

上海出台预制菜团体标准 感官要求复原率应超七成

盲测显示：炖、煮、卤菜复原度好

“帝王蟹也能做预制菜？还原度还不错，这倒是有点突破认知了。”两份百叶包的外形看不出什么区别，尝一尝还是有不同的。”日前，在上海市食品安全工作联合会、上海市食品协会和上海商情信息中心共同组织的2023年预制菜复原率专家测评会上，36组市售预制菜和现场烹饪菜同场竞技，专家组一盲品后，从色香味形等方面进行综合评分，测试出这些预制菜的复原率。

首批36款菜受测

什么是预制菜的复原率？为什么要进行测试？记者注意到，由市食安联组织有关单位制定的团体标准《预制菜》《预制菜生产加工卫生规范》已在今年10月5日起实施，而“复原率”就是标准中的创新概念。昨天下午，市食安联正式发布并解读两份预制菜团体标准，预制菜专委会同日揭牌成立。发布会上，根据专家测评结果，主办方也向社会推出一份“预制菜臻味榜单”。

根据艾媒咨询报告，消费者认为预制菜行业需要改进的问题中，排在前三位的是口味复原程度(61.8%)、食品安全问题(47.8%)、种类多样化发展(47.2%)。

市食安联首席专家顾振华表示，复原率是企业研发产品中的一项指标，如今被越

来越多的预制菜企业拿来描述预制菜口感与现制堂吃菜肴的相似度。为了回应消费者提出的“预制菜好不好吃”问题，团体标准首次提出“复原率”概念，在感官要求方面提出“复原率超过70%”的推荐标准。而此次专家测评会的举办，也是为了回应消费者关心的问题。

具体来说，《预制菜》团体标准将“复原率”定义为“按预制菜标签标注的方法熟制或加工后，其口感、质地、味道、色泽等感官特性综合评分与现制该产品感官特性综合评分的比值百分率”，同时还写明复原率的检验方法，对预制菜样品、现制样品、制样时间、人员要求、检验要求等均有明确。

在测评会现场，预制菜复原率测评采用成对比较的双盲方法，即一份现制菜、一份预制菜，同步出锅盲测。此次受测的有36道菜肴，来自19家企业，均在上海市场购买，五位专家则来自烹饪、研发、食品安全等多个领域。从盲测情况看，有些菜品从感官上几乎达到“拷贝不走样”，比如老鸭扁尖汤、萝卜羊肉汤、香辣烤鱼、红烧肉等等。但也有些菜肴区别较明显，比如红虾泰香卷、日式炸猪排、松鼠鳜鱼等。

中国烹饪大师沈巍点评指出，一些预制菜重新加热加工后，出现脱形、脱色的情况，

复原度不高。“不是所有菜品都适合做预制菜，现在看来，以炖、煮、卤为主要烹饪方式的菜肴，做成预制菜后的复原情况较好。而采用爆炒、凉拌等方式做的菜，在色香味形等各方面都明显打折扣。”

根据专家组综合测评，龙门大厨红虾蔬菜饼、清美菠萝糖醋里脊、好得睐私房红烧肉等获得金奖，其复原率在85%以上；麦甄选金耳椰子鸡、泰森十翅一桶焦糖蜂蜜风味鸡翅等获得银奖，复原率在75%以上。

为产业提供标准支持

今年以来，社会上讨论预制菜很热烈。一方面，国家层面大力扶持，今年中央一号文件首次写入预制菜产业，另一方面，消费者对“预制菜进校园”“餐厅普遍使用预制菜”表现出一定顾虑，预制菜产业在蓬勃发展的过程中遭遇“信任危机”。

“预制菜在产品标准化、质量控制和品牌建设方面均有较大的提升空间。”顾振华表示，预制菜产业发展标准化、规范化的需求愈发凸显，也相应呼唤政策端加强。前期调研中发现，消费者对预制菜的诟病主要体现在标准缺失、食品安全风险、营养流失、口味不佳。

针对以上问题，上海快速跟进。1月，市

市场监管局发布《上海市预制菜生产许可审查方案》，探索规范预制菜食品安全。10月《预制菜》《预制菜生产加工卫生规范》这两个团体标准实施。顾振华表示，虽然还没有以预制菜命名的国家强制标准，但各个细分领域的国家标准都能覆盖到预制菜。上海出台的两份团体标准，就是将现有国家标准进行系统梳理，帮助消费者增进对预制菜的了解。

“预制菜不是新品类，而是新概念，团体标准将以往符合这个概念的食品‘装进去’，对各小类中预制菜的含义进行了明确。同时根据不同的分类，梳理汇总了相应的食品安全标准，为生产企业提供更明确的更规范的要求。”

此外，顾振华指出，预制菜不应走入两个极端，即“预制菜不应该存在”和“未来预制菜会替代所有菜”。他认为，预制菜不是万能的，也不是所有菜肴都能做成预制菜，未来预制菜必然会与现制现售的菜肴形成两条通道。“对于工业化生产、连锁经营的店铺，预制菜部分替代传统烹饪也是大趋势。优质的预制菜，并不比现制菜质量差，但关键是清晰统一的标准、行业规范要建立起来，才能促进餐饮市场健康发展。”

本报记者 张钰莹

浦东新区人民医院一周收11名一氧化碳中毒患者！

吃着火锅唱着歌 小心中中招！

第 医 线

好在送医及时

12月26日中午，浦东新区人民医院急诊抢救室里送来一氧化碳中毒患者朱女士。家属描述，她对“围炉煮茶”情有独钟，家里也添置了设备。出事的时候，朱女士和丈夫在家用炭火“围炉煮茶”，因天气寒冷，两人紧闭门窗，丈夫不久便回书房工作。等忙完返回炉边，却发现妻子已昏迷倒地，他赶紧开窗通风，并拨打急救电话，将妻子送至医院。好在送医及时，朱女士转危为安。

浦东新区人民医院急诊与重症医学科蔡波医生介绍，此次寒潮来袭后，一氧化碳中毒也进入高发期，好在送来的患者相对症状较轻，还没有出现特别严重的病例。

蔡波医生回忆，有对母女也是围炉煮茶中毒后送来的，母亲41岁，女儿19岁，“来的时候就说自己头晕，犯恶心，也知道自己应该是烧炭中毒”。好在经过高流量吸氧，两人已无大碍。蔡波告诉记者，送来救治的一氧化碳中毒患者中，还有不少是根本不知道自己发生了啥情况，有个患者说：“医生，我就在家吃了个火锅，怎么就中毒了呢？”

谨防后遗症

凡属含碳的燃料，在缺氧而不能充分燃烧时，都会产生无色无味的一氧化碳气体，难以被人察觉。市民使用炭火取暖时，若通风不良，大量一氧化碳积聚密闭空间，极易引发中毒，因此被称为“隐形的杀手”。

蔡波介绍，一旦这个“杀手”侵入身体，就会悄悄逼走体内氧气，让细胞窒息。开始时，患者可能只感到轻微头痛、眩晕，就像喝了点酒。但随着时间推移，症状会越来越重，脸会变得潮红，嘴唇像樱桃一样红，思维变得模糊，甚至可能陷入昏迷、抽搐，直到生命受到威胁。“一氧化碳中毒，会导致严重后遗症，造

刚刚过去的一周，是上海气温最低的一周。寒冬腊月里，亲朋好友或吃着火锅唱着歌，或围着炭炉煮个茶，颇为轻松惬意。但放松的同时，一不小心就可能被“隐形杀手”一氧化碳给盯上，酿成不良后果。浦东新区人民医院短短一周就接诊了11名一氧化碳中毒患者，多半与围炉煮茶、吃火锅烧烤、烧炭取暖有关。



■ 一批患者接受高压氧治疗

采访对象 提供

成心肌损害和大脑不可逆损伤。氧疗是治疗一氧化碳中毒最有效的方法。”蔡波介绍，一旦发现中毒，患者要尽早就医，轻度中毒者可给予鼻导管吸入高浓度氧气；若中重度中毒，需采取高压氧治疗，防止一氧化碳迟发性脑病及各种并发症。这是由于一氧化碳中毒患者经过抢救表现正常或接近正常后，部分病人还可能出现反应迟钝、肢体僵硬等迟发性脑病的症状。所以，建议一氧化碳中毒不管是重度、中度或轻度，都应尽快进行高压氧治疗，可明显降低这些症状的发生率。

保持警惕性

近段时间，全国各地已发生了多起一氧化碳中毒事件。12月22日，河南省安阳县一家餐馆内，6人在吃火锅过程中，3人不幸身亡，另外3人被送医。当地镇政府工作人员称，经初步了解，几人系一氧化碳中毒。12月16日，山西省太原市小店区南畔社区，一自建出租房发生一起一氧化碳中毒事故，造成29人受伤。11月25日，杭州市钱塘区下沙街道一房屋内，4人因一氧化碳中毒，造成2死2伤的家庭悲剧。

预防一氧化碳中毒，除了围炉煮茶、火锅烧烤、烧炭取暖的场景外，紧闭门窗用燃气做饭、驻车车窗吹空调等也是这个“隐形杀手”喜欢光顾的场景。建议市民不要在密闭的室内吃炭火锅、点炭火盆。开车的人也尽量不要躺在门窗紧闭、开着空调的汽车内长时间睡觉。热水器应该与浴室分开，使用燃气热水器时，浴室及热水器所在的房间都要保持通风。洗浴时间不宜过长，更不要多人连续洗澡。

那么，如何防范这个“隐形的杀手”呢？蔡波医生提醒，要时刻保持警惕，特别是在可能产生一氧化碳的环境中，如果身体感到不适，要立即离开现场。其次，要定期检查家里的燃气设备，确保它们正常运行，不会泄漏一氧化碳。

一旦出现头晕、头痛、全身无力、反应迟钝、恶心、呕吐等症状，应赶紧打开门窗通风，设法将患者搬运到室外通风处，注意保暖，取侧卧位保持呼吸道通畅，以防止呕吐物致窒息，并及时拨打120，及早接受高压氧治疗和内科综合治疗。

本报记者 左妍



今日论语

严禁随意扩大范围、严禁强制学生参加、严禁增加学生课业负担、严禁以课后服务名义乱收费、严禁不符合条件的机构和人员进校提供课后服务。教育部等四部门日前联合印发了《关于进一步规范义务教育课后服务有关工作的通知》，明确提出五个“严禁”，进一步规范义务教育课后服务工作，提高课后服务水平和质量。

“双减”政策实施两年多来，课后服务工作取得积极进展，一些学校课后服务中出现的航天课程、人工智能、机器人编程等，受到了学生们的普遍欢迎。然而，个别地方和学校随意扩大课后服务范围，有的学校强制学生参加课后服务，在课后服务活动中组织刷题备考、讲授新课、集体补课，增加了学生课业负担，这些不规范行为违背了“双减”政策初衷。

义务教育阶段学校的课后服务，是独特的专门育人服务。此次，教育部等部门提出五个“严禁”，为课后服务划定明确的底线，有利于进一步提高课后服务质量。让课后服务的活动更丰富，学校可以充分利用校外资源，按照有关规定有序引进具有资质、符合条件的社会组织和专业人员参与课后服务，像虹口区在全市创新推出中小学课后教育路演活动，为学校方便地选择和引进课后服务，起到拾遗补缺、合作共享的作用。

课后服务既要充分凝聚社会“大课堂”的资源合力，也要让家长参与其中，增进家长和学校之间的共识，建立起一座家校合作的桥梁。学校可以定期进行课后服务的满意度问卷调查，及时优化和调整服务内容，了解学生和家長对课后服务教学内容和活动安排的满意度。

义务教育课后服务由“有”转“优”的转变，将加快实现从“课后服务”向“课后育人”提升，使学生和家長有更多的获得感和幸福感。

提升「课后育人」功能

方翔