



零售/平台企业

健康可持续膳食实施手册

HEALTHY AND SUSTAINABLE FOOD:  
A GUIDEBOOK FOR RETAILERS AND E-COMMERCE

---

2022



# 目录

PART 1 项目背景	3-4
PART 2 国际趋势与中国战略	5-7
PART 3 中国市场消费者研究发现	8-9
PART 4 中国零售市场实施措施	10-12
PART 5 健康可持续膳食实施措施评估	13-16

---

# 附录

PART 6 中国连锁经营协会相关文件	
附件1.1——健康自有品牌食品开发要点	17
附件1.2——食品销售场所营养标识应用指引	18-19
附件1.3——CCFA绿色采购工具包	20-26
附件1.4——中国连锁经营协会健康中国2030连锁行动计划（2021-2030年）	27
PART 7 附件2——消费者购买干预行动案例	28-31
PART 8 附件3——政策摘要	32-33

■ 感谢世界资源研究所WRI对该项目的支持



## 项目背景 Project background

全球饮食和粮食系统<sup>1</sup>，以及依靠其生存的人口，在健康和可持续性方面都面临着重大挑战。相关预测显示，如果不改变全球目前以能量过剩为主的饮食模式，到2030年将有一半的成人和三分之一的总人口（包括儿童）超重或肥胖<sup>2</sup>。而目前，中国已经成为世界上肥胖和糖尿病人口最多的国家<sup>3</sup>。与此同时，传统的粮食生产方式在很大程度上加剧了气候变化、生物多样性丧失和自然资源耗竭<sup>4</sup>。中国的社会体系需要进行“自我革命”，加快形成绿色发展方式和生活方式，通过健康和可持续的膳食习惯改善我们的营养和健康，保护环境并增强整个食物系统的可持续性<sup>5</sup>。



1. Ericksen PJ. Conceptualizing food systems for global environmental change research. *Glob Environ Chang*. 2008. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2007.09.002>.

2. Global Panel on Agriculture and Food Systems for Nutrition. *Food systems and diets: Facing the challenges of the 21st century*. London, UK: Global Panel on Agriculture and Food Systems for Nutrition; 2016.

3. 国际糖尿病联盟（IDF）. 《全球糖尿病地图（第10版）》. 2021. <https://diabetesatlas.org/atlas/tenth-edition/>

4. *Healthy and Sustainable Diets Key workstreams in the WHO European Region*. 2021.

5. 世界资源研究所. 如何在中国推进健康和可持续饮食. 2020年9月27日. <https://wri.org.cn/news/promote-healthy-and-sustainable-diets-in-china>

# 项目背景

## 健康膳食：

主要指膳食平衡，即膳食中所含营养素种类齐全，数量充足，比例适当，且与人体的需要保持平衡。



## 可持续膳食：

主要指对环境影响小、有助于食品及营养安全以及后世健康生活的膳食模式，不仅保护和尊重生物多样性、生态系统，而且在文化上可接受、可获得，经济上公平和负担得起，满足营养充分、安全和健康，同时优化自然和人力资源。简单可概括为有助于个人或社会保持良好营养状况和长期健康的膳食。



本项目旨在基于对零售/平台企业消费者购买行为研究，识别适用于中国企业推动消费者膳食结构更健康、更可持续的措施和方法，对上述措施进行测试评估，并推动更多企业试点和实施。



# 国际趋势与中国战略



健康可持续膳食与可持续发展目标(SDGs)中的零饥饿 (SDG 2)、负责任消费和生产 (SDG 12) 直接相关, 同时贡献到无贫穷 (SDG 1)、良好健康与福祉 (SDG 3)、优质教育 (SDG 4)、减少不平等 (SDG 5和10) 以及体面工作和经济增长 (SDG 8), 并影响全球气候变化目标及资源保护与利用 (SDG 6、13、14 和 15)。



瑞典、德国、巴西等国开始在膳食指南中将食物纳入了可持续发展计划, 通过为居民提供相关建议作为干预手段推动健康可持续膳食的实现<sup>6</sup>。



中国2016年提出的“健康中国2030 国家战略”<sup>7</sup>对食品行业提出新的要求。该战略明确提出健康中国建设是全面提升中华民族健康素质、实现人民健康与经济社会协调发展的国家战略, 是积极参与全球健康治理、履行2030年可持续发展议程国际承诺的重大举措。

2021年发布的《中国居民膳食指南科学研究报告(2021)》<sup>8</sup>提出的多蔬菜水果、多鱼虾水产品、经常吃奶类和大豆制品、适量的谷类和肉禽类、烹调清淡少盐的健康膳食模式也符合可持续膳食的原则。

6. [http://www.360doc.com/content/18/0103/00/31525860\\_718550159.shtml](http://www.360doc.com/content/18/0103/00/31525860_718550159.shtml)

7. United Nations. Transforming our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development; Report No. A/RES/70/1; United Nations: New York, NY, USA, 2015.

8. 中国营养学会: 《中国居民膳食指南科学研究报告(2021)》, 2021年2月24日, 北京, [https://www.cnsoc.org/learn/news/files/@CmsXh\\_b8ec4bf1-9008-4826-8e66-9eb9d34e8fa0.pdf](https://www.cnsoc.org/learn/news/files/@CmsXh_b8ec4bf1-9008-4826-8e66-9eb9d34e8fa0.pdf)

# 国际趋势与中国战略



中国自2016年开始发布《中国落实2030年可持续发展议程国别方案》及自愿陈述报告。2021年报告显示，中国正在通过多种措施形成包括绿色消费在内的绿色低碳循环发展的经济体系。未来，中国还将积极对接“十四五”规划，全面落实2030年可持续发展议程，继续提高公众绿色低碳发展意识，推动可持续健康消费。

2020年，习近平主席宣布中国将力争到2030年实现二氧化碳排放达峰，到2060年实现碳中和。食物系统可持续转型对中国实现双碳目标起到至关重要的作用。《2030年前碳达峰行动方案》明确提出“碳达峰十大行动”包括绿色低碳全民行动，要求大力发展绿色消费，推广绿色低碳产品，引导企业主动适应绿色低碳发展要求，提升绿色创新水平。



《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要》、《“十四五”推进农业农村现代化规划》、《“十四五”全国农业绿色发展规划》、《绿色食品产业“十四五”发展规划纲要（2021-2025年）》、《促进绿色消费实施方案》明确要求扩大绿色低碳产品供给和消费，加快提升食品消费绿色化水平，推进消费结构绿色转型升级。

# 国际趋势与中国战略

## 国际机构

为减少饮食对健康和环境的不利影响，餐饮企业提供商可以通过干预鼓励消费者选择更平衡、丰富的饮食，并减少选择温室气体排放更高的食物。WRI报告给出了餐饮企业可实施的23个干预手段。

产品  
陈列  
展示  
推广  
人员

- 改善健康可持续菜肴和产品的品相
  - 改善健康可持续菜肴和产品的风味与口感
  - 减少菜肴或产品中的肉量，并增加植物数量
  - 丰富健康可持续菜肴或产品的种类
  - 鼓励建立每周“健康日”，多吃富含植物菜肴
  - 增加富含植物的菜肴和产品的供应
  - 推荐富含植物的菜肴和产品
  - 让健康可持续食物的陈列更具吸引力
  - 增加健康可持续菜肴或产品的陈列
  - 通过菜单和标签上的描述推荐健康可持续菜肴
  - 在菜单、标志和标签上突出健康可持续菜肴和产品的益处
  - 将健康可持续的菜肴列在菜单正文部分，而不是单独展示
  - 删除菜单和标签中不利于促进健康与可持续选择的描述
  - 为消费者提供健康可持续菜肴和产品的免费样品或试吃
  - 使用海报、传单或视频等市场营销手段宣传健康可持续菜肴和产品的环境效益
  - 对健康可持续的菜肴和产品进行跨产品联动推广
  - 允许消费者在植物性菜肴中添加肉类，但需额外付费
  - 向厨师及相关员工普及健康可持续菜肴对身体健康和环境友好的信息
  - 为厨师及相关员工提供如何烹饪健康可持续菜肴的培训
  - 鼓励服务和销售员工尝试健康可持续的菜肴和产品
  - 为厨师及相关员工提供合适的工具、设备和食材烹饪健康可持续的菜肴
  - 奖励烹饪出受欢迎的健康可持续菜肴的厨师
  - 为服务和销售员工提供沟通技巧培训，向顾客推广健康可持续菜肴和产品
- (WRI 2020)
- World Resources Institute (WRI). Playbook for Guiding Diners toward Plant-Rich Dishes in Food Service. 2020. [https://files.wri.org/d8/s3fs-public/19\\_Report\\_Playbook\\_Plant-Rich\\_Diets\\_final.pdf](https://files.wri.org/d8/s3fs-public/19_Report_Playbook_Plant-Rich_Diets_final.pdf)

## 行业组织

改变消费者的行为习惯不是一件容易的事。IGD在英国利兹大学和20多家领先组织合作，通过在零售商测试干预以了解推动更健康，更可持续饮食的最佳方式。



注：干预手段5

## 政府行为

澳大利亚和新西兰实施HSR系统。健康之星评级（Health Star Rating，简称HSR）系统是一个自愿的包装前标签计划，对包装食品的整体营养状况进行评级，并赋予其0.5至5颗星的评级。星级越多，选择就越健康。该项目由澳大利亚、州和地区以及新西兰政府共同资助。



## 企业行动

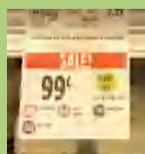
沃尔玛、Raley's、Tesco等国际零售商探索健康可持续商品标签。



沃尔玛great for you标签



沃尔玛built for better标签



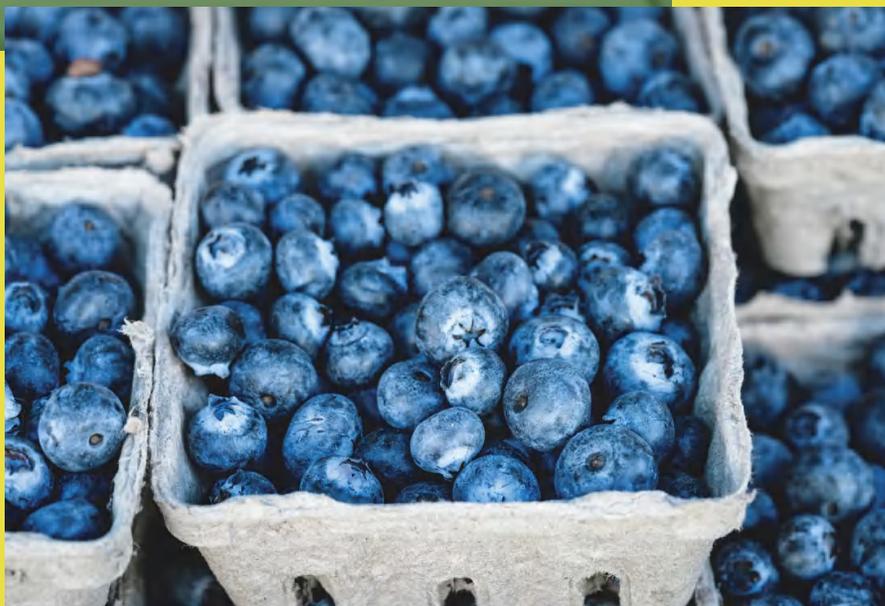
Raley's商品标签



Tesco健康之选标签

注：干预手段3

# 中国市场消费者研究发现



中国连锁经营协会就消费者对食品销售企业“健康消费”干预对购买行为影响研究显示，超市仍是消费者购买食品的主要渠道，其中社区超市和生鲜超市是日常购物首选。

过去五年，在消费品零售行业数字化的持续推动下，网络零售对国内消费市场的贡献作用持续提升。特别是2020年，受疫情冲击，社会消费品零售总额经历改革开放以来的首次负增长，但是实物网上零售额仍然保持了14.8%的增速，同时占社会消费品零售总额比重升至24.9%，较2019年提升4.2个百分点<sup>9</sup>。消费品零售行业数字化下产生的新业态、新模式迎合居民消费升级的需求，持续推动国内消费市场的提质扩容。

只有特定日期才会去  
(如春节) 2.9%

每天都去  
8.4%

单位：亿元人民币

450000  
400000

30.0%  
25.0%

预览已结束，完整报告链接和二维码如下：

[https://www.yunbaogao.cn/report/index/report?reportId=1\\_42140](https://www.yunbaogao.cn/report/index/report?reportId=1_42140)

