

美味藏玄機？ 2025 學童零食 調查測試

市面上零食大多含高糖、高鈉及多種食品添加物，若讓學童過量攝取恐影響健康。為了解校園周邊或網路等販售的零食品質，本次進行零食調查測試，提供消費者選購參考，並呼籲一同關注學童的飲食安全。

文／檢驗部・樣品拍攝／出版部・圖片來源／Pexels



摘要

1. 樣品：2025 年 2 月間，於臺北市、新北市、臺中市、臺南市及高雄市校園周邊約 500 公尺範圍內之連鎖便利商店及商行、網路購物平臺購買，共計購得 20 件樣品。
2. 價格調查：20 件樣品每百公克單價介於 24 ~ 875 元。
3. 標示調查：10 件樣品不符合《食品安全衛生管理法》第 22 條標示相關規定。
4. 著色劑：2 件檢出不符合《食品安全衛生管理法》第 28 條規定及 4 件沒有著色劑中文標示。
5. 甜味劑：2 件無甜味劑中文標示，不符合《食品安全衛生管理法》第 22 條，且其中 1 件不符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》使用範圍。
6. 鈉含量：1 件檢測結果不符合《包裝食品營養標示應遵行事項》及 1 件沒有中文鈉營養標示。

零食在日常生活中受各年齡層喜愛，其種類多樣，市售常見零食如餅乾、糖果、巧克力、薯片、堅果、膨化食品、水果乾、肉乾、魚乾以及飲品與果凍等。零食可能因為鮮豔的外觀、美味和社交共享價值等而廣受學童歡迎。然而，過度食用零食可能帶來健康風險，尤其是加工零食中常見的人工著色劑、甜味劑及高鈉、糖含量。

發育中的學童若過量攝入鈉，會對心血管系統造成壓力，且可能影響成年後的飲食習慣；人工著色劑可能引發過敏反應，部分研究指出可能影響其注意力或有潛在關聯；甜味劑過量

時可能干擾腸道健康及代謝過程；高糖零食則可能導致肥胖和蛀牙，對學童與青少年的骨骼與牙齒發育不利。因此，選擇零食時應注意其成分標示，在健康需求和享受之間取得平衡，從而在日常飲食中做出更明智的選擇。

本會多次接獲消費者反映校園周邊商店所販售的零食商品鈉與糖含量太高，對學童健康不利，且學童購買零食一般不會細看標示，遑論判斷商品營養價值，為避免學童因長期食用零食而影響健康，建議本會應進行市售零食調查，提醒家長觀察學童食用零食時可留意之處，故本次進行校園周邊、連鎖便利商店販售之糖

表 1、調查項目與測試方法（詳細內容請見 BOX）

調查與測試項目	調查與測試方法	檢驗標準	調查檢驗單位
價格調查	依購買價格調查		消基會
標示調查	《食品安全衛生管理法》第 22 條及第 28 條、《散裝食品標示規定》		
著色劑（色素） （8 項）	衛生福利部 2013 年 9 月 6 日 部授食字第 1021950329 號公告 修正「食品中著色劑之檢驗方法」	《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》	財團法人 台灣商品 檢測驗證 中心
甜味劑（13 項）	衛生福利部 2020 年 9 月 9 日 衛授食字第 1091901745 號公告 訂定「食品中甜味劑之檢驗方法- 多重分析」		
鈉含量	1. 衛生福利部 2014 年 8 月 25 日部授食字第 1031901169 號公 告修正：「重金屬檢驗方法總則」 2. 台美檢驗自訂方法。 檢驗儀器 ICP-OES	《包裝食品營養標示應遵行事項》	台美檢驗 科技股份 有限公司

採樣

2025 年 2 月間，於臺北市、新北市、臺中市、臺南市及高雄市之連鎖便利商店及商行，另外也在網路購物平臺「熱銷」（網路平臺的搜尋功能分類）購買零食樣品，其中糖果類 9 件、點心麵及餅乾類 5 件、果乾及蜜餞類 2 件與其他類 4 件，共計 20 件。

20 件樣品中有 3 件（編號 15、16 及 18 號）為散裝樣品，其餘皆為包裝食品。17 件包裝食品中，1 件沒有標示原產地外，各有 5 件為臺灣及中國大陸、各有 2 件來自印尼及馬來西亞、各 1 件來自韓國與捷克。（調查項目與測試方法請見表 1）

果類、點心麵及餅乾類、果乾及蜜餞類、其他類等零食調查測試，作為選購時的參考，希望提醒消費者關心家中學童食用零食的情況及應注意事項，一同守護學童身體健康。

透過本會分事務所志工調查校園周邊以學童為主要販售對象的商行，發現並非調查的每一所學校周邊都有這樣的商行，臺北市及新北市地區校園周邊較常見的是連鎖便利商店，並未發現專門經營販售給學童零食的店家，故本次樣品是以國中小校園周邊 500 公尺內的連鎖

便利商店及一般商行內均有販售的糖果類、點心麵及餅乾類、果乾及蜜餞類與其他類等零食為採樣的標的。

調查與測試結果（請見表 3）

價格調查

9 件包裝糖果類，每百公克單價介於 33 ~ 875 元（單價最高樣品為編號 7 號，每包僅有 0.8 公克）；5 件包裝點心麵及餅乾樣品，每百公克單價介於 25 ~ 100 元；2 件果乾及蜜餞類為散

裝，每百公克單價為 34 及 39 元；4 件其他類每百公克單價介於 24 ~ 111 元。

標示調查

依據《食品安全衛生管理法》（下稱《食安法》）第 22 條（詳細條文請見文末 BOX）：食品及食品原料之容器或外包裝，應以中文及通用符號，明顯標示品名、內容物名稱、淨重、容量或數量、食品添加物名稱、製造廠商或國內負責廠商名稱、電話號碼及地址、原產地（國）、有效日期、營養標示、含基因改造食品原料、其他經中央主管機關公告之事項等。

本次 17 件「包裝樣品」中，有 **9 件不符合規定**，其中 1 件樣品只標示製造及保存期限，其他資訊都沒有標示，為編號 5 號「（TH 泰國本土零食『超級小芒果』）」；5 件只標示製造及保存日期，其餘資訊以簡體中文及韓文標示為主，為編號 6 號「酸軟條糖果」、7 號「閃電爽-葡萄味爽口片（膜片糖果）」及 8 號「藍莓味拉絲酸奶」、14 號「（Enaak 韓式小雞麵）」及 20 號「香辣酒鬼」，不符合《食安法》第 22 條標示規定；另 3 件雖然包裝標示有依據第 22 條規定進行標示，但著色劑測試結果與標示內容不符或鈉營養標示誤差值不符合《包裝食品營養標示應遵行事項》規定，為編號 4、9 及 19 號，請詳見各項測試內容。

《散裝食品標示規定》（詳細內容請見文末 BOX）中，「具公司登記或商業登記之食品販賣業者販售散裝食品，應標示品名及原產地（國）」。本次 3 件散裝為編號 15 號「（紅色芒果乾）」、16 號「（紅梅）」及 18 號「鱈魚片」，其中編號 16 號樣品販售店家有開立發票，但樣品沒有標示產地，不符規定，其餘 2 件之販售業者未提供購買單據（發票或收據），無法得知是否為具公

司登記或商業登記之食品販賣業者，故未列入本次標示調查。

著色劑（色素）（8 項）

食品著色劑在食品加工中具有重要作用，通常分為天然色素與人工色素兩類。天然色素來自蔬果中的天然植化素，如花青素和胡蘿蔔素，不僅賦予食材色彩，還可能帶來健康益處。人工色素則透過化學合成，具備更佳的顯色效果與穩定性，因此廣泛應用於食品工業。然而，人工色素對健康的潛在影響日益受到關注，因而更傾向使用來源自然的天然色素，無論選擇哪種色素，平衡美觀與健康的重要性不容忽視。

本次對 14 件標示含著色劑（食用紅色 6 號、食用紅色 7 號、食用黃色 4 號、食用黃色 5 號、食用藍色 1 號、食用藍色 2 號、食用綠色 3 號、食用紅色 40 號）之樣品進行測試，結果有 9 件包裝及 3 件散裝有檢出著色劑（偵測極限 50 ppm），其餘 2 件未檢出。依據《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》，本次測試的 8 項著色劑「可於各類食品中視實際需要適量使用」，但不可使用於「生鮮肉類、生鮮魚貝類、生鮮豆類、生鮮蔬菜、生鮮水果、味噌、醬油、海帶、海苔、茶等」食品。

檢出的 9 件「包裝樣品」著色劑標示中：3 件與包裝標示符合，為編號 1 號「彩虹糖混合水果口味」、2 號「加倍佳壁虎造型-酸甜軟糖」及 3 號「綜合水果風味軟糖」；2 件與包裝標示不符，為編號 4 號「口紅糖（草莓味）」（檢出食用黃色 5 號但未標示）及 9 號「玉米軟糖」（檢出食用黃色 5 號但未標示），不符合《食安法》第 28 條規定；4 件無中文標示，不符《食安法》第 22 條規定，為編號 5 號「（TH 泰國本土零食『超級小芒果』）」、6 號「酸軟條糖果」、7 號「閃電爽-葡萄味爽口片（膜片糖果）」及 8 號「藍莓味拉絲酸奶」。

3 件「散裝樣品」編號 15、16 及 18 號檢出 1 ~ 2 種食用色素，依據《散裝食品標示規定》沒有要求標示添加物內容，不列入著色劑比對調查。

甜味劑（13 項）

人工甜味劑是食品中提供甜味的常用添加物，包括醋磺內酯鉀、糖精、環己基（代）磺醯胺酸鈉、阿斯巴甜、紐甜及甘草素等。由於其甜度是砂糖的數百至數千倍，只需少量添加即可達到甜味效果。同時，人工甜味劑具有低熱量的特性，並可降低生產成本，因此廣泛用作砂糖替代品，添加於各類食品中。然而，雖然以人工甜味劑取代蔗糖能降低食品熱量，但研究顯示，過度使用這些甜味劑可能帶來健康隱患，長期依賴人工甜味劑或會造成嗜甜的飲食習慣，而導致肥胖等健康問題。

本次測試 14 件「甜口味」樣品中的 13 項甜味劑（醋磺內酯鉀、糖精、甘精、環己基〔代〕磺醯胺酸鈉、阿斯巴甜、甘草素、紐甜、新橘皮苷二氫查爾酮、甜菊糖苷類〔甜菊糖、rebaudioside A、rebaudioside B〕、蔗糖素、alitame）含量（定量極限 0.01 g/kg）。經測試有 9 件未檢出，3 件包裝及 2 件散裝樣品有檢出。

檢出的 3 件「包裝樣品」中，編號 19 號「梅精仙楂菓（純素）」檢出甘草素符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》規定且與包裝標示符合；7 號「閃電爽-葡萄味爽口片（膜片糖果）」檢出紐甜及阿斯巴甜，雖符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》，但沒有中文標示，不符《食安法》第 22 條；20 號「香辣酒鬼」（調味麵製品）檢出環己基（代）磺醯胺酸鈉、蔗糖素、甜菊糖、rebaudioside A，其中檢出環己基（代）磺醯胺酸鈉不符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》使用範圍，且沒有中文標示，也是不符合規定。本次檢出的甜味劑種類、使用食品範圍及限量及使用限制如頁 29 表 2。

「散裝樣品」編號 15 號「（紅色芒果乾）」檢出環己基（代）磺醯胺酸鈉、甘草素、紐甜、蔗糖素及 16 號「（紅梅）」檢出甘草素、紐甜、

蔗糖素，檢出量符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》，但《散裝食品標示規定》沒有要求標示添加物，不列入甜味劑比對調查。

鈉含量

鈉在人體中的主要功能為維持細胞內外平衡、神經傳導、肌肉收縮及調節血壓，當鈉攝取過高時可能引起高血壓、心臟病及腎臟負擔，而攝取不足時可能造成低血鈉症、疲倦和虛弱，鈉對人體健康至關重要，但需要注意適量攝取。世界衛生組織（WHO）建議成年人每天攝取的鈉不超過 2 公克（相當於 5 公克鹽）；衛生福利部國民健康署建議健康成人每日鈉攝取量應控制在 2,400 毫克（約 6 公克鹽）以下。不同年齡層的建議攝取量如下：1～3 歲：1,300 毫克、4～6 歲：1,700 毫克、7～9 歲：2,000 毫克、10 歲以上：2,300 毫克。

本次測試 11 件「鹹口味」樣品中鈉的含量，每百公克鈉含量範圍在 300～350 毫克有編號 15 號「（紅色芒果乾）」；600～1,000 毫克有編號 11 號「星太郎點心麵-大雞汁」、12 號「好麗友烏龜玉米脆片」、13 號「多力多滋爆蒜酷辣口味玉米片」及 19 號「梅精仙楂菓（純素）」；1,001～2,000 毫克有編號 10 號「科學麵」、14 號「（Enaak 韓式小雞麵）」、17 號「魔芋爽香辣素毛肚」、18 號「鱈魚片」及 20 號「香辣酒鬼」；2 萬 8,000～2 萬 9,000 毫克有編號 16 號「（紅梅）」，此樣品每顆約 2.5 公克，淺嚐 1 顆攝取約 700 毫克的鈉。

依據《包裝食品營養標示應遵行事項》（依《食安法》第 22 條訂定，內容詳見 BOX），鈉含量標示值允許誤差範圍須小於等於標示值的 120%，8 件「包裝樣品」中，編號 14 號「（Enaak 韓式小雞麵）」沒有中文營養標示無法比對，也不符《食安法》第 22 條，19 號「梅精仙楂菓（純素）」檢測結果與標示鈉含量誤差超過了 120%，不符合規定，其餘 6 件鈉標

表 2、本次甜味劑檢出的品項及使用食品範圍、限量及限制

種類	使用食品範圍、限量及限制
環己基（代）磺醯胺酸鈉	1. 本品可使用於瓜子、蜜餞及梅粉；用量以 Cyclamate 計為 1.0 g/kg 以下。 2. 本品可使用於碳酸飲料；用量以 Cyclamate 計為 0.2 g/kg 以下。 3. 本品可使用於代糖錠劑及粉末。 4. 本品可使用於特殊營養食品。 5. 本品可使用於膠囊狀、錠狀食品；用量以 Cyclamate 計為 1.25 g/kg 以下。 6. 本品可使用於液態膳食補充品，用量以 Cyclamate 計為 0.4 g/L 以下。 使用限制：使用於特殊營養食品時，必須事先獲得中央主管機關之核准。
甜菊糖苷類	1. 本品可使用於瓜子、蜜餞及梅粉中視實際需要適量使用。 2. 本品可使用於代糖錠劑及其粉末。 3. 本品可使用於特殊營養食品。 4. 本品可使用於豆品及乳品飲料、發酵乳及其製品、冰淇淋、糕餅、口香糖、糖果、點心零食及穀類早餐，用量為 0.05% 以下。 5. 本品可使用於飲料、醬油、調味醬及醃製蔬菜，用量為 0.1% 以下。 使用限制：使用於特殊營養食品時，必須事先獲得中央主管機關之核准。
甘草素	本品可於各類食品中視實際需要適量使用。 使用限制：不得使用於代糖錠劑及粉末。
紐甜、蔗糖素	本品可於各類食品中視實際需要適量使用。 使用限制：使用於特殊營養食品時，必須事先獲得中央主管機關之核准。
阿斯巴甜	本品可於各類食品中視實際需要適量使用。 使用限制：限於食品製造或加工必須時使用。

量均符合規定；3 件「散裝樣品」不須標示鈉含量，不列入標示比對調查。

目前國內無定義「高鈉食品」，若參考英國國民保健署（NHS）（詳細內容請見文末 BOX）的建議，每 100 公克食品若含多於 1.5 公克鹽（約 600 毫克鈉）即屬高鈉食品，本次 11 件鈉含量測試中，唯有編號 15 號「（紅色芒果乾）」，每百公克鈉含量低於 600 毫克，其餘每百公克皆超過 600 毫克。

結論

綜合本次標示調查、著色劑、甜味劑與鈉含量測試結果，部分樣品有以下違規情形：

1. 未依《食安法》第 22 條或《散裝食品標示規定》相關規定進行標示：標示違規的包裝樣品包括 9 件標示調查不符合（僅標示保存日期、無中文標示、著色劑或甜味劑測試

標示結果不符及 1 件鈉含量標示值誤差超過 120% 的情況）及 1 件散裝食品未標示產地。若判定不符規定，依同法第 47 條處新臺幣 3 萬元至 300 萬元罰鍰，情節重大者可命歇業、停業或廢止登記事項，並禁止 1 年內重新登錄。

2. 未依《食安法》第 28 條要求：2 件著色劑與包裝標示不符者，依同法第 45 條處新臺幣 4 萬元至 400 萬元罰鍰，再次違規者可能面臨歇業、停業或登記事項廢止，並禁止 1 年內重新登錄。
3. 1 件甜味劑使用範圍不符《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》（依《食安法》第 18 條訂定），依《食安法》第 47 條處新臺幣 3 萬元至 300 萬元罰鍰，情節重大者亦可能面臨歇業、停業或登記事項廢止，並禁止 1 年內重新登錄。

對於本次調查測試，提出以下建議：

給消費者的建議

消費者在選購商品時，應養成仔細**檢視商品標示**的良好習慣，特別是注意成分標示中「人工添加物」對健康可能造成的影響。同時，**營養標示**也應納入考量，以了解熱量、糖分、鈉含量等是否符合個人健康需求。透過綜合評估商品的成分及營養資訊，能更準確地判斷商品是否值得購買，並掌握適當的食用份量，避免對健康造成不良影響。此外，應引導家中學童選購零食時，注意檢視食品標示，避免過量攝取著色劑、甜味劑及鈉。透過家庭教育，培養學童關注食品標示，建立健康飲食與消費習慣，建議消費者與學童透過食藥署「食品標示諮詢服務平台」自學影片（影片連結請見 BOX）學習，讓學童可以輕鬆掌握如何檢視標示。

「吃重鹹」可能源於味蕾適應、高鹽加工食品、生理需求或心理壓力，長期高鹽飲食易引發健康風險如高血壓。幫助學童養成清淡飲食習慣，避免提供高鈉零食或重鹹食物，並善用天然調味料。逐步減少鹽分攝取，讓味蕾適應清淡口味，幫助學童建立健康飲食習慣，降低未來健康問題風險。

過量食用「甜食」對發育中學童健康有多方面影響，包括蛀牙風險增加，因糖分附著牙齒易滋生細菌；營養不均，減少重要營養攝入；肥胖風險提高，因熱量過高但運動不足；血糖劇烈波動，影響能量與情緒穩定；並可能形成甜食依賴或成癮。建議家長留意學童選購零食，適時教育避免養成嗜甜習慣。

消費者透過網路平臺購買食品，可以選擇有信譽、遵守我國食品標示規定的賣家，商品資訊揭露完整的商品。

給主管機關的建議

欣聞國健署於 5 月 15 日宣布，正蒐集國際相關標準，近日召開專家會議，希望今（2025）

年底訂定相關標準，明年起推動食品警示紅綠燈標示，作為消費者選購時的參考。對於學童而言，更能憑藉顏色的辨識特性，在選購時迅速做出是否應該購買的決定，從小培養健康飲食的觀念。

以顏色區別各種營養項目的高低，提供簡單直觀的指引方式可參考歐盟的「Nutri-Score」營養標示系統（詳參見文末 BOX）以顏色與字母（A～E）組合呈現，**綠色 A** 表示最佳選擇，**紅色 E** 則提醒需限量食用。該系統有以下優點：

（1）直觀易懂：簡單的顏色及字母讓消費者能迅速理解食品營養價值；（2）促進健康選擇：引導消費者挑選更健康的食品，降低慢性病風險；（3）激勵市場競爭：鼓勵食品製造商改良配方，減少不利健康的成分，提供更多健康選項。透過這樣的標示系統，不僅能提高消費者對食品營養價值的敏感度，還能为學童創造更健康友善的指導工具，促進健康飲食文化全面普及。

國際研究顯示，兒童與青少年鈉攝取量普遍超標，主要來自外食、加工食品和快餐，可透過世界衛生組織與聯合國兒童基金會（The United Nations Children's Fund）建議通過食品分類、配方改良和警示措施制定學童減少鈉攝取量相關政策，建議學校提供低鈉餐點並融入營養教育，加上家長挑選低鈉食品並鼓勵孩子參與食品營養學習，建立健康飲食文化及改善兒童長期健康。

行銷手法是商業活動重要一環，智利於 2016 年實施《食品標籤和廣告法》，限制高糖、高鈉等飲品銷售與廣告，並採用警告標籤政策，成功讓此類飲料購買量每日人均減少 22.8 毫升（23.7%）。2023 年研究指出，結合人工智慧系統可提升食品行銷管理效益，建議政府考慮採用此類工具以強化政策效果。

電商平臺上有部分為跨境賣家，商品標示不在我國主管機關管轄範圍內，不受國內相關規

定規範，建議主管機關要有相應管理辦法，以保障消費者購物權益。

給業者的建議

1. 本次標示調查有9件包裝樣品及1件散裝樣品不符合《食安法》第22條及《散裝食品標示規定》的標示規定，其中有7件為網路平臺購買，於網路平臺販售的商品包裝務必遵守相關規定確實標示。
2. 為使商品標示更友善學童購買者，建議以明亮顏色（如綠、黃、紅）凸顯鈉含量，幫助快速辨識。可搭配圖示如笑臉（低鈉）、普通臉（中鈉）、驚訝臉（高鈉），提升趣味性。此外，使用清晰且簡單的文字，如「低鈉，好健康！」或「高鈉，少量享用」，引導學童養成健康飲食習慣。同時需確保標示符合食品法規，實現教育與安全兼顧的目標。
3. 零食設計應符合現代家長及消費者的需求，並注重以下要點：配方需營養均衡，確保零食擁有良好營養價值；糖分含量適中，避免造成肥胖並保護孩童口腔健康；採用天然材料，如蔬菜汁或水果皮，提供自然色彩與風味，避免使用人工色素、香料及防腐劑等可能損害健康的添加物；保持成分表簡潔透明，清楚標示所含成分以獲得消費者信任。兼具美味與健康的零食能滿足市場需求，展現品牌對學童健康及永續發展的關注，提升企業形象。
4. 連鎖便利商店逐漸取代傳統校園周邊商行，應肩負起把關零食品質的責任，展現企業社會責任。便利商店應提供健康、優良的零食供學童選擇，同時透過清晰的陳列區分類設計，幫助學童方便挑選符合健康標準的商品，一同守護學童健康。✦

※ 謝誌：本檢驗報告著色劑及甜味劑係由「財團法人台灣商品檢測驗證中心」協助檢測，特此致謝。

營養評分



Nutri-Score 圖示：資料來源為「Nutri-Score：促進均衡飲食的營養標籤」官網資訊

Nutri-Score 是一種基於 5 種顏色（從深綠色到深橙色）的圖形基準，與之相關的字母範圍從 A（「最佳營養品質」）到 E（「最差營養品質」）。Nutri-Score 會考慮每 100 克產品中過量食用對健康有害的營養素（如鹽、糖和飽和脂肪酸）和有益營養素（如蛋白質、纖維以及配方中所含的水果、蔬菜或豆類的數量）。



《食品安全衛生管理法》

<https://reurl.cc/65M73y>



《散裝食品標示規定》

<https://reurl.cc/qL2rq0>



《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》

<https://reurl.cc/EV4mpm>



《包裝食品營養標示應遵行事項》

<https://reurl.cc/9D5WKj>



衛生福利部 2013 年 9 月 6 日
部授食字第 1021950329 號
公告修正「食品中著色劑之檢驗方法」

<https://reurl.cc/7K4nGD>



衛生福利部 2020 年 9 月 9 日
衛授食字第 1091901745 號
公告訂定「食品中甜味劑之檢驗方法-多重分析」

<https://reurl.cc/j9QaKM>



衛生福利部 2014 年 8 月 25 日
部授食字第 1031901169 號
公告修正：
「重金屬檢驗方法總則」

<https://reurl.cc/yRDozO>



食藥署「食品標示諮詢服務平台」自學影片

<https://reurl.cc/OYkQxR>



歐盟的「Nutri-Score」營養標示系統

<https://reurl.cc/qG179g>



英國國民保健署（NHS）

<https://reurl.cc/o8Y7ZI>

表 3、市售學童零食調查測試結果

編號	品名	單價 (元)	標示 規格 (公克) (註 1)	單價 (元 / 每百公克)	有效期限 (註 2)	產地 (註 2)	標示 調查 (註 3)	著色劑 (ppm) (註 4)
糖果類	1 彩虹糖混合水果口味	35	45	78	2026.06.15	捷克	○	○ 12
	2 加倍佳壁虎造型 - 酸甜軟糖	59	90	66	2025.11.08	印尼	○	○ 1
	3 綜合水果風味軟糖	100	300	33	2025.12.02*2 / 2025.8.16	馬來西亞	○	○ 14567
	4 口紅糖 (草莓味)	10	5 公克	200	2025.7.25	馬來西亞	● 1	● 67
	5 (TH 泰國本土零食 「超級小芒果」)	129	(157)	82	2025.11.28 (B)	—	●	● 356
	6 酸軟條糖果	15	12 公克	125	20241223	中國大陸	●	● 1567
	7 閃電爽 - 葡萄味爽口片 (膜片糖果)	7	0.8 公克	875	2025.01.02*10 / 2025.1.10*100	中國大陸	●	● 167
	8 藍莓味拉絲酸奶	7	(13.5)	52	2024.8.2	中國大陸	●	● 1
	9 玉米軟糖	180	500	36	2025.7.20	臺灣	● 1	● 56

※ 檢驗規範

財團法人中華民國消費者文教基金會產品比較試驗之樣品是由市面購得，報告內容係根據樣品送驗結果，並綜合專家分析、判斷得出結論、本超然、客觀、公正之原則給與評價。

對某廠牌、樣品的評價乃指經測試的該樣品而言，並非指該廠牌所有同型的產品，也非泛指該廠牌的所有其他產品。

有關產品比較試驗資料，未經本會書面同意，一律不得全部或部分轉載，亦不得作廣告或其他商業用途。

本檢驗報告僅對消基會採樣的樣品負責，至於其他商品的合法性，仍應由主管機關判定。

甜味劑 (公克/ 公斤) (註 5)	鈉含量 (毫克/ 百公克) (註 6)	購買地點 (分店或賣場名稱)
○	—	7-ELEVEN (慶中門市) - 新北市板橋區重慶路 194 號光明街 91 號 1 樓
○	—	全家便利商店 (板橋國民店) - 新北市板橋區實踐路 132 號
○	—	長春藤進口食品 - 臺中市西區自治街 17 號
○	—	高雄市鳳山區光華東路 131 號
○	—	蝦皮 (Umami shop)
○	—	蝦皮 (美大大麻辣零食批發團購優選店)
● 37	—	蝦皮 - (辣麼好吃網紅零食旗艦店)
○	—	蝦皮 - (辣麼好吃網紅零食旗艦店)
○	—	蝦皮 - (台灣上青食品)



編號	品名	單價 (元)	標示 規格 (公克) (註 1)	單價 (元 / 每百公克)	有效期限 (註 2)	產地 (註 2)	標示 調查 (註 3)	著色劑 (ppm) (註 4)
點心麵及餅乾類	10 科學麵	10	40	25	2025.07.06	臺灣	○	—
	11 星太郎點心麵 - 大雞汁	39	82	48	2025.12.10	臺灣	○	—
	12 好麗友烏龜玉米脆片	79	80	99	2025.07.28	韓國	○	—
	13 多力多滋 爆蒜酷辣口味玉米片	30	60	50	2025.09.03	臺灣	○	—
果乾及蜜餞類	14 (Enaak 韓式小雞麵)	16	16	100	2025.12.11	印尼	●	—
	15 (紅色芒果乾)	10	(29)	34	—	—	—	△ 36
	16 (紅梅)	29	(74.5)	39	—	—	▲	△ 67
其他類	17 魔芋爽香辣素毛肚	20	18	111	2025.11.06	中國大陸	○	—
	18 鱈魚片	5	(9)	56	—	—	—	△ 3
	19 梅精仙楂菓 (純素)	72	300 公克 ±5	24	2026.6.26	臺灣	●	○
	20 香辣酒鬼	10	(17)	59	2025.1.15	中國大陸	● 2	○

註：

- 「標示規格」一欄中，「()」中數字為採樣後含包裝袋秤重之重量。
- 「有效期限」、「產地」一欄中，「—」表示為散裝樣品，無該項標示資訊。
- 「標示調查」一欄中，「○」表示包裝樣品符合《食安法》第 22 條，「●」表示不符合；「▲」表示散裝樣品不符合《散裝食品標示規定》；「—」表示未列入調查；其中數字「1」代表不符合《食安法》第 28 條要求，「2」代表不符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》。
- 「著色劑」一欄中，「○」表示包裝樣品未檢出或檢出與標示符合；「●」表示包裝樣品檢出與標示不符或檢出但無中文標示，不符合規定；「△」表示散裝樣品不須標示；「—」表示沒有測試著色劑；其中數字代表檢出之食用色素種類：「1」為食用藍色 1 號、「2」為食用藍色 2 號、「3」為食用紅色 6 號、「4」為食用紅色 7 號、「5」為食用黃色 4 號、「6」為食用黃色 5 號、「7」為食用紅色 40 號。
- 「甜味劑」一欄中，「○」表示包裝樣品未檢出或檢出且符合《食品添加物使用範圍及限量暨規格標準》，「●」表示檢出，但含有不符合使用食品範圍或檢出雖符合，但無中文標示，不符合《食安法》第 22 條規定；「△」表示散裝樣品未檢出或雖檢出，但依《散裝食品標示規定》不須標示；「—」表示沒有測試甜味劑；其中數字代表檢出之甜味劑種類：「1」為環己基(代)磺醯胺酸鈉、「2」為甘草素、「3」為紐甜、「4」為蔗糖素、「5」為甜菊糖、「6」為 rebaudioside A、「7」為阿斯巴甜。

甜味劑 (公克/ 公斤) (註 5)	鈉含量 (毫克/ 百公克) (註 6)	購買地點 (分店或賣場名稱)
—	○ 3	7-ELEVEN (敦安門市) - 臺北市大安區安和路一段 86 號
—	○ 2	全家便利商店 (中和莒城店) - 新北市中和區莒光路 181 號 全家便利商店 (復豪店) - 臺北市大安區復興南路一段 360-3 號
—	○ 2	7-ELEVEN (延和門市) - 新北市土城區延和路 106 號
—	○ 2	全家便利商店 (兆豐店) - 臺北市中正區忠孝東路二段 93 號
—	● 3	獅賣特進口零食專賣 OUTLET- 臺中市北區崇德路一段 258 號
△ 1234	△ 1	尚禾便利商店 - 臺南市北區育德二路 303 號
△ 234	△ 4	加佳超市 - 臺南市安南區北安路二段 63 巷 20 號
—	○ 3	全家便利商店 (中和民德店) - 新北市中和區壽德街 26 號
△	△ 3	家齊便利商店 - 高雄市前鎮區廣西路 57 號
○ 2	● 2	蝦皮 (笑餅 糖果 餅乾 零食)
● 1456	○ 3	蝦皮 (美大大麻辣零食批發團購優選店)

6. 「鈉含量」一欄中，「○」表示包裝樣品檢出量符合標示值，「●」表示包裝樣品沒有中文標示或檢出量與標示值誤差超過 120%；「△」表示散裝樣品不須標示，未列入標示比對；「—」表示沒有測試鈉含量；其中數字「1」表示鈉檢出量每百公克範圍在 300～350 毫克、「2」為每百公克範圍在 600～1,000 毫克、「3」為每百公克範圍在 1,001～2,000 毫克、「4」為每百公克範圍在 2 萬 8,000～2 萬 9,000 毫克。



10



11



12



13



14



15



16



17



18



19



20