



2010



避免转基因食品指南

和“嘴”有关的，都不是小事！

什么是转基因？简单说，转基因是一种打破物种界限的技术，与传统的杂交育种方式截然不同；转基因技术是通过此技术将某个基因从生物中分离出来，再植入另一种完全不同的生物体内。

消费者是否能选择非转基因食品？根据目前的科学研究表明，长期食用转基因食物可能引发过敏反应；还可能影响肝肾功能。国际消费者联合会（包括全球115个国家的250个消费者组织）也强调，“现时没有一个政府或联合国组织会声称转基因食品是完全安全的”。食用转基因食品对于小孩引发敏感的风险最大，根据英国皇家学会（英国最权威的科学家协会）的报告认为，由于婴儿比成人更容易对食品敏感，而且必须长期进食某种食品，令婴儿成为食品安全的高风险群，所以含有转基因成份的婴儿食品“应该接受最严格的审查”。

许多消费者对于哪些食品可能含有转基因成份，始终怀着疑问。由于目前于全世界被广泛种植主要转基因粮食作物，包括转基因大豆、转基因玉米和转基因油菜等。而大豆、玉米及其衍生产品（如大豆磷脂、大豆蛋白、玉米淀粉等）最常被拿来做为食品原料和添加剂之用，也就可能添加在日常接触到的饼干、方便面乃至婴儿奶粉等食品之中，使得含有转基因成份的食品也因此无所不在。

GREENPEACE
绿色和平



2010 避免转基因食品指南



指南中的红、黄、绿色分别代表什么？

绿色名单：明确承诺不使用转基因原料的品牌。

红色名单：没有明确承诺不使用转基因原料，或拒绝回应查询的品牌。

黄色名单：暂时无法明确承诺不使用转基因原料，但已提出改进措施的品牌。

请注意：

1.本指南不包括生鲜食品；

2.本指南不包括经认证的有机食品，经认证的有机食品都不含转基因成分；

本指南只反映截至2010年5月18日各食品商的响应，绿色和平将随时更新指南内容，请浏览本网页查看最新信息，或手机短信发送“好吃更健康”到12114下载彩信版，随身携带健康资讯。（本服务免费，不含通讯费）

婴幼儿食品

绿 色	红 色	红 色
雅士利	纽乐多因子牛初乳	蒙牛阿拉
亨氏	林贝儿	金领冠
美赞臣	森永	光明
圣元	生命阳光	飞鹤
多力	完达山	和光堂
贝因美	金星	施恩
古城	雀巢	安怡
	惠氏	澳优
	雅培	合生元

乳制品

绿 色	红 色	红 色
发喜	优诺	伊利
八喜	哈根达斯	优品嘉人
益力多	雀巢	畅轻
旺仔	维记	大果粒
	和路雪	光明
	蒙牛	DQ
	冠益乳	龙凤
	缔芝士	
	真果粒	

米

绿 色	绿 色	红 色
赖泰	滋采	一只鼎
鲤鱼	五湖	北大荒
香宴	福临门	
新元	农工商	
元宝牌		
香满园		
金元宝		
金龙鱼		
湘苑		

果汁饮料

绿 色	绿 色	绿 色	绿 色	红 色	红 色	红 色
百事可乐	纯果乐	弗雷奶茶	维他饮料	美汁源	汇源	和其正
美年达	实粒派	邦德咖啡	珠江	健康工房	尖叫	优先乳
七喜	甜蜜一族康	果粒多	凯旋	茶研工坊	农夫果园	红牛
都乐	立顿	水果泡泡	可口可乐	雀巢冰爽茶	乐百氏	华旗
果缤纷	美乐多	老翁凉草茶	健怡可乐	怡泉	正广和	露露
草本乐	统一	“哎呦”益纤多	雪碧		津威	呦呦
佳得乐	茶里王	纤饮茶	芬达		杨协成	啤儿茶爽
鲜の每日C	鲜橙多系列	果C果汁	醒目		光明	营养快线
康师傅	雅哈咖啡	饮养速补	酷儿		达利园	王老吉

休闲食品

绿 色	绿 色	绿 色	红 色	红 色	红 色	红 色	红 色	红 色
乐事	好丽友	Maltesers	清嘴	芥末小生	真知棒	金丝猴	拉斐尔	乐天
立体脆	不二家	泡丽可	母亲	徐福记	大大	洽洽	的喀糖	太阳
奇多	江户	果吻	喔喔	奇巧	Sugus	曼妥思	能多益	
吉百利	Bylicar	慕纱	喜之郎CiCi	箭牌	彩虹糖	比巴卜	可比克	
怡口莲	巨浪大切	克粒脆	水晶之恋	绿箭	明治	孚特拉	福娃	
荷氏	德芙	旺旺	喜之郎	白箭	大白兔	珍宝珠	四洲	
魄力	M&M's	相当脆	悠哈	黄箭	牛奶棚	阿尔卑斯	卡乐B	
天宝	Twix	浪味仙	贝蒂妙厨	益达	金帝	健达	农心	
维果C	士力架	黑白配	妙脆角	劲浪	津威	蒙雪丽	龙凤	
波乐MAX	旺仔							



指南中的红、黄、绿色分别代表什么？

绿色名单：明确承诺不使用转基因原料的品牌。

红色名单：没有明确承诺不使用转基因原料，或拒绝回应查询的品牌。

黄色名单：暂时无法明确承诺不使用转基因原料，但已提出改进措施的品牌。

请注意：

1.本指南不包括生鲜食品；

2.本指南不包括经认证的有机食品，经认证的有机食品都不含转基因成分；

本指南只反映截至2010年5月18日各食品商的响应，绿色和平将随时更新指南内容，请浏览本会网页查看最新信息，或手机短信发送“好吃更健康”到12114下载彩信版，随身携带健康资讯。（本服务免费，不含通讯费）

方便食品

绿 色	绿 色	红 色	红 色
白象	巧面馆	日冷	辣白菜
优麦良品	好劲道	绿巨人	银鹭
康师傅	来一桶	湾仔码头	龙凤
福满多	小浣熊	维邦	五谷道场
福香脆	小当家	品食乐	双汇
合味道	小城故事牌	梅林	思念
出前一丁	滇香园牌	今麦郎	金燕
日清		农心	
统一100		辛拉面	

冲调品

绿 色	红 色	红 色
桂格麦片	冰泉	高乐高
麦斯威尔	摩卡	香飘飘
菓珍	锡兰红茶	
立顿	Big G	
多力	Old EL Paso	
	蛋奶星星	
	美禄	
	雀巢	
	维维	

酒类（含白酒、米酒和啤酒）

绿 色	绿 色	绿 色	绿 色	绿 色	红 色	红 色	红 色	红 色
朝日	白金龙	百威	绵竹大曲	咸亨	蓝带	过江龙	金枫	黄中皇
北京	金龙	雪堡	象都皇	会稽山	青岛	稻花香	和酒	鼓山
雪花	普龙	哈尔滨	大盈江		口子窖	孔府家	惠泽龙	
嘉士伯	龙啤	燕京	米思露		口子酒	鹤峰牌	白蒲	
三得利	威乐	金威	青甸湖		五粮液	红荔牌红米酒	沙洲优黄	
虎牌	雪津	泸州	东方冠		五粮春	远航九江米酒	马祖福	
力波	生力	国窖	大越贵		茅台	砂仁米酒	状元红	
喜力	贝克	泸州老酒坊	帝塔		杜康	女儿红	绍村	
生龙	珠江	剑南春	大越		衡水老白干	石库门	沉缸	

饼干糕点

绿 色	绿 色	绿 色	绿 色	红 色	红 色
蓝罐	鬼脸嘟嘟	蛋酥卷	多乐之日	徐福记	味多美
丹麦屋	乐之	蛋黄也酥酥	元朗	蔡澜	小熊饼
御林军	趣多多	百力滋	元朗欢乐	嘉顿	十月初五
哥本哈根	太平梳打	百奇		欣欣杯	
美人鱼	咸酥甜酥夹心	百醇	黄 色	冠生园	
丹之后	康师傅	百多百	上好佳	达利园	
好丽友	五谷珍宝	可珑		好吃点	
奥利奥	乐芙球	星奇		积士佳	
富丽	彩迪卷	菜园小饼		面包新语	

调味品

绿 色	红 色	红 色	红 色	红 色
珠江桥	凤球唛	魔厨高汤	俊仁牌	丘比酱
俞龙	威顺	天添鲜	老干爹	太太乐
卡夫奇妙酱	陶华碧	悠浓	银座咖喱	龙凤
淘大	老干妈	美极	海天	味全
亨氏	阳帆	李锦记	冠生园	美味鲜
	辣得劲	蔡澜	一只鼎	王守义
	大桥	家乐	佛手	阿香婆
	红碗	老蔡	味极鲜	思念
	味之素	四季宝	金标	