

# 许昌市市场监督管理局 简报

## 放心消费环境营造工作专班

第 9 期

---

### “粽”情端午 放心消费——许昌市发布 端午食品安全消费提示

端午假期临近，粽子作为特色食品大量上市，伴随着夏季气温的升高，饮食安全风险也大幅增加，为了让消费者消费舒心、饮食放心，许昌市市场监督管理局发布如下消费提示：

**一要从正规渠道购买粽子。**消费者应尽量选择到正规商场、大型超市或者规模大、信誉好的网店进行购买，不要被“低价”“优惠”“特价”等促销广告所迷惑。要慎重购买散装粽子，千万不要贪便宜或者图方便，在街边流动商贩处购买，因为流动商贩的粽子多为小作坊制作，食品卫生状况达不到要求。

**二要注意挑选甄别。**市场上销售的粽子种类繁多，有肉类、蔬果类等不同口味，由于粽子的成份不同，保质期也不

同。购买食品要认准带 SC 标识，生产日期、保质期、厂家名称、地址、食品生产许可证编号等内容是否齐全。新鲜粽子最好少量购买、及时食用。对于真空包装类粽子，要先看是否有漏气或鼓气现象。

**三是分类存放，随包随吃，少量购买。**粽子分新鲜粽子、速冻粽子、真空包装粽子（常温粽子），要根据所购买的粽子类别，采用不同的方法存放。新鲜粽子每次要少量购买，及时食用，打开的粽子存放时间不要超过 2 小时，剩余的粽子应及时冷藏或冻藏。真空包装的粽子开袋后同样需及时冷藏或冻藏。

**四是科学均衡食用。**粽子大多属于高糖、高能量的食物，对于糖尿病、三高、有肝胆疾病的消费者，一定要控制食用量。即使是正常人一次也不宜过量食用，食用时可以选择搭配一些蔬菜、汤羹等，既能均衡营养，又能帮助消化，以免引起胃肠负担过重。

在购物消费时，要注意核对费用清单，索要正规票据，保存好相关消费凭证。如果遇到消费纠纷，可先与经营者协商解决，协商不成可以拨打“12315”、“12345”热线进行投诉举报，依法维护自身合法权益。