



添加糖警示新规：连锁餐厅须知

纽约市 (NYC) 议会现已设立新规，要求连锁餐厅必须在菜单上对特定高添加糖含量食品，旁贴警告图示，并旁注摄入大量添加糖所能导致健康风险的警告说明。纽约市卫生局正在向连锁餐厅普及宣讲如何遵守此项法规，并自 2025 年 10 月 4 日起，可能对违规行为发出传票，并处以 200 美元的罚款。

新规要求有哪些？

这项新规要求连锁餐厅必须做到以下几点：

- 必须在菜单（包括印刷版、电子版和在线菜单）、菜单展示板和食品牌上，对添加糖含量达到或超过 50 克的预包装食品（即带有“营养成分”标签的食品），以及与此类添加糖含量达到或超过 50 克的预包装食品相同的食品，都旁注或旁贴**警告图示**。上述食品包括组合套餐。
- 在购餐处、菜单、菜单展示板和自助食品区中张贴添加糖**警告说明**。说明须明确解释：带有警告图示的食品中含有等于或超过每日建议摄入量的添加糖，以及摄入过多的添加糖会造成健康隐患。

为何要提醒纽约市民警惕高添加糖食品？

美国普通成年人每天从添加糖中摄入的热量，占其日均摄入总热量的比例超过 13%（约 68 克或 270 卡路里）。《[2020-2025 年美国人膳食指南](#)》(2020-2025 Dietary Guidelines for Americans)¹ 建议人们每日摄入的添加糖量应低于 50 克（或以每日饮食总摄入 2,000 卡路里为基准计算，应不超过总热量的 10%）。长期大量摄入添加糖，可能增加罹患 2 型糖尿病、体重增加和蛀牙的风险。

这项规定适用于我的企业吗？

这项规定适用于所有参与餐厅评级计划、需要纽约市卫生局发放许可证并属于连锁品牌的食品服务机构。“连锁”指在美国拥有 15 家或 15 家以上分店、以相同名称经营并提供相同或几乎相同食品的任何机构。这项规定不适用于流动食品贩售车。

¹ https://www.dietaryguidelines.gov/sites/default/files/2020-12/Dietary_Guidelines_for_Americans_2020-2025.pdf

与预包装食品相同的食品指什么？

连锁餐厅供应的某些食品，既可以通过带预包装并带有“营养成分”标签的形式（例如罐装汽水）销售，也可以通过无预包装形式（如自助饮料机中的汽水）销售。预包装形式的食品可能只在零售环境中销售，也可能同时在零售环境和食品服务机构中销售。

如果某种食品使用同一品牌名称、以预包装和无预包装两种形式均有销售，且各自形式下都作为实质上相同的食品而促销、做广告或展示，则这两种形式的食品即被视为相同。

如果连锁餐厅提供的无预包装相同食品与其他设施提供的预包装食品份量不同，该怎么办？我怎么知道餐厅所供食品的添加糖含量是否达到或超过 50 克？

可使用“营养成分”标签，来判断连锁餐厅销售的无预包装食品中含有多少添加糖。

举例：一瓶 20 盎司的汽水含有 65 克添加糖，而您为顾客端上了一杯 16 盎司的同款汽水。

步骤：

1. 计算预包装食品的每盎司添加糖含量：将食品所含的添加糖克数除以总盎司数，得出每盎司食品所含的添加糖克数。

举例：65 克添加糖除以 20 盎司，等于每盎司添加糖含量 3.25 克。

2. 将每盎司所含的添加糖克数，乘以无预包装相同食品的盎司数。

举例：每盎司添加糖含量 3.25 克乘以 16 盎司，等于添加糖总量 52 克。

结论：该食品需要贴上警告图示。

如果您无法计算某种可能与预包装食品相同的食品中含有多少添加糖，可电邮 sugar@health.nyc.gov 求助。

可从哪里获得添加糖警告图示？

右侧这一图标是必须旁注在菜单、菜单展示板和食品牌上的图示。如需下载该图标，请访问 nyc.gov/health/added-sugar。



我可以自行设计添加糖警告图示吗？

不可以，您不能自行设计图示。您必须使用纽约市卫生局提供的图示。

警告图示尺寸应该多大？

警告图示必须始终长度与高度相等。切勿对图示形状进行任何拉伸或缩小调整。图示的高度还必须与食品名出现在菜单、菜单展示板或食品牌上时使用的最大字体相当。

警告图标必须展示在什么位置？

警告图示必须直接贴附在菜单、菜单展示板或食品牌上任何含有 50 克或 50 克以上添加糖的预包装食品或与其相同食品（包括组合套餐、短供食品和可更换食品）的旁边。

“菜单”和“菜单展示板”：

- 包括用于自助点餐或通过食品服务机构在线菜单点餐的在线菜单
- 二者定义等同于钠含量警告规则中的定义——请访问 on.nyc.gov/article-81-health-code 查阅《纽约市卫生法规》第 81.49 节

如果您难以达到这一要求，纽约市卫生局可以考虑根据您的请求进行修改。如需提出修改申请，请发送电子邮件至 sugar@health.nyc.gov。

什么是警告说明？

这一警告说明内容如下：

警告： 表示该食品中的添加糖含量等于或超过基于每日餐饮 2,000 卡路里而建议的添加糖日摄入总量上限（50 克）。长期大量食用或饮用添加糖可能增加罹患 2 型糖尿病、体重增加和蛀牙的风险。

警告说明必须展示在什么位置？

警告说明必须贴附在购餐处、菜单、菜单展示板和自助食品区中的醒目位置。

菜单每一页上都必须附注警告说明吗？

不必每页附注，但警告说明必须附注在菜单中的醒目位置。将警告说明附注在菜单中出现添加糖警告图示的同一页面上，是符合要求的做法之一。

我需要在包含多种食物的餐点（如组合套餐）旁贴附警告图示吗？

如果组合套餐所包含的预包装食品或相同食品含有总量达到或超过 50 克的添加糖，就必须在菜单、菜单展示板或自助食品区旁边贴附警告图示。例如，如果一组套餐包括一杯含有 20 克添加糖的汽水和一份含有 35 克添加糖的预包装食品，那么这组套餐就总计含有添加糖 55 克，因此必须在餐名旁贴附警告图示。

我需要在按需定制或配备不同配料或浇头的食品旁边贴上警告图示吗？

任何形式的食品，只要添加糖含量达到或超过 50 克，您就必须在该食品出现在菜单或菜单展示板上时，在其名称旁贴附警告图示。

我的连锁餐厅不提供任何含有 50 克或 50 克以上添加糖的预包装食品或与预包装食品相同的食品。我还需要张贴警告说明吗？

不需要，在这种情况下，您不需要张贴警告说明。

我需要在含有多份餐量的预包装食品或相同食品旁贴附警告图示吗？

有些预包装食品或相同食品内含多份餐量，适合多人一起享用。例如，一桶冰淇淋，或者一只可切成多份的蛋糕或派饼。对于这些食品：

- 如果单份的添加糖含量少于 50 克，则即使所有份量加在一起所含的添加糖总量达到或超过 50 克，您也无需在菜单或菜单展示板上的该食品名旁贴上警告图示。
- 如果每份的添加糖含量达到或超过 50 克，则您必须在菜单或菜单展示板上的该食品名旁贴上警告图示。

图示可以贴在整份食品名旁边，也可以贴在单份（例如一块）食品名旁边，取决于该食品在菜单或菜单展示板上的展示方式。供一人食用的食品不属于多份。

这项规则是否适用于促销食品或短期供应食品？

是的，这项规则适用于所有添加糖含量达到或超过 50 克的预包装食品或与其相同的食品，即便这些食品只在短时间内供应。

如果我新增或更换了某个食品，并且该食品符合添加糖警告标准，我需要在多快的时间内，贴附警告图示和警告说明？

您必须在开始供应任何添加糖含量达到或超过 50 克的预包装食品或相同食品时，就贴附好警告图示和警告说明。

纽约市卫生局可以对我的菜单或菜单展示板设计图进行审核吗？

可以，纽约市卫生局欢迎您将审核菜单或菜单展示板设计图的申请，以电子邮件发送至 sugar@health.nyc.gov。纽约市卫生局将尽快对您提交的菜单或菜单展示板设计提出反馈意见。

还有哪些我可以查阅的资源？

2022 年的《第 33 号地方法》（可在 bit.ly/nyc-ll33-2022 查阅）规定，纽约市的连锁餐厅必须为预包装食品贴上添加糖警告图示和警告说明。

2023 年的《第 150 号地方法》（可在 bit.ly/nyc-ll150-2023 查阅）规定，纽约市的连锁餐厅还必须为与预包装食品相同的无预包装食品贴上添加糖警告图示和警告说明。

第 39 章（可在 nyc.gov/health/healthcode 查阅）是纽约市卫生局为实施这些地方法规而制定的条例。

如需详细信息，并阅读本指南的其他语言版本以及《纽约市卫生法》关于添加糖警的新规定，请访问 nyc.gov/health/addedssugar。如就添加糖警示事宜有问题需要咨询，请发送电子邮件至 sugar@health.nyc.gov，或致电 311。