

表二：部分營養素和污染物對人體的功用和影響、每日攝取上限以及含量參考水平

測試項目	鈉	總脂肪	飽和脂肪	3-氯-1,2-丙二醇 (3-MCPD)及其脂肪酸酯	縮水甘油脂肪酸酯 (GE)	
對人體的功用	有助維持體液平衡，亦是神經傳送和肌肉收縮方面的必需元素	提供能量，是構成細胞的一部分，並協助身體輸送及吸收維他命A、D、E、K等脂溶性維他命。為身體保暖，保護體內器官免受震盪	—	—	—	
過量攝入對人體的影響	令血壓上升，增加患上心血管疾病和腎病的風險	引致肥胖，增加患上慢性疾病，例如心臟病、高血壓的風險	令血液中的壞膽固醇上升，增加患上心血管疾病的風險	其脂肪酸酯會在體內分解成3-MCPD。3-MCPD會影響實驗動物的腎臟、中樞神經系統和雄性生殖系統，被歸類為「或可能令人類患癌」(第2B組)	會在體內分解成環氧丙醇(glycidol)。研究發現環氧丙醇對動物有神經系統毒性、腎臟毒性、基因毒性、會減低其生育能力及致癌，被歸類為「可能令人類患癌」(第2A組)	
每日攝取2,000千卡能量的成人的每日攝取上限(每餐[1])	不超過2,000毫克[2] (667毫克)	不超過66.7克[3] (22.2克)	不超過22.2克[3] (7.4克)	60公斤成年人：240微克[4]	動物實驗證實環氧丙醇具基因毒性，並可誘發癌症，不宜就環氧丙醇訂定健康參考值	
中等活動量的7歲女童的每日攝取上限(每餐[1])	不超過1,200毫克[2] (400毫克)	不超過51.7克[3] (17.2克)	不超過17.2克[3] (5.7克)	24公斤的7歲女童：96微克[4]		
每100克固體和100毫升液體食物的營養素含量參考水平或聲稱條件[5]	「低鈉」：不超過120毫克◆ 「高鈉」：固體—超過600毫克；液體—超過300毫克#	「低脂」：固體—不超過3克；液體—不超過1.5克◆ 「高脂」：超過20克#	「低飽和脂肪」：固體—飽和脂肪和反式脂肪之和不超過1.5克，以及提供之能量不超過10%；液體—飽和脂肪和反式脂肪之和不超過0.75克，以及提供之能量不超過10%◆	—	—	
測試樣本的每份含量比較 [6]						
含量單位		毫克	克	克	微克	微克
油炸	最高	2477 (#12)	21.6 (#14)	9.0 (#14)	54 (#14)	96 (#14)
	最低	1581 (#2)	14.9 (#1)	6.2 (#1)	11 (#1)	7 (#1、#3)
非油炸	最高	2211 (#19)	34.1 (#19)	22.4 (#19)	37 (#19)	33 (#19)
	最低	1509 (#15)	5.3 (#17)	0.7 (#16)	ND (#16、#18)	ND (#16、#18)

註 — 不適用

[1] 資料為假設1日進食3餐，每餐的平均上限。

[2] 成人的鈉攝取上限參考世界衛生組織2012年出版的《指南：成人和兒童鈉攝入量》。7歲女童的鈉攝取上限參考中國營養學會的《中國居民膳食營養素參考攝入量(2023年版)》的降低膳食相關非傳染性疾病風險的建議攝入量(proposed intake for reducing the risk of diet-related non-communicable diseases, PI-NCD)。

[3] 總脂肪和飽和脂肪的攝取量參考世界衛生組織2003年出版的《Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases》的人羣營養素攝入量

目標。參考中國營養學會的《中國居民膳食營養素參考攝入量(2023年版)》，中等活動量的7歲女童每天需1,550千卡能量。

[4] 聯合國糧食及農業組織/世界衛生組織聯合食品添加劑專家委員會(the Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives, JECFA)把3-MCPD和3-MCPDE單獨或組合計的暫定最高每日可容忍攝入量(provisional maximum tolerable daily intake, PMTDI)定為每公斤體重4微克。

[5] 根據食安中心，固體液體混合食物的營養聲稱準則須符合固體食物的規定。◆聲稱條件根據《食物及藥物(成分組合及標籤)規例》。#含量參考水平根據食安中心的資料。

[6] 1份指1包麵內的成分，包括1個麵餅及所有隨附的調味品及其他配料。