

買東西只看保質期的你，可能一直被噱了……

23-05-2022 江蘇省消保委

食品標籤密密麻麻一大段字，可是不少人卻只會看保質期。果汁和果味飲料傻傻分不清？同樣的東西為什麼朋友吃了沒事，你吃了就過敏？……解開這些疑問，要從看懂食品標籤開始。

看食品名稱是否有“貓膩”

食品名稱必須是能反映食品真實屬性的專用名稱。如果不能反映食品真實屬性，應在所示名稱的同一展示版面、用同一字型大小標示反映食品真實屬性的專用名稱。比如果汁和果味飲料不是同一種食品。

看圖文是否符合名稱

不能用虛假、誇大、使消費者誤解的文字、圖形等方式介紹食品，也不能利用字型大小或色差誤導消費者。比如，某種飲料將“果汁”的字型大小放大，在旁邊用較小的文字標示“味飲料”，就不符合國家標準；或是某種飲料沒有添加橙汁，就不能在包裝上標示柳丁、橙汁的圖案。

看清配料表

食品在製造或加工時使用的所有配料均應標示，並且按照各種配料加入量的遞減順序逐一排列。配料表排第一位的一定是加入量最多的配(原)料。

注意生產日期

日期標示不得另外加貼、補印或篡改。但也有例外，當進口食品包裝上僅標了保質期和最佳食用日期，應根據保質期和最佳食用日期，以加貼、補印等方式如實標示生產日期。如果生產日期一欄是另外加貼的，請謹慎購買。

看清保質期和貯存方式

保質期是指在標籤指明的貯存條件下，保持品質的期限。超過保質期的食品不建議購買和食用。

保質期豁免

部分食品可以不標示保質期，比如酒精度大於等於 10%的飲料酒、食醋、食用鹽、固態食糖類、味精等。其中固態食糖為白砂糖、綿白糖、紅糖和冰糖等，不包括糖果。

產品標準反映真實屬性

國內生產並在國內銷售的預包裝食品（不包括進口預包裝食品）應標示產品所執行的標準代號和順序號。產品標準往往反映了產品的真實屬性。

看質量等級

產品標準規定了質量等級的，應標示質量等級。質量等級越高，標準要求越嚴格。

看食用方法

食用方法可以說明辨別該產品是否滿足選購要求。

看致敏物質和注意事項

查看該產品是否有食用禁忌、是否含有可能引起過敏反應的配料。

看是否有違規表述

食品標籤不應標注或者暗示具有預防、治療疾病作用的內容，非保健食品不得明示或者暗示具有保健作用。

大家以後再面對各類食品，一定要好好查看外包裝上的配料表，這樣就能夠避免許多「坑」了哦~