

ICS 67.040

CCS X 80

T/CIAPST

团 体 标 准

T/CIAPST XXXX.1—XXXX

药食同源及药膳配方食品 通用要求

Medicine food homology and medicated diet formula food — Generic requirements

(征求意见稿)

XXXXX - XX - XX 发布

XXXXX - XX - XX 实施

中国国际科技促进会 发布

目 次

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 1

4 分类 2

 4.1 按照中医体质类别和主要调养方向分类 2

 4.2 按食物质地和食用方法分类 2

5 要求 2

 5.1 原料要求 2

 5.2 生产加工要求 2

 5.3 技术要求 5

6 标签 6

参考文献 7

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。

本文件是T/CIAPST XXXX《药食同源及药膳配方食品》的第1部分。T/CIAPST XXXX已经发布了以下部分：

——通用要求。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由中国国际科技促进会提出并归口。

本文件起草单位：

本文件主要起草人：

引 言

“药食同源”指食物即药物，它们之间并无绝对的分界线，换言之，这些食物既可以作为食物充饥，也具有一定的药用价值。2002年原卫生部公布了87种药食同源物品，2019年新增当归等6种，并开展党参等9种物品的管理试点工作。药膳配方食品是在中医学、烹饪学和营养学理论指导下，将某些具有药用价值的食物（药食同源物品）与普通食材相配，采用我国独特的饮食烹调技术和现代科学方法制作而成。

在2022年全国两会上，药食同源被普遍关注。加快药食同源市场化进程，打造具有中国特色的营养健康食品产业，推动中国特色营养健康食品走向世界舞台的呼声愈来愈高。本系列标准正是基于这一背景研究制定，旨在规范以预包装食品形式推进药食同源及药膳配方食品市场化，让消费者更加安全、方便地使用药食同源及药膳配方食品。

本系列标准拟由以下部分组成：

——通用要求。目的在于规定药食同源及药膳配方食品的通用性的要求。

——X¹⁾ 要求。目的在于规范具体药食同源及药膳配方食品或药食同源及药膳配方食品其他方面的要求。

¹⁾ X指代待定的项目。

药食同源及药膳配方食品 通用要求

1 范围

本文件规定了药食同源及药膳配方食品的分类、原料要求、生产加工要求、技术要求及标签。

本文件适用于以药食同源物品等为原料加工制作的供不同中医体质人群使用的预包装食品配方设计、生产加工、质量控制和销售使用。

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 2760 食品安全国家标准 食品添加剂使用标准
GB 2761 食品安全国家标准 食品中真菌毒素限量
GB 2762 食品安全国家标准 食品中污染物限量
GB 2763 食品安全国家标准 食品中农药最大残留限量
GB 4789.1 食品安全国家标准 食品微生物学检验 总则
GB 4789.2 食品安全国家标准 食品微生物学检验 菌落总数测定
GB 4789.3 食品安全国家标准 食品微生物学检验 大肠菌群计数
GB 4789.4 食品安全国家标准 食品微生物学检验 沙门氏菌检验
GB 4789.10 食品安全国家标准 食品微生物学检验 金黄色葡萄球菌检验
GB 5009.5 食品安全国家标准 食品中蛋白质的测定
GB 5009.11 食品安全国家标准 食品中总砷的测定
GB 5009.12 食品安全国家标准 食品中铅的测定
GB 5009.15 食品安全国家标准 食品中镉的测定
GB 5009.22 食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素B族和G族的测定
GB 5009.24 食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素M族的测定
GB 5009.33 食品安全国家标准 食品中亚硝酸盐与硝酸盐的测定
GB 5009.88 食品安全国家标准 食品中膳食纤维的测定
GB 5009.168 食品安全国家标准 食品中脂肪酸的测定
GB 7718 食品安全国家标准 预包装食品标签通则
GB 8538 食品安全国家标准 饮用天然矿泉水检验方法
GB 13432 食品安全国家标准 预包装特殊膳食用食品标签
GB 14880 食品安全国家标准 食品营养强化剂使用标准
GB 14881 食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范
GB/Z 21922 食品营养成分基本术语
GB/T 22492 大豆肽粉
GB 28050 食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则
GB 29921 食品安全国家标准 食品中致病菌限量
GB 31645 食品安全国家标准 胶原蛋白肽
《中华人民共和国药典》
《既是食品又是药品的物品名单》
《保健食品禁用物品名单》
《定量包装商品计量监督管理办法》（国家质检总局75号令）
JJF1070 定量包装商品检验规则

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

药食同源物品 **medicine food homology articles**

传统作为食品，且列入《中华人民共和国药典》的物质。

注：也称食药物质、按照传统既是食品又是中药材的物质，或既是食品又是药品的物品等。

3.2

药膳配方食品 **medicated diet formula food**

根据不同中医体质和药食同源物品（3.1）特性，通过调整某一种或多种药食同源物品（3.

1）含量及比例，配制加工而成的具有调理、养生、保健等非医疗作用的预包装食品。

4 分类

4.1 按照中医体质类别和主要调养方向分类

针对不同中医体质，给出建议的主要调养方向，见表 1。

表 1 不同中医体质的主要调养方向

序号	中医体质类别	主要调养方向
1	平和质	滋补类
2	气虚质	补气类
3	阳虚质	温阳类
4	阴虚质	滋阴类
5	痰湿质	化痰祛湿类
6	湿热质	清热化湿类
7	气郁质	理气类
8	血瘀质	活血化瘀类
9	特禀质	滋养类
同一体质调养方向可能不止一种，对于多种体质兼有的则需综合考虑调养方向，建议咨询专业人员（如生产厂家、公共营养师、健康管理师等）		

4.2 按食物质地和基本食用方法分类

针对不同食物质地，给出建议的基本食用方法，见表 2。

表 2 不同食物质地的基本食用方法

序号	食物质地		基本食用方法	产品示例
1	液态	饮料型	即开即饮	桑椹酒、黄精酒、四神汤、酸梅汤等
2		饮料型（浓缩型）	稀释后即食	原浆液、浓缩液、奶茶的浓缩原辅料等
3	半固态	汤羹型	加热或不加热后即食	银耳羹等
4		粥、膏型		阿胶膏、桑椹膏、怀姜膏、玉竹黄精膏等
5	固态	冲饮型	热水或其他适宜介质冲泡或煮制后即食	菊花茶、陈皮白茶等
6		冲调型	温水或热水或其他适宜介质搅拌后即食	山药粉等
7		固态型	即食或烹调后使用	八珍糕、黄精丸、山药丸、茯苓糕等
具体使用方法以产品使用说明为准，或咨询专业人员				

5 要求

5.1 原料要求

5.1.1 药膳配方食品所用原料应符合相关国家或行业标准规定，药食同源物品还应符合《中华人民共和国药典》相关规定。

5.1.2 不应使用可能危害人体健康的物质。

5.1.3 保健食品不应添加《保健食品禁用物品名单》。

5.2 生产加工要求

5.2.1 生产卫生

药膳配方食品的生产卫生应符合 GB 14881 及其他相关规范的规定。

5.2.2 配方要求

5.2.2.1 药膳配方食品应至少使用一种药食同源物品，且应遵守有记载的药食同源物品配伍禁忌。

5.2.2.2 药膳配方食品中药食同源物品的添加，应符合《中华人民共和国药典》以及相关文件的限定使用范围和剂量。

5.2.2.3 药膳配方食品配方原则见表3。

表 3 药膳配方食品配方原则

序号	调养方向	中医体质类别	体质表现	配方原则
1	滋补类 ^a	平和质	总体特征：阴阳气血调和，以体态适中、面色红润、精力充沛等为主要特征。 形体特征：体形匀称健壮 常见表现：面色、肤色润泽，头发稠密有光泽，目光有神，鼻色明润，嗅觉通利，唇色红润，不易疲劳，精力充沛，耐受寒热，睡眠良好，胃纳佳，二便正常，舌色淡红，苔薄白，脉和缓有力 心理特征：性格随和开朗 发病倾向：平素患病较少 对外界环境适应能力：对自然环境和社会环境适应能力强	平和体质的人具有阴阳和调、血脉畅通、五脏匀平的生理特点，对应的滋补类药膳配方食品重在保健养生，配方核心以调养为主，以营养均衡为总则，以甘、平、温为药膳配方设计要点，平补平调，以补益功效的药食同源物品为主，如莲子、芡实、茯苓、山药、枸杞、人参、当归、枣等
2	补气类	气虚质	总体特征：元气不足，以疲乏、气短、自汗等气虚表现为主要特征 形体特征：肌肉松软不实 常见表现：平素语音低弱，气短懒言，容易疲乏，精神不振，易出汗，舌淡红，舌边有齿痕，脉弱 心理特征：性格内向，不喜冒险 发病倾向：易患感冒、内脏下垂等病症；病后康复缓慢 对外界环境适应能力：不耐受风、寒、暑、湿邪	补气重在补脾、肺之气。常用益气类药食同源物品包括人参、山药、大枣、蜂蜜、沙棘等
3	温阳类	阳虚质	总体特征：阳气不足，以畏寒怕冷、手足不温等虚寒表现为主要特征 形体特征：肌肉松软不实 常见表现：平素畏冷，手足不温，喜热饮食，精神不振，舌淡胖嫩，脉沉迟 心理特征：性格多沉静、内向 发病倾向：易患痰饮、肿胀、泄泻等病症；感邪易从寒化 对外界环境适应能力：耐夏不耐冬；易感风、寒、湿邪	常用温阳类药食同源物品包括肉桂、枸杞、砂仁、生姜等
4	滋阴类	阴虚质	总体特征：阴液亏少，以口燥咽干、手足心热等虚热表现为主要特征 形体特征：体形偏瘦 常见表现：手足心热，口燥咽干，鼻微干，喜冷饮，大便干燥，舌红少津，脉细数 心理特征：性情急躁，外向好动，活泼 发病倾向：易患虚劳、失精、不寐等病；感邪	常用滋阴类药食同源物品包括阿胶、百合、枸杞、黑芝麻、罗汗果等

			易从热化 对外界环境适应能力: 耐冬不耐夏; 不耐受暑、热、燥邪	
5	化痰祛湿类	痰湿质	总体特征: 痰湿凝聚, 以形体肥胖、腹部肥满、口黏 苔腻等痰湿表现为主要特征 形体特征: 形体肥胖, 腹部肥满松软 常见表现: 面部皮肤油脂较多, 多汗且黏, 胸闷, 痰多, 口黏腻或甜, 喜食肥甘甜黏, 苔腻, 脉滑 心理特征: 性格偏温和、稳重, 多善于忍耐 发病倾向: 易患消渴、中风、胸痹等病 对外界环境适应能力: 对梅雨季节及湿重环境适应能力差	常用化痰祛湿类药食同源物品包括白果、茯苓、昆布、莲子、木瓜、杏仁等
6	清热化湿类	湿热质	总体特征: 湿热内蕴, 以面垢油光、口苦、苔黄腻等湿热表现为主要特征 形体特征: 形体中等或偏瘦 常见表现: 面垢油光, 易生痤疮, 口苦口干, 身重困倦, 大便黏滞不畅或燥结, 小便短黄, 男性易阴囊潮湿, 女性易带下增多, 舌质偏红, 苔黄腻, 脉滑数 心理特征: 容易心烦急躁 发病倾向: 易患疮疖、黄疸、热淋等病 对外界环境适应能力: 对夏末秋初湿热气候, 湿重或气温偏高环境较难适应	常用清热化湿类药食同源物品包括金银花、荷叶、菊花、赤小豆、鲜芦根、鱼腥草、薏苡仁、茯苓等
7	理气类	气郁质	总体特征: 气机郁滞, 以神情抑郁、忧虑脆弱等气郁表现为主要特征 形体特征: 形体瘦者为多 常见表现: 神情抑郁, 情感脆弱, 烦闷不乐, 舌淡红, 苔薄白, 脉弦 心理特征: 性格内向不稳定, 敏感多虑 发病倾向: 易患脏躁、梅核气、百合病及郁证等 对外界环境适应能力: 对精神刺激适应能力较差; 不适应阴雨天气	多由疏肝理气、解郁散结、行气调中之品组成。常用理气类药食同源物品包括橘皮、小茴香、砂仁、薤白等
8	活血化瘀类	血瘀质	总体特征: 血行不畅, 以肤色晦黯、舌质紫黯等血瘀表现为主要特征 形体特征: 胖瘦均见 常见表现: 肤色晦黯, 色素沉着, 容易出现瘀斑, 口唇黯淡, 舌黯或有瘀点, 舌下络脉紫黯或增粗, 脉涩 心理特征: 易烦, 健忘 发病倾向: 易患癥瘕及痛证、血证等 对外界环境适应能力: 不耐受寒邪	应以活血化瘀类药食为主, 可适当配以补气、理气之品。常用活血化瘀类药食同源物品包括红花、玫瑰花、当归、桃仁、山楂等
9	滋养类	特禀质	总体特征: 先天失常, 以生理缺陷、过敏反应等为主要特征 形体特征: 过敏体质者一般无特殊; 先天禀赋异常者或有畸形, 或有生理缺陷 常见表现: 过敏体质者常见哮喘、风团、咽痒、鼻塞、喷嚏等; 患遗传性疾病者有垂直遗传、先天性、家族性特征; 患胎传性疾病者具有母体影响胎儿个体生长发育及相关疾病特征 心理特征: 随禀质不同情况各异 发病倾向: 过敏体质者易患哮喘、荨麻疹、花粉症及药物过敏等; 遗传性疾病如血友病、先天愚型等; 胎传性疾病如五迟 (立迟、行迟、发迟、齿迟和语迟)、五软 (头软、项软、手足软、肌肉软、口软)、解颅、胎惊、胎痫等。 对外界环境适应能力: 适应能力差, 如过敏体质者对易致过敏季节适应能力差, 易引发宿疾	应以均衡营养补充为主, 同时兼顾安神、理气药食同源物品, 如枸杞、淡豆豉、葛根、火麻仁等
*滋补类可用于其他 8 型体质特征的人群, 其他类, 如用于平和体质人群, 应在专业人员指导下使用。				

5.3 技术要求

5.3.1 感官要求

药膳配方食品的外观、色泽、滋味、气味应符合相应产品的特征要求，不应有肉眼可见的外来异物。采用感官检查。

5.3.2 营养指标

药膳配方食品应具有必要的营养成分，其种类及指标见表 4。

表 4 必要的营养成分及指标

分类	名称	指标（100g 固态物，液态物以所含 100g 固态物计算）	检验方法
蛋白质类	蛋白质水解物	$\geq 30\%$ ^b	GB 5009.5 ^a GB/T 22492 GB 31645
	优质蛋白质	$\geq 50\%$ ^b	——
	谷氨酰胺	10%~20% ^b	——
脂肪类	n-3 脂肪酸 ^c	供能比：0.5%~2%	GB 5009.168
	n-6 脂肪酸 ^d	供能比：2.5%~9%	GB 5009.168
	反式脂肪酸	0	GB 5009.168
碳水化合物类	碳水化合物	供能比 $\geq 50\%$	GB/Z 21922
	膳食纤维(g)	5~10.8	GB 5009.88
矿物质类 ^e	锶	10mg/L~18mg/L	GB 8538
	钙	60mg/L~150mg/L	GB 8538
	镁	18mg/L~60mg/L	GB 8538
	偏硅酸	9mg/L~50mg/L	GB 8538
上述营养成分可根据需要添加一种或多种。 ^a 食品中总蛋白质含量测定标准。 ^b 占总蛋白质的含量比例。 ^c 其中 α -亚麻酸供能比 $\geq 0.5\%$ 。 ^d 其中亚油酸供能比 $\geq 2\%$ 。 ^e 所列指标为推荐值。			

5.3.3 安全性要求

5.3.3.1 污染物限量

药膳配方食品中污染物限量应符合GB 2762中相应类属食品的规定，无相应类属食品的应符合表5的规定。

表 5 污染物限量

单位为毫克每千克

项目	指标	检验方法
铅（Pb）	≤ 0.5	GB 5009.12
总砷（As） ^a	≤ 1.0	GB 5009.11
硝酸盐(以 NaNO_3 计) ^b	≤ 100	GB 5009.33
亚硝酸盐(以 NaNO_2 计) ^c	≤ 2	
镉（Cd）	≤ 0.5	GB 5009.15

^a 液态产品的总砷≤0.2mg/kg。
^b 不适用于添加蔬菜和水果的产品。
^c 仅适用于乳基产品（不含豆类成分）。

5.3.3.2 真菌毒素限量

药膳配方食品中真菌毒素限量应符合GB 2761中相应类属食品的规定，无相应类属食品的应符合表6的规定。

表 6 真菌毒素限量

单位为微克每千克

项目	指标	检验方法
黄曲霉毒素 B ₁ ^a	≤0.5	GB 5009.22
黄曲霉毒素 M ₁ ^b	≤0.5	GB 5009.24
展青霉素	≤10.0	GB 5009.185
^a 仅适用于以豆类及大豆蛋白制品为主要原料的产品。		
^b 仅适用于以乳类及乳蛋白制品为主要原料的产品。		

5.3.3.3 微生物限量

药膳配方食品微生物限量应符合 GB 29921 中相应类属食品的要求。无相应类属食品规定的应符合表 7 的要求。

表 7 微生物限量

项目	采样方案 ^a 及限量（若非指定，均以 CFU/g 表示）				检验方法
	n	c	m	M	
菌落总数 ^b	5	2	1000	10000	GB 4789.2
大肠菌群	5	2	10	100	GB 4789.3 平板计数法
沙门氏菌	5	0	0/25g	—	GB 4789.4
金黄色葡萄球菌	5	2	10	100	GB 4789.10 平板计数法
^a 样品的分析及处理按 GB 4789.1 执行。					
^b 不适用于添加活性益生菌的活菌数≥10 ⁷ CFU/g 的产品。					

5.3.4 农药残留

药膳配方食品农药残留应符合 GB 2763 的要求。按 GB 2763 的规定进行检测。

5.3.5 食品添加剂和营养强化剂

5.3.5.1 药膳配方食品中食品添加剂的使用应符合 GB 2760 的要求。

5.3.5.2 药膳配方食品中食品营养强化剂的使用应符合 GB 14880 的规定。

5.3.6 净含量

药膳配方食品净含量应符合《定量包装商品计量监督管理办法》（国家质检总局75号令）的规定。按JJF1070检测。

6 标签

6.1 药膳配方食品标签应符合 GB 7718、GB 13432、GB 28050 的规定。

6.2 标签可标注为“药食同源配方食品”“药食同源药膳配方食品”或类似表述，并按照表 1 和表 2 的要求标明类型。

6.3 有关食品食用、配制指导说明及图解、贮存条件等应在标签上明确说明。

6.4 标签应提示“对配料表中成分有过敏的人谨慎使用”或类似警示用语。

6.5 标签应对使用不当可能引起的健康危害给予警示说明。

参考文献

- [1] ZYXH/T 157- 2009 中华中医药学会《中医体质分类与判定》
 - [2] 《按照传统既是食品又是中药材的物质目录管理规定》
 - [3] 《禁止食品加药卫生管理办法》
 - [4] 《中华人民共和国药典》
-