

# “全麦面包”真假难辨：掺杂小麦粉，涉嫌成分虚标 13款“全麦面包”仅5款“真全麦”

“看着像全麦面包，其实是额外添加了糖浆、焦糖色素，让面包呈现淡褐色。”上海市市场监管局官方微信近日发文提醒，真正的全麦面包没有小麦粉，必须是100%全麦，建议“假全麦面包”要少吃。

记者近期对市场上销售的10个品牌13款标称“全麦”的面包产品进行调查统计发现，仅5款产品符合上海市市场监管局所说的“真全麦”标准，有4款产品以全麦粉为主料，但同时添加了小麦粉成分；桃李、义利、天津贝儿食品科技公司旗下的4款所谓的“全麦面包”实则以小麦粉为主料。

据业内人士介绍，目前国内尚未出台全麦面包标准，产品中只要含有全麦成分都被称为“全麦面包”。但“部分添加全麦”的全麦面包与消费者的健康认知及减脂或营养需求存在差异，因此建议尽快出台相关标准，对全麦声称或含量进行规范，以保障消费者知情权。

中国消费者协会专家委员会专家、北京市汇佳律师事务所主任邱宝昌认为，如果面包产品标称“全麦”，其主料应只使用全麦粉，不应含有小麦粉，否则涉嫌成分虚标、隐瞒事实。

## 探访 部分“全麦面包”以小麦粉为主料

“全麦面包用全麦粉制作而成，包含了麦子的麸皮、胚芽及胚乳部分，但市面上卖的一些所谓全麦面包配料表第一位不是全麦粉，而是小麦粉。”上海市市场监管局近日提示，“真正的全麦面包没有小麦粉，必须是100%全麦，且配料表中第一位是全麦粉，其次是水和其他。”

以此为依据，记者近期对线上线下渠道所售10个品牌的13款有“全麦”声称的面包进行统计发现，仅5款产品符合“真全麦”标准，分别是曼可顿高纤维全麦特选切片面包、曼可顿超醇全麦切片面包、宾堡自然全麦切片面包、怡锦春全麦原味吐司、七年五季黑麦全麦面包。这些产品的配料表里无小麦粉或含小麦的预拌粉成分，且全麦粉在配料表中排第一位。



“真全麦”面包配料表无小麦粉或含小麦的预拌粉成分，且全麦粉在表中排第一位。



该款“全麦面包”配料表中排在第一位的为小麦粉。

其余8款产品，或是配料表中全麦粉虽位列第一位，但同时添加了小麦粉或含有小麦粉的预拌粉成分；或是虽然标称“全麦面包”，但配料表中排在第一位的为小麦粉，全麦粉位列第二或第三位。

记者还注意到，这些产品中所含的全麦比例不尽相同(如图)。而曼可顿强化营养全麦面包及义利、天津贝儿、怡锦春、苏州稻香村相关产品则未标注或未明确标注全麦添加比例。

国标《预包装食品标签通则》(GB 7718-2011)规定，各种配料应按制造或加工食品时加入量的递减顺序一一排列，加入量不超过2%的配料可不按递减顺序排列。排在配料表首位的一般来说是食品原料中含量最多的，由此可以大致判断出全麦成分在上述13款面包中的添加比重。

此外，记者又走访和采访了好利来、面包新语、味多美等烘焙门店。其中，好利来门店所售全麦切片配料表中排在第一位的是小麦粉，全麦粉含量标注为≥10%；面包新语、味多美门店所售全麦吐司或面包产品均未标注全麦含量，店员对产品中的全麦含量也不清楚。

北京地区一位连锁烘焙品牌创始人告诉记者，标称“全麦面包”但原料中只是部分添加了全麦成分，甚至主要原料是小麦粉，在名称上确实容易令消费者误解。但对以现场制售产品为主的烘焙门店来说，其产品普遍没有标签和配料表，也没有法规要求对各成分含量进行标注。

资料显示，全麦粉中的麸皮膳食纤维含量较高，可增加饱腹感；

胚芽富含维生素B、维生素E等成分，通常被萃取出添加到其他食品或药品中。而人们通常食用的小麦粉，即精制白面粉，已经去掉了麸皮和胚芽成分。

在线上、线下平台，许多购买全麦面包的消费者都冲着“饱腹感”“无油无糖”“减脂”“健康”等概念而来，产品是否为“真全麦”、能量标注是否真实成为最受关注的几大问题。北京消费者李女士称，“我买全麦面包的时候从来不看配料表，如果知道产品主要原料是小麦粉，那跟普通面包没什么区别，我根本不会买。”

现状 尚无行业标准可依  
“我们的全麦面包不是100%全麦做的，如果都是全麦根本咽不下去。”对旗下标称全麦面包添加小麦粉等问题，桃李面包官方客服8月14日解释称，其上述产品配料表中排在第一位的小麦粉就是面

粉，尽管只是添加了部分全麦粉，但热量也比普通面包少很多。

天津一家食品加工企业负责人孔先生告诉记者，“全麦粉与小麦粉的区别在于是否含有麸皮和胚芽。目前全麦面包还没有专门的执行标准，只要产品中有全麦粉成分就可以称为全麦面包，对含量没有具体要求。”

记者统计发现，上述13款“全麦面包”大多执行的是国家推荐标准《面包》(GB/T20981-2007)。该标准仅对软式、硬式、起酥、调理等面包品类的形态、色泽、组织、口感、理化等指标进行规定，没有对全麦等成分的添加比例作出具体限量。

就全麦粉原料而言，根据国家粮食局2015年7月发布的《全麦粉》标准(LS/T3244-2015)，全麦粉是指以整粒小麦为原料，经制粉工艺制成的，且小麦胚乳、胚芽与麸

皮的相对比例与天然完整颖果基本一致的小麦全粉。

参照此标准，市面上所售全麦粉原料主要分为两种，一种是整粒研磨的全麦粉，另一种是按照小麦籽粒麸皮、胚芽及胚乳比例添加的复配制粉。河南一家全麦粉生产企业客服表示，这两种产品均可称作全麦粉。尽管如此，全麦粉生产厂家采用的多是企业标准，整体呈现出标准不一的局面。

记者注意到，以上两种全麦粉在面包产品中均有所应用，比如曼可顿高纤维全麦面包、宾堡自然全麦面包使用的均是复配全麦粉。

一位大型连锁烘焙企业负责人告诉记者，目前市面上所售的全麦面包，使用复配全麦粉或“小麦粉+全麦粉”为原料的相对较多，尤其是连锁烘焙品牌。“全麦粉口感粗糙，多是一些有个性的烘焙店或烘焙品牌用100%全麦粉做面包。”

## “声音”

●全麦添加与营养强化概念不同，添加了少部分全麦粉的面包产品还谈不上误导消费者，但全麦粉确实比精制白面粉更加健康。消费者在购买全麦面包时，要看其具体成分含量，不应从名称上单纯判断。此外，很多产品的全麦功能声称也有问题，全麦只是微量元素、膳食纤维多一些，并不是有什么神奇作用，还是应合理膳食。

——美国食品技术协会高级会员、科学松鼠会成员云无心

●如果面包产品标称“全麦”，其主料应只使用全麦粉，不应含有小麦粉，否则涉嫌成分虚标、隐瞒事实，这与是否制定了相关行业标准无关。

——中国消费者协会专家委员会专家、北京市汇佳律师事务所主任邱宝昌

## APLUS 教学中心

## APLUS Online School 开通啦!

Rockville: 215 West Montgomery Ave, Rockville, MD 20850  
Email: admin@apluslearningcenter.com Tel: 301-838-9668  
Website: www.AplusLearningINC.com

APLUS 学生 278 人次金榜题名  
马州蒙郡资优小学、初中、高中! 欢迎随时报名

## APLUS 特色班

大学申请论文精修班

8/17 - 8/28 开班

△ Mon, Wed, Fri (两周) 6pm-8pm  
△ 由 Aplus 大学申请精英团队指导!

一周返校收心班

8/24 - 8/28 开班

△ 数学, 英文阅读理解, SAT-英语习题练习。  
△ 可选上午班、下午班、全天班

AMC 数学竞赛班 (AM/PM Camp)

△ 一天四个时间段开课, 自由选择  
△ 量身定做! 提高阅读、词汇、语法  
△ 强化 SAT/PSAT-数学

## 教学特色

一流师资: 所有教师均为蒙郡经验丰富优良老师  
小班教学: 每班15人, 可与老师有良好互动关系  
教材丰富: 蒙郡各校教材编辑老师特别设计  
课程严谨: 课后均有适度作业, 提供学生练习机会



2020 秋季资优入学考试准备班正火热招生中!

所有辅导者拥有美国教师执照  
AP/SAT/PSAT  
ACT/SSAT/ISEE  
小学至高中各科

1对1 个别辅导



## APLUS 教学中心 各式 SAT 考试准备班

教学经验丰富的专业教师团队 小班制教学, 平均提高 275 分  
涵盖科目: 数学, 阅读理解, 文法和写作

## 2020 暑期夏令营

第一梯次: 6/22 至 7/10  
第二梯次: 7/13 至 7/31  
第三梯次: 8/3 至 8/21

## 暑期晚上班

Pre-Calculus: 7/27 - 8/27  
△ 共5周, 一周上课4天, Mon-Thurs 6-8pm  
SAT 准备办: 7/16 - 8/10  
△ 4周, 5:45-8:45pm, Mon/Wed/Fri  
SAT Boot Camp SAT 考试, 8/17 - 8/28  
△ 针对 8/29/2020, 两周 5:45-8:45pm, Mon-Fri

所有课程详细日期, 时间都可以上网或电话查询

## SAT 准备班-十二堂课

3/14/2020 开班

△ 包括三次的模拟考试。  
△ 适合即将考 SAT 的同学, 可以选择不同周期的班参加。  
△ 针对 6/6/2020 的 SAT 考试。

## SAT Boot Camp-十堂课 4/25/2020 开班

(模拟考试) 星期六 1:30 - 5:30pm  
(试题解析) 星期日 1:30 - 5:00pm  
△ 适合准备好要考试的同学作最后的冲刺复习。  
△ 针对 6/6/2020 考试。

报名请上网 www.Apluslearninginc.com, 或印出报名表, 寄至 P.O. Box 10072, Rockville, MD 20850 电话: 301.838.9668