表二：牛油、起酥油、人造牛油、混合脂肪塗抹醬及脂肪塗抹醬樣本的測試結果

樣本編號[1]	品牌及樣本名稱[2]	重量（克）[2][3]	食用分量（克）[2][3]	大約售價[4]	每100克售價[4]	安全測試：塑化劑（毫克/公斤）[5] DEHP	DINP	DEHA	ATBC	整體	3-MCPDE及縮水甘油脂肪酸酯（微克/公斤）[6] 3-MCPD	Glycidol	整體	苯並[a]芘（微克/公斤）[7]	整體 [8]	營養素含量測試 [9]：總脂肪（克/100克） 測試	標籤	差距	飽和脂肪酸（克/100克） 測試	標籤	差距	反式脂肪酸（克/100克） 測試	標籤	差距	單元不飽和脂肪酸（克/100克） 測試	標籤	差距	多元不飽和脂肪酸（克/100克） 測試	標籤	差距	鈉（毫克/100克） 測試	標籤	差距	水分(克/100克)	營養素含量 [10] 整體	營養標籤 [11] 整體	總評[12]
無加鹽牛油（Unsalted Butter）																																							
1	**Pauls** Australian Butter (Unsalted)	227	10	$36.0	$15.9	ND	ND	0.58	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	84.9	83.0	2%	45.9	56.4	-19%	3.71	4.0	-7%	15.4	—	—	1.8	—	—	6	10	-40%	15.2	●●●◖	●●●●●	★★★★½
2	**大公司 Daisy** 無鹽牛油 Unsalted butter	200	7	$48.9	$24.5	ND	ND	0.60	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	84.9	83.0	2%	44.2	56.0	-21%	3.98	4.0	-1%	14.9	—	—	1.7	—	—	6	10	-40%	15.2	●●●◖	●●●●●	★★★★½
3	**Lactima** 牛油 (無鹽) Butter (unsalted)	200	—	$24.0	$12.0	ND	ND	1.30	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	83.4	83.0	0%	45.3	54.0	-16%	2.79	2.0	40%	15.5	—	—	1.5	—	—	5	0	*□	15.4	●●●◖	●●●◖	★★★★½
4	**銀寶Lurpak** 無鹽牛油 Butter (Unsalted)	200	20	$35.9	$18.0	ND	ND	0.27	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	84.4	82.0	3%	44.9	53.0	-15%	3.74	2.7	39%	17.3	—	—	1.7	—	—	6	0	*■	16.0	●●●◖	●●●◖	★★★★
5	**avonmore** 愛爾蘭無鹽牛油 Pure Irish Butter (Unsalted)	200	10	$37.9	$19.0	ND	ND	0.70	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	84.3	83.0	2%	44.4	53.0	-16%	4.07	2.9	40%	14.0	—	—	1.4	—	—	9	8	13%	15.8	●●●	●●●◖	★★★★
有加鹽牛油（Salted Butter）																																							
6	**Heritage** Butter (Salted)	250	—	$39.9	$16.0	ND	ND	0.23	0.44	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	82.7	81.3	2%	49.9	49.3	1%	3.05	3.2	-5%	14.0	—	—	1.8	—	—	320	400	-20%	15.5	●●●	●●●●●	★★★★½
7	**法國總統French Président** 有鹽牛油Butter (Salted)	200	—	$50.0	$25.0	ND	ND	0.13	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	81.2	80.0	2%	46.0	55.0	-16%	2.45	2.1	17%	14.2	—	—	1.5	—	—	710	800	-11%	15.4	●●◖	●●●●◖	★★★★
8	**德運Devondale** 咸味黃油 Salted Butter	227	—	$22.0	$9.7	ND	ND	0.50	0.91	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	82.4	81.0	2%	43.1	55.1	-22%	4.47	4.1	9%	14.5	—	—	1.7	—	—	470	492	-4%	15.6	●●◖	●●●●●	★★★★
9	**M&S Food** Organic British Salted Butter	250	10	$55.0	$22.0	ND	ND	0.44	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	86.3	81.7	6%	48.4	54.0	-10%	2.64	2.5	6%	13.4	—	—	1.7	—	—	690	600	15%	12.3	●●◖	●●●●◖	★★★★
10	**Topvalu** 100% Hokkaido Milk Butter Mini Pack with salt	8 x 8件	8	$19.9	$31.1	ND	ND	0.12	0.44	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	78.4	豁免	豁免	47.6	豁免	豁免	2.28	豁免	豁免	14.7	—	—	2.0	—	—	550	豁免	豁免	15.4	●●●	●●●◖	★★★★
11	**coles** Organic Salted Butter	250	—	$43.9	$17.6	ND	ND	0.53	ND	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	80.9	82.4	-2%	46.2	59.0	-22%	4.19	3.8	10%	13.1	—	—	1.6	—	—	580	628	-8%	15.1	●●◖	●●●●●	★★★★
12	**安佳Anchor** 有鹽牛油 Pure New Zealand Butter (Salted)	227	15	$43.9	$19.3	ND	ND	0.43	1.70	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	82.6	81.4	1%	45.6	53.9	-15%	5.00	3.8	32%	13.9	—	—	1.3	—	—	420	600	-30%	15.4	●●◖	●●●◖	★★★★
起酥油（Shortening）																																							
13	**Crisco** All-Vegetable Shortening	453	12	$39.0	$8.6	ND	ND	ND	ND	●●●●●	410	430	●●●◖	ND ●●●●●	●●●●◖	99.9	100.0	0%	25.4	29.2	-13%	0.44	0.0	*■	19.6	20.8	-6%	45.2	50.0	-10%	3	0	*□	ND	●●●●●	●●◖	★★★★
混合脂肪塗抹醬（Blended fat spread）及混合脂肪（Blends）																																							
14	**大公司 Daisy** Butter Blend Spread (Salted)	250	10	$48.9	$19.6	ND	ND	0.24	0.14	●●●●●	ND	ND	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	80.0	81.0	-1%	33.0	40.9	-19%	2.69	3.6	-25%	23.9	—	—	8.2	—	—	690	700	-1%	17.0	●●●◖	●●●●●	★★★★½
15	**銀寶Lurpak** 有鹽軟牛脂Spreadable Slightly Salted	250	10	$56.5	$22.6	ND	ND	0.13	1.40	●●●●●	ND	60	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	77.5	78.0	-1%	30.2	35.0	-14%	2.17	1.7	28%	25.4	—	—	7.9	—	—	370	360	3%	20.8	●●●●	●●●●	★★★★½
16	**Président** Ambassador Culinary Fat Blend (Unsalted)	200	—	$29.0	$14.5	0.41	0.63	ND	ND	●●●●●	180	180	●●●●◖	ND ●●●●●	●●●●◖	78.9	80.0	-1%	69.0	74.0	-7%	0.41	1.5	-73%	1.9	—	—	0.2	—	—	4	8	-50%	20.9	●●●	●●●◖	★★★½
脂肪塗抹醬（Fat spread）																																							
17	**Flora** Light Spread	500	10	$43.9	$8.8	ND	ND	ND	ND	●●●●●	83	97	●●●●●	ND ●●●●●	●●●●●	47.6	47.2	1%	11.5	12.4	-7%	0.07	0.4	-83%	13.5	11.7	15%	18.3	19.7	-7%	310	350	-11%	48.0	●●●●◖	●●●●●	★★★★★
18	**Meadows** Spread with Sunflower Oil	250	10	$19.0	$7.6	ND	ND	ND	ND	●●●●●	170	160	●●●●◖	ND ●●●●●	●●●●●	61.1	60.0	2%	12.9	15.0	-14%	0.19	0.4	-53%	19.8	17.7	12%	22.9	26.4	-13%	410	520	-21%	51.5	●●●●◖	●●●●●	★★★★★
19	雪印 **Snow Brand** 雪印特級植物牛油 Neo Soft Spread	320	10	$31.9	$10.0	ND	ND	ND	ND	●●●●●	290	180	●●●●	0.8 ●●●●	●●●●●	71.1	71.3	0%	25.0	23.7	5%	0.29	1.4	-79%	17.4	—	—	25.6	—	—	480	510	-6%	26.5	●●●●	●●●●●	★★★★½
20	**Meiji** Butter Soft	330	—	$27.9	$8.5	ND	ND	ND	ND	●●●●●	470	590	●●●	ND ●●●●●	●●●●◖	59.8	70.0	-15%	17.5	49.0	-64%	0.31	0.0	*■	15.4	—	—	20.9	—	—	380	440	-14%	38.3	●●●●	●●◖	★★★★
21	**earth balance** Original Buttery Spread	425	14	$80.0	$18.8	ND	ND	ND	ND	●●●●●	1200	1500	●◖	ND ●●●●●	●●●◖	77.6	78.6	-1%	20.3	21.4	-5%	0.17	0.0	*□	34.3	42.9	-20%	16.1	14.3	13%	770	750	3%	19.8	●●●●	●●●	★★★½
22	**Olive Grove** Classic Spread Butter	500	10	$46.9	$9.4	ND	ND	ND	ND	●●●●●	77	250	●●●●◖	ND ●●●●●	●●●●●	60.1	63.0	-5%	14.5	16.9	-14%	0.18	0.1	80%	28.4	—	—	12.7	—	—	310	340	-9%	37.5	●●●●◖	●●◖	★★★½
23	**Laburnum** Vegetable Fat Spread△▲	250	—	$10.0	$4.0	ND	ND	ND	0.87	●●●●●	450	190	●●●●	ND ●●●●●	●●●●◖	72.1	72.0	0%	25.4	26.0	-2%	0.28	無標示	◆	29.6	—	—	10.5	—	—	530	590	-10%	45.9	●●●●	●●	★★★½
24	**OraSi** Vegetable fat for spread 70% Margarina	250	—	$9.5	$3.8	ND	ND	ND	0.78	●●●●●	520	260	●●●◖	ND ●●●●●	●●●●◖	72.2	70.0	3%	32.5	34.0	-4%	ND	無標示	◆	27.3	—	—	6.2	—	—	29	0	*■	26.8	●●●●◖	●●	★★★½
蒜味人造牛油(Margarina)																																							
25	**Constantia** Garlic Margarine▲	230	100	$52.0	$22.6	ND	ND	ND	ND	●●●●●	720	160	●●●◖	ND ●●●●●	●●●●◖	66.7	62.6	7%	13.9	14.8	-6%	0.17	0.0	*□	31.8	—	—	12.2	—	—	560	647	-13%	28.7	●●●●	●●	★★★½
26	**Marin Food** Garlic Margarine	160	—	$32.5	$20.3	ND	ND	ND	ND	●●●●●	340	380	●●●◖	ND ●●●●●	●●●●◖	63.0	64.1	-2%	22.1	11.9	86%	0.30	11.9	-97%	16.4	—	—	18.0	—	—	760	868	-12%	26.4	●●●●	●●	★★★½
添加植物固醇（sterol）或甾烷醇（stanol）的脂肪塗抹醬																																							
27	**table lands** Butter Spread with Plant Sterols△	500	25	$42.9	$8.6	ND	ND	ND	ND	●●●●●	ND	260	●●●●◖	ND ●●●●●	●●●●●	71.6	64.2	12%	13.9	13.8	1%	0.12	0.2	-40%	32.4	—	—	7.5	—	—	310	360	-14%	26.8	●●●●◖	●●●●◖	★★★★½
28	**Benecol** Buttery Spread 58% Vegetable Oils Original	227	14	$90.0	$39.6	ND	ND	ND	ND	●●●●●	86	590	●●●◖	ND ●●●●●	●●●●◖	66.3	57.1	16%	9.5	7.1	34%	0.09	0.0	*□	32.5	32.1	1%	13.5	14.3	-6%	680	750	-9%	34.8	●●●●◖	●●●●◖	★★★★½

註

篇幅所限，表二樣本＃1至＃28的聲稱來源地及成分表已上載至本會網站，詳情請瀏覽網址:https://ccchoice.org/551_butter_table或掃描左方的二維條碼。

— 沒有標示
ND 沒有檢出
△ 聲稱適合素食主義者
▲ 聲稱適合全素食主義者

[1] 樣本按總評分由高分至低分列出，愈多★代表愈好，相同評分的樣本，會按牌子的英文字母由A至Z順序排列，如樣本同時有中英文名稱，會按牌子的中文筆劃由少至多順序排列。

[2] 資料從檢視樣本的包裝或由店舖店員提供所得。

[3] 重量以克為單位，有特別說明的除外。各樣本的食用分量是檢視其包裝資料所得。平均食用分量為17克，是所有有標示食用分量的樣本的數據經四捨五入所計算得的平均值，供消費者參考。中國營養學會的《中國居民膳食指南》（2022版）建議每天烹用油的分量為25至30克，同時建議培養清淡飲食習慣，少吃油炸食品。

[4] 樣本的零售價為約數，是本會於2022年2月至3月購買樣本時的售價，僅供參考，實際售價會因零售店及地區而有差異。

[5] a 歐盟訂定部分塑化劑從食物接觸的容器遷移到食物的特定遷移限量：
(i) 鄰苯二甲酸二（2－乙基己酯）(di(2-ethylhexyl) phthalate，DEHP）從食物接觸的容器遷移到食物的特定遷移限量為1.5毫克/公斤。
使用規限：作為塑化劑，它只可用於接觸非油性食物的多次使用物料和物品。用作工藝助劑，濃度不高於製成品的0.1%。
(ii) 歐盟訂明鄰苯二甲酸二異癸酯（di-isodecyl phthalate，DIDP）及鄰苯二甲酸二異壬酯（diisononyl phthalate，DINP）從食物接觸的容器遷移到食物的特定遷移限量為9毫克/公斤。
使用規限：作為塑化劑，它只可用於多次使用物料和物品，以及接觸非油性食物（嬰兒配方奶粉和較大嬰兒配方奶粉或供嬰幼兒食用的加工穀類食品和嬰兒食品除外）的一次性使用物料和物品；用作工藝助劑，濃度不高於製成品的0.1%。
(iii) 己二酸二辛酯（di(2-ethylhexyl) adipate，DEHA）從食物接觸的容器遷移到食物的特定遷移限量為18毫克/公斤。
b 香港食物安全中心訂定的DEHP、DBP、BBP、DIDP及DINP塑化劑的行動水平與歐盟相同。
c 歐洲食物安全局為DEHP、DBP、BBP及DINP訂定組合每日可耐受攝入量（group tolerable daily intake，group-TDI）為每日每公斤體重0.05毫克，表示為DEHP當量（equivalents）。以一個60公斤體重人士為例，其DEHP、DBP、BBP及DINP的組合每日可耐受攝入量為3毫克。
d 食品科學委員會（The Scientific Committee on Food，SCF）為DEHA訂定的每日可耐受攝入量為每日每公斤體重0.3毫克。以1個60公斤體重人士為例，DEHA的每日可耐受攝入量為18毫克。
e 歐洲食物安全局為檸檬酸乙醯基三丁酯（acetyl tri-n-butyl citrate，ATBC）訂定的每日可耐受攝入量為每日每公斤體重1毫克。以1個60公斤體重人士為例，ATBC的每日可耐受攝入量為60毫克。
f 評分比重：
DEHP 25% DINP 25%
DEHA 25% ATBC 25%
檢出的塑化劑含量愈高，評分愈低。愈多●表示表現愈佳，最多5粒。

[6] a 用於生產嬰兒食品和嬰幼兒加工穀類食品的植物油和脂肪，以及初榨橄欖油除外，歐盟對市場最終供應予消費者使用，或用作食品成分的油脂與油脂的混合物訂定3-MCPD及其脂肪酸酯（以3-MCPD顯示）總和含量不得超過每公斤2,500微克，而最終供應予消費者使用，或用作食品成分的植物油和脂肪訂定縮水甘油脂肪酸酯(以環氧丙醇顯示)的最高含量為每公斤1,000微克。
b 環氧丙醇屬於基因致癌物，歐洲食物安全局建議人們應盡量減少攝入基因致癌物，因此不能釐定一個安全攝入限量。
c 評分比重：
3-MCPD 50% 環氧丙醇 50%
檢出的3-MCPD及環氧丙醇含量愈高，評分愈低。愈多●表示表現愈佳，最多5粒。如果樣本的環氧丙醇含量超過歐盟標準上限，總評分會受到局限。

[7] a 苯並[a]芘（Benzo[a]pyrene，B[a]P）為基因致癌物。現時食安中心為食油訂定的行動水平是每公斤10微克苯並[a]芘，不過將於2023年6月1日生效的香港《2021年食物內有害物質（修訂）規例》規定任何油或脂肪或兩者的混合物的苯並[a]芘的最高含量為為每公斤5微克。
b 歐盟就食油訂定苯并[a]芘的最高含量為每公斤2.0微克。
檢出的苯並[a]芘含量愈高，評分愈低。愈多●表示表現愈佳，最多5粒。

[8] 安全測試的整體評分的比重如下：
塑化劑 45%
3-MCPD及其脂肪酸酯（以3-MCPD顯示）以及縮水甘油脂肪酸酯（以環氧丙醇顯示） 45%
苯並[a]芘 10%
若樣本的縮水甘油脂肪酸酯（以環氧丙醇顯示）結果超出歐盟上限，其整體評分會受到限制。

[9] 如果樣本營養標籤上營養素的數值以每食用分量為單位，本研究會將每食用分量（克）轉換成每100克（營養素的數值除以每食用分量（克）乘以100克），經四捨五入計算。
食安中心《營養標籤及營養聲稱技術指引》（下稱「技術指引」）規定能量數值/營養素含量與標籤數值的差距應符合規管容忍限，有關資料參閱表四。
＊由於樣本的營養標籤上該營養素的標示值為0，因此無法計算出百分比。
□ 營養素含量的測試結果達到標示為0的要求。
■ 營養素含量的測試結果不符標示為0的要求。
◆未標示獲豁免但沒有標示該營養素含量。

[10] 世衛建議應攝取較多單元不飽和脂肪酸及多元不飽和脂肪酸，有助控制體內的好壞膽固醇的水平。在減低壞膽固醇的水平上，相較於單元不飽和脂肪酸，以多元不飽和脂肪酸代替飽和脂肪酸及反式脂肪酸有較明顯的效果。
鈉、飽和脂肪酸及反式脂肪酸的含量愈高，評分愈低。單元不飽和脂肪酸及多元不飽和脂肪酸的含量愈高，評分愈高。營養素含量的評分比例如下。愈多●表示表現愈佳，最多5粒。
飽和脂肪酸 20%
反式脂肪酸 20%
單元不飽和脂肪酸 20%
多元不飽和脂肪酸 20%
鈉 20%

[11] 標籤資料與測試結果的吻合度按以下比例作評分，●愈多表示表現愈佳，最多5粒。
總脂肪 14%
飽和脂肪酸 14%
反式脂肪酸 29%
單元不飽和脂肪酸 7%
多元不飽和脂肪酸 7%
鈉 29%
如營養標籤沒有標示單元不飽和脂肪酸和多元不飽和脂肪酸含量，該等項目不會予以評分。若營養標籤的標示值和測試結果的差距超出技術指引的規管容忍限，或營養素含量未達到標示為0的要求，或未獲豁免但沒有標示該營養素含量，或牛油樣本的總脂肪含量未達80%或以上，評分會受到局限。如成分表顯示主要成分為植物油，成分表亦沒有顯示含牛油，但產品名稱或包裝上標示"butter""，部分評分會被扣減。

[12] 總評分的比重如下：
安全測試 45%
營養素含量測試 40%
營養標籤的標示值和測試結果的差距 15%
如果樣本的縮水甘油脂肪酸酯（以環氧丙醇顯示）含量超過歐盟標準，或樣本的營養標籤的標示值和測試結果的差距超過食安中心《技術指引》的要求，或牛油樣本的總脂肪含量未達80%或以上，總評分會受到局限。
所有樣本均沒有檢出塑化劑BBP、DBP及DIDP，因此該等測試項目不包括在總評比重之內。