



酒樓食肆點心食品的衛生情況測試

飲茶是廣東地區的飲食文化之一，很多人喜歡早上在茶樓享受着「一盅兩件」、「水滾茶靚」的悠閒時光，迎接着新一天的開始。亦有不少人週末會在茶樓享受天倫之樂，與家人聚會，分享生活大小事。茶樓的點心多樣，能滿足不同客人的需要，為檢視市面點心的衛生情況，本會聯同市政署食品安全廳對本澳常見的三款點心(燒賣、蝦餃、叉燒包)進行抽檢，以保障消費者的食用安全，同時對點心的營養含量進行分析，為消費者提供更多的資訊。

樣本資料

本次測試樣本由本會和市政署食品安全廳工作人員於本澳的茶館、酒樓、飯店等地方以一般消費者身份購買，共購買60款樣本，包括20款燒賣、20款蝦餃和20款叉燒包。燒賣方面：每籠的價格由15至48澳門元不等，每籠重量由125至230克不等，每籠樣本皆有四件燒賣。蝦餃方面：每籠的價格由19至48元不等，每籠重量由148至220克不等，每籠樣本亦有四件蝦餃。而叉燒包方面：每籠的價格由13.8至33元不等，每籠樣本有2至3個叉燒包，每籠重量由130至250克不等。

測試項目

本次測試根據GB 5009.6-2016《食品安全國家標準 食品中脂肪的測定》，GB 4789.10-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 金黃色葡萄球菌檢驗》，GB 5009.91-2017《食品安全國家標準 食品中鉀、鈉的測定》，GB 28050-2011《食品安全國家標準 預包裝食品營養標籤通則》，GB 20977-2007《糕點通則》，GB 4789.4-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 沙門氏菌檢



驗》對樣本中的鈉、脂肪、總糖、熱量、金黃色葡萄球菌和沙門氏菌進行檢測。

鈉

鈉是人體的必需元素，能維持體液平衡、傳遞神經脈衝和控制肌肉的收緊和鬆弛。但是，攝入過量的鈉會對人體造成不良影響，會增加患上中風和腎病等的風險。根據世界衛生組織(World Health Organization, WHO)的建議，成人每日的鈉攝取量應低於2,000毫克，約等於5克的鹽，而兒童的鈉攝取量應少於成人，年紀愈小的兒童，每天所需的鈉也愈少。攝入過多的鈉會導致高血壓，從而增加中風、冠心病、心臟衰竭和腎病等風險，而減少鈉攝入量可以降低血壓以及與此相關疾病的風險。

本次60款樣本中單位鈉含量最高的是(樣本編號A5)「富華軒酒家」的「蟹子燒賣皇」，每100克含有737毫克鈉，以一籠重177克計算，進食一整籠就會攝取1,304毫克的鈉，超過世界衛生組織的每日建議攝取量的一半。

脂肪

脂肪為人體提供能量的其中一個來源，有助維持人體的正常活動機能，亦可為人體提供保暖的作用，但攝入過量的脂肪會引致肥胖，增加患上慢性疾病的風險。本次60款樣本的脂肪檢測結果可參考附表。

總糖

糖份雖是人體必需的熱量，但過量攝取會致肥，並導致增加罹患糖尿病及高血壓等心血管慢性疾病的風險。以世界衛生組織的建議作計算，若成年人每日吸收2,000千卡熱量計算，強烈及條件性的建議分別為每日攝取限量少於50克及25克，即約等於10粒及5粒方糖。

本次測試結果顯示，叉燒包的含糖量普遍較燒賣和蝦餃高，是因為叉燒包的餡料醬汁及中式麵包在製作時需要加入大量的糖調味所致。而20款叉燒包中，單位含糖量最高的是(樣本編號C9)「南湖明月」的「蠔皇蜜汁叉燒包」，每100克樣本就含有18.8克的糖，如進食一整籠(190克)，就會攝取35.7克糖，超出世界衛生組織的條件性建議。



熱量

熱量是用來維持身體機能、新陳代謝和日常生活活動，如心臟跳動、呼吸、四肢的運動等。熱量的基本來源是食物中的碳水化合物、脂肪和蛋白質。長期攝入過多的熱量，會在人體內積聚而造成肥胖，增加患上慢性疾病的機會。一般成年人每日所需的熱量約為1,800至3,200千卡不等，不同年齡、性別的人每日所需要攝取的熱量都有所不同，每天所需的熱量亦會因為所處地方的氣溫與及個人活動量而有所不同。

本次測試的三種點心當中，叉燒包的熱量普遍較燒賣和蝦餃要高，若以一整籠計算，熱量最高的是(樣本編號C7)「肥婆茶館(筷子基)」的「叉燒包」，只要進食一整籠(三個)就會攝入約632千卡的熱量。若以每個叉燒包作比較，20款叉燒包樣本中每個熱量最低的是(樣本編號C1)「京都餐廳」的「蜜汁叉燒包」，每個熱量為102.7千卡，最高的是(樣本編號C18)「皇廷閣」的「豉味叉燒包」，平均每個的熱量為272千卡，比一碗200克的白飯熱量(260千卡)為高。所有樣本的熱量檢測結果可參考附表。

致病菌

本次測試分別對金黃色葡萄球菌和沙門氏菌兩種常見的致病菌進行檢驗。市民若進食受污染的食物有可能會引致金黃色葡萄球菌食物中毒，症狀一般在進食後1至6小時出現，患者多數出現噁心、噁吐、胃痙攣和腹瀉，多數患病者會在1至3天後康復，少數患病者可能會出現嚴重的情況。而進食未經徹底煮熟的雞蛋製品、牛奶製品、肉類製品等就有機會攝入沙門氏菌，攝入之後6-72小時(通常為12-36小時)內出現疾病症狀，病程為2-7天，症狀相對輕微，通常出現急性發熱、腹部疼痛、腹瀉、噁心，有時嘔吐。大部分情況下，患者無需治療即可康復，但也有一些病例，特別是幼兒和老年患者，沙門氏

每100克點心、脂肪、糖、能量含量表

燒賣



蝦餃



叉燒包



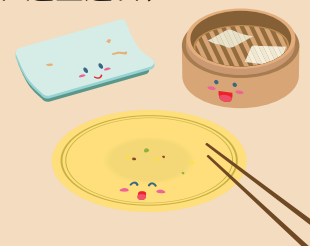
		燒賣	蝦餃	叉燒包
鈉(毫克)	▲ 最高	737.0	564.0	417.0
	▼ 最低	401.0	356.0	275.0
脂肪(克)	▲ 最高	15.1	9.7	7.6
	▼ 最低	3.1	1.6	1.4
糖(克)	▲ 最高	4.5	3.0	18.8
	▼ 最低	1.5	1.0	11.7
能量(千卡)	▲ 最高	229.9	183.1	278.2
	▼ 最低	119.7	112.1	237.1

菌可能引起嚴重的脫水並威脅生命。本次抽檢的60批樣本皆未有驗出上述兩種致病菌。

消費者委員會和市政署食品安全廳的選購及食用建議

- 應光顧信譽良好及衛生的酒樓食肆；
- 進食時，若發現點心未徹底煮熟、存有或疑有異味或異物，則不應食用；
- 使用清潔的食品容器打包剩餘的點心，回家後應盡快將其貯於雪櫃內(5°C以下)，且應盡早食用；進食前應將其徹底加熱，不應翻熱超過一次；

- 由於酒樓食肆的點心大多含較高的熱量、脂肪和鈉，消費者應保持均衡飲食，適量進食；
- 做個綠色消費者：按照進餐人數和食量點餐，減少浪費。 ①



酒樓食肆點心食品的衛生情況樣本資料

樣本編號 ^[1]	樣本名稱	抽樣地點	標示價 ^[2] (澳門元)	每籠 件數	重量 (克/籠)	檢測結果 ^[3]								
						致病菌 ^[4]	鈉(毫克)		脂肪(克)		總糖(克)		熱量(千卡) ^[5]	
							每100克	每件 ^[6]	每100克	每件 ^[6]	每100克	每件 ^[6]	每100克	每件 ^[6]
燒賣														
A1	蟹籽燒賣	皇廷閣(英皇酒店)	48.0	4	180	✓	607.0	273.2	4.3	1.9	2.7	1.2	119.7	53.9
A2	蝦仁燒賣皇	萬豪軒	28.0	4	160	✓	557.0	222.8	4.4	1.8	2.3	0.9	126.7	50.7
A3	花菇蝦仁燒賣	南湖明月	38.0	4	160	✓	510.0	204.0	5.0	2.0	2.3	0.9	129.3	51.7
A4	帶子燒賣皇	聚龍酒家	33.0	4	180	✓	691.0	311.0	3.1	1.4	4.5	2.0	130.5	58.7
A5	蟹子燒賣皇	富華軒酒家	23.0	4	177	✓	737.0	326.1	4.6	2.0	2.1	0.9	132.6	58.7
A6	蟹子蒸燒賣	羽軒(筷子基)	35.0	4	200	✓	401.0	200.5	5.6	2.8	1.5	0.8	134.8	67.4
A7	黑松露燒賣皇	美居大酒樓	24.0	4	150	✓	619.0	232.1	6.1	2.3	2.0	0.8	150.3	56.4
A8	鮮蝦仁燒賣皇	黃金閣	35.0	4	160	✓	455.0	182.0	6.6	2.6	3.0	1.2	150.6	60.2
A9	花菇燒賣皇	真點心(南灣)	33.0	4	147	✓	614.0	225.6	8.7	3.2	2.5	0.9	161.8	59.5
A10	蟹籽燒賣皇	聯邦大酒樓	28.8	4	157	✓	407.0	159.7	7.7	3.0	2.2	0.9	163.5	64.2
A11	蟹籽燒賣皇	世紀維景灣 海鮮火鍋城	36.0	4	230	✓	548.0	315.1	9.4	5.4	1.6	0.9	166.1	95.5
A12	蟹子燒賣皇	東國海鮮火鍋城	31.0	4	140	✓	469.0	164.2	8.4	2.9	1.7	0.6	168.0	58.8
A13	燒賣	新金華美食飯店	15.0	4	125	✓	539.0	168.4	9.0	2.8	2.1	0.7	180.0	56.2
A14	蟹子燒賣皇	華峰點心	28.0	4	170	✓	625.0	265.6	9.8	4.2	2.5	1.1	180.4	76.7
A15	粵匠燒賣皇	粵匠小聚	32.0	4	180	✓	585.0	263.3	9.7	4.4	2.8	1.3	181.6	81.7
A16	乾蒸燒賣	肥婆茶館(筷子基)	18.0	4	205	✓	543.0	278.3	12.7	6.5	2.6	1.3	200.8	102.9
A17	蟹皇大地燒賣	京都餐廳	36.0	4	170	✓	598.0	254.2	13.6	5.8	2.3	1.0	205.3	87.3
A18	蟹子燒賣仔	好世界酒樓	22.0	4	190	✓	461.0	219.0	14.4	6.8	2.3	1.1	216.8	103.0
A19	蟹子燒賣皇	嘉年華酒樓	29.0	4	175	✓	493.0	215.7	14.0	6.1	2.5	1.1	218.0	95.4
A20	蟹子燒賣王	聚賢海鮮美食	20.0	4	142	✓	606.0	215.1	15.1	5.4	2.6	0.9	229.9	81.6
蝦餃														
B1	明太子蝦餃皇	南湖明月	39.0	4	150	✓	483.0	181.1	1.6	0.6	1.7	0.6	112.1	42.0
B2	東國蝦餃皇	東國海鮮火鍋城	35.0	4	182	✓	362.0	164.7	1.6	0.7	1.0	0.5	112.6	51.2
B3	翡翠鮮蝦餃	華峰點心	30.0	4	180	✓	382.0	171.9	2.4	1.1	1.6	0.7	116.9	52.6
B4	黃金閣蝦餃皇	黃金閣	35.0	4	180	✓	477.0	214.7	3.7	1.7	1.7	0.8	119.0	53.6
B5	招牌蝦餃皇	真點心(南灣)	34.0	4	148	✓	544.0	201.3	3.7	1.4	1.7	0.6	126.0	46.6
B6	水晶鮮蝦餃	萬豪軒	33.0	4	150	✓	488.0	183.0	2.7	1.0	1.9	0.7	126.7	47.5
B7	維景鮮蝦餃皇	世紀維景灣 海鮮火鍋城	36.0	4	200	✓	470.0	235.0	1.8	0.9	1.5	0.8	127.6	63.8
B8	好世界鮮蝦餃	好世界酒樓	25.0	4	150	✓	464.0	174.0	1.7	0.6	1.7	0.6	128.6	48.2
B9	美居鮮蝦餃	美居大酒樓	24.0	4	175	✓	518.0	226.6	2.4	1.1	1.6	0.7	128.6	56.3
B10	聚龍蝦餃皇	聚龍酒家	36.0	4	170	✓	473.0	201.0	3.2	1.4	2.9	1.2	129.8	55.2
B11	聯邦鮮蝦餃	聯邦大酒樓	28.8	4	210	✓	487.0	255.7	3.9	2.0	2.1	1.1	130.3	68.4
B12	傳統蒸蝦餃 (原味)	粵匠小聚	34.0	4	200	✓	442.0	221.0	3.9	2.0	1.0	0.5	135.8	67.9
B13	富華軒蝦餃皇	富華軒酒家	23.0	4	172	✓	493.0	212.0	4.4	1.9	1.6	0.7	139.6	60.0

樣本編號 ^[1]	樣本名稱	抽樣地點	標示價 ^[2] (澳門元)	每籠 件數	重量 (克/籠)	檢測結果 ^[3]								
						致病菌 ^[4]	鈉(毫克)		脂肪(克)		總糖(克)		熱量(千卡) ^[5]	
							每100克	每件 ^[6]	每100克	每件 ^[6]	每100克	每件 ^[6]	每100克	每件 ^[6]
蝦餃														
B14	蝦餃	新金華美食飯店	19.0	4	170	✓	356.0	151.3	4.0	1.7	1.2	0.5	141.3	60.0
B15	水晶蝦餃皇	羽軒(筷子基)	39.0	4	220	✓	403.0	221.7	6.3	3.5	1.5	0.8	147.2	81.0
B16	京都鮮蝦餃皇	京都餐廳	40.0	4	210	✓	444.0	233.1	5.5	2.9	1.2	0.6	150.1	78.8
B17	荀尖鮮蝦餃	皇廷閣(英皇酒店)	48.0	4	170	✓	461.0	195.9	5.4	2.3	1.7	0.7	150.8	64.1
B18	嘉年華鮮蝦餃	嘉年華酒樓	32.0	4	187	✓	373.0	174.4	7.3	3.4	1.6	0.7	162.8	76.1
B19	肥婆蝦餃皇	肥婆茶館(筷子基)	22.0	4	155	✓	564.0	218.6	7.0	2.7	3.0	1.2	174.5	67.6
B20	聚賢鮮蝦餃	聚賢海鮮美食	26.0	4	155	✓	494.0	191.4	9.7	3.8	1.3	0.5	183.1	70.9
叉燒包														
C1	蜜汁叉燒包	京都餐廳	15.0	3	130	✓	350.0	151.7	3.3	1.4	14.7	6.4	237.1	102.7
C2	蜜汁叉燒包	好世界酒樓	19.0	3	165	✓	322.0	177.1	1.4	0.8	15.6	8.6	239.5	131.7
C3	蜜汁叉燒包	富華軒酒家	23.0	3	250	✓	283.0	235.8	3.4	2.8	14.7	12.3	242.4	202.0
C4	金蘭叉燒包	世紀維景灣 海鮮火鍋城	29.0	3	220	✓	348.0	255.2	4.4	3.2	14.1	10.3	243.1	178.3
C5	蠔皇叉燒包	黃金閣	25.0	3	175	✓	322.0	187.8	2.6	1.5	14.5	8.5	244.7	142.8
C6	蜜汁叉燒包	粵匠小聚	18.0	3	200	✓	325.0	216.7	3.3	2.2	18.4	12.3	251.0	167.3
C7	叉燒包	肥婆茶館(筷子基)	18.0	3	250	✓	306.0	255.0	5.4	4.5	11.7	9.8	252.9	210.7
C8	蠔皇叉燒包	聚賢海鮮美食	18.0	3	170	✓	354.0	200.6	5.2	2.9	15.8	9.0	252.9	143.3
C9	蠔皇蜜汁叉 燒包	南湖明月	29.0	3	190	✓	302.0	191.3	3.1	2.0	18.8	11.9	254.1	160.9
C10	蜜汁叉燒包	美居大酒樓	19.0	3	187	✓	323.0	201.3	3.6	2.2	15.5	9.7	256.5	159.9
C11	蠔皇叉燒包	嘉年華酒樓	24.0	3	180	✓	406.0	243.6	5.0	3.0	17.2	10.3	257.2	154.3
C12	叉燒包	新金華美食飯店	15.0	3	135	✓	342.0	153.9	4.7	2.1	15.2	6.8	257.6	115.9
C13	蜜汁叉燒包	聚龍酒家	26.0	3	160	✓	407.0	217.1	4.2	2.2	16.6	8.9	260.5	138.9
C14	蜜汁叉燒飽	萬豪軒	24.0	3	160	✓	342.0	182.4	4.5	2.4	15.0	8.0	261.7	139.6
C15	蜜汁叉燒包	真點心(南灣)	18.0	3	200	✓	398.0	265.3	4.5	3.0	13.7	9.1	262.2	174.8
C16	蠔皇叉燒包	羽軒(筷子基)	26.0	3	200	✓	340.0	226.7	7.6	5.1	14.3	9.5	268.4	178.9
C17	蜜汁叉燒包	聯邦大酒樓	13.8	3	162	✓	275.0	148.5	5.8	3.1	15.8	8.5	269.1	145.3
C18	豉味叉燒包	皇廷閣(英皇酒店)	33.0	2	200	✓	417.0	417.0	6.6	6.6	15.8	15.8	272.0	272.0
C19	蜜汁叉燒包	華峰點心	19.0	3	180	✓	330.0	198.0	5.9	3.5	15.4	9.2	277.7	166.6
C20	蠔皇叉燒包	東國海鮮火鍋城	23.0	3	184	✓	294.0	180.3	6.0	3.7	14.8	9.1	278.2	170.6

註:

“✓”:沒有驗出。

[1]: 樣本排序按每100克所含熱量由低至高排列,若數值相同則按樣本中文名稱筆劃由少至多順序排列。

[2]: 不同零售點價格可能有所不同。

[3]: 測試根據GB 5009.6-2016《食品安全國家標準 食品中脂肪的測定》,GB 4789.10-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 金黃色葡萄球菌檢驗》,GB 4789.4-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 沙門氏菌檢驗》,GB 5009.91-2017《食品安全國家標準 食品中鉀、鈉的測定》,GB 28050-2011《食品安全國家標準 預包裝食品營養標籤通則》,GB 20977-2007《糕點通則》。

[4]: 致病菌包括金黃色葡萄球菌和沙門氏菌。

[5]: 有關數據結果經換算後所得 (1千卡kcal = 4.184千焦kJ)。

[6]: 有關每件的營養素含量由換算所得,結果取四捨五入。