



“全谷物标识”使用指南

(适用于除美国和加拿大两国以外的国家和地区)

本指南列出了使用“全谷物标识”需遵守的规则，我们要大家全力合作，共同实现下列目标：

- 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

在每个会员签署的“标识合同书”中已明确说明，如果有会员不遵守这些规则，那么该公司的“全谷物理事会”会员身份和“全谷物标识”使用权都会被取消。

→ 确定哪些产品可以使用该标识

第一步：计算一份食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站上公布出来 (<http://wholegrainscouncil.org/definition-whole-grain>)，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，热处理），那么食品必须能提供跟原来谷物种子同样丰富和平衡的各种营养成分。这个定义表明原料必须含有原谷物颗粒中100% 组成部分，也就是要含有全部的麸皮、胚芽、胚乳，才能合格成为全谷物原料。

下面列举了一些已被普遍接受的全谷物食品 and 全谷物粉，全部的麸皮、胚芽和胚乳都被食用。

苋籽 (Amaranth)	大麦
荞麦	玉米 (包括爆米花型玉米粒和全玉米粉)
爱默小麦 (Emmer)	法罗小麦 (Farro)
Kamut® 小麦	小米
燕麦片 and 全谷物燕麦粉	藜麦 (Quinoa)
糙米 and 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，但是计算方法可能不一样，下面会具体讲述。

B. 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）的重量是以干态计算的。

请注意：如果使用即食类全谷物、浸泡过的全谷物、湿的发芽全谷物，那么必须扣除额外水分重量，才能得到相应的干态谷物重量。

B1. 基本计算公式：

全谷物原料的总重量（克） ÷ 产品的总份数 = 克/份

例子：一个食品配方用 130g 全麦粉和 50g 燕麦，成品含有 10 份。每一份该食品中应含有 18g 全谷物原料。

$$130\text{g} + 50\text{g} = 180\text{g} \text{ 全谷物原料的总重量}$$

$$180\text{g} \div 10 \text{ 份} = 18\text{g} \text{ 全谷物/份}$$

B2. 另一种计算方法，需要使用百分比和水分损失数据

1) 计算出同批生产所用的全谷物原料的总重量

例子：100 磅全麦面粉 + 25 磅全裸麦面粉 + 10 磅燕麦粒 = 135 磅

2) 记录面团蒸煮或者烘焙前的重量

例子：面团总重量 300 磅，包括所有湿料和干料。

3) 水分损失后的成品重量

例子：15%水分损失后的成品重量是 255 磅

4) 算出成品中全谷物的百分含量

例子：135 磅全谷物原料总重量 ÷ 255 磅成品重量 = 53% 全谷物百分含量

5) 算出每份成品中全谷物的重量

例子：假设每份成品的重量是 33 g，那么 $33 \times 53\% = 17.49 \text{ g}$ ，这个产品可以使用 17g 全谷物标识。

C. 什么是一份食品？确定一份食品的重量，并清楚标出。

确定一份食品的重量。

有两种方法用来确定一份食品的重量：

- 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 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。但是一定要将它清楚标出，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	55 g	
面包圈	110 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	40 g	
早餐谷物 (冷)：什锦燕麦片 (granola)、脆饼	60 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 (轻柔)：海绵蛋糕，戚风蛋糕，无糖霜	55 g	
蛋糕：多数蛋糕	80 g	
蛋糕 (厚实)：水果蛋糕，果仁蛋糕，奶酪蛋糕	125 g	
甜饼干	30 g	
咸苏打饼干 (作点心)	30 g	
面包干 (脆面包片、黑麦脆面包片、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	

允许使用最小单位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 aclement@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)。

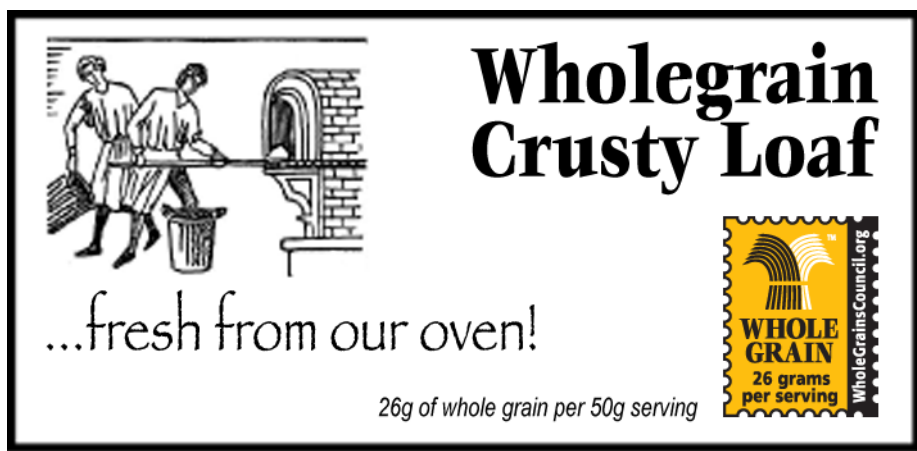
因此，如果您的标识上使用每 100g 产品中含有多少克全谷物，那么 100g 苏打饼干中含有 8g 全谷物原料则不能达到要求。100g 产品中至少含有 27g 全谷物原料才可以有资格使用全谷物标识。

清楚标出一份食品的重量。一旦您确定了一份食品的重量，要保证消费者对此一目了然。如果您的食品标签还包含每份食品的营养信息，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食品的重量，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）即可作为一份食品的重量，将它用于“全谷物标识”的数据计算。

典型数据	每 100g	每片(23.8g)
热量, 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。



第二步：确认您的会员资格是否可以包括此种食品。

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是食品。这包括两大类食品：

1. 那些完全在您的控制下生产的食品

- A. 您公司生产的食品，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资格也包括这些分公司。
- C. 您公司为客户生产并包装的、打着客户名称的私家品牌食品。

2. 那些在您的部分控制下生产的食品

- D. 由您公司加工但由另外一家公司包装的食品，比如由客户重新包装的散装食品，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）即可完成的食品。

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全谷物产品上，您要对此差错负责。**未经许可擅自使用“全谷物标识”图像将会导致您公司的会员身份被取消。**

请注意：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。但是对于您的客户用这些全谷物粉和全谷物生产出的食品，您却不能传递“全谷物标识”使用权，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名字加入“全谷物理事会”！

第三步：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，如果某一食品的大多数原料（在重量上达到或超过总重量的 50%）不是全谷物，那在该食品上标上“全谷物”或“全谷物粉”字样会被认为是误导行为。在另外一些国家，谷物原料至少 50% 应是全谷物，或者根据食品种类有不同百分数（%）的要求。

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，因此只要每份产品中含有至少 8g 的全谷物，“全谷物理事会”就可对该产品授予“全谷物标识”，而不要求产品在重量上至少 50% 是全谷物原料。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含量。因为“全谷物标识”只是关注全谷物的总重量，您也许可以将所有全谷物原料的百分含量分别注明，这样一切将更加清晰、透明。

例如，在上面的“全谷物脆壳面包”（Wholegrain Crusty Loaf）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

第一步：确定使用哪种标识图：100%、50%+、基本



100% 标识
所有谷物都是全谷物
每份不少于 16 克全谷物

50%+ 标识
允许含有一些精制加工谷物
至少一半的谷物是全谷物
每份不少于 8 克全谷物

基本 标识
允许含有一些精制加工谷物
不到一半的谷物是全谷物
每份不少于 8 克全谷物

A. 每种标识适用于哪些食品？

每份含有不少于 8g 全谷物原料的食品可以有资格使用“全谷物标识”。正如上面所述：

100%标识

能够使用“100%标识”和“100%”横幅的食品要符合这样两个条件：（a）食品中所有谷物都是全谷物，（b）每份食品含有不少于 16g 全谷物原料。

50%+标识

能够使用“50%+标识”和“50%+”横幅的食品要符合这样两个条件：（a）食品中至少一半的谷物都是全谷物，（b）每份食品含有不少于 8g 全谷物原料。

基本标识

能够使用“基本标识”的食品要符合这样两个条件：（a）食品中不到一半的谷物是全谷物，（b）每份食品含有不少于 8g 全谷物原料。

如果您不能确定该用哪种标识，请先申请“基本标识”，我们在评定过程中会给合格的食品相应地升级，给予“50%+标识”或“100%标识”。

请注意：在某些国家（比如加拿大），只有当所有原料都是全谷物时，您才可以称该食品是“100%全谷物”。仅仅是所有谷物是全谷物，还是不够格的。如果您无法确定，我们建议您调查本国的实情。如果您使用“100%标识”，您也可以考虑在包装上加上“量化原料声明”（如前页所述），确保将信息清晰地传递给消费者。

B. 什么食品有资格被称为 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”，食品中使用的所有谷物应都是全谷物。

这个定义有两个例外：

1) 在食品“外面”的原料

如果您在烘焙模具内撒了少量的、象征性的玉米淀粉或其它精制淀粉来帮助脱模，或者您在面包或玛芬蛋糕上撒上少许的麸皮，给它们增加一些手工感，这些食品仍然有资格称为 100%全谷物。但

是如果您为了提高纤维含量而在配方中增加了麸皮，那么您的产品将不再有资格称为 100%全谷物（虽然它仍然是很棒的健康食品！）。

2) 谷朊粉

因为全谷烘焙食品经常需要添加谷朊粉使之体积充分膨发，“全谷物理事会”将那些添加了少量谷朊粉的食品仍然称为“100%全谷物”。如果谷朊粉的含量超过谷物总量的 3%，那么该食品不能使用“100%标识”。

我们会对每个食品具体评估，来确认额外添加的谷物淀粉、麸皮、胚芽、谷朊粉是否是“少量的、象征性的”。

第二步：确定在“标识”上用什么数字。

您计算出了每份食品中全谷物含量后就可以来选择在“标识”上用什么数字，您是在“第一步”的 B 部分计算出来的。现在举例说明，比方说您的产品是燕麦棒，每份含有 18.7 g 全谷物原料，您可以：

A. 采用实际数字

常规做法是采用您计算得到的数字，在标识上声明“每份不少于 18 g”（请注意我们不允许向上取整数）。我们建议采用最大合格数字，让您的产品在货架上能够突出。

B. 采用较低的数字

因为“标识”上说“不少于 X g”，所以您也可以选一个稍微低些的数字，仍可保证诚实而不误导。我们允许会员采用比实际数字（向下取最靠近的整数）低一点但差距不超过 2 g 的数字，您在下面两种情况下可能会要用到低一点的数字：

- 您的产品是一组同类产品中的一种，它们在配方上只是稍微不同。比方说蔓越莓燕麦棒有 18 g 全谷物，香蕉燕麦棒有 16 g 全谷物，花生酱燕麦棒有 17 g，您可以在这三个产品的“标识”上都采用“不少于 16 g”。
- 您经常对产品配方进行小调整。为应对这些小变化，您可能要在这个产品的“标识”上采用“不少于 16 g”。

您可能还有其它一些跟推销或产品相关的原因而要采用较低的数字，但是您**不能**采用比实际数字高的数字，因为那样就不诚实了。

第三步：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 PDF 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，您将会得到更多的市场营销价值。通过登录您的帐号，选择 **Download Stamp Graphics**（下载标识图像），您就可以找到最流行的“标识”图像版本。我们目前提供英语、英语/法语（用于加拿大地区）、西班牙语、葡萄牙语、阿拉伯语、中文、日文这些语言的“标识”图像。如果您没有看到您想要的“标识”，请与我们联系。

关于图像的几点说明

设计人员和印刷人员可能要了解以下几点：

- 在 SPOT 格式中，金色是 PMS 130。
- 在 4C 格式中，金色是 0% C 27% M 100% Y 0% K。
- 所有字体都已变成矢量字体。
- “标识”是用 Illustrator 软件制作的，当前的其它图像软件也能将它们打开。

如果您有旧版的、或者不同的图像软件，我们会尽最大努力制作一个可以在您的软件中打开的文件。

第四步：为“标识”选择一个合适的大小和位置。

大小呢？“标识”图像是 PDF 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。对标识图像的最小或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。

除了包装材料以外的材料呢？当一个产品得到批准可以使用“全谷物标识”后，这个“标识”就可以跟该产品一起用在任何相关的包装、宣传、广告、网站，或者其它材料上。如果您愿意，我们都会高兴地帮您审阅材料，并给予建议，但是这个不是必须的。

第五步：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。

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。如果您有什么疑问、颜色要求、特别要求，请用英文与 Abby Clement（aclement@oldwayspt.org）联系。

→ 向“全谷物理事会”注册每个产品

第一步：向“全谷物理事会”递交一次性的“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，该合同书认可您成为“全谷物理事会”的良好会员，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。

第二步：对每个将要采用“全谷物标识”的产品申请注册。

“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 Product Registration Form（“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”可从网上下载。这里介绍会员如何获取这个表格：

1. 登上 WholeGrainsCouncil.org 网站，在右上角点击 **For Members**（会员专用）。
2. 用您公司的 **username**（用户名）和 **password**（密码）登陆。
3. 点击左边 My Account（我的账号）下面的 **Register Products for Stamp Use**（注册产品）链接。

如果您在进行在线注册过程中遇到技术上的难题，请电邮 Abby Clement（aclement@oldwayspt.org）或给她打电话（1-617-896-4810），我们会帮助您。

B. “产品注册表”上有何内容？

“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”必须包含以下带*号的信息：

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
UPC 码	产品的 12 位数字 UPC 码（仅数字）
产品类别*	选 1-3 个种类（面包、早餐谷物、面粉等等）
另外类别*	如果适当，选餐饮、不含谷蛋白、发芽过的谷物
营养信息*	上载该产品的营养信息表
原料*	上载或填入该产品的原料清单
哪种标识*	注明您将使用“基本标识”，“50%+标识”，还是“100%标识”
每份重量*	产品标签上注明的每份产品重量
谷物总重量*	每份产品中含有多少克谷物？
全谷物重量*	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？
国家*	贴上标识的产品将在哪里销售？
FSIS*	[仅适用于美国]该产品含有肉类和家禽类吗？（受 FSIS 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）？

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申请表有三个重要理由：

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）。您可在 <http://www.wholegrainscouncil.org/find-whole-grains/stamped-products> 看到这个清单。

D. 如何知道我们的表格被批准了？

在您的申请表从收到、审批、再到批准这一系列过程中，“全谷物理事会”的工作人员都将用电子邮件的方式及时通知您。请一定要仔细阅读通知批准的电子邮件，因为有可能您的产品被批准可以使用不同的标识或克数，与您当初申请的不一樣。**这个过程通常需要 1-2 个星期。**如果您有紧急的期限，请告诉我们，我们会尽力加快批准过程，尽管这种情况很少见。

E. 如果被批准的产品有更新该怎么办？

当以前被批准的产品有变化时，您必须通知全谷物理事会。如果产品名称、商标名称、UPC 码、原料清单有变化，我们可以对原始记录进行更新。但如果这些变化**影响了全谷物重量**，您必须重新申请。

→ “全谷物标识”的法律遵循

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。全谷物理事会不向任何公司或第三方保证过去、现在、将来这些要求是否已经满足。

“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。

→ 终止使用全谷物标识

一旦某个产品被批准使用“全谷物标识”，该产品就会一直拥有这个使用权，前提是该产品的配方一直保持跟当初申请时的一样，而且该公司继续按时缴付会员费，保持良好的“全谷物理事会”会员身份。

如果任何原料或营养表有变化，请联系 Abby Clement (aclement@oldwayspt.org)，向她了解如何更新该产品的信息。

“全谷物标识”是已注册的认证商标，跟任何其它许可协议一样，您只有缴付了许可费才可以使用它，该许可费已经包括在每年的会员费内。如果贵公司没有按时缴付许可费，那贵公司就不再是“全谷物理事会”的良好会员，您的“全谷物标识”使用权也就会立即停止，“全谷物理事会”不会再给您发通知，您不能继续发广告、生产、销售、运输任何含有“全谷物标识”的产品，或者任何其它“标识”使用。如果贵公司因为任何原因没有更新会员资格，贵公司必须签署 **Stamp Use Ended**（“终止标识使用权”）表格，证实所有使用“标识”的活动已经停止。但是不管您是否交上“终止标识使用权”表格，“全谷物理事会”有权取消您的“标识”使用权，命令您停止使用“标识”。另外，如果您已经不是会员但仍继续使用“标识”，那么您必须缴付使用时间所在年份的全部会员费，您可能还要为因违反合同造成的损失负责，包括律师费。

→ 疑问

如果您对合理执行“全谷物标识”有任何疑问，请与 Abby Clement 联系（电子邮件：aclement@oldwayspt.org；电话：1-617-896-4810）。

非常感谢您的合作，让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。

Updated July 2018