

# 包裝維生素礦物質類之錠狀膠囊狀食品營養標示 應遵行事項

- 一、本規定依食品安全衛生管理法第二十二條第三項規定訂定之。
- 二、本規定所稱維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品，指以營養添加劑作為維生素、礦物質來源之錠狀、膠囊狀食品。
- 三、包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品營養標示方式，應於包裝容器外表之明顯處依附表一之格式標示下列內容：
  - (一)「營養標示」之標題。
  - (二)各項維生素含量。
  - (三)各項礦物質含量。
  - (四)出現於營養宣稱中之其他營養素含量。
  - (五)廠商自願標示之其他營養素含量。
- 四、各項維生素、礦物質及其他營養素含量標示之方式：應以一次建議食用量（須為整數）為單位標示含量，標示「每一份量（或每份）」及其所提供「每日參考值百分比」，並加註該產品每包裝所含之份數；未訂定「每日參考值」之營養素，應於每日參考值百分比處加註「＊」符號，並註明「＊參考值未訂定」字樣。
- 五、包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品之每日各項營養素攝取參考值及單位，應依附表二規定辦理。
- 六、維生素 A、維生素 D 及維生素 E 應加註以國際單位（IU）之含量標

示。

七、包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品營養標示之數據修整方式，應依下列規定辦理：

(一)每包裝所含之份數、每日參考值百分比以整數表示。

(二)維生素、礦物質含量以有效數字不超過三位為原則。

(三)宣稱或其他營養素以整數或至小數點後一位標示。

(四)數據修整應參照中華民國國家標準 CNS2925「規定極限值之有效位數指示法」規定。

八、包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品欲敘述維生素、礦物質之生理功能，其每日最低攝取量需達每日基準值百分之十五以上。

九、包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品之各項維生素、礦物質及其他營養素含量標示之標示值產生方式，得以檢驗分析或計算方式依實際需要為之；其標示值之誤差允許範圍應符合附表三之規定。

十、包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品須於包裝容器外表明顯處加註標示「一日請勿超過○顆（或錠、粒）」及「多食無益」之警語。

十一、本應遵行事項不適用於非以營養添加劑作為維生素、礦物質來源之錠狀、膠囊狀食品。

表一 包裝維生素、礦物質類之錠狀、膠囊狀食品營養標示格式

營 養 標 示		
每一份量	顆（或錠、粒）	
本包裝含	份	
	每份	每日參考值百分比
維生素 <sup>(1)</sup>	毫克或微克	%
礦物質	毫克或微克	%
宣稱之營養素含量	公克、毫克或微克	% 或 *
其他營養素含量	公克、毫克或微克	% 或 *

\*參考值未訂定

註 1：維生素 A、維生素 D 及維生素 E 應另加註明國際單位（IU）之含量標示。

註：得適用於總表面積小於 100 平方公分之包裝食品

營養標示

每一份量○顆（或錠、粒），本包裝含○份。每份（每日參考值百分比）：維生素<sup>(1)</sup>○毫克或微克（○%）、礦物質○毫克或微克（○%）、宣稱之營養素含量○公克、毫克或微克（○%或\*）、其他營養素含量○公克、毫克或微克（○%或\*）。\*參考值未訂定

註 1：維生素 A、維生素 D 及維生素 E 應另加註明國際單位（IU）之含量標示。

表二 各項營養素之每日參考值

適用對象 項目	無特定指定族群	一歲至三歲	孕乳婦
維生素 A <sup>(1)</sup>	700 微克 RE	400 微克 RE	600 微克 RE
維生素 B <sub>1</sub>	1.4 毫克	0.6 毫克	1.1 毫克
維生素 B <sub>2</sub>	1.6 毫克	0.7 毫克	1.2 毫克
維生素 B <sub>6</sub>	1.6 毫克	0.5 毫克	1.9 毫克
維生素 B <sub>12</sub>	2.4 微克	0.9 微克	2.6 微克
維生素 C	100 毫克	40 毫克	110 毫克
維生素 D	10 微克	5 微克	10 微克
維生素 E <sup>(2)</sup>	13 毫克 α-TE	5 毫克 α-TE	14 毫克 α-TE
維生素 K	120 微克	30 微克	90 微克
菸鹼素 <sup>(3)</sup>	18 毫克 NE	9 毫克 NE	16 毫克 NE
葉酸	400 微克	170 微克	600 微克
泛酸	5 毫克	2 毫克	6 毫克
生物素	30 微克	9 微克	30 微克
膽素	500 毫克	180 毫克	410 毫克
鈣	1200 毫克	500 毫克	1000 毫克
磷	1000 毫克	400 毫克	800 毫克
鐵	15 毫克	10 毫克	45 毫克
碘	140 微克	65 微克	200 微克

適用對象 項目	無特定指定族群	一歲至三歲	孕乳婦
鎂	390 毫克	80 毫克	355 毫克
鋅	15 毫克	5 毫克	15 毫克
氟	3 毫克	0.7 毫克	3 毫克
硒	55 微克	20 微克	60 微克
鈉	2000 毫克	1200 毫克	2000 毫克
蛋白質	60 公克	20 公克	65 公克
脂肪	60 公克	*	65 公克
碳水化合物	300 公克	*	330 公克
飽和脂肪	18 公克	*	18 公克
膽固醇	300 毫克	*	300 毫克
膳食纖維	25 公克	15 公克	30 公克

\* 參考值未訂定

註 1：RE (Retinol Equivalent)即視網醇當量。

1  $\mu\text{g}$  RE=1  $\mu\text{g}$  視網醇(Retinol)=6  $\mu\text{g}$   $\beta$ -胡蘿蔔素 ( $\beta$ -Carotene)

註 2： $\alpha$ -TE ( $\alpha$ -Tocopherol Equivalent)即生育醇當量。

1 mg  $\alpha$ -TE =1 mg  $\alpha$ -Tocopherol

註 3：NE (Niacin Equivalent)即菸鹼素當量。

菸鹼素包括菸鹼酸及菸鹼醯胺，以菸鹼素當量表示之。

表三 營養標示值誤差允許範圍

項目		誤差允許範圍
維生素 A、維生素 D		標示值之 80%~180%
維生素（不包括維生素 A、維生素 D） 礦物質（不包括鈉）		≥ 標示值之 80%
自願標示 之營養素	蛋白質、碳水化合物、熱量、脂肪、飽和脂肪、反式脂肪、膽固醇、鈉、糖	≤ 標示值之 120%
	其他營養素	≥ 標示值之 80%