

ICS

Z

T/CGDF

中国生物多样性保护与绿色发展基金会团体标准

T/ CGDF 00007-2020

良食标准 总则

(征求意见稿)

Standard for Good Food General principles

2020 - 7 - ** 发布

2020 - 7 - **实施

中国生物多样性保护与绿色发展基金会 发布

目 录

前 言.....	1
1 适用范围.....	1
2 规范性引用文件.....	1
3 术语和定义.....	2
4 基本原则.....	3
5 一般要求.....	4
5.1 气候和生态环境.....	4
5.2 植物领先.....	5
5.3 动物福利.....	5
5.4 健康饮食.....	5
5.5 减少浪费.....	5
5.6 当地当季.....	6
5.7 循环永续.....	6
5.8 生物多样.....	6
5.9 食物教育.....	6
5.10 可持续产业链.....	7
6 战略路径.....	7
部分参考文献.....	9

前 言

生态环境是人类生存和发展的根基，保护生态环境是全球面临的共同挑战和共同责任。面对世界复杂形势和全球性问题，任何国家都不可能独善其身，生态文明建设也不再是单纯的一国问题。习近平总书记在党的十九大报告中将“坚持人与自然和谐共生”和“坚持推动构建人类命运共同体”列入新时代坚持和发展中国特色社会主义的基本方略。习近平同志说到，“人与自然是生命共同体，人类必须尊重自然、顺应自然、保护自然”，其中一大要点便是“推进绿色发展”、“形成绿色发展方式和生活方式”。而食物则是改善人类健康及地球环境可持续性的最强杠杆。

虽然食物是改善人类健康及地球环境可持续性的最强杠杆，但是它却正在威胁着人类和整个地球。人类所面临的一大挑战就是为不断增长的世界人口提供产自可持续食物系统的健康膳食。虽然以热量(卡路里)计算的全球食物产量总体跟上了人口增长，却仍有超过 8.2 亿人得不到充足的食物，并有更多的人在食用低质量膳食或过量的食物。不健康的膳食习惯造成的疾病、死亡方面的风险已经超过不安全性交、酗酒、吸烟、滥用药物的总和。全球食物产业威胁着气候稳定和生态修复能力，是构成环境恶化和越过地球生态红线的最大动因。现状令人心惊，对全球粮食系统的全力改造势不容缓，若不采取行动，这个世界势必无法达到联合国的可持续发展目标(SDGs)和《巴黎协定》，这一代的儿童将承载一个严重退化的地球，届时有大批人口将遭受营养不良和可预防疾病的折磨。

因此，制订系统推动健康、可持续和良善的饮食标准，指导、规范和提高人们对食品的认知，优化食品选择对人类、动物和地球的影响，迫在眉睫。

本标准按照 GB/T 1.1—2009 给出的规则起草。

本标准为首次发布。

本标准是《良食标准》系列之一。

本标准起草单位：中国生物多样性保护与绿色发展基金会、中国绿发会团体标准研发管理中心、中国生物多样性保护与绿色发展基金会良食基金、

本标准参编单位：

本标准主要起草人名单：周晋峰 简 艺 侯 兵 周 静 王 豁 张思远
翁维力 杨晓红 冯雯雯 唐 玲 张永飞 王 静
张 娜 王岩青

本标准主要审查人员：

良食标准 总则

1 适用范围

本标准旨在系统推动健康、可持续和良善的饮食方式；改变现有的饮食结构和生产方式，延缓全球气候变化、保护生物多样性以及改善公众健康，并且在人口增长情况下更好地保证粮食安全以及社会公平；促进公民了解食物来源以及如何影响自己及世界；在生态文明时代，每一个公民都有绿色消费权。

本标准规定了良食的术语和定义、基本原则、一般要求、战略路径等内容。

本标准适用所有个人、家庭、社区和机构等。

2 规范性引用文件

本标准内容引用了下列文件中的条款。凡是不注明日期的引用文件，其有效版本适用于本标准。

《可持续健康食品标准》

《可持续发展食品价值链-指导原则》联合国粮食及农业组织（FAO）

《动物福利标准》（OIE）

NY-T 391-2013 《绿色食品产地环境质量》

JIS Q 9005 《质量管理体系 可持续发展指南》

T/CGDF 00001—2018 《暗夜星空保护地项目标准》

T/CGDF 00001—2020 《生物多样性调查与监测标准》

T/CGDF 00002—2020 《生物多样性评估标准》

T/CGDF 00003—2020 《生物多样性修复标准》

T/CGDF 00005-2020 《生物多样性补偿标准》

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本标准。

3.1 良食 Good Food

指好的食物，有品质的食物。本标准中提到的食物需要同时兼顾改善人类健康、自然环境以及动物的生存状况等。

3.2 素食 Vegetarian

不使用肉类、鱼高汤、骨高汤、水产、海鲜、昆虫和明胶。

3.3. 可持续发展 Sustainable Development

是既满足当代人的需要，又不对后代人满足其需要的能力构成危害的发展。

3.4 食物体系 Food System

包含源于农业、林业或渔业的生产、储存、加工、分配、消费和废弃处理这一整套过程中的所有行动者及其相互关联的增值行为，以及这些行动者身处的更广泛的经济、社会 and 自然环境的一部分。

3.5 可持续的食物体系 Sustainable Food System

一个可以保障所有人的粮食安全和营养，并且不会使子孙后代的粮食安全和营养所依赖的经济、社会和环境基础受到损害的食物体系。

3.6 植物领先 Plant-Forward

是一个灵活的概念，指的是一种更广泛的食物体系变革，而非某种具体的饮食结构或菜品。植物领先可能使用动物制品，但更倾向于通过创造性烹饪和展现植物性的食材，来帮助消费者在体味生态系统和不同文化的同时，向以植物为主的饮食过渡。

3.7 植物性 Plant-Based

通常指仅以植物为食的饮食方式，或纯粹来源于植物的食材。

3.8 植物基饮食 Plant-based diet

区别大量以肉类、乳制品消费为主的饮食方式，植物基饮食是提倡以植物性食材为餐桌主要组成部分的饮食理念。

3.9 动物福利 Animal Welfare

世界动物卫生组织（OIE）指出，动物福利就是让动物生活健康、舒适、安全、得到良好饲喂、能表达天生的行为，并免受痛苦和恐惧。

3.10 食物教育 Food Education

是指良好饮食习惯的培养教育。是从幼儿期起，给予食物、食品相关知识的教育，并将这种饮食教育，延伸到艺术想像力和人格培养上。积极落实“健康中国”战略和食品安全“四个最严”要求，将食育落到实处；其次，通过弘扬中国传统美食文化来推动食育的开展，树立正确的美食观、饮食观。

4 基本原则

4.1 可持续原则

既满足当代人营养和健康需求，同时符合人类社会发展阶段特征和自然规律，对自然资源、生态环境及社会环境的负外部性降低至最低水平的食物消费模式。

包含：基于食物供给潜力和人类正常生理需求的适度原则、基于食物资源有限性和时空分布不均衡的公平原则，以及基于食物消费本质特征的以人为本原则。

4.2 适度原则

指人类整体、群体或个体的食物消费量应当维持在基于消费主体基本生理需求、食物供给潜力及消费负外部效应等的合理范围内。首先，食物适度消费要求人类消费需求水平不应超出地球的承载能力范围。其次，人类食物消费效用应遵循规模报酬递减规律。再者，食物消费过程中带来的包装材料等废弃物，不应超过环境的自净能力。

4.3 公平原则

在一定时期和范围内，食物资源具有相对有限性及时空分布不均衡性。本原则要求人类食物消费过程中应避免某一群体的食物消费对其他群体正常的食物消费需求构成威胁。

4.4 以人为本原则

要求每个人重新审视自己的生活方式、饮食习惯，从自身出发改变。良食的推动需要每一个人的参与、改变，努力在每个人、每一天的生活中降低对环境产生不利的影响，从而推动全社会、全球在 2020 后时代的生活习惯朝着绿色和可持续发展的方向转变。可持续饮食需要消费者、食品生产企业、生产者、零售商和服务等所有人的参与。

5 一般要求

5.1 气候和生态环境

5.1.1 选择碳足迹少、资源节约型的食品，从而减少对气候的不良影响。

5.1.2 减少养殖数量，提高繁殖性能、提高成活率、选择优良性能牲畜等措施来提高单产水平。

5.1.3 加快工业化养殖模式转型，摒弃现有的高密度、品种单一的生产模式。减少工业化养殖场，同时对养殖场的运作方式和建厂地点加以限制。缩小规模、降低密度、限制生产区域。

5.1.4 制定法规，来治理这种注定有害的肉类生产体系带来的空气污染、水污染和健康危害。

5.1.5 加强农业中堆肥，土地利用和消化。

5.1.6 对待动物粪便应当和对待人类粪便一样，将它妥善处理、安全排放，来尽量降低或消除有害影响。

5.2 植物领先

5.2.1 以植物菜品为主，占比不少于 85%。

5.2.2 减少肉类、鱼类、家禽、动物副产品、蛋或蛋制品、牛奶或奶制品、蜂蜜或蜜蜂制品、昆虫或昆虫制品等物品的摄入量。

5.3 动物福利

5.3.1 不支持让动物受虐待的产品，比如笼养鸡鸡蛋。优先考虑购买植物性产品，或从获得第三方动物福利认证的，采用更人道措施的供应商处购买产品。

5.3.2 食品或食品装饰等不含有或来自皮革、毛皮、丝绸、羽毛、绒毛、骨头、角、壳、羊毛、羊绒、羊毛、羊毛、安哥拉山羊、动物皮、麂皮或马海毛，或含量低于 15%。

5.4 健康饮食

5.4.1 选择全食物，支持健康烹饪，避免高糖、高盐和深加工食品及饮料。

5.4.2 跟踪动物产品（如家禽/猪肉产品）中抗生素使用情况。避免购买使用了非治疗性抗生素或定期使用抗生素以预防疾病的肉制品。尽量选用无抗产品。

5.4.3 识别食品相关环节（环境影响因素、包装、运输、食品原料）中有风险的化学物质，并尽量减少、去除这些物质在哈佛食品系统中的应用。

5.4.4 使用健康饮食比例图指导健康的食品选择和正确的食品标签。

5.4.5 标记餐饮中的主要过敏原。将所有成分告知消费者，并确保食品行业服务人员接受了过敏原意识培训。

5.5 减少浪费

5.5.1 从源头减少食品浪费。

5.5.2 节制点餐，实施光盘。

5.5.3 减少餐余垃圾排放。

5.5.4 避免剩食进入垃圾填埋场或被焚烧。优先考虑根据垃圾回收处理剩食。

5.6 当地当季

5.6.1 尽可能选择当地当季食材，而非当以大棚栽培为主的食材，大棚栽培的食材中叶绿素、维生素 C、矿物质等含量偏低，特别是抗氧化物质等保健成分会大大下降，难以达到最佳品质。

5.6.2 如是个人，提倡自己动手种植简单食材。

5.6.3 支持生态种植，支持小农。

5.7 循环永续

5.7.1 减少一次性用品，尤其是一次性塑料制品的使用。

5.7.2 实行垃圾分类。

5.8 生物多样

5.8.1 拒食野生动物。

5.8.2 选择可持续水产。

5.8.3 支持可持续的多样食材。

5.9 食物教育

5.9.1 推动食物教育。通过食品健康、安全宣传，鼓舞社会都来关心、关注和重视食物教育，发挥各方面的积极作用。

5.9.2 培育儿童、青少年的食品可持续观念，带领其参与食物教育课程。

5.9.3 开展食物教育有关的活动。

5.9.4 推动食物可持续发展进入教育体系。

5.10 可持续产业链

5.10.1 通过提高透明度、加强协作和第三方核查等建立制度保障，提高整个价值链中工人和社区的健康状况。

5.10.2 继续确保食品服务业工人的安全工作条件与环境健康与安全办公室的职业安全计划相一致，尤其是在过热、重复的压力损伤、割伤、烧伤和空气质量这些方面。

6 战略路径

6.1 调整农业优先取向，从追求粮食高产转向生产健康食材

农业和渔业不仅要生产具有足够热量的食物来喂养不断增长的全球人口，还必须注重产品的多样性以维护人类健康、支持环境可持续性。

6.2 可持续地强化粮食生产，以增加高品质输出

当前全球食物系统需要一次新的农业革命，并使之建立在可持续性强化的基础上，并以可持续性和系统革新加以驱动。要完成这一创举，必须把现有农地的产量缺口缩小至少 75%，大幅改进肥料与水的使用效率，回收农用磷，重新分配全球范围的氮、磷使用，采取气候缓和措施(如改变作物和饲料管理)，以及促进农业系统内的生物多样性。

6.3 有力而协调地管理土地和海洋

停止向自然生态系统和物种丰富的森林内安插新的农地；并使管理政策指向退化土地的恢复与重新造林，建立国际土地使用管理机制，以及采用“半个地球”策略来保护生物多样性(即通过捍卫剩余 50%地球的完整生态系统来保住至少 80%的前工业时代物种丰富性)。此外，还有必要改进对世界海洋的管理，以确保渔业不会对生态系统产生负面影响，水产资源得到可靠的利用，而全球水产养殖业以可持续方式增长。

6.4 减低至少一半食物损耗和浪费，向联合国可持续发展目标看齐

以可持续方式在食品生产端减少损失、消费端减少浪费，是全球食物系统停留在安全运作空间内的必要条件。要依照可持续发展目标把全球食物损耗与浪费总量降低一半，既需要在食品供应链上采用技术性解决方案，也离不开公共政策的实施。应改进的方面包括采收后所需的基础设施、食品运输、加工与包装工艺、供应链各环节的协作、生产商培训与装备、消费者教育等。

部分参考文献

- [1] 王灵恩, 侯鹏, 刘晓洁, 等. 中国食物可持续消费内涵及其实现路径[J]. 资源科学, 2018, 040(008):1550-1559.
- [2] 周晋峰. 行动起来, 保护生物多样性[J]. 可持续发展经济导刊, 2019(Z2):53-54.
- [3] 王豁, 王静, 唐玲, 周晋峰. 顺应生态文明建设需要“绿会指数”团体标准发布[J]. 大众标准化, 2019(09):19-22.
- [4] 周晋峰. 王豁. 王静. “全面禁野”下的野生动物养殖产业如何转型[J]. 中国民商, 2020年05期
- [5] 周晋峰. 遵循与自然相处之道[N]. 人民日报海外版. 2020-05-12
- [6] 周晋峰. 王豁. “生态灭杀”要不得保护生物多样性才安全[N]. 光明日报, 2020年04月11日05版
- [7] 周晋峰. 维护“生命共同体”从严格保护野生动物开始[J]. 可持续发展经济导刊, 2020(03):34-37.
- [8] 周克己. 周晋峰. 网络有了“野保特工”[N]. 人民日报海外版. 2020-03-10
- [9] 周晋峰. “减塑限塑”从我做起[N]. 人民日报海外版. 2020-01-14
- [10] 王静, 周晋峰, 张思远. 从塑料危机看生态文明建设与“人本的解决方案”[J]. 世界环境, 2019(06):29-31.
- [11] 杨锐熙. 王静. 王豁. 周晋峰. 从“百美饿”等垃圾案列看新时代生态文明建设[J]. 新型城镇化, 2019(9)
- [12] 王豁. 周晋峰. 推动消费者的绿色消费权[J]. 中国民商, 2018. 3