



走进广州市食品检验所，专家教你读懂——

食品标签背后藏着这些秘密

A 高精设备护航“舌尖上的安全”

“每一把蔬菜从正规菜市场流转至居民手中，背后都有我们的监管。”一大早，记者来到广州市食品检验所的抽检区，从一块大屏幕上看到全广州200多家大型菜市场的日常快检结果监控画面。该所理化检验部部长高级工程师彭程告诉记者，全市有580多家菜市场和大商超每天都有快检任务，如果抽取的食用农产品快检不合格，市场管理方就会联系档口将这批农产品全部销毁。

像这样每天护航广州人“舌尖上的安全”的，是一批高精度仪器与一支高素质队伍。记者了解到，该所的百余名员工和近千台/套仪器设备，承担了全市生产、餐饮、流通环节日常监督及各项抽检任务。

在质谱实验室，一台价值300多万元的高分辨质谱仪正

在高速运转。工作人员表示，该仪器的精度很高，例如“一滴墨水滴进泳池，也能被发现”。在所内的7000余平方米的试验场地，还设有光谱实验室、微生物实验室等。

除了关门检验，广州市食品检验所也承担着开门科普的任务。记者在现场看到，这里有三大科普主题和七个科普专区，参观面积达3200平方米，并按科普宣教特点配置了10大类共380多项展品，其中可互动展项超250项。在这里，观众能体验到图文、影像、实验、观摩、现场实验、感官品评、真假伪劣鉴别、科普讲堂等丰富的科普宣教方式。

据统计，近三年来，共开展食品安全“你送我检”、科普开放日等活动51场次，线下参观人数近5万人次，线上超过210万人次。

B 酸奶名称多 成分大不同?

产品类型，营养价值存在差异。”曾游告诉记者，现场的风味发酵乳和风味酸牛奶(复原乳)都属于酸奶，酸味牛奶饮品则是一种含乳饮料。

曾游进一步解释，从有关规定来看，根据《食品安全国家标准 发酵乳》(GB 19302-2010)，发酵乳是以生牛(羊)乳或乳粉为原料，经杀菌、发酵后制成的产品。风味发酵乳是以80%以上生牛(羊)乳或乳粉为原料，经一定工艺制成的。根据《含乳饮料》(GB/T 21732-2008)，含乳饮

料是指以乳或乳制品为原料，加入水及适量辅料经配制或发酵而成的饮料制品，配料表中的水往往排在第一位，说明加水较多，含乳量也不如风味发酵乳。三样产品都含有蛋白质，而配料表和营养成分表都反映出酸奶的含乳量和蛋白质含量比含乳饮料高。家长在给小孩子挑选食品时，除了考虑食品的口感，还要从营养的角度，选择蛋白质含量较高、脂肪和钠含量较低的产品，对于小朋友这样的食品相对来说更加健康一些。

广州市食品检验所营养评价分析部副部长曾游进行科普

C 牛肉风味丸里可能没牛肉?

近年来，牛肉丸成为现象级的预制菜爆款，一些消费者表示：“牛肉丸吃起来不像牛肉做的。”希望权威人士支招如何选购。这回，记者向曾游展示了33元5斤的牛肉丸和一袋33元5斤的牛肉风味丸，两种肉丸的外观和价格相近，但每斤单价相差数倍。

“消费者要注意看食品名称，叫‘牛肉丸’和叫‘牛肉风味丸’的丸子成分不同，执行的产品标准号也不同。”曾游表示，用“牛肉丸”命名的，要求加入一定量的牛肉，但也可以是加猪肉、鸡肉等畜禽肉制成的“拼凑丸子”；牛肉风味丸则可以由别的肉类制成，不含牛肉成分，只要有牛肉的风味。

曾游还提醒，记者带来的牛肉丸、牛肉风味丸，产品标准号分别是“SB/T 10610-2011”和“SB/T 10379”，这两项分别对应《肉丸》和《速冻调制食品》的标准，也是市面上大部分“肉丸”执行的标准。

其中，《肉丸》(SB/T 10610-2011)规定：畜禽肉丸是在肉丸组成成分中，畜禽肉含量为首位的肉丸；从级别来看，特级、优级、普通级的肉丸，含肉量比重依次为不低于65%、55%、45%。而《速冻调制食品》(SB/T 10379-2012)规定：肉糜类制品项下鸡肉、猪肉含量占产品净含量≥10%；牛肉、羊肉含量占产品净含量≥8%；蟹肉含量占产品净含量≥8%；其他肉类含量占产品净含量≥8%。

“消费者可以上网查询产品标准号，从而了解自己买的食品属于什么类别，推断其成分。”她说。

记者还留意到，《广东省食品安全地方标准 汕头牛肉丸》(DBS44/005-2016)和《潮州牛肉丸团体标准》(T/CZBXBZ 01-2021)这两项标准分别规定了牛肉丸的牛肉含量大于90%、不少于80%且不含其他动物肉，可作为选购牛肉丸的更高标准。

D 读懂食品标签要分三步走

科信食品与健康信息交流中心发布的《中国消费者食品标签认知及使用状况调查报告2020》显示，偶尔看配料表和营养成分表的消费者各占样本近五成，从来不看营养成分表的消费者达13%以上。一项“健康民调”显示，参加调查的1715人中，55.3%的人在购买商品时，会很仔细地看标签，但有43.47%的人却选择了有时看有时不看，即是有四成多是“眯着眼睛”买食物。

选购预包装食品时，别只看生产日期和保质期了！曾游对记者说，实际上，预包装食品的外包装上为消费者提供了丰富的信息，这些文字、图形、符号及说明物统称为食品标签。

她建议，读懂预包装食品的标签可以分三步走，即看清楚食品名称、阅读配料表和对

查看营养成分表。

“不同种类的食品，名称也不一样，这是最简单的判断方法。”曾游继续分析，在配料表里，各种配料应按照制造或加工食品时加入量的递减顺序一一排列，即加得多的排在前面，加得少的排在后面，消费者可以由此来挑选“货真价实”的食品。另外，还要学会看营养成分表，选择适合自己的食品。

她介绍，一般预包装食品营养标签强制标示的内容为“1+4”，即能量、四种核心营养素(蛋白质、脂肪、碳水化合物、钠)的含量值及其占营养素参考值(NRV)的百分比。除了强制标示外，产品批号、食用方法和致敏物质等是推荐标示内容。有些食品还会标注反式脂肪酸、维生素、钙等营养内容。消费者可以据此来选择营养价值更合适的食品。



“体彩+”实体店都进化成这样啦

文/羊城晚报记者 胡彦 通讯员 粤体彩 插图/采采

记者从中国体育彩票获悉，体彩实体店正发展出多种多样的形式。从体育到艺术、从复古到摩登，走进身边的“体彩+”实体店，你会发现它们早已摇身一变，成为融合多元生活方式的新世界。

体彩+水浒

这家小店坐落于山东省郓城县。这里是水浒故事的发祥地，装潢风格古色古香，墙壁之上挂满一幅幅画像，及时雨宋江、行者武松，诸位英雄形象栩栩如生，彰显着名著故事的千年韵味，把文化传承融入现代彩票，进店购彩者，也能感受到那份英雄豪情。

体彩+美甲

宁波的历史街区南塘老街，一家“体彩+美甲”小店悄然绽放，店铺里

活力与艺术的气息迎面扑来，球场的激情被微缩至指尖之上，球队的标志和球星的形象，以微妙的笔触装点，体现了创意与时尚的结合。

运动元素在指尖的勾勒，不仅仅是一种美的表达，更是体育文化的延伸，是球迷群体认同感的塑造，体育之美与美甲之艺融于一体，购彩者们用美丽的指尖捕捉幸运的瞬间。

体彩+博物馆

老一辈购彩者们时常在店里畅聊，玩法规则、票面设计、购彩往事，年轻朋友则常常被这些故事吸引，体彩店代售者为此深受启发，决定让这个空间变得更有意义，于是便有了这家体彩博物馆。

体彩文化展示区、电子博物馆新

媒体打卡区、历史体育彩票展示区……购彩者不仅可以一睹彩票藏品的风采，还可以通过VR步入摇奖现场，体验那种身临其境的摇奖过程。这里是体彩文化的缩影，也是购彩者情感寄托。

体彩+台球

这里是台球爱好者的聚集地，也是购彩者们的乐园。“体彩+台球”的模式让不少走进店内的台球玩家，都乐意在角逐后刮彩票试试手气。

每逢大型赛事举办期间，购彩者可以在这里一边打球一边聊聊天，一边精准击球一边精心选号。

近年来，体彩实体店不断开拓场景，创新销售渠道和消费方式，让“随手公益”成为现实，欢迎购彩者们打卡你身边的“体彩+”实体店。

汕头这些体彩展示体验中心等你打卡

刚刚过去的春节假期，汕头在全国各地网友朋友圈“刷屏”了，五湖四海的游客纷至沓来。万象城、东厦100购物商场、合胜百货等多个大型商业综合体作为汕头的重要商圈，吸引了不少游客前来游玩，在这里，体彩商业综合体展示体验中心也同样火热出圈，等候大家前来打卡。

体彩新赛季，汕头市各大商业综合体体彩展示体验中心换上“新装”，众多市民游客纷纷前往沾喜气，感受浓浓新春氛围。喜庆的新春灯笼、红红火火的龙年主题即开票……换上新春包装的

展示体验中心年味浓厚，也成为年轻人社交的“新名片”，让每一位购彩者感受“有趣、有益、还有聊”。

“中了20元！”“沾沾龙年喜气！”市民游客们在小红书、朋友圈等社交媒体分享自己的幸运时刻。

今年是龙年，体彩顶呱刮6款龙年新主题票同步上市，包括辰龙、新春大吉、抢头彩、龙行大运、红包来啦、祥龙贺岁等，这些新春主题票设计精美，集国潮、吉祥好运于一体，令购彩者爱不释手。选购新春主题票，不仅是随手做公益，更寄托对新年的美好期盼。

在汕头，中国体育彩票展示体验中心和品牌地推活动人气旺盛，大家在逛街休闲的同时体验刮奖乐趣，也为国家公益事业奉献一份爱心，还有不少购彩者收获了新春佳节的幸运和惊喜。汕头体彩通过群众喜闻乐见的方式，向广大群众传递真挚的新年祝福，同时将体彩“公益体彩 乐善人生”的品牌理念带到市民身边，让体彩公益公信责任核心价值更加深入人心。

(文/图 胡彦 粤体彩)



汕头体彩中心



比赛现场

记者从广东体彩获悉，近日，一场别开生面的群众体育盛事——2024年潮州市欢度元宵男子篮球赛在潮州体育馆举行。本次比赛得到中国体育彩票

公益体彩助力潮州男子篮球赛

票的助力，赛事以其高水平的竞技魅力，为全市人民献上了一场精彩纷呈的篮球盛宴，有力推动了潮州市全民健身运动的高质量发展。

本次比赛一共有7支队伍，140多名运动员参赛，经历5天精彩对决。赛事组委会秉承公平、公正、公开的原则，确保了比赛的顺利进行。经过一轮轮激烈对决，最终由潮州大梦队凭借出色的团队协作和稳定的发挥摘得桂冠，飞龙队、潮州星速队、广东林隆队分获亚军、季军及第四名，充分展现了他们在篮球领域的深厚实力。同时，其他参赛队伍也均有不俗表现，共同呈现出潮州篮球事业蓬勃发展的良好态势。

赛场上，各代表队以精湛的技术、坚韧的意志和团队精神诠释了“友谊第一，比赛第二”的体育精神。赛场上的

每一次精彩瞬间都赢得了现场观众的热情欢呼，更有通过线上线下直播的方式，将这份节日的喜悦与运动的激情传递给了全市乃至全国的观众。

2024潮州市欢度元宵篮球赛是潮州市“古城过大年”文旅系列活动之一，赛事的成功举办，不仅极大地丰富了人民群众的节日文体生活，激发了大家参与全民健身的积极性，推动了群众体育运动的普及与发展，对提升城市形象和促进体育产业的发展起到了积极作用。

作为国家公益彩票，为群众体育、竞技体育以及各类社会公益事业助力，是中国体育彩票发行的初衷，更是社会责任担当。接下来，潮州体彩始终恪守体彩“来之于民、用之于民”的发行宗旨，推进新时代体育事业高质量发展。

(文/图 胡彦 粤体彩)

奇数走强 连号隐身——析体彩玩法走势

大乐透：前区：大小均衡，大小比关注3:2或2:3。和值平稳，关注80-100之间。奇数走强，关注奇偶比3:2防4:1。012路关注2:1:2。

连号隐身，关注散号。后区首防一大一小，双奇组合，次防双小、双偶组合。7星彩：175-302-521-468-256-453+4、5、7。

排列3：精选号码三注：157、462、346。排列5：精选号码三注：42015、39712、51342。(兴运)



金手指



石磊走出彩票店，把打好的两张彩票塞进了裤兜里，然后四处张望，他想起个发，走了一会儿，就发现马路对面有个五颜六色的彩灯在旋转，那是理发店的标志，于是，他便毫不犹豫地走向对面走去。

距离理发店还有十几米远，虽然隔着玻璃门，但里面的摇滚乐已经传来。石磊一直想不通，为何不少理发店喜欢播放摇滚乐，有的店甚至吵到震耳欲聋。他一点也不喜欢那样的氛围，只想安静地理个发，于是向前面的街道继续去找理发店。

三分钟后，又一家理发店出现在石磊面前。这家理发店外面装潢看着就很高档，推门而入，一个外形俊美的小哥迅速迎了上来，一脸笑容地问石磊：“欢迎光临光临本店，请问您是本店会员吗？”石磊摇了摇头。

小哥急忙说：“那您报下手机号码，我帮您开个会员吧？”石磊听到这里有些反感，说：“我不想当会员，理发要多少钱？”小哥说：“是这样的，帅哥，办会员充值的话，1000元可以理20次，另外赠送洗头10次，很划算的。不办会员的话，单次88元。”

石磊对小哥说：“突然想起还有点事，今天就不理了。”说完推门而出。石磊回头看了看理发店金光闪闪的招牌，嘀咕道：“理个发而已，却要我半天的工资！”(董川北)

