



供图/视觉中国

# 奶茶里到底有没有奶和茶

## 厦门市场监管部门公布奶茶专项研究性抽检数据

您喜欢喝奶茶吗？喝的频率有多高呢？对于近年来网络上盛传的“奶茶可提神，但容易发胖”“一杯奶茶=5罐可乐=5包薯片”“奶茶正在毁掉中国年轻人的健康”等说法，您想了解背后的真相吗？

为了给广大消费者提供更多科学、合理、健康的消费信息，近期，厦门市市场监管局组织开展奶茶专项研究性抽检，针对网络普遍关注的奶茶高糖分、高咖啡因、低蛋白等问题涉及的相关指标对样品进行检测，并对外发布了抽检数据分析及消费提示。

据介绍，此次研究性抽检主要借鉴了预包装食品的相关标准和香港相关标准，采用线上、线下相结合的抽检方式，覆盖全市6区，共抽检了77家主体销售的200批次奶茶。

奶茶到底有没有食用风险？让我们通过抽检数据一起了解一下吧。

本组文/ 本报记者 陈泥 通讯员 周娜 黄琳

### “无糖”奶茶有糖吗？

样品含糖量“不容小觑”



为迎合不同消费者的口味需求，各大奶茶品牌商家往往会提供多种甜度选择，比如正常糖、半糖、少糖、无糖等。但此次抽检数据显示，“无糖”奶茶也可能名不副实，含有糖！

●参考标准：依据《GB 20850-2011 食品安全国家标准 预包装食品营养标签通则》规定：糖含量≤0.5g/100g可声称“无糖饮料”。

☞抽检结果：此次抽检的15批次标称“无糖”的奶茶，含糖量在0.84g~8.43g/100g之间，均不符合国家无糖标准规定。

### 含牛奶吗？

样品蛋白质含量普遍不高



奶茶，简单来说是由茶汤中加入奶或奶制品。那么，市面上销售的奶茶里，“含奶量”究竟有多少呢？

●参考标准：奶茶里应该加入多少牛奶？对于这个问题，此次抽检参考的是《GB/T 21733-2008 茶饮料》里的规定，即“茶饮料蛋白质含量需≥0.5g/100g”。

抽检人员表示，根据上述国标进行换算，如果调配一杯500ml的奶茶，那其中的蛋白质含量应该要达到2.5g，则必须加入86g牛奶或等蛋白质含量的乳粉进行调制（牛奶含量根据《GB 25190-2010 食品安全国家标准 灭菌乳》中牛乳蛋白质指标≥2.9g/100g估算得出）。

☞抽检结果：此次抽检的200批次奶茶中，仅有59批次蛋白质含量符合标准，8批次奶茶中蛋白质含量约0.1g/100g。也就是说，奶茶里可能没有真正的奶，可能是奶精或植脂末。

### 真的有茶吗？

提神“功效”源头是咖啡因以及茶多酚



不少消费者反映喝奶茶提神，原因主要是奶茶里含有茶多酚和咖啡因。奶茶是茶饮料的一种，而咖啡因是茶饮料的特征性指标之一。也就是说，奶茶中的咖啡因应该主要来源于茶叶。那么，奶茶里真的有茶吗？

●参考标准：奶茶里的含茶量应为多少？参照《GB/T 21733-2008 茶饮料》的规定，奶茶中咖啡因应≥35mg/kg。

再换算一下，还是以500ml奶茶为例，咖啡因含量应大于17.5mg，没有上限。

☞抽检结果：此次对200批次奶茶的抽检中，有5批次奶茶未检出咖啡因，说明其中根本不含茶，而是使用香精勾兑茶香。其中，还有98批次的奶茶，咖啡因含量在200mg/kg以上。抽检人员表示，这可能是部分商家采用浓缩茶粉配制奶茶，导致咖啡因含量过高。

### 食品添加剂超标吗？

合格率为97.8% 1批次检出色素超标



为调查奶茶是否存在添加剂风险，市市场监管局近期还委托专业检测机构，对来自11家“网红”饮品店，以及开在校园周边的16家饮品店的45批次现制现售奶茶，开展了食品添加剂的监督抽检。检验项目包括甜味剂、色素、防腐剂。

●专业说法：抽检人员表示，消费者不必一提及食品添加剂就“瑟瑟发抖”，食品添加剂的使用有明确的国家标准，在国标规定的使用范围内按照规定的限量值进行使用，是相对安全的，但如果超范围、超限量使用，就会有食品安全隐患，可能对人体造成危害。

☞抽检结果：此次抽检共有1批次“香芋奶茶”检出苋菜红（色素）不合格，合格率为97.8%。部分奶茶检出甜味剂阿斯巴甜、防腐剂山梨酸及其钾盐，但均符合国标限量要求。针对抽检不合格的“香芋奶茶”，属地监管部门在核查处置时发现，不合格是由原料芋头果味粉自带苋菜红所致，目前已对当事人采购不符合食品安全标准的食品原料的违法行为依法追究法律责任。

### 奶茶消费提示

根据奶茶研究性抽检结果，市场监管部门向广大消费者做出如下消费提示：

(一)合理挑选奶茶：线下购买奶茶，多观察店铺制作环境和操作过程，发现不干净不卫生的环节时应谨慎购买。同时，可查看奶茶的颜色是否正常，奶茶颜色过于艳丽的，需考虑此产品是否存在色素超标的风险，应谨慎购买。

(二)科学饮用奶茶：要注意奶茶包装上的生产日期、保质期等信息。饮用前如观察到奶茶有不明沉淀或异味、一次性餐饮具破损、污染等情况，要停止饮用。微生物会随着时间的增长而增殖，因此，现制奶茶在制作完成后要尽早饮用。

大部分的奶茶都含有较高的咖啡因，消费者若长期过量摄入咖啡因，不利于身体健康。特别是儿童、孕妇、患有高血压的消费者，以及对咖啡因敏感的消费者应谨慎饮用奶茶。控制糖摄入的消费者、糖尿病患者以及老人和儿童也应尽量避免或减少饮用奶茶。

(三)避免奶茶成瘾：过度的奶茶消费可能会导致成瘾行为，也可能与抑郁、焦虑和自杀意念等心理健康问题有关。此外，研究显示，作为一种调节情绪的补偿策略，奶茶成瘾可能在孤独感和心理健康问题之间起到中介作用。因此，消费者应避免因大量频繁喝奶茶而导致成瘾。

### 今天仍晴好 明晚或有雨

本报讯(记者 朱道衡 通讯员 刘珏)气象部门预测，今天仍晴好，明天晚上新一股较强冷空气将抵厦，带来降雨大风天气，气温将明显下跌。

昨天白天市区各地最高气温普遍在26℃~29℃，不过夜晨最低气温只有15℃~19℃，昼夜温差较大。

今明两天，我市白天天气依旧偏高，市区最高气温可达29℃，岛外内陆部分地区可能出现30℃以上高温。需要提醒的是，近期空气干燥、北风吹拂，我市森林火险等级持续保持“高度危险”级别，市民一定要注意用火安全，进山林游玩切勿携带火种，避免造成山林大火。市民平时要多补充水分，尽量少吃炸、烤、煎的食品，多食用润燥润喉的食物，如蜂蜜、雪梨等。

预计明天晚上新一股冷空气将抵达鹭岛，与暖气团交锋，形成降雨天气，大家要备好雨具。东北风也将再度肆虐，在冷空气和雨水影响下，气温回落，后天市区最高气温将降至25℃。

大后天，冷空气军团将驱散暖气团，我市天气将转好，但气温仍将继续走低，预计下周二市区最高气温将跌至21℃，夜晨最低气温仅16℃，市民要注意天气变化，及时添加衣物，避免受凉。

今日厦门最高温 29℃



今天 多云

21℃~29℃



明天 多云转阴

有阵雨

22℃~29℃



后天 阵雨转阴

到多云

21℃~25℃

数据来源：厦门气象微信公众号

### 今日厦门海洋预报

高潮时：09时15分和21时42分

低潮时：03时07分和15时19分

表层水温：23.5℃至26.5℃

厦门岛南部海域浪高：0.5米至1.0米 轻浪

厦门海洋环境预报台发布

### 一宗海沧商住用地 29日将拍卖出让

本报讯(记者 袁舒琪)昨日，厦门市自然资源和规划局发布公告，计划于11月29日出让一宗位于海沧的商住用地。

根据公告，该地块位于海沧新市区北片区海沧大道与沧屏路交叉口北侧，土地总面积2.12公顷，计建建筑面积5.15万平方米，起拍楼面价22000元/平方米，起拍总价11.4亿元，将采用拍卖方式出让，不设拍卖底价，按照价高者得的原则确定受让人。

作为跨岛发展的先行者，海沧新市区历经数十年的积淀，已荟萃了众多醇熟配套，优越的湖海双景及地理位置使其成为岛外人气极高的滨海人居板块。此次出让的地块紧邻海沧大道，拥揽稀缺海沧湾东南向一线海景，且雄踞进岛桥头堡位置，邻近海沧大桥引桥入口，十分钟内即可驶入大桥直通厦门岛内。地块西南1公里处是地铁2号线海沧湾公园站，市民在此可实现一站进岛，快速通达厦门岛内的邮轮中心、体育中心、软件园二期，交通出行十分便利。

商业配套来看，地块周边商圈密布，现有天虹商场、乐海百货、阿罗海城市广场等商业体，厦门文广集团大厦、泰地海西中心、海西国际广场、融信华邑酒店、泰地万豪酒店等写字楼和五星级酒店环伺周边，可满足商务办公、休闲购物需求。

医疗卫生方面，地块2公里内分布有市属三级综合性医院——海沧医院，以及海沧区妇幼保健院、桥南社区卫生服务中心等医疗设施，将为未来居住在此的市民提供良好便捷的医疗服务。

此外，该地块依山傍水，背靠青翠的大屏山，面向碧波荡漾的海沧湾，毗邻大屏山郊野公园、海沧湾公园、渔人码头等休闲康体设施，可满足市民日常工作生活和休闲娱乐需求。

### 签订周转房租赁协议催告书

刘锦俊(公民身份号码:350203196203291010):

我局对你违反《过渡周转房租赁合同》约定一案已调查终结，现依法向你公告送达《厦门市住房保障和房屋管理局签订周转房租赁协议催告书》(厦房政催(2023)3号)。自本公告发出之日起，经过三十日即视为送达。你应于收到本催告书之日起10日内与本机关签订周转房租赁协议，并缴交所欠房屋租金。逾期不履行上述义务，本机关将依法与你解除租赁关系，收回房屋，并保留要求赔偿损失等权利。

厦门市住房保障和房屋管理局

### 停水通知

因给水管网年度冲洗需要，思明区槟榔小区、屿后南里、常明路、天湖路定于2023年11月9日22:00至11月10日3:00降压供水，集美区乐活小镇小区、黄庄外口公寓、汽车工业城机动车技术服务中心定于2023年11月9日22:00至11月10日5:00停水。

因泵站施工需要，海沧区诗山社、林后社、西山社定于2023年11月10日23:00至11月11日6:00停水。

请您在降压供水或停水前及时做好储水准备(遇雨顺延)，并相互转告，因此造成不便，敬请谅解！

服务热线:96303

厦门市水务集团有限公司

2023年11月9日