

衛生福利部國民健康署 函

11601
臺北市文山區試院路1號轉（張理事長素瓊）

機關地址：10341臺北市大同區塔城街36號
聯絡人及電話：黃莉婷(02)25220741
傳 真：(02)25220768
電子郵件信箱：tin0912@hpa.gov.tw

受文者：台灣保健食品學會

發文日期：中華民國107年3月16日
發文字號：國健社字第1070200333號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：

主旨：有關107年新版每日飲食指南、國民飲食指標、生命期營養建議及食物份量代換表業已公告，請查照周知。

說明：

- 一、鑒於近年來國外陸續發布飲食指引，例如世界衛生組織（WHO）2015年發布「Guideline: Sugars intake for adults and children」、美國農業部（USDA）2016年發布「2015-2020 Dietary Guidelines for Americans」等，爰本署依據最新國際實證，於104-105年研議修訂每日飲食指南、指標，素食飲食指南、指標及一般生命期營養單張，以及食物份量代換表，並增編一般生命期營養手冊、素食飲食之各生命期營養單張及手冊，修訂過程亦經過4場公聽會廣徵意見及多場專家會議討論，嗣於107年3月13日公布。
- 二、上述之文件業置於國民健康署網站/健康主題/健康生活/國民營養/相關出版品(<http://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=170>)及國民健康署肥胖防治網/資源下載/手冊下載/聰明吃(<https://obesity.hpa.gov.tw/TC/downloadList.aspx?pn=1&cid=80>)，歡迎參考及下載。
- 三、另敬請各業者烹調能符合我國每日飲食指南、國民飲食指標



等國人飲食建議基準，減油、減鹽、少糖及選用加碘鹽之原則。

正本：台灣保健食品學會

副本：

署長王英偉

