

ICS 67.020

CCS X 80

T/ZJZYC

团 体 标 准

T/ZJZYC 027—2025

浙江药膳 制作技术规范

Technical Specifications for Preparation of Zhejiang TCM Medicinal Diet

2025-12-22 发布

2026-01-22 实施

浙江省中药材产业协会 发布

目 录

前 言.....	II
引 言.....	III
1 范围.....	1
2 规范性引用文件.....	1
3 术语和定义.....	2
3.1 药膳.....	2
3.2 食药物质.....	2
3.3 新食品原料.....	2
3.4 药膳制作技术.....	2
4 药膳制作基本要求.....	2
4.1 药膳食材要求.....	2
4.1.1 药膳食材原料.....	2
4.1.2 食药物质选材.....	2
4.1.3 食药物质用量.....	3
4.1.4 药膳配伍原则.....	3
4.2 操作人员基本要求.....	3
4.3 场所基本条件.....	3
4.4 药膳厨具基本要求.....	4
4.4.1 厨具用具.....	4
4.4.2 出品容器.....	4
4.5 药膳储存基本要求.....	4
5 药膳制作操作.....	4
5.1 药膳制作操作要求.....	4
5.2 药膳制作主要技法.....	4
5.2.1 药膳制作常用技法.....	4
5.2.2 食药物质入膳常用技法.....	7
5.3 药膳烹调注意事项.....	7
6 药膳命名.....	7
6.1 药膳命名常用方法.....	7
6.2 药膳表述基本要求.....	8
6.2.1 药膳菜肴特点表述.....	8
6.2.2 药膳食养特点表述和注意事项.....	9
附录 A.....	10
附录 B.....	12
参考文献.....	21

前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由浙江省中药材产业协会提出和归口。

本文件起草单位：浙江省农业技术推广中心、磐安县药膳产业发展中心、杭州胡庆余堂药膳餐饮有限公司、淳安县千岛湖药膳研究院、杭州普康堂健康医疗科技有限公司、浙江大成润华中药有限公司、开化县两山业务培训有限公司、膳将来（磐安）药膳科技有限公司、浙江省中医药研究院、浙江求是药膳科学研究院、淳安县临岐中药材产业协会、浙江省中药材产业协会、浙江中健联中医药健康研究院。

本文件主要起草人员：何伯伟、杨苏蓓、吴华庆、浦锦宝

本文件参与起草人员：张红林、陈蕴涵、胡奕锋、钟晓晓、傅杨群、王可心、郑伟洪、蒋公标、
吴敏之、张永胜、郑宏伟、徐永民、陈红宝、方永华、蒋 剑、王松琳、
王 威、罗泰慧祉、叶俊杰、王相委、占建勇

引 言

药膳作为传统中医药文化与饮食文化结合的产物，受到越来越多消费者的青睐。浙江有着丰富的食药两用药材和食材，药膳文化底蕴深厚，具有浙江饮食文化特色的药膳产业发展迅速，市场日渐繁荣。2020年12月，中共浙江省委、浙江省人民政府印发《关于促进中医药传承创新发展的实施意见》，指出要发挥中医药预防保健作用，扩大中医药产业规模，打造“浙”字品牌，彰显区域特色。2025年5月，浙江省农业农村厅关于印发《关于加快中药材高质量发展三年行动方案（2025—2027年）》，明确要大力推进食药物质产业发展，深入推进“中药材+药膳”创新融合，支持开展“浙江十大药膳”推选活动和“浙江药膳”创新创意大赛，研制浙江药膳系列标准，打响“浙江药膳”品牌。

为促进浙江药膳产业健康可持续发展，由浙江省农业技术推广中心、磐安县药膳产业发展中心、浙江中健联中医药健康研究院等单位牵头起草团体标准《浙江药膳 制作技术规范》（以下简称“本文件”）。本文件在选材、制作和命名等方面作出明确要求，旨在规范浙江药膳制作技术操作，防止因不规范而影响药膳产品品质，特别是出现不良作用而影响公众健康。本文件对浙江药膳制作技术提供原则性指导和规范性引导。

浙江药膳 制作技术规范

1 范围

本文件规定了现场制作浙江药膳的相关术语和定义、基本要求、技术操作、命名和表述等。浙江药膳（以下简称“药膳”）制作技术操作可以参照本文件。

本文件适用于浙江范围内药膳制作技术操作从业人员，也适用于第三方实施药膳制作技术操作规范认证评价活动。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

- GB 14881 食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范
- GB 31621 食品安全国家标准 食品经营过程卫生规范
- GB 31654 食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范
- GB 4806.1 食品接触材料及制品通用安全要求
- GB 4806.3 食品安全国家标准 搪瓷制品
- GB 4806.4 食品安全国家标准 陶瓷制品
- GB 4806.5 食品安全国家标准 玻璃制品
- GB 4806.9 食品安全国家标准 食品接触用金属材料及制品
- GB 4806.12 食品安全国家标准 食品接触用竹木材料及制品
- GB/T 27306 食品安全管理体系 餐饮业要求
- GB/T 33497 餐饮企业质量管理规范
- GB/T 40042 绿色餐饮经营与管理
- 餐饮服务食品安全操作规范（国家市场监督管理总局公告（2018）12号）
- 国家职业标准 中式烹调师（药膳制作师）（国家人社部办公厅，人社厅发〔2025〕8号）
- 《中华人民共和国药典》
- 《浙江省中药炮制规范》

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1 药膳

本文件药膳指在中医药理论指导下，将食药物质与相应的食物农产品及其制品为原料相配，采用适合的加工烹调技术现场制作的食品，并具有养生保健的作用，包括菜肴、糕点、饮品等。

3.2 食药物质

指按照传统既是食品又是中药材的物质，包括国家行政管理部门发布的“按照传统既是食品又是中药材的物质名录”中的物质、国家卫生行政部门公告的“新食品原料（或新资源食品）名单”中并列入《中华人民共和国药典》《浙江省中药炮制规范》的物质、食品相关国家标准和行业标准收载并列入《浙江省中药炮制规范》的物质。食药物质目录见附录A。

3.3 新食品原料

原称“新资源食品”。指在我国无传统食用习惯的以下物品：动物、植物和微生物；从动物、植物、微生物中分离的成分；原有结构发生改变的食品；其他新研制的食品原料。并应具有食品原料的特性，符合应当有的营养要求，且无毒、无害，对人体健康不造成任何急性、亚急性、慢性或者其他潜在性危害。

3.4 药膳制作技术

指在中医理论指导下，运用适合的烹调技法，将食药物质与普通食材、调料等烹调原料合理配伍、烹调，从而使食物达到以美味为基础、以养生为目的的制作技术。

4 药膳制作基本要求

4.1 药膳食材要求

4.1.1 药膳食材原料

药膳制作过程中所用的食材一般指：符合相关质量规范的食药物质、主料、辅料、调料和食品添加剂。不提倡使用化学合成的调料和食品添加剂。

4.1.2 食药物质选材

4.1.2.1 药膳食材中使用的食药物质，应从附录A“按照传统既是食品又是中药材物质目录”中选取，并且符合国家行政主管部门关于中药饮片、中药材或鲜药材的质量和卫生要求。

4.1.2.2 药膳食材中使用的新食品原料并列入《中华人民共和国药典》《浙江省中药炮制规范》的食药物质，应从附录A“国家卫生行政部门公告的新食品原料名单”中选取，并且符合国家行政主管部门关于

新食品原料的质量和卫生要求。

4.1.2.3 药膳食材中使用符合食品相关国家标准和行业标准收载并列入《浙江省中药炮制规范》的食药物质，应从附录A“列入《浙江省中药炮制规范》普通食品原料”中选取，并且符合浙江省行政主管部门关于中药饮片、中药材或鲜药材的质量和卫生要求。

4.1.2.4 药膳使用的食药物质和普通食物宜优先选用符合规定的浙江道地中药材、可追溯中药材和浙江省地理标志农产品。

4.1.3 食药物质用量

药膳食材中食药物质的用量，不宜超过《中华人民共和国药典》《浙江省中药炮制规范》规定用量下限的1/2。国家卫生行政部门发布的相关公告有食用量规定者，应严格执行。食药物质用量见附录B。

4.1.4 药膳配伍原则

4.1.4.1 药膳食材配伍应遵循中医关于因时、因地、因人施膳的原则。

4.1.4.2 药膳配伍应符合中医方剂学关于“君、臣、佐、使”等配伍组方原则。

4.1.4.3 药膳食材配伍的基本组成模式应包括食药物质、主料、辅料、调料等。作为调料入膳的食药物质一般不作配伍作用分析。

4.2 操作人员基本要求

4.2.1 操作人员应了解相关部门制定的相关法律法规，依法操作。

4.2.2 操作人员应每年进行健康体检，取得健康合格证明，并公示在操作场所的醒目位置。

4.2.3 操作人员应具有药膳制作相关培训经历，并取得药膳制作师、中式烹调师+中医药培训证明、中医师、中药师、公共营养师、健康管理师等相关资质。

4.3 场所基本条件

4.3.1 操作场所应具备开展餐饮服务的食品经营许可证，按要求悬挂于场所的醒目位置。

4.3.2 操作场所应设独立的药膳原料贮存间、药膳加工间、药膳储存间；药膳原料贮存间应符合中药材和食材贮存场所的相关要求；药膳加工间应符合食品加工场所的相关要求；药膳储存间应符合餐饮场所的相关要求。

4.3.3 在药膳原料贮存间中，普通食品原料和食药物质原料应相互独立存放，即各自单设存放的箱柜，不同品类的食材应相互独立存放。

4.3.4 药膳储存间中存放的半成品和成品，每个单品应独立分开存放。

4.4 药膳厨具基本要求

4.4.1 厨具用具

药膳操作使用的与食材直接接触的厨具，提倡选用瓷器、陶器、特种玻璃、搪瓷、木质、竹质、不锈钢等厨具。

4.4.2 出品容器

药膳出品使用的容器，提倡选用瓷器、陶器、特种玻璃、搪瓷、木质、竹质、不锈钢等容器。针对具有特殊芳香气味的药膳，使用陶器、木质、竹质等容易存留气味的出品容器时，遵循一类一容器原则，即同类气味的药膳使用固定的出品容器。

4.5 药膳储存基本要求

4.5.1 药膳制作原料、药膳半成品和成品的储存应符合食品安全国家标准中关于食品储存相关规定。

4.5.2 药膳食材经过初加工后制成的半成品，以及制作完成后的成品，在配送或传菜之前应存放于独立的储存间或者柜室、冰箱中。

5 药膳制作操作

5.1 药膳制作操作要求

5.1.1 药膳制作操作应符合中医养生原理，符合烹调技术规范要求。

5.1.2 操作人员应提前检查核对药膳食材和操作工具、操作场所是否符合制作药膳的需求。

5.1.3 操作人员应根据制作操作的需要对药膳食材进行必要的初加工，其中食药物质宜从正规渠道选购所需的中药饮片。

5.2 药膳制作主要技法

5.2.1 药膳制作常用技法

5.2.1.1 药膳菜肴

1) 炖法。分为直接炖和隔水炖，汤汁较多。先用葱、姜炆锅，加入汤或水烧开后投入药膳食材，大火烧开后，转至小火慢炖至主料软烂入味的烹调技法。如：石斛猪肚鸡。

2) 焖法。将药膳食材经初步加工处理后，加入适量的汤及调料，盖严锅盖，用微火慢慢焖至软烂的烹调技法。如：黄精焖肘子。

3) 烧法。将药膳食材进行初步加工处理后，加入适量的汤或水及调料，大火烧开后，转至小火慢烧至软烂，经勾芡的烹调技法。如：白果烧香菇。

- 4) 烩法。将药膳食材加工成片、丝、条、丁等形状（有的食材需要先提前熟制后再改刀成形），用葱、姜等炆锅或直接以汤烩制，调味，勾芡，将汤和原料混合起来的烹调技法。如：玉竹烩三鲜。
- 5) 扒法。将药膳食材经初步加工处理后，用原汁调味，并采用晃锅勾芡和大翻勺操作的烹调技法。如：覆盆子泥鳅。
- 6) 盐焗法。将经过调料腌渍的药膳食材用锡纸等包裹起来，埋入炒热的盐粒中，以盐为传热媒介焗熟的烹调技法。如：杜仲叶煨猪腰、天麻焗土鸡。
- 7) 蒸法。将药膳食材经初步加工处理后，加入调料等，置于蒸笼中用水蒸气加热使之成熟的烹调技法。如：八宝鸭、鱼米烹江南。
- 8) 煮法。将药膳食材、调料等经初步加工处理后，加水煮制的烹调技法。如：姜枣茯苓养生粥。
- 9) 卤法。用食药物质、香辛料、调料制成卤汤，加入加工处理好的食材主料卤制成熟的烹调技法。如：陈皮卤鸭。
- 10) 腌法。用香辛料、调料制成汤汁对药膳食材进行浸泡入味的烹调技法。如：木瓜脆桔梗。
- 11) 烤法。将药膳食材先用食药物质、调料等腌渍后，烤至成熟的烹调技法。如：山楂陈皮烤肋排。
- 12) 炒法。将药膳食材处理成丁、丝、片、条等形状后，置于热锅热油中，高温猛火快速翻炒使其均匀受热，并在调味和加入辅料的操作过程中使之成熟的烹调技法。如：鸡丝炒山药。
- 13) 熘法。所用的芡汁比炒菜多，药膳食材的加工多为片状，经大火快速炒制，将其与芡汁交融在一起的烹调技法。如：百合熘鳝片。
- 14) 烹法。将药膳食材主料炸制后，用食药物质榨汁、加味兑好汁芡，大火加热快速烹炒的烹调技法。如：石斛烹鸭片。
- 15) 贴法。将经初步加工处理的药膳食材用少量的油一面煎透，然后加入调料等的烹调技法。如：薏米贴豆腐。
- 16) 爆法。将药膳食材经初步加工处理后，经水烫、油炸或直接高温快速炒散后，加入芡汁，快速爆炒的烹调技法。如：覆盆子爆鱼丁。
- 17) 氽法。对易成熟的药膳食材经初步加工处理后，加入开水中，再快速捞出的烹调技法。“氽菜”的食材主料处理分为上浆和不上浆两种，加工形状多为细小的片、丝、花刀型或丸子，成品菜肴多为汤。如：芝斛氽丸子。
- 18) 煎法。将锅烧热后，少量的油，将加工成型的药膳食材放入锅中，将两面或单面煎至成熟的烹调技法。如：白芷煎鱼排。

19) 拔丝法。将白砂糖加油或水熬成可拉丝状，放入经过炸制的药膳食材主料一起翻炒，使其食用时能拔出细糖丝的烹调技法。如：拔丝山药。

20) 蜜汁法。将糖和蜂蜜加适量的水熬制而成的浓汁淋在蒸熟或煮熟的药膳食材主料上的烹调技法。如：石斛桂花蜜汁莲藕。

21) 醉法。药膳食材经初步加工处理后，加入酒（通常为黄酒、白酒或米酒）及调味料浸渍食材，使成品带有浓郁酒香和独特风味的制作技法。如：银花醉虾。

22) 糟法。以酒糟（酿酒后的剩余产物，如：米糟、麦糟等）或糟卤（酒糟加黄酒、香料、盐、糖等调料熬制过滤后的汁液）为基底，将药膳食材经焯水或蒸熟或煮熟、冷却后，置酒糟或糟卤中密封浸渍，使药膳食材具有独特糟香的制作技法。如：蝉花糟鸡。

5.2.1.2 药膳糕点

1) 烘烤法。配料调制成面团/面糊，发酵或不发酵，制备成型，可撒装食料和饰料，烘烤。如磐安大蒜饼、铁皮石斛桃酥。

2) 蒸制法。配料调制成面团/面糊，发酵或不发酵，制坯（揉面、搓条、切块），加馅料或不加馅料，成型，醒发（部分品种），蒸制。如：茯苓馒头、灵芝小笼包。

3) 油炸法。配料调制，制坯成型，油炸，沥油，调味（可选）。如：山药炸糕。

4) 熟粉法。又称冷作糕点。先制熟粉（炒粉或蒸粉），然后配料混合，揉合成团，切块，成型。如：八珍糕、芡实糕。

5) 冷冻法。依靠低温冷冻定型。配料调制（奶油打发、冰淇淋基底制备等），混合成型，冷冻定型，脱模装饰。如：石斛花慕斯蛋糕。

5.2.1.2 药膳饮品

1) 榨汁法。主要用于可鲜食药物物质和果蔬，将食物切块，榨汁，取汁，调味食用；或置榨汁机搅打至细腻食用。如：鲜铁皮石斛汁。

2) 冲泡法。分为直接冲泡和制成茶包饮用。直接冲泡：取料，加热水冲泡，饮用，如菊花茶；茶包饮用：配料混合，粉碎成粗粉，制成茶包，加水煎煮，或热水浸泡，去茶包，饮用。如：黄芪人参茶。

3) 煎煮法。配料混合，加水煎煮，过滤取汁，饮用。如：乌梅汤。

4) 调和法。配料熟制，切成小块，混合，倒入纯牛奶和酸奶，搅打至完全融合，无明显颗粒，表面适当装饰，即打即饮。如山药香蕉奶昔。

5) 蒸露法。将药膳食材（多为草本植物、花、果）经水蒸气蒸馏提取其中挥发性香气成分，再经冷

凝液化得到原液或成品饮品的制作方法。如：薄荷果露、玫瑰花露。

5.2.2 食药物质入膳常用技法

5.2.2.1 食药物质入膳常用方法包括：

- 1) 直接入膳法。指食药物质在烹调中作为主料或者辅料或者调料或者调色料，经过相应的处理后直接进行烹制的入膳技法。
- 2) 提取物入膳法。指将食药物质经过提取制成的提取物，根据烹调需要适时加入的入膳技法。
- 3) 煎汁入膳法。指将食药物质煎成适量的汁，根据烹调需要适时加入汁的入膳技法。
- 4) 煎汁和面入膳法。指将食药物质先煎成适量的汁，用汁和面的入膳技法。
- 5) 榨汁入膳法。指将新鲜的食药物质榨成汁，根据烹调需要适时加入的入膳技法。
- 6) 榨汁和面入膳法。指将新鲜的食药物质榨成适量的汁，将汁用于和面的入膳技法。
- 7) 粉剂入膳法。指将食药物质打成粉状，根据烹调需要适时加入的入膳技法。
- 8) 酱汁佐餐法。指将食药物质与调料食材制成酱料、粉料、汁料佐餐的入膳技法。

5.2.2.2 食药物质入膳技法在整个烹调过程中入膳时间可分为：

- 1) 烹调前入膳法。如：上浆法、拍粉法、挂糊法等。
- 2) 烹调中入膳法。如：直接入膳法、方剂入膳法、榨汁调色法等。
- 3) 烹调后佐餐法。如：粉料佐餐法、酱料佐餐法、味汁佐餐法。
- 4) 复合入膳法。选用上述两种或两种以上的技法入膳。

5.3 药膳烹调注意事项

- 5.3.1 应避免与用膳者的宗教信仰、民族饮食风俗习惯或明确提出的个人饮食禁忌相冲突。
- 5.3.2 应考虑用膳者的性别、年龄等特点，避免不适合的操作。
- 5.3.3 应考虑用膳者的过敏禁忌。

6 药膳命名

6.1 药膳命名常用方法

6.1.1 药膳命名应遵循准确、易懂、精炼的基本原则，可使用食药物质全名或者代字等符合有关法规要求的词语，不使用具有功效含义的文字。

6.1.2 药膳命名常用方法包括：

- 1) “食药物质名称+食材主料名称+类型”命名法。如：黄精乌鸡煲、玉竹山药老鸭汤。
- 2) “食药物质名称+类型”命名法。如：姜枣茯苓粥、铁皮石斛汁、茯苓馒头。
- 3) “食药物质名称+烹调技法+食材主料名称”命名法。如：杜仲叶煨猪腰。
- 4) “传统方剂名称+食材名称（或不加）+类型”命名法。如：甘麦大枣汤、八珍糕。
- 5) 名人典故命名法。如：神农鸭。
- 6) 根据食材造型命名法。如：松鼠桂鱼、芝斛太极羹。
- 7) “食药物质名称+食材造型”命名法。如：玉竹鱼圆。
- 8) “地域名称+食材主料名称+类型”命名法。如：江山乌鸡煲、武义宣莲银耳羹。
- 9) “食材名称+吉祥语+类型”命名法。如：八珍合和糕。

6.2 药膳表述基本要求

6.2.1 药膳菜肴特点表述

药膳基本表述的内容应包括药膳的名称、色泽、香气、味道、口感、外形、盛膳器皿、食养等，表述可采用下面的语句：

- 1) 对药膳色泽的表述可使用如“色泽鲜明”“色泽美观”等语句。
- 2) 对药膳香气的表述可使用如“香气浓郁”“四溢悠香”等语句。
- 3) 对药膳味道的表述可使用如“醇厚”“鲜美”等语句。
- 4) 对药膳口感的表述可使用如“软糯”“滑嫩”等语句。
- 5) 对药膳外形的表述可使用如“刀工精致”“造型美观”等语句。
- 6) 对盛膳器皿的表述可使用如“菜肴与器皿搭配合理”“相得益彰”等语句。

6.2.2 药膳食养特点表述和注意事项

1) 对药膳食养特点进行表述的内容包括：药膳的食材配伍、食养作用、适宜人群、不适宜人群、设计理念等。

2) 对药膳食材配伍进行表述的内容包括：食药物质的名称、性味归经和用量，主料、辅料、调料等的名称和用量。用量采用“克”“毫升”等公制计量单位。

3) 对药膳食养作用的表述，可以采取对单味食药物质（包括新食品原料、普通食物等）进行“引经据典”式的简单表述，对药膳整体进行适宜人群的说明。

4) 食药物质食养作用的表述，应使用规范的中医养生术语，不得含有虚假内容，不得使用涉及疾病预防、治疗功能等词语。

5) 如有食药物质在《中华人民共和国药典》《浙江省中药炮制规范》中列有【注意事项】，应依据《中华人民共和国药典》《浙江省中药炮制规范》明确做出“注意事项”或者“不适宜人群”的提示表述。

6) 国家卫生行政部门发布的相关公告，在“其他需要说明的情况”中有“使用范围不包括 XXXX”规定的，须据此做出“不适宜人群”或者“注意事项”的提示表述。

全国团体标准信息平台

附 录 A

(资料性)

按照传统既是食品又是中药材的物质名录

(资料截至 2025年12月)

A1 87 种既是食品又是药品的物品名单 (国家卫生部, 卫法监发〔2002〕51 号文件)

丁香、八角茴香、刀豆、小茴香、小蓟、山药、山楂、马齿苋、乌梢蛇、乌梅、木瓜、火麻仁、代代花、玉竹、甘草、白芷、白果、白扁豆、白扁豆花、龙眼肉(桂圆)、决明子、百合、肉豆蔻、肉桂、余甘子、佛手、杏仁(甜、苦)、沙棘、牡蛎、芡实、花椒、赤小豆、阿胶、鸡内金、麦芽、昆布、枣(大枣、酸枣、黑枣)、罗汉果、郁李仁、金银花、青果、鱼腥草、姜(生姜、干姜)、枳椇子、枸杞子、栀子、砂仁、胖大海、茯苓、香橼、香薷、桃仁、桑叶、桑椹、桔红、桔梗、益智仁、荷叶、莱菔子、莲子、高良姜、淡竹叶、淡豆豉、菊花、菊苣、黄芥子、黄精、紫苏、紫苏籽、葛根、黑芝麻、黑胡椒、槐米、槐花、蒲公英、蜂蜜、榧子、酸枣仁、鲜白茅根、鲜芦根、蝮蛇、橘皮、薄荷、薏苡仁、薤白、覆盆子、藿香

A2 6 种新增按照传统既是食品又是中药材的物质目录 (国家卫生健康委员会、国家市场监督管理总局公告, 2019 年第 8 号)

当归、山奈、西红花、草果、姜黄、萆薢

A3 8 种国家卫生行政部门批准, 并列入《中华人民共和国药典》的新食品原料(原新资源食品)、普通食品类原料名单

松花粉(卫生部 2004 年第 17 号公告, 普通食品)、玫瑰花(重瓣红玫瑰, 卫生部 2010 年第 3 号公告, 普通食品)、布渣叶、夏枯草(卫生部 2010 年第 3 号公告, 凉茶饮料原料)、人参(5 年及 5 年以下人工种植)(卫生部 2012 年第 17 号公告, 新资源食品)、枇杷叶(卫计委 2014 年第 20 号公告, 新食品原料)、核桃仁(卫计委国家标准 GB 19300—2014, 坚果与籽类食品)、亚麻籽(子)(熟制后食用)(卫计委办公厅国卫办食品函〔2017〕1259 号函, 坚果与籽类食品)

A4 关于对党参等 9 种新增按照传统既是食品又是中药材的物质公告 (国家卫生健康委员会、国家市场监督管理总局公告, 2023年第9号)

党参、肉苁蓉(荒漠)、铁皮石斛、西洋参、黄芪、灵芝、山茱萸、天麻、杜仲叶

A5 关于地黄等 4 种按照传统既是食品又是中药材的物质公告 (国家卫生健康委员会、国家市场监督管理总局公告, 2024年第4号)

地黄、麦冬、天冬、化橘红

A6 3 种国家卫生行政部门批准，并列入《浙江省中药炮制规范》的新食品原料

柳叶蜡梅（卫计委 2014年第6号公告，新食品原料）、扯根菜（卫健委 2020年第4号公告）、蝉花子实体（人工培植）（卫健委 2020年第9号公告）

A7 22种符合相关国家食品安全标准和行业食品安全，并列入《浙江省中药炮制规范》普通食品原料

海藻（GB19643 食品安全国家标准 藻类及其制品）、红曲（QBT2847 功能性红曲米（粉））、荞麦、花生衣、芸苔子、南瓜子、秫米、高粱粟、淮小麦、绿豆衣（GBT22515 粮油名词术语 粮食、油料及其加工产品）、葡萄干（NYT705 葡萄干）、地栗粉、蔊菜、生姜皮、银耳、猴头菇（NYT1741 蔬菜名称及计算机编码）、无花果（GHT1364 干制无花果）、蛇六谷、蚕蛹（《关于1998年全国保健食品市场整顿工作安排的通知》卫监法发〔1998〕第9号）、玉米须（《卫生部关于玉米须有关问题的批复》卫监督函〔2012〕306号）、苦丁茶（《关于同意将冬青科苦丁茶作为普通食品管理的批复》卫计生函〔2013〕86号）、金线莲（DBS33/ 3017-2024《浙江省食品安全地方标准 金线莲》）

附录 B

食药物质用量

87 种既是食品又是药品的物品

序号	物质名称	《中国药典》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	丁香	1~3	0.5	
2	八角茴香	3~6	1.5	
3	刀豆	6~9	3	
4	小茴香	3~6	1.5	
5	小蓟	5~12	2.5	
6	山药	15~30	7.5	
7	山楂	9~12	4.5	
8	马齿苋	9~15	4.5	
9	木瓜	6~9	3	
10	乌梢蛇	6~12	3	
11	乌梅	6~12	3	
12	火麻仁	10~15	5	
13	代代花	1.5~2.5 (1977年版中国药典)	0.75	
14	玉竹	6~12	3	
15	甘草	2~10	1	
16	白芷	3~10	1.5	
17	白果	5~10	2.5	生食有毒
18	白扁豆	9~15	4.5	
19	白扁豆花	4.5-9 (《中华人民共和国卫生部药品标准·中药材》)	2.25	
20	龙眼肉(桂圆)	9~15	4.5	
21	决明子	9~15	4.5	
22	百合	6~12	3	
23	肉豆蔻	3~10	1.5	
24	肉桂	1~5	0.5	有出血倾向者及孕妇慎用
25	余甘子	3~9	1.5	
26	佛手	3~10	1.5	
27	杏仁(苦、甜)	苦杏仁: 5~10	苦杏仁: 2.5	苦杏仁内服不宜过量, 以免中毒
28	沙棘	3~10	1.5	
29	牡蛎	9~30	4.5	
30	芡实	9~15	4.5	
31	花椒	3~6	1.5	
32	赤小豆	9~30	4.5	
33	阿胶	3~9	1.5	

34	鸡内金	3~10	1.5	
35	麦芽	10~15	5	
36	昆布	6~12	3	
37	枣（大枣、酸枣、黑枣）	6~15	3	
38	罗汉果	9~15	4.5	
39	郁李仁	6~10	3	孕妇慎用
40	金银花	6~15	3	
41	青果	5~10	2.5	
42	鱼腥草	15~25	7.5	鲜品用量加倍
43	姜（生姜、干姜）	生姜 3~10 干姜 3~10	生姜 1.5 干姜 1.5	
44	枳椇子	4.5-9（《中华人民共和国卫生部药品标准·中药材》）	2.25	
45	枸杞子	6~12	3	
46	梔子	6~10	3	
47	砂仁	3~6	1.5	
48	胖大海	2~3 枚	1 枚	
49	茯苓	10~15	5	
50	香橼	3~10	1.5	
51	香薷	3~10	1.5	
52	桃仁	5~10	2.5	孕妇慎用
53	桑叶	5~10	2.5	
54	桑椹	9~15	4.5	
55	桔红（橘红）	3~10	1.5	
56	桔梗	3~10	1.5	
57	益智仁	3~10	1.5	
58	荷叶	3~10	1.5	
59	莱菔子	5~12	2.5	
60	莲子	6~15	3	
61	高良姜	3~6	1.5	
62	淡竹叶	6~10	3	
63	淡豆豉	6~12	3	
64	菊花	5~10	2.5	
65	菊苣	9~18	4.5	
66	黄芥子	3~9	1.5	
67	黄精	9~15	4.5	
68	紫苏	5~10	2.5	
69	紫苏子（籽）	3~10	1.5	
70	葛根	10~15	5	
71	黑芝麻	9~15	4.5	
72	黑胡椒	0.6~1.5	0.3	
73	槐花	5~10	2.5	

74	槐米	5~10	2.5	
75	蒲公英	10~15	5	
76	蜂蜜	15~30	7.5	
77	榧子	9~15	4.5	
78	酸枣仁	10~15	5	
79	鲜白茅根	30-60（2005年版中国药典）	15	
80	鲜芦根	30~60	15	
81	蝮蛇（蕲蛇）	3~9	1.5	
82	橘皮（或陈皮）	3~10	1.5	
83	薄荷	3~6	1.5	
84	薏苡仁	9~30	4.5	孕妇慎用
85	薤白	5~10	2.5	
86	覆盆子	6~12	3	
87	藿香	3~10	1.5	

6 种新增按照传统既是食品又是中药材的物质

序号	物质名称	《中国药典》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	当归	6~12	仅作为香辛料和 调味品使用	按照传统既是食品又是中药材的物质作为食品生产经营时，其标签、说明书、广告、宣传信息等不得含有虚假宣传内容，不得涉及疾病预防、治疗功能。
2	山柰	6~9		
3	西红花	1~3		
4	草果	3~6		
5	姜黄	3~10		
6	荜茇	1~3		

8 种国家卫生行政部门批准并列入《中华人民共和国药典》新食品原料（原新资源食品）、普通食品类原料

序号	物质名称	《中国药典》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	松花粉	外用适量，撒敷患处。		
2	玫瑰花	3~6	1.5	
3	布渣叶	15~30	7.5	作为凉茶饮料原料使用
4	夏枯草	9~15	4.5	
5	人参（5年及5年以下人工种植的人参）	3~9	3	孕妇、哺乳期妇女及14周岁以下儿童不宜食用
6	枇杷叶	6~10	10	
7	核桃仁	6~9	3	
8	亚麻籽（子）	9~15	4.5	大便滑泻者禁用。

党参等 9 种新增按照传统既是食品又是中药材的物质

序号	物质名称	《中国药典》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	党参	9~30	4.5	

2	肉苁蓉（荒漠）	6~10	3	
3	铁皮石斛	6~12	3	
4	西洋参	3~6	1.5	
5	黄芪	9~30	4.5	
6	灵芝	6~12	3	
7	山茱萸	6~12	3	
8	天麻	3~10	1.5	
9	杜仲叶	10~15	5	

地黄等 4 种按照传统既是食品又是中药材的物质

序号	物质名称	《中国药典》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	地黄	鲜地黄：12~30 生地黄：10~15 熟地黄：9~15	鲜地黄：6 生地黄：5 熟地黄：4.5	
2	麦冬	6~12	3	
3	天冬	6~12	3	
4	化橘红	3~6	1.5	

3 种国家卫生行政部门批准并列入《浙江省中药炮制规范》新食品原料

序号	物质名称	《浙江省中药炮制规范》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	柳叶蜡梅	6~15	3	
2	扯根菜	15~30	7.5	
3	蝉花子实体（人工培植）	3~6	1.5	

22 种符合相关国家食品标准和行业食品标准并列入《浙江省中药炮制规范》普通食品原料

序号	物质名称	《浙江省中药炮制规范》规定用量 (g/人·日)	推荐用量 (≤g/人·日)	注意
1	无花果	20~50	10	
2	玉米须	15~30	7.5	
3	生姜皮	1.5~3	0.75	
4	地栗粉	4.5~9	2.25	
5	红曲	5~12	2.5	
6	芸苔子	4.5~9	2.25	
7	花生衣	9~30	4.5	
8	苦丁茶	4.5~9	2.25	
9	金线莲	6~30	3	脾胃虚者慎用
10	荞麦	9~12	4.5	
11	南瓜子	9~15	4.5	
12	蚕蛹	9~13	4.5	
13	秫米	9~12	4.5	
14	高粱粟	9~15	4.5	

15	海藻	6~12	3	
16	蛇六谷	5~10	2.5	
17	银耳	3~6	1.5	
18	淮小麦	9~15	4.5	
19	绿豆衣	3~9	1.5	
20	葡萄干	3~9	1.5	
21	猴头菇	10~30	5	
22	焯菜	9~15	4.5	

参 考 文 献

- [1] 中国药膳研究会。食养药膳烹饪技术规范 通则，T/ZGYSYJH 005—2022.
-

全国团体标准信息平台