

T/EJCCCSE

团 体 标 准

T/EJCCCSE XXX-2026

食药同源膳食 丁香蜜米饮烹饪工艺规范

Cooking Process Specification for Food-Medicinal Homologous Dietary Meal:
Clove and Honey Rice Drink

2026-XX-XX 发布

2026-XX-XX 实施

中国商业股份制企业经济联合会 发布

目 次

前 言	II
1 范围	1
2 规范性引用文件	1
3 术语和定义	1
4 原料要求	2
5 烹饪设备与器具	2
6 烹饪工艺	3
7 成品要求	4
8 食用指导原则	5
9 标识、包装、运输及储存	5
10 卫生要求	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。

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……提出。

本文件由……归口。

本文件起草单位：XXXX。

本文件主要起草人：XXXX。

食药同源膳食 丁香蜜米饮烹饪工艺规范

1 范围

本规范规定了食药同源膳食 丁香蜜米饮的术语和定义、原料要求（含配比）、烹饪设备与器具、烹饪工艺、成品要求、检验方法、标识、包装、运输及储存、卫生要求等内容。

本规范适用于食品生产企业、餐饮服务单位等从事以大米为主要原料，以丁香为食药同源原料，以蜂蜜为调味辅料，辅以饮用水，经原料预处理、大米熬煮、丁香提香、蜂蜜调味、过滤、静置等工艺制作食药同源膳食 丁香蜜米饮的生产经营活动。

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 2715 食品安全国家标准 粮食
- 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 系列 食品安全国家标准 食品微生物学检验
- GB 4806 系列 食品安全国家标准 食品接触材料及制品
- GB 5009 系列 食品安全国家标准 食品营养成分测定
- GB 5749 食品安全国家标准 生活饮用水卫生标准
- GB 7718 食品安全国家标准 预包装食品标签通则
- GB 14881 食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范
- GB 14963 食品安全国家标准 蜂蜜
- GB 28050 食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则
- GB/T 30383 食用农产品合格证 通则
- 《中华人民共和国药典》（2025年版一部） 丁香

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1 食药同源 Homology of medicine and food

指既是药品又是食品的物质，具有营养和保健功能。

3.2 食药同源膳食 Food-Medicinal Homologous Dietary Meal

指以国家卫生健康委员会公布的食药同源物质目录内的物质为原料之一，搭配符合食品安全标准的畜禽肉、蔬菜等食材，经标准化烹饪工艺加工制成，兼具营养供给与膳食调理功能，且不具备治疗功

效的膳食制品。

3.3

丁香 *Syzygium aromaticum*

指桃金娘科植物丁香的干燥花蕾，作为本规范中的食药同源原料，应符合《中华人民共和国药典》（2025年版一部）相关规定，略呈研棒状；花冠圆球形，红棕色或棕褐色；质坚实，富油性；气芳香浓烈，味辛辣、有麻舌感；具有温中降逆、补肾助阳的食药功效。

3.4

提香 Flavor Extraction

指将丁香加入熬煮的大米汤中，通过小火微沸使丁香中的挥发油（丁香酚）充分溶出，赋予饮品独特香气的核心工艺步骤，核心要求是“短时微沸、避免久煮”，防止香气过度散失或产生苦涩味。

4 原料要求

4.1 主料

4.1.1 大米

应符合 GB/T 1355 的规定，优先选用粳米，颗粒饱满、色泽洁白、无霉变、无虫蛀、无异味，碎米率≤10%，需提供食用农产品合格证。量化配比：单份成品（250 ml）中大米用量为 30 g~40 g；批量生产（以 1 kg 大米为基准）时，成品产出量控制在 6 L~8 L。

4.1.2 丁香

应符合《中华人民共和国药典》（2025年版一部）的规定，无霉变、无虫蛀、无杂质，香气浓郁。需提供产品质量检验合格证明（含重金属、农残、丁香酚含量检测合格报告）。量化配比：单份成品（250 ml）中丁香干品用量为 0.5 g~1 g（整粒，约 35 粒）；批量生产（以 1 kg 大米为基准）时，丁香干品用量为 16 g~25 g，严格控制大米与丁香干品质量比为 80:140:1，确保丁香香气适中，无辛辣麻舌感过重现象。

4.2 辅料

4.2.1 蜂蜜

符合 GB 14963 的规定，为天然蜂蜜（优选槐花蜜、枣花蜜），色泽均匀、无异味、无杂质，果糖和葡萄糖含量≥60 g/100 g，不得添加蔗糖、甜味剂等成分。量化配比：单份成品（250 ml）中蜂蜜用量为 10 g~15 g；批量生产（以 1 kg 大米为基准）时，蜂蜜用量为 300 g~400 g，添加后需确保成品中果糖葡萄糖含量≥2.5 g/100 ml。

4.2.2 饮用水

符合 GB 5749 的规定，pH 值 6.5~8.5，总硬度≤450 mg/L（以 CaCO₃计），无异味、无浑浊，微生物指标合格。

5 烹饪设备与器具

5.1 设备

5.1.1 熬煮设备

优先选用砂锅（符合 GB 4806. 4，保温性好，受热均匀）、不锈钢汤锅（符合 GB 4806. 9，耐腐蚀、易清洁）、电炖锅（小火慢熬模式，适配长时间煮制），设备无破损、无异味、无涂层脱落，定期清洁维护。

5.1.2 预处理设备

食品级不锈钢洗菜池（生熟分区使用，标识清晰）、浸泡盆（食品级不锈钢或陶瓷材质，带盖）、筛网（80 目，用于过滤米渣和丁香残渣，符合 GB 4806. 12），应定期清洁消毒，消毒方式符合 GB 14881 附录 M 的规定。

5.1.3 辅助设备

冷藏设备（温度控制 0 ℃~4 ℃，波动范围±1 ℃，用于成品暂存）、电子秤（最大允许误差±0.1 g，量程满足原料称量需求）、温度计（测量范围 0 ℃~100 ℃，精度±1 ℃，可测量饮品温度）、量杯（食品级材质，符合 GB 4806. 4，用于精准量取饮用水）。

5.2 器具

刀、菜板、汤勺、过滤勺、饮品杯等均为食品级材质，符合 GB 4806 系列标准（金属器具符合 GB 4806. 9，陶瓷器具符合 GB 4806. 4，木质器具符合 GB 4806. 12）。菜板应按原料类型分区使用，刀具实行色标管理，避免交叉污染；使用前后经热力消毒，消毒后表面微生物菌落总数≤10 CFU/cm²，大肠菌群、致病菌不得检出，消毒记录至少留存 6 个月。蜂蜜取用器具需专用，避免污染。

6 烹饪工艺

6.1 原料预处理

6.1.1 大米处理

按配比称取大米，用流动清水淘洗 2~3 次，至水清澈无浑浊；淘洗后放入浸泡盆中，加入足量饮用水，水面没过大米 2 cm，常温夏季 30 min，冬季 60 min，提升大米软烂度，缩短熬煮时间；浸泡后捞出，沥干水分备用。

6.1.2 丁香处理

按配比称取丁香干品，去除杂质、霉变颗粒，用流动清水快速冲洗后，沥干水分，置于洁净容器中备用，处理后丁香应在 2 h 内使用，避免香气挥发。

6.2 大米熬煮

将沥干水分的大米倒入熬煮设备中，加入配比量的饮用水，大火加热至沸腾，期间不断搅拌，防止大米粘锅；沸腾后转小火，保持微沸状态，加盖熬煮 25 min~35 min，至大米完全软烂、汤汁呈乳白色米浆状，确保大米淀粉充分糊化。

6.3 丁香提香

将预处理后的丁香整粒倒入熬煮的米浆中，轻轻搅拌均匀，保持小火微沸状态继续熬煮 5 min~8 min，至汤汁中弥漫丁香的浓郁香气；提香时间不得超过 10 min，防止丁香酚过度溶出产生苦涩味。

6.4 蜂蜜调味

关火，待米浆温度降至 60 ℃~70 ℃时，加入配比量的蜂蜜，快速搅拌均匀，使蜂蜜完全溶解；严禁高温加入蜂蜜，避免破坏蜂蜜中的酶类和维生素等营养成分。

6.5 过滤静置

用 80 目筛网快速过滤米浆，去除未煮烂的大米颗粒和丁香残渣，确保饮品质地顺滑无杂质；过滤后的丁香蜜米饮置于洁净容器中，静置 5 min~10 min，让风味进一步调和；观察成品状态，汤汁应呈乳白色，带有丁香的淡褐色点缀，香气浓郁，确认合格后即可盛入饮品杯或进行包装。批量生产时，可通过设备自动监控熬煮时间和温度，确保不同批次成品口感、风味一致性。

7 成品要求

7.1 感官要求

7.1.1 色泽

呈均匀的乳白色或淡米色，带有丁香的淡褐色细小点缀，无焦糊痕迹，整体色泽协调。

7.1.2 气味

具有大米的自然米香、丁香的浓郁芳香和蜂蜜的清甜香气，三香融合协调，无酸败味、焦糊味及其他异味。

7.1.3 口感

质地顺滑，入口绵密，甜度适中，带有轻微的丁香辛香，无生硬米粒，无苦涩味，无麻舌感过重现象。

7.1.4 形态

均匀的半流质米浆状，无分层、无结块；过滤彻底，无可见大米颗粒、丁香残渣及其他杂质。

7.2 理化要求

7.2.1 水分

成品水分含量≤85%（按 GB 5009.3-2016 直接干燥法测定）。

7.2.2 丁香特征成分（丁香酚）

成品中≥0.005 g/100 ml（按《中华人民共和国药典》2025 年版一部丁香项下相关方法测定）。

7.2.3 蜂蜜特征成分（果糖+葡萄糖）

成品中≥2.5 g/100 ml（按 GB 14963 附录 A 测定）。

7.2.4 食品添加剂

符合 GB 31650 规定，不得添加人工色素、人工香精、防腐剂等违禁物质。

7.3 微生物要求

应符合表 1 的规定。

表 1 微生物指标

检验项目	技术要求	试验方法
菌落总数 CFU/g	≤10000	GB 4789. 2-2022
大肠菌群 MPN/100g	≤100	GB 4789. 3-2022
沙门氏菌	不得检出	GB 4789. 4-2020
金黄色葡萄球菌	不得检出	GB 4789. 10-2022
志贺菌	不得检出	GB 4789. 5-2016
单核细胞增生李斯特氏菌	不得检出	GB 4789. 30-2016

7.4 营养成分要求及检测方法

应符合表 2 的规定。

表 2 营养成分指标

检验项目	技术要求	试验方法
碳水化合物	≤10 g/100 ml	GB 5009.7-2016
蛋白质	≥0.8 g/100 ml	GB 5009.5-2016
脂肪	≤0.5 g/100 ml	GB 5009.6-2016

8 食用指导原则

8.1 适用人群

8.1.1 一般健康人群：作为日常营养饮品，可补充碳水化合物、矿物质及丁香、蜂蜜中的活性成分，适合各年龄段健康人群日常饮用，尤其适合秋冬季节。

8.1.2 脾胃虚寒、呃逆呕吐人群：丁香温中降逆，蜂蜜补中润燥，大米健脾养胃，三者协同作用，适合存在脘腹冷痛、呃逆、呕吐、食欲不振等症状的人群作为膳食调理。

8.1.3 老年、体虚乏力、口干舌燥人群：蜂蜜和大米可补充能量、润燥生津，适合体质虚弱、口干咽燥者作为日常饮品。

8.2 食用建议

8.2.1 糖尿病患者：成品中含蜂蜜，果糖和葡萄糖可能导致血糖波动，需在医生指导下严格控制饮用剂量或避免饮用。

8.2.2 成品宜温热饮用（温度 40 °C~50 °C），口感更佳，且避免冰镇饮用刺激肠胃；现做现饮口感最佳，若需存放，需在出锅后 2 h 内放入 0 °C~4 °C 冷藏，存放时间不超过 24 h，再次饮用时需加热至 60 °C 以上（中心温度 ≥60 °C），加热时间 ≥2 min，且仅可加热 1 次，以防肠胃不适；加热后需尽快饮用，避免风味流失和营养成分破坏。

8.2.3 本膳食为食药同源调理食品，不能替代药品。若存在明确的胃热、阴虚火旺、糖尿病、丁香或蜂蜜过敏等情况，或处于孕期、哺乳期，需在医生或营养师指导下饮用，不可盲目食用。

9 标识、包装、运输及储存

9.1 标识

预包装成品标签应符合 GB 7718、GB 28050 的规定，标明：产品名称（需标注“食药同源膳食”字样）、配料表（按原料加入量递减顺序排列）、净含量（偏差符合 JJF 1070 规定）、生产者名称及联系方式、生产地址、生产日期、保质期、贮存条件、执行标准编号、食品生产许可证编号；同时标注警示语：“本产品为膳食调理食品，不能替代药品”。

9.2 包装

包装材料应符合 GB 4806 系列标准，预包装采用高阻隔复合膜或食品级密封盒，具备耐温性（可承受 70 °C 以上加热）、无异味、不迁移有害物质，且包装材质需避光；现制现售采用一次性食品级餐盒（符合 GB 4806.7），配套食品级盖膜密封。包装过程应在洁净区（洁净度等级 ≥10 万级）进行，无菌

操作，避免二次污染，包装后成品应密封完好，无渗漏、无破损，包装标识与内装物一致；批量包装时需在包装内放置缓冲垫（如食品级泡沫垫），避免运输过程中挤压导致破损、汤汁渗漏。

9.3 运输

运输工具应符合 GB 14881 第 9 章要求，清洁、卫生、无异味，配备制冷装置，运输过程中温度控制在 0 ℃~10 ℃，温度波动≤±2 ℃。运输时应分层摆放，避免挤压、碰撞；不得与有毒、有害、有异味或腐蚀性物品混运，运输时间自出库起不超过 4 h（冷藏）或 24 h（冷冻）。

9.4 贮存

冷藏储存：温度 0 ℃~4 ℃，相对湿度 70%~80%，储存时间不超过 24 h；冷冻储存：温度≤-18℃，波动范围± 1℃，储存时间不超过 3 个月。储存应遵循“先进先出”原则，成品应放置在专用货架上，距离地面≥10 cm、距离墙壁≥5 cm，避免与有毒、有害、有异味物品混放。

10 卫生要求

应严格执行GB 14881的规定，建立并落实卫生管理制度：原料、半成品、成品应分区域存放，标识清晰，避免交叉污染；烹饪人员应持有效健康证明上岗，每年体检1次，工作时穿戴清洁工作衣帽、口罩、手套，保持个人卫生；生产经营场所每日清洁消毒，每周进行1次彻底清洁，消毒记录至少保存6个月；烹饪设备、器具使用后立即清洗，消毒后存放于洁净密闭容器中，定期维护保养并记录。

参 考 文 献

- [1] 国家药典委员会。中华人民共和国药典 [S]. 一部。北京：中国医药科技出版社，2020。
 - [2] 张伯礼、于春泉、王泓午等。中医养生饮食篇 [M]. 北京：中国医药科技出版社，2018。
 - [3] 李华。24 节气养生药膳速查手册 [M]. 北京：化学工业出版社，2013。
 - [4] 陈静。中医药膳学 [M]. 北京：中国中医药出版社，2006。
 - [5] 胡维勤。食物营养成分速查手册 [M]. 哈尔滨：黑龙江科学技术出版社，2018。
 - [6] 李廷芝。中国烹饪辞典（新版）[M]. 山西：科学技术出版社，2019。
-