

乳制品九大流言，中国工程院院士逐一澄清

□郭铁

近日,中国工程院院士、国家食品安全风险评估中心研究员陈君石对“乳制品的九大流言与真相”进行解读。他指出,乳制品营养丰富,可以作为日常膳食的重要组成部分。《中国居民膳食指南》建议成人每天摄入 300 毫升—500 毫升牛奶或等量乳制品,但实际中国人平均每天的摄入量仅有 100 毫升左右。有些人不习惯乳制品的味道,有些人是因为听信网络上的一些流言而不敢喝奶或不愿喝奶。

事实上,不存在“食物相克”,牛奶可以和其他食物自由搭配。牛奶也并不致癌,反而很可能降低结直肠癌风险……

流言 1:牛奶是给小牛喝的,不是给人喝的?

真相:牛奶是人类重要的食物来源,已有数千年食用历史。

陈君石:首先,人类消费牛奶及其制品的历史已有数千年,早已融入人类饮食文化。其次,驯化动物并为人类提供肉、蛋、奶等食物,是人类征服自然的智慧。另外,通过提高技术和管理水平,畜牧业完全可以实现与自然和谐共生和可持续

发展。

流言 2:奶牛产奶靠打激素?
真相:奶牛产奶主要靠养殖管理,不需要打激素。

陈君石:目前欧盟、加拿大、澳大利亚、新西兰和中国等大多数国家和区域组织出于动物福利的考虑,禁止使用牛生长激素。我国法规规定,在饲养料里不允许添加生长激素。其次,通过科学喂养和管理,奶牛可以提供充足的原奶,不用打激素。另外,奶牛产奶周期约在 280 天—300 天,这是通过科学的周期管理实现的,并不靠打激素。

流言 3:脱脂奶比全脂奶健康?
真相:高血脂人群可选脱脂或低脂奶,其他人可根据喜好选择全脂奶或脱脂奶。

陈君石:首先,应关注膳食脂肪摄入的总量。全脂奶提供脂肪的同时,也提供优质蛋白和钙,与其控制乳脂,不如减少烹调油。其次,全脂奶可以提供更好的饱腹感,乳脂带来的香味和醇厚的口感也是脱脂奶没法比的。对于高血脂人群,脱脂或低脂奶可能是比较好的选择,对于其他人则可根据喜好选择。

流言 4:中国人不适合饮奶?
真相:多数中国人有不同程度的乳糖不耐受,但合理摄入乳制品可缓解甚至避免乳糖不耐受。

陈君石:全球人口有约 65%存在不同程度的乳糖不耐受,表现为喝奶后腹胀、肠鸣、腹泻等。尽管东亚地区属于乳糖不耐受高发区,但乳糖不耐受不等于不能喝奶,合理摄入乳制品可以缓解甚至避免乳糖不耐受。比如喝奶可以少量多次,逐步提高肠道适应性;可以将牛奶与其他食物搭配,缓解肠道反应;可以选择酸奶、奶酪等发酵产品;也可以选择经乳糖酶处理的牛奶。

流言 5:牛奶不能搭配橙汁?和其他食物会相克吗?

真相:不存在“食物相克”,牛奶可以和其他食物自由搭配。

陈君石:首先,并不存在“食物相克”这回事,牛奶和其他食物可以按照个人喜好随意搭配。其次,橙汁中有很多酸性物质,可以让牛奶里的蛋白质聚团、沉淀,这是正常现象。牛奶在胃酸的作用下同样会发

流言 6:糖尿病患者能不能喝牛奶、酸奶?

真相:糖尿病人可以喝牛奶、酸奶,也可以吃奶酪。

陈君石:有不少科学证据表明,乳制品对于控制血糖、降低 2 型糖尿病风险是有益的。纯牛奶中天然含有的是乳糖,不同于蔗糖,因此牛奶属于低 GI 食物,糖尿病人完全可以喝。经过乳糖酶处理的牛奶会变得甜一些,但也不必担心,因为它并不加糖。

酸奶中添加的糖分主要是用来平衡酸味,按《中国食物成分表》的数据,酸奶(加糖)的 GI 值也只有 48,属于低 GI 食物,不添加糖的酸奶 GI 值更低。此外,也可以选择奶酪。

流言 7:牛奶致癌?

真相:牛奶并不致癌,反而很可能降低结直肠癌风险。

陈君石:“牛奶致癌”并无可靠科学证据。这个谣传可能与多年前出版的一本科普书《中国健康调查报告》有关,然而书中并无“牛奶致癌”的描述,其内容也得出这样的结论。关于这一话题,来自世界癌症研究基金和美国癌症研究所的结论可供大家参考:强有力的证据表

明,乳制品很可能降低结直肠癌风险;而有关乳腺癌、前列腺癌的证据不充分且相互矛盾。

流言 8:常温牛奶保质期是加了防腐剂?

真相:保质期长短与加工工艺有关,常温奶并不需要加防腐剂。

陈君石:牛奶的保质期与加工工艺有关。常温奶的加工工艺是通过瞬时高温灭菌处理并采用无菌包装技术,使终产品处于无菌状态并隔绝外部微生物的进入。既然没有微生物,就不会发生腐败变质,无需防腐剂就可存放数月甚至更长时间。

流言 9:常温奶不如巴氏奶?

真相:常温奶和巴氏奶都是很好的营养来源,适应不同的保存方式和消费场景。

陈君石:奶最核心的营养是乳蛋白和乳钙,而巴氏奶和常温奶在这两个指标上并不存在绝对的高低,营养成分表才是更直观的选择依据。两者的主要差异在保存方式和消费场景,由于常温奶不依赖冷链,因此除供应城市,也可以满足农村和偏远地区的消费需求。此外两者的风味略有不同,消费者完全可以根据喜好自由选择。



武威古浪玉米丰收

近日,甘肃省武威市古浪县玉米喜迎丰收季。在古浪县永丰滩镇,金黄的玉米铺满晾晒场犹如一片金色的海洋,种植户趁着晴朗的天气晾晒玉米,丰收的喜悦洋溢在他们的脸上。

(维焕素 许吉年)

市场监管总局发布《婴幼儿配方食品原料等事项备案工作指南》

近日,市场监管总局发布《婴幼儿配方食品原料等事项备案工作指南》(以下简称《工作指南》),进一步规范婴幼儿配方食品原料、食品添加剂、产品配方及标签等事项的备案工作,督促企业落实食品安全主体责任,加强产品全生命周期管理,

确保产品从原辅料入厂至终产品出厂可监控、可追溯。

《工作指南》明确了备案主体、备案内容、备案流程、备案管理要求,以及食品原料等事项的具体备案信息和要求。对于拟在中华人民共和国境内生产并销售婴幼儿

配方食品的生产企业,获得配方注册和生产许可后,在正式投产前,应当依法将食品原料、食品添加剂、产品配方及标签等向所在地省级市场监管部门备案。对于食品原料、食品添加剂,主要备案名称、品牌、产地/国别、包装规格、质量要

求/原料(食品添加剂)执行标准号、供应商名称、生产商名称等信息;对于产品配方,主要备案实际生产时依法依规可调整的配方组成成分信息,不重复备案配方注册内容;对于标签,主要备案除产品批号、生产日期等以外的上市产品的

标签。

《工作指南》同时还明确,鼓励境外生产企业参照备案的有关规定,向其产品标签上标注的代理商、进口商或经销商所在地省级市场监管部门备案。

(市场监管总局)

1—8月,婴配粉进口量同比大跌19.4%

2024 年 1—8 月,我国共计进口各类乳制品 174.93 万吨,同比减少 13.2%,进口额 73.81 亿美元,同比下降 16.1%。其中,进口干乳制品 129.23 万吨,同比减少 12.3%;进口液态奶 45.7 万吨,同比减少 15.6%。

从品类来看:
2024 年 1—8 月,婴配粉、大包

粉、包装牛奶、酸奶类的进口量同比大跌,且降幅接近或者大幅超出 20%。其中,酸奶类进口量同比跌幅最大,约 31%;婴配粉进口量同比大跌 19.4%。

另外,乳清粉、奶油类、奶酪类等进口量同比微跌。

而炼乳类、蛋白类和稀奶油进口量则保持了同比增长,蛋白

类进口量同比增幅最大,约 9.5%。

值得一提的是,奶酪类进口量延续了 7 月份的下滑趋势,且下滑幅度扩大。

从 8 月份各类乳制品进口量来看:除婴配粉、乳清类、蛋白类、酸奶类之外,其他品类乳制品包括大包粉、奶油类、奶酪类、炼乳、包装牛奶、稀奶油类等均同比下滑。其

中,大包粉进口量同比下滑 28.3%,奶酪类进口量同比下滑 20.1%,奶油类进口量同比下滑幅度最大,约 39.9%。

从环比情况来看,大包粉、奶酪类、奶油类、婴配粉等进口量均出现不同幅度的环比下滑。其中,大包粉环比大跌 43.62%,婴配粉环比下滑 7.18%。

价格方面:
2024 年 1—8 月,仅婴配粉、奶油类和酸奶类进口均价同比增长,其余乳制品品类进口均价同比均有不同幅度的下滑,最大降幅 14.4%(乳清类),蛋白类次之(蛋白类进口均价降幅达 13.1%)。

(乳业经济观察)

预计2025年国内生鲜乳市场供需将恢复基本平衡

□刘佳佳 祝文琪 富丽莎 杨婉妮

2023 年下半年以来,受内外部多重因素影响,生鲜乳价格总体下行,奶牛养殖与乳制品加工行业均出现大规模亏损。面对当前乳业发展的严峻形势,各级政府抓紧出台实施针对性纾困政策,通过促进消费、优化产能多措并举稳定奶业发展。从目前市场实际情况看,系列举措已初见成效。预计 2025 年国内生鲜乳市场供需将恢复基本平衡,下半年价格有望企稳回升。

中央地方齐出手 奶业由“发”转“稳”

促进消费方面,2024 年中央一号文件提出“完善液态奶标准,规范复原乳标识,促进鲜奶消费”。为落实中央一号文件精神,农业农村部联合中央网信办引导新媒体平台全

网推送消费指引,联合中央广播电视台总台在央视多个频道滚动播出“倡导饮奶 科学选奶”奶业专题公益广告,制作“中国之声”权威访谈节目,宣传生鲜乳质量安全现状和科学饮奶知识。国民营养健康指导委员会办公室印发了“减油、增豆、加奶”核心信息三十条,引导乳制品健康消费。

产销对接方面,内蒙古举办“蒙品进京”、锡林郭勒奶酪展示会等 20 余场营销活动,组织开展乳制品进机关、进食堂。宁夏在区内外 300 多个社区设立无人销售鲜奶站,建立乳制品体验店、奶吧等 20 多家销售门店,促进生鲜乳就地就近加工消费,并努力拓展出口渠道,首次向新加坡等国出口奶粉 1400 吨。

优化产能方面,农业农村部多次组织生产形势座谈会、视频调度会等,与主产省区、金融机构、乳品

企业、养殖农户、行业协会、产业专家等多主体进行会商研讨,抓紧抓实助农、助企纾困各项工作,群策群力促进奶业稳定发展。河北为全省 745 家奶牛场制定“一场一策”纾困方案,对乳企收购生鲜乳给予一定补贴,出台奶牛场兼并重组补贴政策,出台奶牛场贷款贴息及免担保费政策。内蒙古印发了《关于金融支持乳业养殖场纾困解难的若干措施》,为 111 家养殖场提供金融支持,在 2 个盟市开展生鲜乳价格指数保险试点,并对全区 549 个养殖场进行拉网式摸排,指导优化牛群结构。

促进消费、优化产能系列政策举措针对性十分明确,就是要解决当前奶牛养殖、加工、销售环节出现的突出困难问题,帮助行业尽快渡过难关,促进奶业健康稳定发展。目前,部分地区生鲜乳市场趋于稳定,系列举措初见成效。

奶业供需失衡状态逐步改善 生鲜乳价格有望企稳回升

阶段性供需失衡是当前奶业出现困难的根本原因。供给端看,随着前期奶源基地建设的产能不断增长,国内牛奶产量 2020 年突破 3400 万吨,此后每年保持 200 多万吨的增量,2023 年达到 4197 万吨;乳制品进口受国内外价差驱动保持较快增长,2021 年进口折合鲜奶 2251 万吨,创历史新高,2022—2023 年进口量虽有所减少,但仍保持在 1700 万吨以上的高位水平。需求端看,新冠疫情发生后,消费者对健康的重视程度空前增加,国内需求旺盛,2021 年奶类消费增速达 11.5%,但疫情后期,终端消费市场需求放缓,2022 年、2023 年连续两年出现负增长,降幅分别为 1.4%、1.9%。总的看,受产能扩张、进口增长、消费超预期下降等影响,现阶段国内生鲜

乳市场供给大于需求,产销不平衡导致价格持续下行。

由于奶牛养殖行业持续亏损,奶牛存栏已经有所调整,生鲜乳产能不断优化。据农业农村部网站监测,截至 2024 年 8 月,全国奶牛存栏量已连续 6 个月环比下降,生鲜乳产量增幅继续放缓。受国内需求疲弱影响,乳制品进口延续 2022 年以来下降走势。据海关总署数据,2024 年 1—7 月累计,我国乳制品进口量 150.2 万吨,同比减少 14.9%。虽然乳制品消费没有明显增长,但随着供给端持续调整,市场供需失衡情况有所改善。据农业农村部数据,8 月份全国主产省生鲜乳收购价 3.20 元/公斤,环比跌 1.1%,跌幅连续 2 个月收窄。综合判断,预计 2024 年下半年生鲜乳价格跌幅将进一步收窄,2025 年市场供需有望恢复基本平衡,下半年价格可能企稳回升。

行业动态

国家奶牛胚胎工程技术研究中心宁夏分中心挂牌成立

近日,北京首农、宁夏回族自治区农业农村厅畜牧兽医局和宁夏农垦集团在宁夏乳业平吉堡第六奶牛场举行国家奶牛胚胎工程技术研究中心宁夏分中心揭牌仪式。

与会人员围绕奶牛养殖、奶牛胚胎移植、宁夏奶产业发展现状等主题,共同交流探讨奶产业发展方面的好经验、好办法,为推动宁夏奶种业振兴、奶业振兴建言献策。

宁夏农垦将以国家奶牛胚胎工程技术研究中心宁夏分中心挂牌为契机,充分发挥双方产业发展优势,持续深化科技技术攻关,加大科研投入,强化人才培养,推进奶牛场智能化建设提档升级,共同开展奶牛胚胎工程技术研发和应用,联合开展种牛自主培育,加强成果转化应用,不断提升产业发展质效,为推进自治区农业产业现代化贡献力量。

(北京奶牛中心)

投资 5000 万元

广西百非乳业拟设立奶牛养殖公司

广西百非乳业股份有限公司于 2024 年 10 月 8 日披露对外投资。广西百非乳业股份有限公司计划通过全资子公司广西百非牧业有限公司在贵港市投资设立全资孙公司广西贵港百非奶牛养殖有限公司,注册资本为 5000.00 万元,主要业务涉及牲畜饲养、动物饲养、种畜禽生产、种畜禽经营、食品销售等。此投资以自有资金进行,持股比例为 100%。鉴于投资新设全资子公司不构成重大资产重组,且不涉及关联交易,已通过公司第二届董事会第十三次会议审议,无需提交股东大会。公司还需在当地市场监督管理局完成审批手续。投资资金主要来源于自有资金,不涉及实物资产、无形资产、股权等其他出资方式。本次投资旨在支持公司业务发展,增强综合竞争力和持续发展力,尽管存在市场风险和经营风险,公司已制定内控制度和风险防范机制以降低风险。从长远看,此投资预计对公司财务状况和经营成果产生积极影响。

(据《上海证券报》)

山东肥城拟确认 7 家 2024 年奶业新型经营主体培育项目实施单位

10 月 8 日,山东肥城市畜牧兽医事业发展服务中心发布关于肥城市 2024 年奶业新型经营主体培育项目实施单位的公示。根据相关文件精神,按照省局要求结合肥城奶业发展实际,肥城市畜牧兽医事业发展服务中心遴选确认了肥城市 2024 年奶业新型经营主体培育项目实施单位。分别是:肥城市新百利奶牛养殖专业合作社、肥城市牧和养殖有限公司、肥城百润奶牛养殖有限公司、肥城市牧源奶牛养殖有限公司、肥城市聚和源奶牛养殖有限公司、肥城市龙头泉牧业有限公司、肥城忠利奶牛养殖专业合作社。

(徐慧)

通辽活牛 25 年稳定供应香港市场

满洲里海关所属通辽海关近日发布消息称,今年前 8 个月内蒙古自治区通辽市累计为香港供应活牛 1339 头,此举也创下了该市连续供香港活牛 25 年无间纪录。被外界认定为“中国草原肉牛之都”的通辽市,由于当地黄牛膘情好、肉质细嫩,深受港澳民众喜爱。通辽海关介绍,目前,通辽市已成为全国活牛输香港主供基地,供香港活牛约占全国五分之一,18 万户以上农牧户从事肉牛养殖行业,106 万个农牧民从肉牛产业链条中获益增收,肉牛产业已成为该市农牧民致富增收的“新引擎”。“在通辽市一家饲养场,这几天,还有 40 多头活牛运往香港。”通辽海关关长白红星表示,为守护香港居民“舌尖上的安全”,通辽海关运用电子耳标、扫描棒、智能电子锁等设备及信息化平台,构建供港澳活牛入场、养育等全过程监管闭环,对供港澳活牛企业实行全流程智慧检疫监管。

(李爱平)

(本报所采用部分文图无法联系到作者,请相关著作权人持权属证明与本报联系,本报将支付稿酬。)