

全谷物理事会

(Whole Grains Council, Boston, Massachusetts, USA)

翻译整理：美国小麦市场中心技术主任 侯国泉博士

(Dr. Gary G. Hou, Wheat Marketing Center, Portland, Oregon, USA)

1. 前言

因为全谷物能给人类提供许多营养健康益处，世界各地的消费者都想尝试食用全谷物食品。但是在实际生活中，消费者经常感到茫然，因为他们无法确认哪些食品中含有相当数量的全谷物原料。现在，一个称为“全谷物标识”的包装标签已在包括中国在内的22个国家得到采用，该标识可有效帮助消费者鉴别真正的全谷物食品。

“全谷物标识”是由总部在美国的“全谷物理事会 (WGC)”管理的。WGC的会员目前已有13个国家的275家公司，其中包括几乎所有的国际知名食品企业，比如雀巢、宾堡、卡夫、佳吉、通用磨坊等等。WGC的宗旨有三个：1) 帮助消费者发现全谷物食品并理解它们的健康益处；2) 帮助厂家生产更多、更好的全谷物产品；3) 帮助媒体对全谷物进行准确和令人信服报道。“全谷物标识”只是“全谷物理事会”实现这些目标所进行的众多项目之一。

要想正式采用这个“全谷物标识”，每个公司必须：

- 1) 成为“全谷物理事会”的正式会员。根据公司的规模，每年的会员费是1000-9000美元不等。
- 2) 签订一个遵守“全谷物标识”项目规则的法律条文。
- 3) 对每个要使用“全谷物标识”的产品逐一提供书面申请，并获取“全谷物理事会”的批准。

以下详细地介绍了“国际全谷物标识使用指南”。目前，该指南包含了所有中国公司需要的信息。但是，如果今后中国对“全谷物”的定义和应用建立了新的标准与法规，我们将对“全谷物标识”计划进行必要修改，使之与中国法规相符。

“全谷物理事会”感谢与《农业机械 粮油加工》杂志社的合作机会，将“全谷物标识使用指南”介绍给中国的众多公司与消费者。我们希望该指南的发表有助于增加对全谷物食品的理解，并促进中国全谷物食品的消费与发展。有兴趣使用“全谷物标识”的公司，请用英文与Cynthia Harriman (cynthia@oldwayspt.org)联系商讨具体事宜。

2. “全谷物标识”使用指南

本指南列出了使用“全谷物标识”需遵守的规则，希望大家通力合作，确保实现以下目标：

- 向消费者提供清晰和有用的信息
- 帮助消费者发现和享用高品质的全谷物食品
- 让“全谷物标识”具有一致性和良好信誉

正如所有公司在使用该标识前需签署的“标识合同书”中所阐述的那样，如果您不遵守这些规则，您的“全谷物理事会”会员身份就会被取消。

→ 确定哪些产品可以使用该标识

第一：计算一份产品中全谷物原料的含量。

A. 哪些原料可以称作全谷物？

“全谷物理事会”对全谷物作出了定义，凡是符合该定义的各种原料都是全谷物。该定义已在我们的网址上公布出来 (www.wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/definition-of-whole-grains)，在此复述如下：

全谷物或者用全谷物生产的食品应含有谷物种子的所有重要部分与天然营养成分。如果谷物是已经加工过的（例如压裂，碾碎，压片，挤压，轻度剥皮和/或水煮），则食品必须能提供跟原来谷物种子相当的各种营养成分。

下面列举了一些已被普遍接受的全谷物食品 and 全谷物粉，它们在食用时必须含有所有的麸皮、胚芽和胚乳。

苋籽 (Amaranth)	大麦
荞麦	玉米 (包括爆裂型玉米和全谷玉米粉)
爱默小麦 (Emmer)	法罗小麦 (Farro)
Kamut® 小麦	小米
燕麦片和全谷物燕麦粉	奎藜籽 (Quinoa)
糙米和有色米	裸麦 (Rye)
高粱	斯佩尔特小麦 (Spelt)
埃塞俄比亚画眉草籽 (Teff)	黑小麦 (Triticale)
小麦 (包括碎麦粒，碎熟麦粒，整麦粒，杜伦麦)	
野生稻米	

其它禾本科谷物，只要所有的麸皮、胚芽、胚乳都存在，都可称作全谷物。发芽的谷物只要是完整的也可称作全谷物，但是计算方法不一样，下面会详细讲述。

B. 会员如何计算全谷物的含量？

计算全谷物含量的方法相当直接。原料（粉和谷物）的重量是以干态计量的。计算公式如下：

全谷物原料的重量（克）÷ 产品的总份数 = 克/份

例子：一个产品配方用130g 全麦粉和50g 燕麦，成品含有10 份。每一份产品中应含有18g 全谷物原料。如果您不能确定一份产品是多少，请参考下面的C部分。

130g + 50g = 180g 全谷物原料

180g ÷ 10 份 = 18g 全谷物/份

请注意：如果使用浸泡过的全谷物或者发芽的全谷物，必须扣除额外的水分重量，使之与干态谷物重量相当。

C. 什么是一份产品？确定一份产品的重量，并清楚标出。

确定一份产品的重量。有两种方法用来确定一份产品的重量：

- 如果您所在国已经为食品标签规定了一份食品应是多少重，那么就采用国家规定的一份食品的重量。很多情形是每份“100 g”。所以根据您所在国的法规，我们在标识上提供两种写法供您选择——“每份”或“每100 g”。
- 如果您所在国还没有对一份食品的重量作出规定，那么您可以依照当地习惯来定，比如“一片”面包等。但是一定要把它清楚标出，并且要让它与美国包装食品的标准尽量接近，在此列出如下：

烘焙用预拌粉	40 g	(干粉混合物)
咸松饼 (biscuit)、羊角包、面包圈	55 g	
面包、小圆面包	50 g	
早餐谷物 (冷)：膨化谷物	15 g	
早餐谷物 (冷)：小薄片或类似物	30 g	
早餐谷物 (冷)：什锦燕麦片 (granola)、硬脆饼干	55 g	
早餐谷物 (热煮)	40 g	(煮之前的干品)
巧克力蛋糕 (Brownies)	40 g	
蛋糕：多数蛋糕	80 g	
甜饼干	30 g	
咸苏打饼干 (作点心)	30 g	
咸饼干 (脆面包片、黑麦脆薄片、脆面包棒)	15 g	
粉类 (任何种类谷物)	30 g	
谷物 (大米、大麦等)	45 g	(煮之前的干品)
什锦燕麦饼 (granola bars)、早餐谷物饼	40 g	
煎饼、法式土司	110 g	(成品重量)
意大利面条	55 g	(煮之前的干品)
甜馅饼、水果馅小酥饼、其它甜点	125 g	
皮萨饼、软式墨西哥薄卷饼	55 g	
小甜面包、丹麦式甜点、甜甜圈、玛芬蛋糕	55 g	
墨西哥硬式玉米夹饼 (taco shells)	30 g	
奶蛋格子饼 (waffles)	85 g	

允许使用最接近的单个产品的重量作为一份产品的重量。例如，一个小圆面包重65g，您可将65g 作为一份产品的重量。对于没有在上面列出的食品，请电邮 kberrini@oldwayspt.org 以获取数据。

满足“全谷物理事会”的最低要求。根据上面列出的美国标准，“全谷物理事会”建立了一个基本全谷物标识，适用于“每份含有至少8g全谷物原料”的产品。我们将利用上面的表格来确定您的产品是否符合要求。比如，您的产品是咸苏打饼干，在美国该类产品一份重量是30g，全谷物原料必须不低于产品总重量的27% (8g ÷ 30 g)。

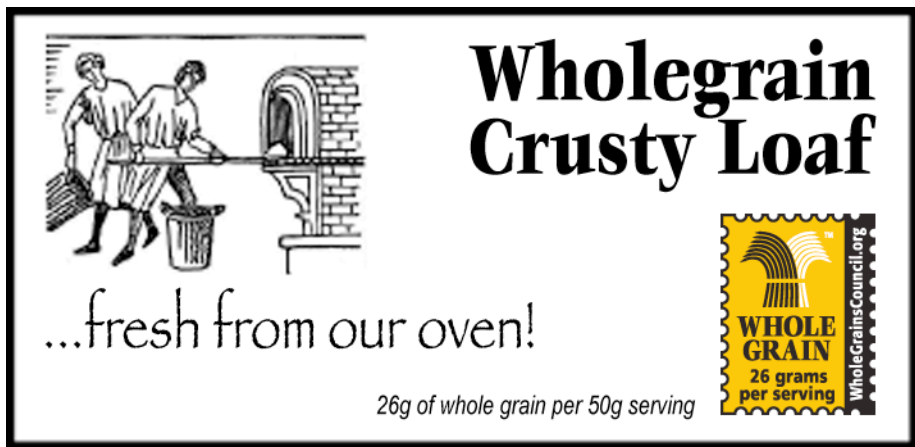
因此，如果您的标识上使用每100g产品中含有多少克全谷物（像本指南第六页上显示的波兰版标识），那么100g苏打饼干中含有8g全谷物原料则不能达到要求。100g产品中至少含有27g全谷物原料才可以有资格使用全谷物标识。

清楚标出一份产品的重量。一旦您确定了一份产品的重量，要保证消费者对此一目了然。如果您的产品标签还包含每份产品的营养信息，那么其重量必须与“标识”所采用的重量一致。如果您的标签上不注明营养信息，应在“标识”的附近清楚地注明一份产品的重量，这样消费者可以轻易看到这个信息，不会造成误解。

例1: 包装上注明了每片23.8g面包的营养信息，这个重量（23.8g）即可作为一份产品的重量，将它用于“全谷物标识”的数据计算。

典型数据	每100g	每片(23.8g)
能量, 千焦耳 (KJ)	979 kJ.....	233 kJ
千卡 (kCal)	231 kcal.....	55 kcal
蛋白质.....	10.4g.....	12.5g
碳水化合物.....	40.7g.....	9.7g
糖.....	2.9g.....	0.7g
脂肪.....	2.5g.....	0.6g
饱和脂肪.....	0.7g.....	0.2g
纤维.....	6.5g.....	1.5g
钠.....	0.45g.....	0.11g
盐.....	1.13g.....	0.27g

例2: 面包房里一条未切片面包没有注明营养信息。您应该在包装上的某个位置清楚标出每份重量是50g。



第二：确认您的会员身份包括此种产品。

只要您能证实并保证全谷物原料含量，您可以将“全谷物标识”用于任何符合要求的产品。这包括两大类食品：

那些完全在您的控制下生产的食品

- A. 您公司生产的产品，并标有您在会员申请表上填写的公司名称。
- B. 您公司的一个子公司或采用另外一个商标生产的，并标有不同公司名称的产品。前提条件是您集团公司的会员身份也包括这些分公司。
- C. 您公司为客户生产并包装的、打着客户名称的私家品牌产品。

那些在您的控制下部分加工的食品

- D. 由您公司加工但由另外一家公司包装的产品，比如由客户重新包装的散装产品，或者供客户的烘焙房使用的冷冻面团。
- E. 您公司生产的预拌粉和浓缩物，由客户按照您的严格要求只需进行简单添加工序（比如加水）即可完成的产品。

在上面的D和E中，虽然您公司使用“全谷物标识”的权利可以传递给您的客户，但您公司要负责客户遵守标识使用规则。例如，如果您将“全谷物标识”交给您的客户，由客户将半烤熟产品烘焙好后贴上，但客户却错误地贴到非谷物产品上，您要对此差错负责。**未经许可擅自使用“全谷物标识”图像将导致您公司会员身份的取消。**

注意：粉类与谷物

您可以将“全谷物标识”用于自己生产的全谷物粉和全谷物，但您不可以将该标识传递给那些使用这些全谷物粉和全谷物来加工产品的客户，因为您无法控制或证实最终产品中全谷物原料的含量。请鼓励您的客户以他们自己的身份加入“全谷物理事会”！

第三：确定您所在国的其它要求。

在使用“全谷物标识”时，要确保符合地方法规，这是我们会员自己的责任，而不是“全谷物理事会”的责任。

A. 是否有最低全谷物原料含量的要求？

在某些国家，如果某一产品中其全谷物原料的含量占总重量的51%以下，在该种产品上使用“全谷物”或“全谷物粉制作”字样则被认为是误导行为。在另外一些国家，至少51%的谷物原料应是全谷物或者根据食品种类有不同百分数（%）的要求。

因为对全谷物的健康益处所做的科学研究证明在饮食中增加全谷物原料对健康有利，如果每份产品中含有至少8g的全谷物，“全谷物理事会”允许对此类产品颁发“全谷物标识”，而不要求产品含有至少51%重量的全谷物原料。至于这个标准是否适合您的国家，这得由您去确认。

B. 是否需要“量化原料声明”？

在某些国家，如果您要具体标明某一原料的存在，您则必须标明该原料在产品中的百分数。因为“全谷物标识”只是针对所有全谷物的重量，您也许可以将所有全谷物原料的百分数分别注明，这样一切将更加清晰、透明。

例如，在上面的“全谷物脆皮面包”（Wholegrain CrustyLoaf）标签上，一份50g的面包片含有26g全谷物。其原料清单则可以这样列出：

全麦粉（49%），水，全谷物燕麦（3%），酵母，植物油，盐。

→ 确定使用哪种标识

第一：决定使用哪种标识图：“基本标识”或“100%标识”



基本标识

含有精制加工谷物？可以

最低全谷物含量：8g



100% 标识

含有精制加工谷物？不允许
所有谷物必须是全谷物*

最低全谷物含量：16g

“8g”和“16g”分别是“基本标识”与“100%标识”所需的最低全谷物含量。但是每个标识上显示的数值是根据该产品中所含的实际全谷物的重量来决定的。

A. 什么产品有资格使用这些标识？

每份含有至少8g全谷物原料的产品都有资格使用“全谷物标识”。

大多数产品使用“基本标识”，它也是我们的标准标识。如果产品符合以下两个条件，它也可以使用“100%标识”，这个标识上添加了“100%”的横幅：（a）产品中所有谷物的原料都是全谷物，（b）每份产品至少含有16g全谷物原料。

* 注意：100%谷物与100%原料

在某些国家（比如加拿大），只有当所有原料是全谷物时，您才可以声称该产品是“100%全谷物”。如果仅仅是所有谷物是全谷物，那还是不够的。如果您无法确定，我们鼓励您调查所在国的实情。如果您使用“100%标识”，您也许可以考虑在包装上加上“量化原料声明”（如前页所述），这样可以将信息更清晰地传递给消费者。

倘若无法肯定，就使用“基本标识”。大多数消费者只是寻找这个日益熟悉的黑金色图案，他们并不能将“基本标识”和“100%标识”完全区别开来。

B. 什么产品有资格称为“100%全谷物”？

正如前面有关全谷物定义的第一段所述，真正的全谷物食品应含有谷物种子的所有三个组成部分，并且它们之间的比例要与天然比例尽可能接近。如果要使用“100%标识”，产品中使用的所有谷物应是全谷物。因为全谷物比精制加工的谷物更加健康的优势主要在于胚芽与麸皮，并且全谷烘焙产品经常需要添加谷朊粉使之体积充分膨发，“全谷物理事会”将那些添加了少量的、象征性的胚芽、麸皮、或谷朊粉的产品仍然称为“100%全谷物”。

因此，如果您在“100%全谷物”面包上撒上少许的麸皮，给面包增加一些手工感，这些撒有额外麸皮的面包仍然有资格称为“100%全谷物”。如果您为了提高纤维含量在配方中加入了麸皮，那么您的面包则不再是“100%全谷物”（虽然它仍然是一条极好的健康面包！）。

我们将对每个产品分别评估，来确认额外添加的麸皮、胚芽、或谷朊粉是否属于“少量的、象征性的”。

第二：选择图像文件格式：四色叠印、专色、或黑白色。

我们备有高分辨率的EPS文件，可以分别用以下三种方式印刷：(a) 四色叠印；(b) PMS 专色；或 (c) 黑白色。我们极力建议您使用彩色标识，因为它的可见性好而且消费者对标准版的黑金色标识很熟悉，您将得到更多的市场营销价值。

第三：再次核对标识上要注明的数字。

请记住，因为每个产品所含全谷物原料克数不相同，所以每个标识上注明的全谷物克数应是不相同的。请使用正确的数字！

第四：向我们获取适当的标识（或从网站下载）

语言种类：“全谷物标识”通常有英语、西班牙语、葡萄牙语、中文和英语/法语双语格式。如果您需要其他语种的标识，请与我们联系，我们将为您定制。



西班牙语、葡萄牙语、或中文版的标识：您可以电邮Kara Berrini (kberrini@oldwayspt.org) 获取高分辨率的、印有特定克数标识的EPS文件。当您发电子邮件时，请告诉我们如下内容：

- 您需要“基本标识”还是“100%标识”？
- 您需要四色叠印、专色（PMS）、还是黑白色？
- 您的标识上注明多少克？



法语/英文双语标识：这些标识储存在光盘上。只要跟我们打声招呼，我们将光盘寄给您。（在您等待光盘到达的同时，我们也可以电邮几份标识给您）。



英文版“每份”标识：这些标识储存在光盘上。只要跟我们打声招呼，我们将光盘寄给您。（在您等待光盘到达的同时，我们也可以电邮几份标识给您）。

另外，您在使用美国版的标识时，在标识的下面可添加此信息“每天食用48g或更多的全谷物”。这些从我们的网站上可以获取，进入网站时，只要使用您在成为会员时得到的密码即可。



“100g”标识：如果您的国家不采用每份产品，而是通常用100g产品含有多少营养和原料，我们也可以为您提供此类格式的“全谷物标识”。

其它语种：我们可以配合您，为您设计本国语的标识，就像这里示范的波兰语版标识。

第五：为您的标识选择一个合适的大小和位置。

标识图像是EPS矢量图形，所以它们可以被放大或缩小而不会影响图像质量。对标识图像的最大允许尺寸没有限制，但要保证标识及其它内容清晰、可读。至于多大的标识图像具有完全可读性，这取决于印刷工艺和采用的材料。

位置呢？ 您可将标识放置在包装上的任何位置。当然，如果您将它放置在包装袋的正面，您将得到最大的市场效益。但是我们意识到您在设计包装时有许多因数需要考虑，所以我们允许标识放置在包装上的任何位置。与包装袋上其它图像的距离也没有限制。

第六：未经书面允许，不得更改标识。

“全谷物标识”的市场价值来自于对品牌的可识别性。未经**预先书面批准**，不得对“标识”的外观（包括图像、颜色、长宽比例、文字和字体）做任何形式的修改。如果您有什么疑问或特殊情况需要与我们讨论，请与我们联系。只要不影响“标识”的整体性，我们也偶尔允许对“标识”的颜色做很小的变动，比如说，这种变动让消费者不太容易辨认出来。

图像提示

设计者与印刷者也许想知道以下一些具体细节：

- 使用SPOT格式时，金色是PMS 130。
- 使用4C格式时，金色是0%C 27%M 100%Y 0%K。
- 所有字体已变成矢量字体。
- “标识”是用Illustrator CS2软件建立的，可以用CS软件以及其它任何现行的图形软件打开。如果您仍在使用旧版软件或不同类型的图形软件，我们将尽最大努力建立一个可以在您的软件中打开的EPS文件。

→ 向“全谷物理事会”注册每个产品

第一：向“全谷物理事会”一次性地申请“标识合同书”。

“标识合同书”是一次性的，所有公司在其产品上正式使用“全谷物标识”之前都必须签署此合同书。简单来说，该合同书认可您作为“全谷物理事会”的正常会员，授权使用“全谷物标识”；您同意遵守理事会的各项章程和“全谷物标识”使用指南，并理解该标识项目只是一个民间的、工业界的努力而不是任何国家政府的官方项目。一旦我们收到您第一年的会员费，我们将即刻把合同书寄给您签署。

第二：对每个将要采用“全谷物标识”的产品逐个申请注册。

“全谷物理事会”对每个允许使用“全谷物标识”的产品都有备案。在您正式将贴有“全谷物标识”的产品投放市场之前，您必须填写一页纸的产品注册表，报告产品的有关信息。

A. 哪里能找到“产品注册表”？

我们的产品注册表可在网上下载。这里介绍如何获取这个表格：

1. 登上WholeGrainsCouncil.org网站，在右上角点击For Members（会员）。
2. 利用左边的菜单，用您公司的username（用户名）和password（密码）登陆。
3. 点击**Register a Product**（注册产品）按钮。

如果您在进行在线注册过程中遇到技术上的难题，请电邮Kara Berrini (kberrini@oldwayspt.org)或给她打电话 (1-617-896-4880)，我们会为您服务。

B. “产品注册表”上有什么内容？

“产品注册表”要求您对产品提供识别信息，但不要求提供产品配方或其它不能公开的保密信息。您在成为会员之前也许想了解“产品注册表”中的内容，现将它们列举如下，您也可以从我们的网站上查到。

“产品注册表”需要以下事实：

产品名称	产品在商店里的名称
商标名称	消费者在标签上看到的商标名称
产品种类	在下拉菜单中（面包、谷类食品、面粉等等）
哪种标识	注明您将使用“基本标识”还是“100%标识”
全谷物重量（克）	每份产品中含有多少克全谷物？
标识上的数字	在该产品的标识上注明多少克全谷物？
每份重量	产品标签上注明的每份产品重量
国家	贴上标识的产品将在哪里销售？
FSIS	该产品含有肉类和家禽类吗？（受美国农业部食品安全与检测中心监管）
时机	我们应该何时在我们网站公布此产品？ 立即？永远不？以后（选定日期）？
餐饮服务	如果您还想将产品列入我们的“餐饮”网页上，您可将产品名称、包装重量、产品统一编号（SKU）填写在此处。
营养信息	将该产品的营养信息表填入
原料	上载或填入该产品的原料成分

为什么我们要问您何时公开您的产品呢？在您愿意公开这些产品之前，我们将永远为您保密。一旦公开，我们将尽力为您服务，帮助您将信息传递给消费者和媒体。

C. 为什么我们必须为每个产品填一个申请表呢？

为每个产品填写一个表格有三个重要理由：

1. 在印刷包装材料之前，您必须确保为该种产品选择了正确的标识。
2. 为了保障标识计划的完整性，我们需要将您的产品信息备案。
3. 我们利用产品清单来促销我们会员的产品。当媒体打电话询问“谁在生产全谷物甜饼干？”或者问“市场上有多少种全谷物意大利面条？”，我们依靠标识产品清单来回答这些问题。我们还将这个清单列举到“全谷物理事会”的网站上，增加对产品的促销机会（除非您告诉我们不要这么做）。

D. 如何知道我们的表格被批准了？

当您的申请表从收到、审批处理、再到批准这一系列过程中，“全谷物理事会”的工作人员将用电子邮件的方式及时通知您。这个过程通常需要1-2个星期。如果您有更紧急的期限，请告诉我们。

→ “全谷物标识”的合法性

确保使用标识的每个产品符合本指南所规定的各种条件是每个公司应尽的职责。关于如何达到本指南的各种要求以及决定是否可以在某个国家对他们的产品和公司使用“全谷物标识”，我们建议这些公司去咨询他们自己的法律顾问。

“全谷物标识”是一个民间的、自行管理的工业界项目，它不是任何国家政府的官方项目。使用这个标识要自行承担风险，确保包装上的所有内容符合有关的政府法规是每个公司自己的职责。

→ 疑问

如果您对合理执行“全谷物标识”有任何疑问，请与Cynthia Harriman联系（电话：1-617-896-4820；电子邮件：cynthia@oldwayspt.org）。

非常感谢您的合作，使该项目成为对消费者和贵公司的一个双赢计划，也衷心感谢您协助向全球倡导全谷物食品 and 更健康生活所做的努力。