



一次性浴帽来罩菜 这种保鲜膜真的能用吗

居家生活基本每天都在使用保鲜膜。近些年来,我们经常能看到一款新型的浴帽式保鲜膜,区别于传统的筒式保鲜膜使用时需要撕扯,还可能粘连在一起,这种新型的浴帽式保鲜膜能够直接套在各种盘子上,使用时一次取一只,非常方便。但有网友称这种保鲜膜其实就是一次性浴帽、鞋套,增塑剂超标,根本不能用来罩菜。真的是这样吗? 中国农业大学食品科学与营养工程学院副教授朱毅表示,浴帽式保鲜膜本身并非天然不安全,常见材质为低密度聚乙烯,只要符合GB 4806.7-2023 食品接触塑料材料国家标准即可放心使用。

网红浴帽保鲜膜引热议

日常厨房保鲜常用的保鲜膜,近年出现了全新产品形态。不同于传统筒装保鲜膜需要撕扯剪裁、容易粘连的使用痛点,浴帽式保鲜膜自带弹性收口,一次取一只直接套在碗盘容器上,适配各种形状餐具,使用十分便捷,迅速受到不少家庭青睐。在各大电商平台,“浴帽式保鲜膜”“松紧口保鲜套”等关键词搜索量近半年上涨超180%,不少爆款单品月销量突破十万件,成为家居厨房类的热门单品。不少用户表示,剩菜套碗、水果保鲜随手一套就行,不用撕也不用剪,对老人和动手能力弱的人群格外友好。

伴随产品走红,安全质疑也随之而来。有网友爆料,部分低价浴帽式保鲜膜其实是普通一次性浴帽改造,并非食品接触级产品,增塑剂超标不能覆盖食物,引发不少消费者担忧。

朱毅表示,事实上,判断这类产品安

全与否,核心在于是否符合食品接触材料国家标准。只要符合GB 4806.7-2023《食品安全国家标准 食品接触用塑料材料及制品》,就可以放心使用。该标准对食品用塑料的化学物质迁移率作出明确限值,严格管控有害物质迁移量,从源头保障食品接触安全。

不同材质安全性有区别

朱毅介绍,市面上的保鲜膜材质分为多种,不同材质特性各异,适用场景也有差异。目前常见的食品级保鲜膜材质主要有聚乙烯(PE)、聚氯乙烯(PVC)、聚偏二氯乙烯(PVDC)三大类。按照GB 4806.7-2023 标准,三类材质都有对应的迁移量限值和使用规范,正规合规产品均可在对应场景下安全使用。

聚乙烯也就是PE材质,是浴帽式保鲜膜最常用的原料。这种塑料加工无需额外添加助剂,化学性质稳定,析出风险低,成本较低,适合日常生鲜保鲜,也可



短时间用微波炉低温加热,但温度超过110℃易热熔,不适合长时间高温加热。PE材质也是传统保鲜膜的主流材质,占据国内保鲜膜市场八成以上份额。

PVC材质价格便宜、延展性好,但含有塑化剂,高温下会释放有害物质,不建议接触油脂食物和加热使用,仅用于生鲜蔬果保鲜则无需担心。PVC材质只要不接触油脂、不加热,正常使用不会有致癌风险,无需过度恐慌。

PVDC材质阻隔性能好,可耐140至180℃高温,适合加热场景,但价格偏高,市面相对少见,多用于熟食、外卖的高要求密封包装。

选购使用需留心细节

相比传统保鲜膜,浴帽式保鲜膜虽然便捷,但也存在功能局限性,选购和使用时需要留心细节,兼顾便利与安全。市场监管部门也提醒消费者,购买这类产品尽量选择正规商超和品牌旗舰店,不要购买无厂名厂址、无执行标

准、无材质标识的“三无”散装产品,避免踩坑。

从保鲜效果看,浴帽式保鲜膜依靠松紧带收口,无法做到严丝合缝的密封,不能完全隔绝气体进出,保鲜时长比传统按压式保鲜膜打折扣。切开的水果、需要长时间存放的剩菜等对密封要求高的食物,不建议长期用其存放。

在加热场景下使用时,更要谨慎。浴帽式保鲜膜的松紧口弹力带外层包裹PE材料,正常使用不接触食物,但高温加热后外层聚乙烯可能破损,弹力带的纤维及加工助剂可能迁移接触食物。因此不建议用其包裹食物加热,尤其是高温长时间加热。日常冷藏剩菜、保鲜果蔬可以放心使用,加热食物优先选择专用耐高温保鲜膜,且尽量避免封口处接触食物。朱毅提醒,消费者选购时要查看产品包装,确认执行标准和材质说明,警惕商家用普通工业浴帽冒充食品保鲜膜,根据使用场景选合适材质,守护餐桌健康。

据科普中国

越来越多食品中加入“益生元” 它到底是什么



如今,“益生元”三个字出现在越来越多的食品包装上。但让人疑惑的是,根据食品包装上的说明,“益生元”三个字含义也不一样,有的是“低聚果糖”,有的是“抗性精糊”,有的是“低聚葡萄糖”。近期,记者对有关添加了益生元的食品进行了调查,并就益生元的相关问题,采访了临床营养科医生。

各种食品被加入各种“益生元”

“益生元”三个字最开始引起市民袁女士关注,是它出现在可乐包装上。前几个月,她发现两大知名可乐品牌都推出了印有益生元字样的可乐。随后,她发现添加益生元的食品越来越多,“有山楂类的零食,还有海苔、巧克力、果冻、麦片等,饮料类的除了可乐还有果汁。”

记者在一家超市看到了添加有益生元的两款可乐以及一些果汁饮料。购买品尝后发现,味道和普通的无糖、低糖可乐并没有明显不同,果汁味道也和普通的差不多。同样的益生元可乐,一款可乐标注其添加的益生元为抗性精糊;某连锁超市自营品牌的益生元巧克力中,添加的“益生元”则是菊粉;某超市的益生元西梅饮,配料表中标示含有益生元萃取液,具体为低聚麦芽糖;还有一款益生元海苔,其中的益生元是指麦芽酮糖醇。

“益生元”到底是什么有啥用

重庆市两江新区渝

北人民医院临床营养科副主任王佳佳介绍,益生元并不是某一种具体的东西,而是一大类成分,“说得简单一点,它们就是肠道里一些‘好菌’的食物。它进入肠道以后,可以被这些菌利用,帮助它们更好地生长和发挥作用。比如菊粉、低聚果糖、低聚半乳糖等,它们可以帮助维持肠道菌群平衡,有些还能促进排便、改善大便状态。”

王佳佳表示,并不是所有膳食纤维、低聚糖或者糖醇都能叫益生元。比如,低聚果糖是比较典型的益生元;聚葡萄糖属于膳食纤维,麦芽糖醇、异麦芽酮糖醇等则主要属于糖醇类甜味剂,不能简单地都当成益生元。

判断一种产品是不是真的有益生元作用,不能只看包装上的几个大字,还要看具体加了什么、加了多少。另外,益生元主要起的是调节和辅助作用,不能把它理解成“排毒产品”,更不能代替药物治疗疾病。

有必要专门购买含益生元的食品吗

那么,如果买类似食物,是否有必要专门购买含有益生元的? 记者发现,目前还出现了单独售卖的菊粉和低聚果糖,产品介绍中标注有“益生元”三个字。

王佳佳表示,市民没有必要刻意追求含有益生元的食品。人体需要的是均衡、多样的饮食。平时多吃蔬菜、水果、豆类 and 全谷物,就能获得多种膳食纤维,也能为肠道菌群提供“食物”。如果平时蔬菜、水果吃得比较少,膳食纤维摄入不足,含益生元的食品可以作为一种补充,但不能代替正常吃饭。

另外,“益生元”和“益生菌”也不

一样。益生菌是活的微生物,比如经过研究证实的某些乳酸菌、双歧杆菌。益生元不是活菌,而是肠道微生物可以利用的“食物”。打个比方,益生菌像是来帮忙的“好菌”,益生元则是给它们准备的“口粮”。有些产品同时含有益生菌和益生元,这类产品叫作合生元。但无论是哪一种,都要看具体菌株、具体成分和实际添加量,不能只看产品名称。

益生元并不是吃得越多越好

服用益生元也有注意事项。“大多数健康人适量食用通常没有问题,但并不是吃得越多越好。”王佳佳提醒市民。

王佳佳介绍,益生元进入肠道以后会被细菌利用和发酵。如果一下子吃得太多,有些人会出现放屁增多、肚子胀、肠鸣,甚至腹痛、腹泻。尤其是本身容易腹胀、腹泻,或者患有肠易激综合征的人,吃菊粉、低聚果糖等成分后,症状有时反而会加重。这类人不要盲目补充,最好先咨询医生或临床营养师。

婴幼儿不建议随意食用成人益生元产品,应选择符合年龄要求的婴幼儿食品。糖尿病或正在控制体重的人,还要注意产品中的糖和总能量,不能因为写着“益生元”就放心多吃。第一次食用时,建议从少量开始,不要同时吃好几种益生元或膳食纤维产品。如果吃完以后持续腹胀、腹痛或腹泻,就应停止食用。

最后王佳佳提醒消费者,选择益生元食品时记住“三看”:看具体成分、看每份含量、看整个产品的营养情况,而不是只看包装正面的“益生元”三个字。

上游新闻-重庆晨报记者 何艳

刊登 13018333716
热线 15023163856

◆今遗失重庆壹星楼股份有限公司所发渝120号21-8施照玉、黎思维注册约证壹本,声明作废
◆遗失开县中药材产业协会公章一枚及周昀嵘法人章一枚声明作废

关于资产无偿划转的公告
重庆建工集团房地产开发有限公司拟将持有的土地(账面价值17023万元)无偿划转至全资子公司重庆新嘉置业有限公司,相关划转事项不会划出产生经营、财务及法律责任,特此公告。
重庆建工集团房地产开发有限公司 重庆建工新嘉置业有限公司

重庆市巴南区烟草专卖局公告 巴烟公(2026)第116号
2026年9月28日,我局联合公安干警在重庆市万州区高梁镇川恒通通速通分装中心,查获CR(烟壳)共13个,CR(多叶烟壳)6个,2个品种共计9个,并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市万州区烟草专卖局(地址:重庆市万州区江南新区玉山路6号)联系处理。逾期,我局将依据《烟草专卖法》相关规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
联系人:王兵、钱程 联系电话:023-61017067 联系地址:重庆市万州区烟草专卖局(地址:重庆市万州区江南新区玉山路6号)

关于解除张萌劳动合同的决定
张萌,身份证号:50022220010422****,于2026年5月至今年多次无故旷工,其行为严重违反公司的规章制度。公司研究决定于2026年10月12日依法解除与张萌的劳动合同。

重庆双高实业有限公司 2026年10月12日

公告:根据公司章程规定,重庆富晋企业管理集团有限公司(统一社会信用代码:91500100MA5UJ1X080)定于2026年10月20日上午9点召开股东会,请各位股东准时参会。会议地点:重庆市北碚区富晋企业管理集团有限公司二楼会议室(于黔江分公司二楼会议室)。会议议题:关于黔江分公司股权转让事宜。
重庆富晋企业管理集团有限公司 2026年10月11日

认尸公告
2026年9月28日在涪陵区石沱镇海石化长江水域发现一具男尸,20~40岁,身高1.7米,穿灰色短袖POLO衫,请知情人与长江航运公安局重庆分局联系:63770249。

重庆市巴南区烟草专卖局 2026年10月11日