

ICS XXX  
中国标准文献分类号

# 中国营养保健食品协会团体标准

T/XXXX XXX-XXXX

## 代餐食品

Meal Replacement

20XX-XX-XX 发布

20XX-XX-XX 实施

中国营养保健食品协会 发布

## 前言

本标准按照 GB/T 1.1-2020 和 GB/T 20001.10-2014 规则起草。

本标准由中国营养保健食品协会提出并归口。

本标准主要起草单位：

本标准主要起草人：

# 中国营养保健食品协会团体标准

## 代餐食品

### 1 范围

本标准适用于需要代替一餐或多餐营养的健康人群的代餐食品。

本标准适用于预包装食品，不适用于保健食品。

### 2 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

#### 2.1 代餐食品

为了满足儿童、青少年及成年人机体的营养需要，代替一餐或者多餐，专门加工制作而成的食品。

#### 2.2 部分代餐食品

为了满足儿童、青少年及成年人机体的营养需要，代替一餐或者多餐中的部分膳食，专门加工制作而成的食品。

#### 2.3 份

指用于代餐食品营养标签的单位，标示“份”为代餐食品每餐计的摄入单位。

#### 2.4 能量

食品中的蛋白质、脂肪和碳水化合物等营养素在人体代谢中产生的能量。

食品中能量的计算根据主要供能成分含量乘以相应的换算系数加和而成。

### 3 产品类别

#### 3.1 按用途分类

##### 3.1.1 完全代餐食品

##### 3.1.2 部分代餐食品

#### 3.2 按特征营养素分类

**注：**针对能量、蛋白质、膳食纤维等的不同需求而设计的代餐食品。

##### 3.2.1 补充能量类代餐食品

以碳水化合物为主要成分，添加其他辅料，能够提供日常一餐所需能量的代餐食品或部

分代餐食品。

### 3.2.2 控制能量类代餐食品

能够满足机体一餐营养所需，但可控制能量的代餐食品或部分代餐食品。

### 3.2.3 补充蛋白质类代餐食品

以蛋白质或蛋白质水解物为主要成分，添加其他辅料，能够提供日常一餐所需蛋白质的代餐食品或部分代餐食品。

### 3.2.4 补充膳食纤维类代餐食品

以膳食纤维为主要成分，添加其他辅料，能够提供日常一餐所需营养的代餐食品或部分代餐食品。

### 3.2.5 补充维生素矿物质类代餐食品

以维生素和矿物质为主要成分，添加其他辅料，能够提供日常一餐所需维生素矿物质的代餐食品或部分代餐食品。

### 3.2.6 其他代餐食品

除上述类别以外的其他可以代替一餐或多餐的代餐食品或部分代餐食品。

## 4 技术要求

### 5.1 基本要求

代餐食品形态包括固态、半固态和液态等。

代餐食品中所使用的原料应符合相应的食品标准和/或相关规定。

### 5.2 感官要求

代餐食品的色泽、滋味、气味、组织状态应符合相应产品的特性，不应有正常视力可见的外来异物。

### 5.3 技术指标

按按用途分类或特征营养素分类的各类产品需满足以下技术指标要求。

#### 5.3.1 代餐食品

##### 5.3.1.1 能量

代餐食品，每餐代餐食品所提供的能量应大于等于 835kJ（200kcal），不高于 1670kJ（400kcal）。能量的计算按每餐代餐食品中蛋白质、脂肪、碳水化合物的含量乘以各自相应

的能量系数 17kJ/g、37kJ/g、17kJ/g（膳食纤维的能量系数为 8kJ/g 计算），所得之和为 kJ，再除以 4.184 为 kcal。

### 5.3.1.2 蛋白质

代餐食品中蛋白质提供的能量占总能量的 25-50%。优质蛋白质所占蛋白质的比例应不低于 50%。

### 5.3.1.3 脂肪

代餐食品中来源于脂肪的能量不应超过总能量的 30%。来源于饱和脂肪的能量不应超过总能量的 10%，不得使用氢化油脂。亚油酸供能比不低于 3.0%。

### 5.3.1.4 必须成分

代餐食品中必须成分的含量应符合表 1 的规定。

表 1 代餐食品必须成分指标要求

种类	每餐食品（以每餐提供量计）	检测方法
膳食纤维/g	5~12	GB 5009.88
维生素 A/ $\mu$ g RE	260~580	GB 5009.82
维生素 B1/mg	0.4~N.S.	GB 5009.84
维生素 B2/mg	0.4~N.S.	GB 5009.85
维生素 C/mg	30~N.S.	GB 5009.86
烟酸/mg	4.6~N.S.	GB 5009.89
叶酸/ $\mu$ g	110~N.S.	GB 5009.211
钙/mg	260~N.S.	GB 5009.92
镁/mg	50~N.S.	GB 5009.241
铁/mg	5~9	GB 5009.90
锌/mg	3~7	GB 5009.14
N.S. 为没有特别说明。		

### 5.3.1.5 可选择性成分

除表 1 规定的必须成分外，如果在代餐食品中选择性添加或标签标示含有表 2 中一种或多种成分，其含量应符合表 2 的规定。

表 2 代餐食品可选择性成分指标要求

种类	每餐食品（以每餐提供量计）	检测方法
维生素 D/ $\mu$ g	0.5~N.S.	GB 5009.82
维生素 E/（mg $\alpha$ -TE）	4.5~N.S.	GB 5009.82
维生素 B6/mg	0.4~N.S.	GB 5009.154
维生素 B12/ $\mu$ g	0.8~N.S.	GB 5413.14

钾/mg	100~1200	GB 5009.91
磷/mg	N. S. ~420	GB 5009.87
钠/mg	N. S. ~1000	GB 5009.91
泛酸/mg	1.7~N. S.	GB 5009.210
N. S. 为没有特别说明。		

### 5.3.1.5 其他成分

如果在代餐食品中添加其他成分，应符合相应标准和/或有关规定。

## 5.3.2 部分代餐食品

### 5.3.2.1 能量

部分代餐食品，每份所提供的能量应大于等于 334kJ(800kcal)，不高于 835kJ(200kcal)。能量的计算按每餐代餐食品中蛋白质、脂肪、碳水化合物的含量乘以各自相应的能量系数 17kJ/g、37kJ/g、17kJ/g（膳食纤维的能量系数为 8kJ/g 计算），所得之和为 kJ，再除以 4.184 为 kcal。

### 5.3.2.2 蛋白质

部分代餐食品，每份中蛋白质提供的能量占总能量的 25-50%且不低于 8 克。优质蛋白质所占蛋白质的比例应不低于 50%。

### 5.3.2.3 脂肪

部分代餐食品，每份中来源于脂肪的能量不应超过总能量的 30%。来源于饱和脂肪的能量不应超过总能量的 10%，不得使用氢化油脂。

### 5.3.2.4 必须成分

部分代餐食品中必须成分的含量应符合表 3 的规定。

表 3 部分代餐食品必须成分指标要求

种类	每餐食品（以每餐提供量计）	检测方法
膳食纤维/g	2.0~12.0	GB 5009.88
维生素 B1/mg	0.2~N. S.	GB 5009.84
维生素 B2/mg	0.2~N. S.	GB 5009.85
钙/mg	80~N. S.	GB 5009.92
铁/mg	2.5~N. S.	GB 5009.90
锌/mg	1.5~N. S.	GB 5009.14
N. S. 为没有特别说明。		

### 5.3.2.5 可选择性成分

除表 3 规定的必须成分外，如果在部分代餐食品中选择性添加或标签标示含有表 4 中一种或多种成分，其含量应符合表 4 的规定。

表 4 部分代餐食品可选择性成分指标要求

种类	每餐食品（以每餐提供量计）	检测方法
维生素 A/ $\mu\text{g RE}$	120~400	GB 5009.82
维生素 D/ $\mu\text{g}$	0.25~N. S.	GB 5009.82
维生素 E/ ( $\text{mg } \alpha\text{-TE}$ )	2~N. S.	GB 5009.82
叶酸/ $\mu\text{g}$	50~N. S.	GB 5009.211
泛酸/mg	1.0~N. S.	GB 5009.210
维生素 B6/mg	0.2~N. S.	GB 5009.154
维生素 B12/ $\mu\text{g}$	0.4~N. S.	GB 5413.14
维生素 C/mg	15~N. S.	GB 5009.86
烟酸/mg	2.3~N. S.	GB 5009.89
镁/mg	20~N. S.	GB 5009.241
钾/mg	40~1200	GB 5009.91
磷/mg	N. S. ~420	GB 5009.87
钠/mg	N. S. ~1000	GB 5009.91
N. S. 为没有特别说明。		

#### 5.3.2.5 其他成分

如果在部分代餐食品中添加其他成分，应符合相应标准和/或有关规定。

#### 5.3.3 补充能量类代餐食品

固态：能量值 $\geq 1500\text{kJ}/100\text{g}$ 且碳水化合物提供的能量占产品总能量的比例 $\geq 60\%$ ；液态：能量值 $\geq 150\text{kJ}/100\text{g}$ 且碳水化合物提供的能量占产品总能量的比例 $\geq 60\%$ 。

#### 5.3.4 控制能量类代餐食品

固态：能量值 $\leq 170\text{kJ}/100\text{g}$ 且脂肪提供的能量占产品总能量的比例 $\leq 50\%$ ；液态：能量值 $\leq 80\text{kJ}/100\text{g}$ 且脂肪提供的能量占产品总能量的比例 $\leq 50\%$ 。

#### 5.3.5 补充蛋白质类代餐食品

固态：每 100g 蛋白质的含量 $\geq 20\%\text{NRV}$ ；液态：每 100 mL 蛋白质的含量 $\geq 10\%\text{NRV}$ 。

#### 5.3.6 补充膳食纤维类代餐食品

固态：膳食纤维含量 $\geq 6\text{g}/100\text{g}$ ；液态：膳食纤维含量 $\geq 3\text{g}/100\text{mL}$ 。

#### 5.3.7 补充维生素矿物质类代餐食品

固态：每 100g 中维生素或矿物质含量 $\geq 30\%$  NRV；液态：每 100 mL 中维生素或矿物质含量 $\geq 15\%$  NRV。

#### 5.4 污染物限量

污染物限量应符合 GB 2762 中相同或近产品类别的要求

#### 5.5 真菌毒素限量

真菌毒素限量应符合 GB 2761 中相同或近产品类别的要求。

#### 5.6 致病菌限量

致病菌限量应符合 GB 29921 中相同或近产品类别的要求。

#### 5.7 食品添加剂和营养强化剂

5.7.1 产品中食品添加剂的使用可参照 GB 2760 中相同或相近食品类别允许使用的添加剂种类和使用量。

5.7.2 产品中添加的营养素，其所使用的营养强化剂化合物来源应符合 GB 14880 的要求。

按特征营养素分类的代餐食品，如果添加营养素，则需满足本标准表 3 和表 4 中营养素含量要求。

5.7.3 食品添加剂和营养强化的质量规格应符合相应的标准和/或有关规定。

### 6 标签

6.1 产品标签应符合 GB 7718 的规定，营养标签应符合 GB 28050 的规定。

6.2 代餐食品能量、蛋白质、脂肪、必须成分和可选择成分含量标识应增加“每份”含量的标识。

6.3 标签中应在主要展示面标示“代餐食品”及产品所属分类。禁止使用减肥等相关名词。

6.4 应在标签中标示“孕妇、哺乳期妇女、婴幼儿、病人不适宜食用”。

6.5 部分代餐食品及按特征营养素分类的代餐食品，应在标签中标示“替代一餐中的部分膳食，不可替代一餐食用，与牛奶、蔬果等其他食物搭配食用，合理均衡营养”。

### 7 其他

7.1 有关产品食用方法应在标签上明确说明。



7.2 必要时应标示食物禁忌或其他注意事项。