

中国保健协会团体标准
《食养食品通则》编制说明

(征求意见稿)

中国农业科学院农产品加工研究所

2026年05月

一、标准制定背景及任务来源

（一）标准制定背景

当前，我国食品产业正处于从保障“数量安全”向提升“质量营养”转型的关键阶段。这一转型紧密围绕国家宏观战略，并针对居民膳食营养改善的迫切需求，为“食养食品”这一融合传统养生智慧与现代食品科学的新兴类别提供了明确的发展导向和现实基础。

1. 响应国家食物与营养发展战略的明确要求。

为系统解决居民膳食中优质蛋白质与膳食纤维摄入不足等结构性矛盾，统筹推进健康中国建设，2025年，农业农村部、国家卫生健康委、工业和信息化部联合印发了《中国食物与营养发展纲要（2025-2030年）》（以下简称《纲要》）。该《纲要》经国务院同意发布，是我国食物营养领域最新的顶层设计文件，其核心目标是推进营养型农业生产、食品加工和消费，形成更加平衡健康的膳食营养结构。《纲要》明确提出两大关键任务，为本标准的制定提供了直接且权威的政策依据：一、“加快特殊人群膳食食品定向开发”：要求针对老年人、慢性病患者等特殊人群的特定营养需求，加快开发相应的特殊膳食用食品。这精准对应了人口老龄化及慢性病高发趋势下，市场对具有明确健康指向性食品的“刚需”；二、“推动食药物质开发利用”：明确提出要加强对食药物质的功能评价，完善相关标准规范，并“推动食养指南指导产品研发和消费”，鼓励发展中医药膳产业。这为以传统“食药同源”物质为核心原料的食品开发提供了战略指引。

2. 顺应居民膳食结构精准化调整的迫切需求

国家发布的膳食指导性文件进一步细化了营养改善的具体路径，倡导增加蔬菜水果、全谷物和水产品的摄入，以引导形成更合理的膳食结构。这些指导原则背后，是亟待解决的现实问题：我国居民普遍存在优质蛋白质和膳食纤维摄入不足，同时食用油、盐、添加糖摄入过量。

因此，市场亟需一类能够将营养学指导原则、传统养生理念与现代食品加工技术相结合的产品。这类产品不仅需满足“美味、健康、方便”的消费升级需求，更需针对不同生理状态人群（如老年、肥胖、慢性病风险人群）提供差异化的营养支持方案。制定《食养食品通则》正是为了规范此类产品的开发，使其科学、有效地服务于居民膳食结构的优化。

3. 填补现有食品安全标准体系的特定空白

我国已建立了覆盖广泛、指标严密的食品安全国家标准体系。截至2025年9月，已累计发布食品安全国家标准1725项，并持续动态更新完善，例如新修订发布了《食品生产通用卫生规范》（GB 14881-2025）等关键标准。现有体系在保障通用食品安全和规范特定类别（如保健食品、特殊医学用途配方食品）方面发挥了基础性作用。

然而，对于前述国家战略所鼓励发展的、介于普通食品与保健食品之间、以“食养”为特征的产品类别，现有标准体系存在适用性空白：定义与分类缺失：缺乏对“食养食品”的权威定义和分类，导致产品定位模糊，市场监管和市场认知均存在困难；原料使用规范不具体：对于如何在普通食品形态中，安全、合规且有效地使用“食药同源物质”缺乏统一、可操作的技术规范；特征性技术指标缺位：除基础安全指标外，缺乏针对食养食品应具备的营养价值、特征性功能成分（如多糖、皂苷、黄酮等）的质量评价指标和检测方法标准；标签标识指引不足：现有标签通则（GB 7718, GB 28050）对如何规范标识“食养”属性、进行科学的功能性成分宣称和必要的消费提示，缺乏针对性规定。这种标准缺失状态，导致产业在快速发展中出现概念混淆、产品质量参差不齐等问题，既不利于保护消费者权益，也制约了产业的创新升级与高质量发展。

综上所述，制定《食养食品通则》团体标准，是贯彻落实《中国食物与营养发展纲要（2025—2030年）》等国家战略的必然要求，是响应居民精准化、个性化营养健康需求的产业回应，也是在现有完善但针对性强的基础标准体系上，填补特定新兴产品类别标准空白、引导行业规范发展的关键技术举措。本标准旨在明确内涵，划定边界：科学定义食养食品，建立清晰的分类体系，为行业树立统一的认知框架。设定规矩，保障安全：严格规范原料（特别是食药同源物质）的使用要求，筑牢安全底线，防范滥用风险。建立标尺，提升质量：设定涵盖感官、理化、功能性成分及安全性的核心技术指标与检测方法，为产品质量提供客观、可衡量的评价依据。引导创新，促进融合：通过标准化，鼓励企业

基于传统智慧和现代科技进行科学创新，推动中医食养理论与现代营养学、食品工艺学的深度融合。规范市场，保护消费：明确标签标识的特殊要求，引导真实、规范的产品宣传，保障消费者的知情权与选择权，营造诚信、透明的市场环境。本标准的制定与实施，将填补当前标准体系的空白，为食养食品产业的规范化、标准化、高质量发展提供关键的技术支撑，对推动健康中国建设、满足人民群众日益增长的健康生活需求具有重要的现实意义和长远价值。

（二）任务来源

本标准制定任务来源于中国保健协会的正式委托。由中国农业科学院农产品加工研究所牵头，联合中国保健协会健康科学技术应用推广委员会、浙江大医德美生物科技有限公司共同承担《食养食品通则》团体标准的研制工作，由中国保健协会归口管理。

二、主要工作过程

（一）编制过程

本标准制定工作于2023年正式启动，至2025年12月形成送审稿。整个编制过程严格遵循团体标准制定的规范性程序，经历了立项论证、前期调研、草案起草、广泛征求意见、修改完善及专家函审等关键阶段，确保了标准内容的科学性、实用性和协调性。具体工作过程如下：

第一阶段：项目立项与筹备启动

2023年，面对快速发展的食养食品产业和亟待规范的市场环境，中国保健协会组织召开了《食养食品通则》团体标准立项评审会。来自营养学、食品科学、中医药学、标准法规及行业企业的多位专家对标准立项的必要性、可行性进行了充分论证。专家组一致认为，制定一项针对食养食品的通用标准，对于厘清产品概念、规范市场秩序、引导产业创新、保障消费者权益具有紧迫的现实意义和重要的战略价值，同意通过立项。随后，中国保健协会正式下达标准制定任务，委托中国农业科学院农产品加工研究所作为牵头单位，联合中国保健协会健康科学技术应用推广委员会、浙江大医德美生物科技有限公司共同组建标准起草组，启动了标准研制工作。起草组召开了启动会议，明确了工作目标、任务分工、时间节点和技术路线，为后续工作奠定了组织基础。

第二阶段：系统调研与草案起草

2024年1月-2025年10月，本阶段是标准内容形成的关键时期，起草组开展了大量扎实的基础性工作。

1.文献与标准资料收集分析：系统检索并研究了国内外与食品营养、功能性成分、传统养生食材、食品法规等相关的学术文献、技术报告。全面梳理了《食品安全法》、《国民营养计划》等国家政策文件，以及GB 2760、GB 2761、GB 2762、GB 14880、GB 7718、GB 16740等百余项现行有效的食品安全国家标准、行业标准、地方标准和团体标准（如T/CI 147-2022），深入分析现有标准体系对食养食品的覆盖情况及存在的空白点。

2.产业现状与需求调研：起草组通过实地走访、线上问卷、专题座谈等多种形式，对国内数十家从事食养食品研发、生产、销售的企业及行业协会进行了深入调研。调研内容涵盖产品类型、原料使用（特别是食药同源物质）、生产工艺、质量控制、市场认知、面临的问题及对标准的期望等。同时，广泛收集了市售典型食养食品的标签信息，分析其宣称特点和存在的问题。

3.技术研讨与框架构建：基于调研结果和文献分析，起草组多次召开内部研讨会，就“食养食品”的核心定义、与“保健食品”、“普通食品”的边界划分、标准应涵盖的核心技术要素（如分类、原料、成分、安全）等关键问题进行了深入研讨。初步确定了标准的基本框架，即以保障安全为基础，以规范原料为核心，以明确产品技术要求为重点，以引导正确标识为延伸。

4.试验验证与数据支撑：针对标准中可能涉及的功能性成分（如多糖、皂苷、黄酮等）的检测方法，起草组参考《中国药典》及相关国家检测标准，进行了方法适用性评估和验证，确保推荐的检测方法科学、可行。同时，对市售部分典型产品进行了抽样检测，积累了基础数据，为标准中部分限量指标的讨论提供了参考。

5.形成标准草案及编制说明初稿：在充分调研、研讨和论证的基础上，起草组于2024年底完成

了《食养食品通则》标准草案及编制说明初稿的撰写。草案明确了标准的适用范围，尝试对“食养食品”进行了定义，构建了按质地分类的体系，并初步规定了原料、感官、理化成分（包括必要的营养素和功能性成分）、污染物、微生物等关键技术要求以及标签标识原则。

第三阶段：征求意见、专家函审与修改完善

2025年10月-12月，中国农业科学院农产品加工研究所组织开展了《食养食品通则》团体标准的专家函审工作。函审邀请了来自中国中医科学院、中国保健协会、中国农业科学院、中国食品发酵工业研究院、国家食品安全风险评估中心等单位的五位权威专家。

1.函审过程：起草组将标准送审讨论稿、编制说明、意见汇总处理表等全套材料提交各位专家审阅。专家们以高度负责的态度，对标准的制定程序、文本结构、技术内容的科学性、协调性、与现行法规政策的符合性等进行了全面、细致的审查。将标准草案及编制说明初稿发送给前期调研涉及的部分重点企业、科研院所及行业协会，进行定向征求意见，收集对标准框架和核心内容的反馈。

2.函审意见与结论：专家们总体上肯定了标准制定的必要性、程序的合规性以及框架的合理性，同时也提出了非常重要且具体的修改意见和建议（详见函审纪要附件）。核心意见包括：需进一步明确标准定位及与相关食品类别的边界；分类体系应更体现“食养”特色；技术内容（尤其是功能性成分部分）的逻辑需进一步理顺，合规性风险需彻底排除；文本表述需更加严谨规范等。专家函审结论要求起草组根据意见进一步修改完善。起草组召开专题会议，对每一条意见进行了认真研究和慎重处理。对于采纳的意见，在标准文本和编制说明中进行了相应修改；对于未采纳的意见，也记录了详细理由。例如，根据意见更新了所有引用标准至最新版本；优化了“食养食品”的定义，力求更精炼准确；调整了分类表的逻辑，使子类别更清晰；对功能性成分表格中的风险表述进行了删除或修改，确保符合普通食品法规要求；对污染物等安全指标的设定依据进行了复核和说明。在此基础上，于2025年12月形成了标准送审讨论稿及相应的编制说明。

第四阶段：最终完善和送审（2026年xxx月）

公开征求意见：拟通过中国保健协会等平台向社会公开征求意见。收到了来自食品生产企业、检测机构、科研单位、监管部门及个人专家的多方面反馈。拟于2026年2月形成了目前最终的《食养食品通则》（送审稿）及与之严格对应的本编制说明。

（二）标准主要起草人简介

1.王凤忠，研究员，中国农业科学院农产品加工研究所，担任标准制定项目负责人，负责标准的总体规划、顶层设计、工作协调与最终审定，全面主持和推进标准制定各阶段工作。

2.范蓓，研究员，中国农业科学院农产品加工研究所，负责标准制定工作的具体组织实施、技术路线制定、过程管理以及跨单位协作沟通，保障项目按计划推进。

3.晏永球，研发总监，浙江大医德美生物科技有限公司，作为标准文本的主要执笔人之一，负责标准草案、征求意见稿及送审稿的起草与修订，具体落实技术内容的结构化表述。

4.张春红，副研究员，中国农业科学院农产品加工研究所，负责标准制定过程中所需全部国内外文献、法规政策及技术标准的系统性搜集、整理与分析，并牵头撰写《编制说明》，详述技术内容的确定依据。

5.李季生，研究员，承德医学院，参与标准修改、技术内容研讨，并对接行业调研，协助将产业实践需求转化为标准条款。

6.卢聪，副研究员，中国农业科学院农产品加工研究所，参与标准修改、技术内容研讨，并对接行业调研，协助将产业实践需求转化为标准条款。

7.王峰，硕士研究生，中国农业科学院农产品加工研究所，参与标准文本的执笔起草工作，并负责标准中部分技术指标（如功能性成分、营养学指标）的研究论证与实验验证支持。

8.孙晶，副研究员，中国农业科学院农产品加工研究所，参与标准文本的修改、校对及格式规范化工作，协助处理征求意见与函审过程中的文本修订。

9.刘佳萌，副研究员，中国农业科学院农产品加工研究所，负责标准制定过程中的资料管理、会议记录及意见汇总，辅助完成编制说明相关内容的整理与编辑。

三、标准编制原则和规范性引用文件

（一）编制原则

本标准在编制过程中，以保障安全、提升质量、规范发展为核心目标，严格遵循以下九项基本原则，确保其科学、实用、协调且具备引领性。

1.功能导向与目标明确

坚持食养食品的本质属性，引导产品设计与开发指向明确的健康目标和特定适用人群（如针对特定生理状态或健康需求）。标准通过定义和分类，推动产业从泛化的“健康”概念，向基于现代营养学和传统养生理论、具有清晰应用场景的精准化产品转型，避免概念混淆。

2.安全优先与原料为本

将产品长期食用的安全性置于首位。核心是严格规范食药同源物质、新食品原料等核心原料的使用，其品种、使用范围和剂量必须严格遵从《中华人民共和国食品安全法》、《按照传统既是食品又是中药材的物质目录》、《中华人民共和国药典》及相关公告的规定，从源头杜绝滥用风险，筑牢安全基础。

3.传承精华与守正创新

坚持“中西医营养健康体系融合”的发展路径。一方面，尊重和吸纳中医“药食同源”、“辨证施膳”的智慧，将其作为理论和文化内核；另一方面，严格运用现代食品科学、营养学和加工技术进行量化表达与产品转化。鼓励在传承基础上，利用生物制造、现代提取等新技术创新产品形态，推动产业高质量发展。

4.依法依规与体系协调

以现行法律法规和强制性标准为刚性约束。本标准所有条款均确保与《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》（GB 2760）、《食品安全国家标准 食品中污染物限量》（GB 2762）等强制性国家标准的要求协调一致，作为对通用标准的必要补充和具体化，构成统一、严密的标准体系。

5.权益保障与消费指引

将保障消费者合法权益作为核心落脚点。标准通过强制要求产品标签真实、准确、完整地标示全部关键信息，包括但不限于配料、核心成分含量、明确适宜的食用方法与用量、适用人群及醒目的警示用语（如过敏原、不适宜人群）。旨在充分保障消费者的知情权、选择权与安全权，引导科学理性消费。

6.引导产业与提质增效

标准内容紧密对接产业发展实际，旨在通过设定明确、统一且合理的技术门槛，引导和规范企业生产经营。推动产业链向标准化、规模化、高品质方向发展，优化资源配置，促进技术创新与工艺升级，淘汰落后产能，最终提升整个行业的经济效益、社会信誉与国际竞争力。

7.科学循证与动态开放

本标准技术内容的确定均建立在现有最佳科学证据、实验验证数据及广泛产业调研的基础之上。同时，标准体系保持开放性，承诺将根据未来营养学科进展、检测技术革新、产业发展阶段及市场反馈，对标准进行定期复审与适时修订，确保其持续具备科学性与时代适应性。

这些原则共同构成了本标准编制的完整指导思想，力求全方位推动食养食品产业的规范化、科学化与可持续发展。

（二）规范性引用文件

本标准的制订参考了国内相关法律法规和标准，规定了食养食品的术语和定义、原料要求、感官要求、理化指标、食品安全要求、真实性要求、其他要求等。其中功能性成分指标的分类参考了《中国药典》。本标准制订过程中借鉴了上述相关标准的规定和要求，并结合食养食品的产业现状，制定《团体标准 食养食品通则》。本标准明确了范围，从食养食品的安全性出发，规定了安全性指标的限量，与国内其他产品类标准无冲突。

本标准参考或引用了以下标准的相关内容：

食品安全国家标准 (GB)

- 1.《食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范》（GB 14881-2025）
- 2.《食品安全国家标准 饮料生产卫生规范》（GB 12695-2016）

3. 《食品安全国家标准 保健食品良好生产规范》（GB 17405-2021）
4. 《食品安全国家标准 食品中污染物限量》（GB 2762-2022）
5. 《食品安全国家标准 食品中真菌毒素限量》（GB 2761-2023）
6. 《食品安全国家标准 食品中农药最大残留限量》（GB 2763-2021）及其增补版（GB 2763.1-2022）
7. 《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》（GB 2760-2022）
8. 《食品安全国家标准 食品营养强化剂使用标准》（GB 14880-2012）
9. 《食品安全国家标准 预包装食品标签通则》（GB 7718-2023）
10. 《食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则》（GB 28050-2024）
11. 《食品安全国家标准 预包装食品中致病菌限量》（GB 29921-2021）
12. 《食品安全国家标准 保健食品》（GB 16740-2014）
13. 《食品安全国家标准 胶原蛋白肽》（GB 31645-2018）
14. 《食品安全国家标准 食品微生物学检验》（GB 4789）系列
15. 《食品安全国家标准 食品中水分的测定》（GB 5009.3-2016）
16. 《食品安全国家标准 食品中灰分的测定》（GB 5009.4-2016）
17. 《食品安全国家标准 食品中蛋白质的测定》（GB 5009.5-2016）
18. 《食品安全国家标准 食品中脂肪的测定》（GB 5009.6-2016）
19. 《食品安全国家标准 食品中还原糖的测定》（GB 5009.7-2016）
20. 《食品安全国家标准 食品中果糖、葡萄糖、蔗糖、麦芽糖、乳糖的测定》（GB 5009.8-2023）
21. 《食品安全国家标准 食品中淀粉的测定》（GB 5009.9-2023）
22. 《食品安全国家标准 食品中总砷及无机砷的测定》（GB 5009.11-2024）
23. 《食品安全国家标准 食品中铅的测定》（GB 5009.12-2023）
24. 《食品安全国家标准 食品中锌的测定》（GB 5009.14-2017）
25. 《食品安全国家标准 食品中镉的测定》（GB 5009.15-2023）
26. 《食品安全国家标准 食品中锡的测定》（GB 5009.16-2023）
27. 《食品安全国家标准 食品中总汞及有机汞的测定》（GB 5009.17-2021）
28. 《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 5009.22-2016）
29. 《食品安全国家标准 食品中黄曲霉毒素 M 族的测定》（GB 5009.24-2016）
30. 《食品安全国家标准 食品中 N-亚硝胺类化合物的测定》（GB 5009.26-2023）
31. 《食品安全国家标准 食品中苯并(a)芘的测定》（GB 5009.27-2016）
32. 《食品安全国家标准 食品中亚硝酸盐与硝酸盐的测定》（GB 5009.33-2016）
33. 《食品安全国家标准 食品中膳食纤维的测定》（GB 5009.88-2023）
34. 《食品安全国家标准 食品中铁的测定》（GB 5009.90-2016）
35. 《食品安全国家标准 食品中钙的测定》（GB 5009.92-2016）
36. 《食品安全国家标准 食品中赭曲霉毒素 A 的测定》（GB 5009.96-2016）
37. 《食品安全国家标准 食品中脱氧雪腐镰刀菌烯醇及其乙酰化衍生物的测定》（GB 5009.111-2016）
38. 《食品安全国家标准 食品中胆固醇的测定》（GB 5009.128-2016）
39. 《食品安全国家标准 食品中铬的测定》（GB 5009.123-2023）
40. 《食品安全国家标准 食品中脂肪酸的测定》（GB 5009.168-2016）
41. 《食品安全国家标准 食品中展青霉素的测定》（GB 5009.185-2016）
42. 《食品安全国家标准 食品中指示性多氯联苯含量的测定》（GB 5009.190-2014）
43. 《食品安全国家标准 食品中氯丙醇及其脂肪酸酯含量的测定》（GB 5009.191-2016）
44. 《食品安全国家标准 食品中玉米赤霉烯酮的测定》（GB 5009.209-2016）
45. 《食品安全国家标准 食品中桔青霉素的测定》（GB 5009.222-2016）
46. 《食品安全国家标准 藻类及其制品》GB 19643-2016
47. 《食品安全国家标准 食品中镍的测定》（GB/T 5009.138-2024）
48. 《食品安全国家标准 食品添加剂 红曲红》（GB 1886.181-2016）

49.《食品安全国家标准 食品营养成分基本术语》（GB/Z 21922-2008）

国家推荐性标准 (GB/T)

- 1.《枸杞》（GB/T 18672-2014）
- 2.《地理标志产品 吉林长白山人参》（GB/T 19506-2009）
- 3.《香辛料通用技术条件》（GB/T 15691-2008）
- 4.《随机数的产生及其在产品质量抽样检验中的应用程序》（GB/T 10111-2008）
- 5.《动植物油脂 甾醇组成和甾醇总量的测定 气相色谱法》（GB/T 25223-2024）
- 6.《茶叶中茶氨酸的测定 高效液相色谱法》（GB/T 23193-2017）
- 7.《茶叶中茶多酚和儿茶素类含量的检测方法》（GB/T 8313-2018）
- 8.《人参单体皂苷鉴定及检测方法》（GB/T 41726-2022）
- 9.《植物次生代谢物生物碱的检测 液相色谱-质谱法》（GB/T 38571-2020）
- 10.《蜂花粉总多酚的检测 福林酚试剂比色法》（GB/T 44349-2024）

行业标准 (NY/T, SN/T)

1.农业部行业标准 (NY/T)

- 《绿色食品产品抽样准则》（NY/T 896-2015）
- 《绿色食品产品抽样准则》（NY/T 896-2015）
- 《绿色食品 人参和西洋参》（NY/T 1043-2016）
- 《人参皂苷的测定》（NY/T 1842-2010）
- 《柑桔类水果及制品中总黄酮含量的测定》（NY/T 2010-2011）
- 《灵芝产品中灵芝酸含量的测定 高效液相色谱法》（NY/T 2278-2012）

2.出入境检验检疫行业标准 (SN/T)

- 《出口食品中茶多酚的检测方法 高效液相色谱法》（SN/T 3848-2014）
- 《出口食品中总黄酮的测定》（SN/T 4592-2016）

注：GB 23200 系列农药残留检测方法标准已涵盖，此处不重复列出具体的子项。

食品安全地方标准 (DBS/DB)

- 1.《食品安全地方标准 灵芝》（DBS35/ 008-2024）
- 2.《浙江省食品安全地方标准 干制铁皮石斛花》（DB33/ 3011-2020）

团体标准 (T/)

- 1.《团体标准 食药同源及药膳配方食品通用要求》（T/CI 147-2022）
- 2.《团体标准 宕昌特色食养药膳制作技术指南》（T/ZGYSYJH 002-2024）
- 3.《团体标准 灵芝孢子粉中多糖含量快速筛查 近红外光谱》（T/GXAS 356-2022）
- 4.《团体标准 人参稀有皂苷的含量测定》（T/CNHFA 001-2021）
- 5.《团体标准 罗汉果后熟处理技术规程》（T/GXAS 926-2024）

主要参考法规、指南及目录

- 1.《成人肥胖食养指南（2024年版）》
- 2.《儿童青少年肥胖食养指南（2024年版）》
- 3.《成人慢性肾脏病食养指南（2024年版）》
- 4.《成人高尿酸血症与痛风食养指南（2024年版）》
- 5.《成人高血压食养指南（2023年版）》
- 6.《成人高脂血症食养指南（2023年版）》
- 7.《成人糖尿病食养指南（2023年版）》
- 8.《儿童青少年生长迟缓食养指南（2023年版）》
- 9.《成人脑卒中食养指南（2025年版）》
- 10.《成人骨质疏松症食养指南（2025年版）》
- 11.《成人肌少症食养指南（2025年版）》

四、确定各项技术内容的依据

（一）标准范围和定义

1.标准范围

本文件适用于食养食品。本标准适用于以药食同源原料、新食品原料等为主要成分，宣称具有特定功能的食养食品，包括固体、液体、半固体等形态。涵盖产品如冲调谷物制品、功能性提取物制品等。食养食品主要包括药食同源类：金银花、枸杞、红枣、山药、莲子、百合、茯苓、薏苡仁、桂圆、桑葚、山楂、菊花、生姜、黑芝麻等；功能性食品：益生菌饮品；营养强化食品：强化钙的牛奶、添加铁和叶酸的谷物、维生素D强化饮品等；天然有机食品：有机蔬菜、水果、杂粮、野生菌类、天然蜂蜜等；传统养生食材：羊肉、核桃、桂圆、银耳、绿豆、冬瓜、小米、黄豆、山药等；膳食补充剂：复合维生素、蛋白粉、螺旋藻、鱼油、胶原蛋白肽等；低GI食品：燕麦、糙米、藜麦、荞麦、全麦面包等；发酵食品：酸奶、纳豆、泡菜、味噌、康普茶等；特殊医学用途食品：低蛋白食品、无乳糖食品、全营养配方粉等；季节性/地域性养生食品：核桃、荷叶、紫菜等。

2.食养（Health preserving with food）

根据营养科学理论、中医食养理论和相关慢性病科学研究文献证据，选择适宜的食物或食药同源物品，通过科学搭配日常膳食，达到调理体质、改善营养状况、防控慢性非传染性疾病目标的养生方法。

确定依据：“食养”是我国传统养生文化的重要组成部分，也是现代营养干预的重要形式。本定义融合了现代营养学（“营养科学理论”、“慢性病科学研究文献证据”）与传统中医食养理论（“食药同源”、“调理体质”），明确了食养的核心手段是“科学搭配日常膳食”，核心目标是“调理体质、改善营养状况、防控慢性非传染性疾病”，既区别于药物治疗，也区别于无目标的普通饮食，为食养食品的定义奠定了理论基础。

3.食养食品（Nutrition-Oriented Food）

以食物和（或）食药同源物质为主要原料，依据营养科学理论、中医食养理论和相关科学研究证据，经特定配方设计和工艺加工制成，适用于特定体质或慢性非传染性疾病风险人群，具有调理体质、改善营养状况或防控慢性非传染性疾病特定食养目标的食物。

确定依据：本定义参照团体标准《中医食养药膳评价指标》（T/ZGYSYJH 005-2024）中提到的食养药膳，和《食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范》（GB 14881-2013）制定。定义明确了食养食品的四大核心特征：

原料特征：以食物和（或）食药同源物质为主要原料，强调“食药同源”是食养食品区别于普通食品的重要物质基础；

理论依据：融合营养科学理论、中医食养理论和科学研究证据，体现“中西医并重”的编制原则；

加工特征：经特定配方设计和工艺加工制成，强调其并非简单食材堆砌，而是经过科学设计的产品；

目标特征：适用于特定体质或慢性非传染性疾病风险人群，具有明确的食养目标。

该定义将食养食品定位于“普通食品”与“保健食品”之间的创新类别：比普通食品具有更明确的健康指向性和理论支撑，但又不宣称疾病预防、治疗功能（区别于保健食品），为产业创新提供了合规空间。

4.辨证施膳（Syndrome Differentiation and Dietary Regulation）

根据中医体质辨识结果（如气虚质、痰湿质等），结合季节、地域特点，选择相应性味归经食材进行膳食调理的方法。

确定依据：“辨证施膳”是中医食养理论的核心理念，也是食养食品配方设计的重要方法论。引入该术语，旨在将传统中医理论纳入标准话语体系，指导企业根据中医体质辨识结果（依据 GB/T 46939-2025）进行产品研发，体现“传承精华、守正创新”的编制原则。

5.产品分类

按食养目标和适用人群分类：

a) 体重管理类：适用于肥胖、超重人群，能量控制及宏量营养素比例调整依据《成人肥胖食养指南（2024年版）》；

b) 尿酸管理类：适用于高尿酸血症、痛风人群，嘌呤摄入控制及膳食结构调整依据《成人高尿酸血症与痛风食养指南（2024年版）》；

c) 肾病调理类：适用于慢性肾脏病（CKD）1-5 期人群，蛋白质限制及钠、钾、磷矿物质控制依据《成人慢性肾脏病食养指南（2024 年版）》；

d) 血压管理类：适用于高血压患者，钠盐限制及 DASH 膳食模式应用依据《成人高血压食养指南（2023 年版）》；

e) 血脂管理类：适用于高脂血症人群，脂肪总量及脂肪酸结构优化、胆固醇控制依据《成人高脂血症食养指南（2023 年版）》；

f) 血糖管理类：适用于糖尿病患者，碳水化合物定量及低升糖指数膳食控制依据《成人糖尿病食养指南（2023 年版）》；

g) 儿童生长发育类：适用于生长发育迟缓或超重肥胖的儿童青少年，营养强化支持或能量控制依据《儿童青少年生长迟缓食养指南（2023 年版）》《儿童青少年肥胖食养指南（2024 年版）》；

h) 脑血管调理类：适用于脑卒中高危人群及卒中后康复期患者，膳食营养控制依据《成人脑卒中食养指南》（2025 年版）；

i) 骨骼肌肉类：适用于骨质疏松症及肌少症人群，钙、维生素 D 补充及优质蛋白摄入依据《成人骨质疏松症食养指南》《成人肌少症食养指南》（均待正式发布）（2025 年版）；

j) 体质调理类：适用于气虚、痰湿、湿热等特定体质人群，体质判定及药食配伍依据 GB/T 46939-2025《中医体质分类与判定》；

k) 综合调理类：适用于具有多种慢病风险因素人群的一般性膳食调理。

确定依据：产品分类是标准的核心技术内容之一。起草组在编制过程中，对分类方式进行了深入的比较研究和专家论证，最终确定“按食养目标和适用人群分类”，主要基于以下考量：

体现食养食品的本质属性：食养食品的核心价值在于“食养”，即通过膳食调理达到特定健康目标。按“食养目标”分类，能够直接反映产品的功能指向，便于消费者根据自身的健康需求（如体重管理、血糖控制等）进行选择，也便于监管部门根据风险等级实施分类管理。

与国家食养指南紧密衔接：国家卫生健康委已发布或即将发布一系列成人及儿童食养指南，这些指南是食养食品研发的权威科学依据。将分类与指南一一对应（如体重管理类对应《成人肥胖食养指南》），既确保了分类的科学性和权威性，也为企业产品研发提供了明确的技术路径。

覆盖主要慢性病和亚健康人群：a)至 i)类分别对应我国人群最主要的慢性非传染性疾病（肥胖、高尿酸、慢性肾病、高血压、高脂血症、糖尿病、脑卒中、骨质疏松、肌少症）及儿童生长发育问题，j)类覆盖中医体质调理需求，k)类为多种风险因素人群提供兜底分类，形成了较为完整的分类体系。

区别于普通食品的产品形态分类：在草案阶段，曾考虑按“液态、半固态、固态”等食物质地分类，但专家函审意见指出，此类分类未能体现食养食品的核心特色，且普通食品标准已广泛采用形态分类，易造成标准同质化。调整为按食养目标分类后，突出了食养食品的差异化定位，符合“功能导向与目标明确”的编制原则。

6. 原料要求

食养食品的原料要求直接引用现行食品安全国家标准：农药残留限量应符合 GB 2763 的规定；真菌毒素限量应符合 GB 2761 的规定；污染物限量应符合 GB 2762 的规定。

确定依据：原料安全是食养食品安全的源头。我国已建立完善食品安全基础标准体系，GB 2761、GB 2762、GB 2763 分别对真菌毒素、污染物、农药残留作出了强制性限量规定，适用于所有食品类别，食养食品作为普通食品的创新形态，必须严格遵上述底线要求。

本标准在通则层面不重复制定原料限量表，原因如下：一是食养食品原料来源广泛，涵盖谷物、果蔬、药食同源物质、新食品原料等，各类原料在相应产品标准或食品安全国家标准中已有具体规定；二是通则的定位是“通用要求”，具体原料的质量规格应由产品标准或企业标准根据配方特点另行规定；三是直接引用强制性国家标准，可确保无论食养食品采用何种创新配方，其原料安全性均不低于国家统一要求。

需要特别说明的是，食养食品中使用的食药同源物质，其品种、使用范围和剂量还应符合《按照传统既是食品又是中药材的物质目录》及《中华人民共和国药典》的相关规定，确保在普通食品形态中安全、合规地使用传统养生食材。

7. 生产加工要求

食养食品的生产卫生应符合 GB 14881 及相关规范的规定。

确定依据：GB 14881《食品安全国家标准 食品生产通用卫生规范》是我国食品生产加工环节的基础性卫生标准，规定了食品生产过程中原料采购、加工、包装、贮存和运输等环节的场所、设施、人员的基本卫生要求和管理准则。食养食品虽具有特定的配方和健康指向性，但其生产加工过程仍属于普通食品生产范畴，必须满足 GB 14881 的通用卫生要求。

标准中"及相关规范的规定"为特殊工艺留有空间。例如，若食养食品涉及发酵、提取、浓缩等特殊工艺，还应符合相应的生产卫生规范（如饮料、乳制品、食品添加剂等特定类别的卫生规范）。

8. 抽样要求

抽样按 GB/T 10111 执行。

确定依据：GB/T 10111《随机数的产生及其在产品质量抽样检验中的应用程序》是我国产品质量抽样检验的基础方法标准，规定了随机抽样的基本原则和程序。食养食品作为普通食品，其抽样检验应遵循该标准的通用要求，确保样品的代表性和检验结果的可靠性。具体抽样方案（如样本量、判定数组）应由相应的产品标准或检验规程根据产品特性进一步细化。

9. 感官检验

食养食品的感官检验按 GB/T 29605 规定的方法执行。

确定依据：感官质量是食养食品的重要质量特性，直接影响消费者的接受度和食用依从性。GB/T 29605《感官分析 食品感官质量控制导则》规定了食品感官质量控制的基本原则、程序和方法，适用于各类食品的感官评价。

本标准在通则层面仅规定检验方法，不设定统一的感官指标表，主要基于以下考虑：

产品形态差异显著：食养食品涵盖 11 类不同食养目标产品，涉及液态饮料、半固态膏方、固态粉末、即食糕点等多种形态，其应有的色泽、滋味、气味、组织状态随产品类别差异极大，难以在通则中制定统一的感官指标限量。

避免与产品标准重复：具体感官要求（如"具有本产品特有的色泽、香气和滋味"）应由相应的产品标准或企业标准根据产品特性自行规定。通则若设定具体感官描述，反而会束缚下游产品标准的个性化制定。

守住安全底线：无论何种形态的食养食品，其感官质量均应符合《中华人民共和国食品安全法》第三十四条第六项关于"腐败变质、油脂酸败、霉变生虫、污秽不洁、混有异物、掺假掺杂或者感官性状异常"的禁止性规定，这是感官质量的底线要求。

10. 真菌毒素限量

真菌毒素限量应符合 GB 2761 的规定。

11. 农药残留限量

农药残留限量应符合 GB 2763 的规定。

12. 微生物限量

微生物限量应符合 GB 29921 的规定。

确定依据：真菌毒素、农药残留、微生物是食品安全控制的三大核心领域。我国已建立严密的强制性国家标准体系：

GB 2761 规定了食品中黄曲霉毒素 B1、黄曲霉毒素 M1、脱氧雪腐镰刀菌烯醇、展青霉素、赭曲霉毒素 A、玉米赤霉烯酮等真菌毒素的限量指标；

GB 2763 规定了 564 种农药在 376 种（类）食品中的最大残留限量；

GB 29921 规定了预包装食品中沙门氏菌、金黄色葡萄球菌、副溶血性弧菌、单核细胞增生李斯特氏菌等致病菌的限量要求。

本标准不单独制定上述指标的限量附表，直接引用强制性国家标准，主要基于以下技术考量：

食养食品形态与工艺差异显著：涵盖液态饮料、固态粉末、半固态膏方等，其杀菌工艺、水分活度、贮藏条件各不相同，难以在通则中设定"一刀切"的微生物指示菌限量。若强行设定统一指标，必然导致部分品类指标过严（如经商业无菌处理的饮料）或部分品类指标过宽（如即食高蛋白粉末），无法科学反映各类产品的真实安全水平。

避免与强制性国家标准重复或冲突：GB 2761、GB 2763、GB 29921 是我国食品安全的底线标准，

具有强制执行力。团体标准作为对国家标准体系的补充，若在通则中另立一套指标，既会造成标准交叉重复，也可能因指标设定差异给企业带来合规困惑，甚至引发"就低不就高"的监管风险。直接引用可确保食养食品与国家食品安全底线无缝衔接。

体现"通则"定位，为产品标准留足空间：本标准定位为通用通则，重在界定术语、分类框架和原料安全底线，而非替代具体产品标准。各类食养食品（如食养饮料、食养糕点）在后续制定产品标准或企业标准时，可在符合强制性国家标准的基础上，根据产品特性进一步细化安全指标。通则若提前设定具体数值，反而会束缚下游产品标准的个性化制定。

GB 29921 已覆盖"无相应类属食品"情形：GB 29921 正文及附录中对"无相应类属食品"已有通用致病菌限量规定，并明确"按照食品类别"执行。食养食品只要按其实际形态归入相应食品类别（如饮料、糕点、调味品等），即可直接适用；确属创新形态难以归类的，按 GB 29921 通用条款执行即可，无需在团体标准中再行制表。