

复原乳被请出灭菌乳新国标，牛奶该咋选



禁止使用复原乳

新华社发 徐骏 作

据农业农村部消息，自9月16日起，生产灭菌乳，即常温纯牛奶，只能以生乳为唯一原料，禁止使用复原乳。此举被视为灭菌乳最新修订的国家标准，即《食品安全国家标准灭菌乳》(GB 25190-2010)第1号修改单中的最大亮点，意味着消费者平时喝的“纯牛奶”将更加新鲜和纯粹。

面对市场上琳琅满目的牛奶，消费者怎样选择更科学？

“复原乳”是啥，为啥要禁用？

灭菌乳中为何曾添加复原乳？现在为何又要禁用？

中国农业科学院北京畜牧兽医研究所

研究员、奶业创新团队负责人郑楠参与了此次标准修订工作。她介绍，复原乳是指把牛奶干燥成乳粉后，再添加一定的水或牛奶制成的乳液，通俗来说，就是用奶粉勾兑还原的奶。以往在灭菌乳中添加复原乳，主要是为了控制生产成本、应对奶源供应波动。

近年来，我国奶业生产能力强、质量高、价格稳，生鲜乳抽检合格率超99.5%，无需再以复原乳作为替代原料，国内绝大多数乳企已经使用生鲜乳生产灭菌乳。“公司一直使用纯鲜奶作为原料，一方面我们奶源充足稳定；另一方面市场鲜奶质高价低，企业使用复原乳反而会增加成本。”伊利集团高级专家云战友说。

复原乳会完全退出市场吗？记者了解

到，本次修订仅针对灭菌乳，不涉及酸奶、调制乳等乳制品，因此这些产品目前仍可使用复原乳。

怎样才算好牛奶？

业内专家表示，添加复原乳的牛奶，经受了多次热加工，口感风味、营养价值会打折扣，新标准实施后，纯牛奶必须100%以生牛乳为原料加工，确保了牛奶品质的进一步提升。在独立乳业分析师宋亮看来，新规的实施对行业发展有积极意义，标志着中国牛奶进一步走向品质化。

在呼和浩特市腾飞南路一家连锁超市的乳制品区，顾客陶女士表示，现在纯牛奶都是100%生鲜奶生产的，购买时不用再费心查看配料表，更加放心、省心了。但她也犯了难，配料表都一样，哪种纯牛奶更好呢？

郑楠表示，消费者还要看产品包装上的营养成分表。根据《食品安全国家标准灭菌乳》(GB 25190-2010)，全脂纯牛奶在理化指标上要满足蛋白质含量 ≥ 2.9 克/100克、脂肪含量 ≥ 3.1 克/100克的要求。只要是符合国家标准的纯奶，都是合格的产品。

云战友介绍，品质好牛奶的感官品质也是有共性的。一看色泽，品质好的全脂牛奶应呈乳白色或微黄色，有自然光泽；二看状态，应为均匀液体，无凝块、无沉淀、无肉眼可见异物；三品滋味，品质好的牛奶清香、自然、稍甜。

如何选择适合自己的牛奶？

除了纯牛奶，乳制品的种类还有很多。内蒙古自治区食品质量安全检验检测科学研究院副院长刁娟娟介绍，按照市场监管总局于2020年修订公布的生产许可分类目录公

告，乳制品分为液体乳、乳粉、其他乳制品三大类，其中液体乳是消费者日常接触最多的乳制品，液体乳又细分为灭菌乳、巴氏杀菌乳、高温杀菌乳、调制乳和发酵乳5个品种。

其中，灭菌乳就是常温纯牛奶，其保质期达6个月及以上，可常温储存，是所有牛奶品类中销量占比最高的；巴氏杀菌乳是经过巴氏杀菌后的低温鲜牛奶；高温杀菌乳的杀菌温度介于巴氏鲜牛奶和常温纯牛奶之间，需冷藏保存，不过保质期相较于巴氏鲜牛奶更长；调制乳是在牛奶基础上加了其他原料或食品添加剂的奶，比如早餐奶；发酵乳是以生牛(羊)乳、食品工业用浓缩乳、乳粉中的一种或多种为原料，经杀菌、发酵后制成的pH值降低的产品，比如酸奶、酸奶油等。

《中国居民膳食指南(2022)》推荐每天应摄入至少相当于鲜奶300克的奶类及奶制品。不同人群可以根据自身的生理特点、健康状况和营养需求，科学选择适宜的乳制品。

国家乳业技术创新中心营养与健康研究中心执行副主任段素芳建议，青少年阶段优选高钙奶，以支持骨骼与生长发育；孕妇及哺乳期女性宜选择专用孕产妇配方奶粉或全脂高钙奶，以满足孕期及泌乳期较高的能量与矿物质需求；老年人群则可选择高钙奶、高蛋白奶，以及强化维生素矿物质的配方奶粉，以维持骨骼和肌肉健康；乳糖不耐受者可选择舒化奶、酸奶和奶酪等零乳糖或经发酵处理的低乳糖产品，以改善肠道不适；有体重管理需求者可选择低脂或脱脂奶，以及无糖酸奶，以降低能量摄入；无冷藏条件者可选择常温奶或奶粉，以保证产品的安全与品质稳定。

需要注意的是，乳饮料不属于乳制品，其蛋白质含量较低，购买时应仔细区分。

据新华社

我省公布2025年社保缴费基数

下限为4198元，上限为20991元

相关

社保缴费基数调整，你的钱袋子有何变化？

社保缴费基数的调整，直接关系到咱老百姓的“钱袋子”。2024年全省参加企业和机关事业单位社会保险职工个人缴纳社会保险费月缴费基数下限为4113元，上限为20564元。与去年相比，今年缴费基数下限上涨了85元，上限上涨了427元。那么，此次调整会带来哪些变化呢？

多数职工：到手工资变化不大

在省城一家国企担任人事专员的赵女士介绍，自己所在单位大部分员工的工资都在每年社保缴费基数下限和上限之间，“基数调整对我们单位员工到手工资的数额影响不大。”

根据规定，职工实际缴费基数，按照本人上年度应发工资月均值计算，不足下限的按照下限补齐，超过上限的按照上限缴纳。多数参保职工的缴费基数，是依据本人上年度月均工资来确定的，只要工资没有大幅变动，缴费基数通常也不会有大变化。

以职工养老保险为例，个人缴费比例为8%，单位缴费比例为16%。若职工上年度月均工资为5000元，在2024年，个人每月养老保险缴费为5000×8%=400元；到了2025年，若工资不变，个人每月养老保险缴费依旧是400元。医疗保险等其他险种同理，只要职工工资处于缴费基数上下限区间内，此次社保缴费基数调整，对其每月社保缴费金额影响较小，到手工资也就变化不大。

不过，对于部分工资刚好处于调整前后缴费基数临界点的职工，到手工资会有细微变化。例如，某职工上年度月均工资为4120元，2024年需按实际收入缴纳社保，2025年则按新下限4198元缴纳社保。以养老保险为例，2024年个人每月养老保险缴费为4120×8%=329.6元，2025年则为4198×8%=335.84元，每月多缴6.24元。整体来看，影响较为有限。

月确定个人缴费基数上下限，月缴费基数的下限为4198元，上限为20991元。从2025年1月1日起执行。

无雇工个体工商户和灵活就业人员缴纳

企业职工基本养老保险费，可在全省缴纳社会保险基数的60%至300%选择适当的缴费基数，即月缴费基数在4198元至20991元，由缴费人员自主选择申报。

低收入群体：缴费压力略有增加

对于工资收入较低，缴费基数处于下限的职工来说，缴费金额会有所上升。

根据我省相关规定，职工养老保险单位缴费比例为职工上年度月均工资的16%，个人缴费比例为8%；职工医疗保险单位缴费比例为8%，个人缴费比例为2%；失业保险单位缴费比例为0.7%，个人缴费比例为0.3%。工伤保险单位缴费比例根据行业标准缴纳，个人不缴费。综合加权，参保职工个人每个月应该缴纳的社会保险费为上年度月均收入的10.3%。

假设一位职工去年按照下限4113元缴费，今年按照新下限4198元缴费，那么每个月需要多缴纳的社保费用为(4198-4113)×10.3%=8.76元。

虽然金额看起来不多，但对于一些收入微薄的职工来说，积少成多，也是一笔不小的开支。

高收入群体：到手工资或有减少

对于高收入群体而言，由于缴费上限提高，其社保缴费金额会相应增加，到手工资可能会有所减少。

例如，某高收入职工上年度月均工资为25000元，2024年社保缴费基数按上限20564元计算，每月养老保险个人缴费为20564×8%=1645.12元；2025年社保缴费基数上限提高到20991元，每月养老保险个人缴费变为20991×8%=1679.28元，每月多缴34.16元。再加上其他险种缴费的增加，总体社保缴费增加较为明显，到手工资也就相应减少了。

灵活就业人员：可按需选择缴费档次

无雇工个体工商户和灵活就业人员缴纳企业职工基本养老保险费，可在全省缴纳社会保险基数的

60%至300%之间选择适当的缴费基数，即月缴费基数在4198元至20991元，由缴费人员自主选择申报。

目前，我省灵活就业人员企业养老保险缴费比例为20%，其中8%计入缴费人员基本养老保险个人账户。退休之后按照企业职工基本养老金的计发办法计发基本养老金。

以灵活就业人员李女士为例，她一直按照社保基数下限缴纳养老保险。2024年，她每月养老保险缴费为4113×20%=822.6元；2025年，若仍按下限缴费，每月养老保险缴费变为4198×20%=839.6元，每月多缴17元。

不过，灵活就业人员可根据自身经济状况，在规定范围内灵活选择缴费基数。经济条件较好时，可选择较高档次缴费，为自己退休后积累更多养老金；经济紧张时，也能选择较低档次，确保社保不断缴。

按照现行政策，就业困难人员、离校2年内未就业的高校毕业生实现灵活就业的，可申领社保补贴。补贴标准原则上不超过实际缴费的2/3。其中，就业困难人员社保补贴期限最长不超过3年；对距法定退休年龄不足5年的，可延长至退休；高校毕业生社保补贴最长不超过2年。

(武佳)

据《山西晚报》

