3%的女性認為只需進食少於一份蔬菜。然而，48.4%的男性指出應該吃兩份或更多的水果，46.9%的男性則認為每天應該吃兩份或以上的蔬菜，44.5%的男性則認為需要進食一份或以下蔬菜。

十八. 最後，這較年輕的人群組別也被問及一些重要的飲食/營養和疾病關係。在此人群中，有超過半數能正確指出鈣和骨骼、糖和糖尿病、及纖維和消化系統的關係，可是，當中只有不到半數能正確指出膳食中的脂肪和心臟問題、體重過重和心臟問題、以及膽固醇和心臟問題的關係。

結論和建議

十九. 這次調查收集的食物消費量數據，將有助於食物風險評估工作，包括總膳食研究。這份報告總結的調查結果，包括體重量度、飲食行為和知識，將有助於制定公共衛生政策，以及各種專業的流行病學和臨床工作。

二十. 市民需要更加注意飲食對健康的影響。即將實施的營養標籤制度是向正確方向邁出的一步，並能成爲一個爲市民提供營養資料的主要來源。然而，這項調查結果顯示，我們將需鼓勵市民使用營養標籤，而且必須有效和適當地教育市民如何使用營養標籤。另一方面，我們應該繼續促進均衡飲食，並可以考慮特別推廣全穀物，同時繼續推廣『2份水果+3份蔬菜』的訊息。

二十一. 對於食物風險評估及公共衛生的工作，食物消費量數據是必須的。爲了獲得更新的數據，我們建議食物消費量調查應每五至十年進行一次，以便監測食物消費量趨勢，有助於評估食品安全和推廣健康飲食。鑑於不斷變化的食品價格、食品供應和人口變動，此食物消費量監測亦是有必要的。

二十二. 此外，由於兒童和青年人的食物消費行為與成年人有所不同，他們更容易受到食物風險的影響，加上飲食習慣是在幼兒和青年期建立，所以我們建議應盡快進行 20 歲以下人士的食物消費量調查。這樣，從有關調查中收集的食物消費模式便可以有助風險評估工作，以及制訂以證據爲基礎和貫穿人生歷程的促進健康飲食策略。

List of 150 food items in the first TDS in Hong Kong

香港首個總膳食研究涵蓋的 150 項食物名單

Food item 食物	Consumption amount [@] (g/person/day) 消費量 [@] (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Cereal and cereal products (19 food items) 穀物及穀物製品 (19 項食物)		
Rice, white 白飯	252.93	--
Rice noodles 米粉 / 米線	38.94	Rice noodles/rice vermicelli, flat rice noodles 米粉 / 米線、河粉
Noodles, Chinese or Japanese style 麵條 (中式或日式)	23.59	Egg noodles, Shanghai noodles, Udon 全蛋麵、上海麵、烏冬
Bread, plain 麵包 (沒有餡)	22.52	White bread, wheat bread, plain roll 白麵包、麥包、餐包
Instant noodles 即食麵	21.5	Instant noodles, instant rice noodles 即食麵、即食米粉
Pasta, Western style 麵條 (西式)	20.29	Macaroni, spaghetti 通心粉、意大利粉
Oatmeal 麥皮 / 燕麥片	4.89	--
“Pineapple” bun 菠蘿包	3.76	--
Cakes 蛋糕 / 西餅	3.45	--
Rice, unpolished 粗磨米飯	3.35	Brown rice, red rice 糙米飯、紅米飯
Corn 粟米	3.21	--
Biscuits 餅乾	2.57	Saltine crackers, cookies, sandwich biscuits, wheat crackers 梳打餅、曲奇餅、夾心餅、麥餅
Bread, raisin 提子包	2.54	--
Sausage/ham/ luncheon meat bun 腸仔 / 火腿 / 午餐肉包	1.78	Sausage bun, ham bun, luncheon meat bun 腸仔包、火腿包、午餐肉包

Food item 食物	Consumption amount (g/person/day) 消費量 (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Breakfast cereals 穀物早餐	1.59	Corn based breakfast cereal, wheat based breakfast cereals 粟米片早餐、麥片早餐
Pastries 餡餅	1.53	Egg tart, coconut tart 蛋撻、椰撻
Deep-fried dough 油炸麵團食品	1.09	Fried fritter, sesame ball 油炸鬼、煎堆
Chinese steamed bread 饅頭	1.03	--
Pastries, Chinese * 中式餅點*	0.77	Traditional moon cake, Chinese almond cookies, wife cake 傳統月餅、杏仁餅、老婆餅
Vegetables and vegetable products (35 food items) 蔬菜及蔬菜製品 (35 項食物)		
Cabbage, Chinese flowering 菜心	43.96	--
Cabbage, Chinese Petiole 白菜	14.21	--
Lettuce, European 西生菜	12.1	--
Cabbage, Chinese 紹菜 / 黃芽白	6.77	--
Lettuce, Chinese 唐生菜	6.75	--
Tomato 番茄	5.87	--
Water spinach 蕹菜 / 通菜	5.29	--
Broccoli 西蘭花	4.54	--
Hairy gourd 節瓜	4.54	--
Chinese kale 芥蘭	4.47	--
Carrot/ Radish 甘筍 / 蘿蔔	4.24	--
Potato 馬鈴薯	3.49	--
Cabbage, European variety 椰菜	3.42	--

Food item 食物	Consumption amount (g/person/day) 消費量 (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Wax gourd 冬瓜	3.19	--
Onion 洋蔥	2.93	--
Spinach 菠菜	2.9	--
Chinese spinach 莧菜	2.82	--
Potato, fried 炸薯	2.35	French fries, hash brown 薯條、薯餅
Bitter melon 苦瓜	2.11	--
Cucumber 青瓜 / 黃瓜	2.1	--
Mung bean sprout 綠豆芽 / 芽菜	2.06	--
Mushrooms 菇類	1.77	Button mushroom, straw mushroom, "Gold needle" mushroom 蘑菇、草菇、金菇
Sponge gourd 絲瓜	1.72	--
Eggplant 茄子 / 矮瓜	1.64	--
Mushroom, dried shiitake 乾冬菇	1.6	--
Spring onion 蔥	1.58	--
Sweet pepper 燈籠椒	1.53	--
Celery 西芹	1.45	--
Pumpkin 南瓜	1.37	--
Zucchini 翠玉瓜	1.3	--
Garlic 蒜頭	1.23	--
Preserved vegetables 醃製蔬菜	1.23	Preserved mustard, preserved Sichuan mustard, preserved mustard green, preserved leaf mustard 梅菜、榨菜、雪菜 / 雪裡蕪、鹹酸菜
Watercress 西洋菜	1.2	--

Food item 食物	Consumption amount (g/person/day) 消費量 (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Leaf mustard 芥菜	1.12	--
Ear fungus * 雲耳 / 木耳*	0.42	--
Legumes, nuts and seeds and their products (6 food items) 豆類、堅果和種子及其製品 (6 項食物)		
Beancurd 豆腐	6.09	--
Green string beans (with pod) 青豆角	2.12	Green string beans (with pod), French beans (with pod), common beans 青豆角、邊豆 / 玉豆、四季豆 / 敏豆
Mung bean vermicelli 粉絲	1.12	--
Peanut 花生	1.03	--
Peanut butter # 花生醬 #	0.45	--
Fermented bean products * 發酵豆類製品*	0.37	Fermented black soybean, fermented bean curd 豆豉、腐乳
Fruits (17 food items) 水果 (17 項食物)		
Orange 橙	55.51	--
Apple 蘋果	21.46	--
Banana 香蕉	13.12	--
Pear 梨	11.31	--
Watermelon 西瓜	9.32	--
Pummelo / Grapefruit 柚子 / 西柚	4.4	Pummelo, grapefruit 柚子、西柚
Grapes 葡萄 / 提子	4.13	--
Papaya 木瓜	3.43	--
Dragon fruit 火龍果	3.01	--
Melons 蜜瓜類	2.85	Cantaloupe, honeydew 哈蜜瓜、蜜瓜
Longan/Lychee 龍眼 / 荔枝	2.78	Longan, lychee 龍眼、荔枝

Food item 食物	Consumption amount (g/person/day) 消費量 (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Mango 芒果	2.17	--
Peach 桃	1.75	--
Pineapple 菠蘿	1.43	--
Kiwi fruit 奇異果	1.24	--
Plum 李子 / 布祿	1.21	--
Persimmon * 柿子*	0.82	--
Meat, poultry and game (12 food items) 肉類、家禽及野味 (12 項食物)		
Pork 豬肉	29.69	--
Chicken meat 雞肉	24.39	--
Beef 牛肉	12.14	--
Meat sausage 肉腸	4.74	Meat sausage, chicken sausage, cheese sausage 肉腸、雞肉腸、芝士腸
Barbequed pork 叉燒	4.38	--
Chicken, soy sauce 豉油雞	4.36	--
Ham 火腿	3.77	--
Roasted pork 燒肉	3.45	--
Roasted duck/goose 燒鴨 / 燒鵝	2.66	--
Luncheon meat 午餐肉	1.95	--
Mutton * 羊肉*	0.57	--
Pig liver * 豬鬃 / 豬肝*	0.26	--
Egg and egg products (3 food items) 蛋及蛋類製品 (3 項食物)		
Egg, chicken 雞蛋	13.86	--

Food item 食物	Consumption amount [@] (g/person/day) 消費量 [@] (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Egg, salted # 鹹蛋 #	0.52	--
Egg, lime preserved # 皮蛋 #	0.37	--
Fish and seafood (19 food items) 魚類及海產 (19 項食物)		
Fish, Golden thread 紅衫	6.8	--
Fish, Grass carp 鯪魚	6.44	--
Shrimp / Prawn 蝦	5.12	--
Fish ball / fish cake 魚蛋 / 魚片	5.09	--
Fish, Pomfret 鯧魚 (倉魚)	2.81	--
Fish, Mandarin fish 桂花魚	1.89	--
Fish, Sole 龍脷 / 撻沙	1.85	--
Fish, Yellow croaker 黃花魚	1.79	--
Fish, Dace, minced 絞鯪魚肉	1.5	--
Crab 蟹	1.41	--
Squid 魷魚	1.23	--
Fish, Big head 大頭魚	1.19	--
Fish, Horse head 馬頭	1.1	--
Fish, Salmon 三文魚	1.08	--
Fish, Grey mullet 烏頭	1.07	--
Scallop * 扇貝 / 帶子*	0.86	--
Fish, Tuna # 吞拿魚 / 金槍魚 #	0.54	--
Fish, Grouper * 海斑 *	0.36	Green grouper, Leopard coral grouper, Tiger grouper 青斑、東星斑、老虎斑

Food item 食物	Consumption amount [@] (g/person/day) 消費量 [@] (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Oyster # 蠔 #	0.35	--
Dairy products (5 food items) 乳類製品 (5 項食物)		
Milk, whole 全脂奶	13.64	--
Milk, skim 脫脂奶	10.21	--
Ice-cream 雪糕	1.37	--
Yoghurt 乳酪	1.08	--
Cheese * 芝士*	0.89	Mozzarella cheese, Cheddar cheese 莫澤雷勒芝士 / 蒙莎莉芝士、車打芝士
Fats and oils (2 food items) 油脂類 (2 項食物)		
Butter 牛油	1.05	--
Oil, vegetable * 植物油*	0.93	Peanut oil, corn oil, canola oil, olive oil 花生油、粟米油、芥花籽油、橄欖油
Beverages, alcoholic (2 food items) 酒精飲品 (2 項食物)		
Beer 啤酒	28.4	--
Red wine 紅酒	1.77	--
Beverages, non-alcoholic (10 food items) 不含酒精飲品 (10 項食物)		
Water, drinking 飲用水	973.11	--
Tea 茶	281.93	--
Water, bottled, distilled 樽裝蒸餾水	92.51	--
Tea, milk tea 奶茶	56.78	--
Carbonated drink 汽水	31.88	Cola, cream soda, orange soda 可樂汽水、忌廉梳打汽水、橙汁汽水
Coffee 咖啡	30.96	--

Food item 食物	Consumption amount (g/person/day) 消費量 (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Soybean drink 豆奶飲品	19.89	Soybean drink, soybean milk 豆奶飲品、豆漿
Malt drink 麥芽飲品	8.12	Horlick's, Ovaltine 好立克、柯華田
Fruit and vegetable juice 蔬果汁	6.32	Orange juice, apple juice, watermelon juice 橙汁、蘋果汁、西瓜汁
Tea, chrysanthemum 菊花茶	3.91	--
Mixed dishes (12 food items) 混合食品 (12 項食物)		
Chinese soup 中式湯水	151.52	--
Dumpling, including wonton 雲吞 / 水餃	6.7	--
Steamed rice-rolls with filling 腸粉 (有餡)	5.56	Steamed rice-roll with beef/barbecued pork/vegetables 牛肉 / 叉燒 / 齋腸粉
Dumpling, steamed 蒸餃子	3.36	Shrimp dumpling, Dumpling stuffed with pork and vegetable, Shanghai-style steamed pork dumpling 蝦餃、菜肉餃、小籠包
Hamburger 漢堡包	3.09	Beef burgers, fish burger, sausage and egg muffin, sausage burger, chicken burger 牛肉漢堡、魚柳包、豬柳蛋漢堡、豬柳漢堡、雞柳漢堡
Glutinous rice dumpling 糰	2.67	Glutinous rice wrapped in lotus leaf, Glutinous rice dumpling with pork 糯米雞 / 珍珠雞、鹹肉糰
Steamed barbecued pork bun 叉燒包	2.57	--
Siu Mai 燒賣	2.54	--
Steamed minced beef ball 牛肉球	1.98	--
Turnip cake 蘿蔔糕	1.39	--
Steamed rice-rolls, plain 淨腸粉	1.3	--

Food item 食物	Consumption amount [@] (g/person/day) 消費量 (以每人每天計算)(克)	Example of food(s) to be sampled 抽取樣本的食物
Dumpling, pan-fried * 煎餃子*	0.93	Pan-fried dumpling stuffed with pork and vegetables 煎菜肉餃子
Snack foods (1 food item) 零食食品 (1 項食物)		
Potato chips * 薯片*	0.62	--
Sugars and confectionery (2 food items) 糖類及甜點 (2 項食物)		
Granulated white sugar 白砂糖	1.43	--
Chocolate * 朱古力*	0.49	--
Condiments, sauces and herbs (5 food items) 調味料、醬油及香草 (5 項食物)		
Soya sauce 豉油	4.45	--
Cornstarch 粟米澱粉 / 粟粉	1.8	--
Table salt 餐桌鹽 (幼鹽)	1.55	--
Tomato paste/ ketchup 番茄醬 / 番茄汁	1.3	--
Oyster sauce # 蠔油 #	0.72	--

Note 註：

@ Consumption amounts were the average consumption amounts of the Hong Kong population extracted from the Hong Kong Population-based Food Consumption Survey (FSC), which were drawn by combining similar items together or from single food items.

消費量指香港市民食物消費量調查所得的香港市民平均消費量，是綜合類似食物的消費量計算或單一項食物的消費量。

* Added to food list to facilitate food mapping.

加入食物名單，以便進行食物對應工作。

Added to food list due to special concern on potential contaminant levels.

基於潛在污染物含量備受關注，因此加入食物名單。

**List of substances to be tested
for the first TDS in Hong Kong**

香港首個總膳食研究檢測的物質名單

Substances selected 選定的物質	Substances (tested simultaneously) 物質 (同時檢測)	
<i>Persistent Organic Pollutants (POPs) (12)</i> 持久性有機污染物 (12 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aldrin 艾氏劑 ◆ Chlordane 氯丹 ◆ DDT 滴滴涕 ◆ Dieldrin 狄氏劑 ◆ Dioxins 二噁英 ◆ Endrin 異狄氏劑 ◆ Furans (refer to dibenzofurans) 呋喃 (指二苯並呋喃) ◆ Heptachlor (including heptachlor epoxide) 七氯 (包括環氧七氯) ◆ Hexachlorobenzene (HCB) 六氯代苯 ◆ Mirex 滅蟻靈 ◆ Polychlorinated biphenyls (PCBs), dioxin-like 類似二噁英的多氯聯苯 ◆ Toxaphene 毒殺芬 		
<i>Pesticide residues (excluding POPs) – Organophosphorus (48)</i> 殘餘除害劑 (持久性有機污染物除外) – 有機磷 (48 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Diazinon 二嗪磷 ◆ Fenitrothion 殺螟硫磷 ◆ Malathion 馬拉硫磷 ◆ Parathion, methyl 甲基對硫磷 ◆ Parathion 對硫磷 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Acephate 乙酰甲胺磷 ◆ Azinphos, methyl- 保棉磷 ◆ Bensulide 地散磷 ◆ Cadusafos 硫線磷 ◆ Chlorpyrifos 毒死蜱 ◆ Chlorpyrifos, methyl- 甲基毒死蜱 ◆ Coumaphos 蠅毒磷 ◆ Dichlorvos 敵敵畏 ◆ Dicrotophos 百治磷 ◆ Dimethoate and 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Mevinphos 速滅磷 ◆ Monocrotophos 久效磷 ◆ Naled 二溴磷 ◆ Oxydemeton, methyl- 亞砒磷 ◆ Phenthoate 稻豐散 ◆ Phorate 甲拌磷 ◆ Phosalone 伏殺硫磷 ◆ Phosmet 亞胺硫磷 ◆ Phosphamidon 磷

Substances selected 選定的物質	Substances (tested simultaneously) 物質 (同時檢測)
	omethoate 樂果和氧樂果 胺 ♦ Disulfoton 乙拌磷 ♦ Phoxim 辛硫磷 ♦ Edifenphos 敵瘟磷 ♦ Pirimiphos, methyl- 甲基嘧啶磷 ♦ Ethion 乙硫磷 ♦ Profenofos 丙溴磷 ♦ Ethoprophos 滅線磷 ♦ Prothiophos 丙硫磷 ♦ Fenamiphos 苯線磷 ♦ Quinalphos 啞硫磷 ♦ Fenitrothion 殺螟硫磷 ♦ Terbufos 特丁硫磷 ♦ Fenthion 倍硫磷 ♦ Tetrachlorvinphos 殺蟲畏 ♦ Fosthiazate 噁唑磷 ♦ Tolclofos, methyl- 甲基立枯磷 ♦ Isocarbophos 水胺硫磷 ♦ Triazophos 三唑磷 ♦ Isofenphos, methyl- 甲基異柳磷 ♦ Tribufos 脫葉磷 ♦ Methamidophos 甲胺磷 ♦ Trichlorfon 敵百蟲 ♦ Methidathion 殺撲磷 ♦ Vamidothion 蚜滅磷
<i>Pesticide residues (excluding POPs) – Organochlorine (2)</i> 殘餘除害劑 (持久性有機污染物除外) – 有機氯 (2 種)	
♦ Endosulfan (α , β and sulfate) 硫丹 (α , β 和硫酸硫丹) ♦ Hexachlorocyclohexane (α , β , δ and γ) 六氯環己烷 (α 、 β 、 δ 和 γ)	
<i>Pesticide residues (excluding POPs) – Pyrethroids and pyrethrins (15)</i> 殘餘除害劑 (持久性有機污染物除外) – 擬除蟲菊酯和除蟲菊素 (15 種)	
♦ Cyfluthrin 氟氯氰菊酯 ♦ Cyhalothrin 氯氟氰菊酯 ♦ Cypermethrin 氯氰菊酯 ♦ Deltamethrin 溴氰菊酯 ♦ Fenpropathrin 甲氰菊酯 ♦ Fenvalerate 氰戊菊酯 ♦ Permethrin 氯菊酯	♦ Bifenthrin 聯苯菊酯 ♦ Etofenprox 醚菊酯 ♦ Flucythrinate 氟氰戊菊酯 ♦ Flumethrin 氟氯苯菊酯 ♦ Fluvalinate 氟胺氰菊酯 ♦ Pyrethrins 除蟲菊素 ♦ Resmethrin 苄呋菊酯 ♦ Tefluthrin 七氟菊酯
<i>Pesticide residues (excluding POPs) – Carbamates (19)</i> 殘餘除害劑 (持久性有機污染物除外) – 氨基甲酸酯 (19 種)	
	♦ Aldicarb 涕滅威 ♦ Isoprocarb 異丙威

Substances selected 選定的物質	Substances (tested simultaneously) 物質 (同時檢測)	
	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Benfuracarb 丙硫克百威 ◆ Butylate 丁草敵 ◆ Carbaryl 甲萘威 ◆ Carbofuran 克百威 ◆ Cycloate 環草敵 ◆ S-ethyl dipropyl thiocarbamate 茵草敵 ◆ Fenobucarb (BPMC) 仲丁威 ◆ Formetanate hydrochloride 伐蟲脒鹽酸鹽 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Methiocarb 甲硫威 ◆ Methomyl 滅多威 ◆ Molinate 禾草敵 ◆ Oxamyl 殺線威 ◆ Phenmedipham 甜菜寧 ◆ Pirimicarb 抗蚜威 ◆ Propamocarb 霜霉威 ◆ Thiobencarb 禾草丹 ◆ Triallate 野麥畏
<i>Heavy metals (8)</i> 重金屬 (8 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aluminium 鋁 ◆ Arsenic, inorganic 無機砷 ◆ Cadmium 鎘 ◆ Lead 鉛 ◆ Methyl mercury 甲基汞 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Antimony 銻 ◆ Nickel 鎳 ◆ Tin 錫 	
<i>Processing contaminants (1)</i> 食物加工所衍生的污染物 (1 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Acrylamide 丙烯酰胺 		
<i>Mycotoxins (2)</i> 霉菌毒素 (2 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aflatoxins (total) 黃曲霉毒素總量 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Ochratoxin A 赭曲霉毒素 A 	
<i>Other contaminants (1)</i> 其他污染物 (1 種)		
	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Polybrominated diphenyl ethers (PBDEs) 多溴聯苯醚 	
<i>Nutrients – Fatty acids (4)</i> 營養素 – 脂肪酸 (4 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Saturated fatty acid 飽和脂肪酸 ◆ Trans fatty acid 反式脂肪酸 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Polyunsaturated fatty acid 多元不飽和脂肪酸 ◆ Monounsaturated fatty acid 單元不飽和脂肪酸 	
<i>Nutrients – Elements (12)</i> 營養素 – 元素 (12 種)		
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Sodium 鈉 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Calcium 鈣 ◆ Cobalt 鈷 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Manganese 錳 ◆ Molybdenum 鉬

Substances selected 選定的物質	Substances (tested simultaneously) 物質 (同時檢測)
	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Copper 銅 ◆ Iron 鐵 ◆ Lithium 鋰 ◆ Magnesium 鎂 ◆ Phosphorus 磷 ◆ Potassium 鉀 ◆ Zinc 鋅
<i>Nutrients – Others (7)</i> 營養素 – 其他 (7 種)	
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Energy 能量 ◆ Protein 蛋白質 ◆ Available carbohydrates 可獲得碳水化合物 ◆ Sugars 糖 ◆ Dietary fibre (total) 膳食纖維總量 ◆ Total fat 總脂肪 ◆ Cholesterol 膽固醇 	