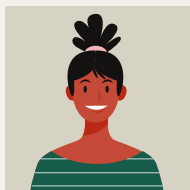
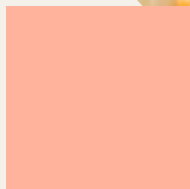
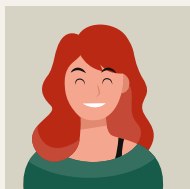
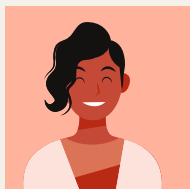
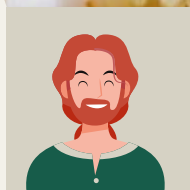
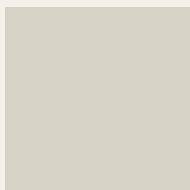
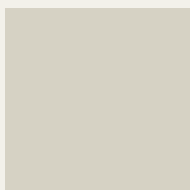
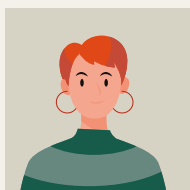


第二次全港性 食物消費量調查 報告書



第二次全港性食物消費量調查 報告書

香港特別行政區政府
食物環境衛生署
食物安全中心
2021年6月



本報告書由香港特別行政區政府食物環境衛生署
食物安全中心發表。未經食物安全中心書面許
可，不得翻印、審訂或摘錄或於其他刊物或研究
著作轉載本報告書的全部或部分研究資料。若轉
載本報告書其他部分的內容，須註明出處。

通訊處：

香港金鐘道66號

金鐘道政府合署43樓

食物環境衛生署

食物安全中心

風險評估組

電子郵箱：enquiries@fehd.gov.hk

目錄

目錄	i
列表綜覽	ii
摘要	iii
I. 調查的背景及設計	1
1.1 背景	1
1.2 調查目的	1
1.3 數據收集期	1
1.4 受訪者	1
1.5 抽樣方法	2
1.6 估算方法	2
1.7 數據收集方法及研究工具	3
外勤資料管理系統	3
香港膳食系統	4
人口資料	4
身高及體重	4
飲食資料	4
1.8 訪問員培訓及試點測試	8
II. 外勤工作和數據管理	9
2.1 外勤工作數據統計	9
2.2 數據編校和品質控制	9
III. 人口及體形特徵	11
3.1 性別及年齡	11
3.2 身高及體重	12
3.3 體重指標	13
IV. 24小時膳食回顧訪問收集的食物消費量資料	15
4.1 食物消費量	15
4.2 按食物組別劃分的食物消費量	15
4.3 按性別和年齡組別劃分的食物消費量比較	17
4.4 食物消費量隨時間的變動	18
4.5 烹調方法	22
V. 食物頻率問卷收集的食物消費量資料	23
5.1 涵蓋的食物項目	23
5.2 經食物頻率問卷收集的食物消費量數據	23
VI. 討論和總結	24
6.1 調查的整體成效	24
6.2 主要結果	24
6.3 調查的優點	25
6.4 調查的限制	25
回應率	26
食物消費量的季節性差異	26
受訪者提供食物消費量數據的準確度	27
附件(表)	28

列表綜覽

表 1.1	基什網格	2
表 1.2	食物組別、食物亞組別及食物項目示例	6
表 1.3	食譜示例	7
表 1.4	時令 / 節令食物的供應期	8
表 2.1	四個調查季度內按性別和年齡組別劃分的受訪者分布情況	9
表 3.1	按性別及年齡劃分的受訪者人數(樣本總計).....	11
表 3.2	按性別及年齡劃分的受訪者加權人數	11
表 3.3	按性別及年齡劃分的受訪者(加權)平均身高(厘米)	12
表 3.4	按性別及年齡劃分的受訪者(加權)平均體重(公斤)	12
表 3.5	按性別及年齡劃分的受訪者(加權)平均體重指標.....	13
表 3.6	按性別、年齡及體重指標劃分的受訪者(加權)人數及百分比.....	13
表 4.1	按性別及年齡劃分的受訪者(加權)每天平均固體食物進食量(克).....	15
表 4.2	按性別及年齡劃分的受訪者(加權)每天平均液體食物進食量(毫升).....	15
表 4.3	第一次及第二次全港性食物消費量調查受訪者(加權)每天平均 飲食量比較	20
表 4.4	香港膳食系統預設的烹調方法	22
表 A.1	在 24 小時膳食回顧中按食物組別劃分的受訪者及進食者(加權) 每天飲食量	28
表 A.2	在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權) 每天飲食量	30
表 A.3	在 24 小時膳食回顧中按食物組別及性別劃分的受訪者及進食者(加權) 每天平均飲食量	42
表 A.4	在 24 小時膳食回顧中按食物組別及年齡劃分的受訪者及進食者(加權) 每天平均飲食量	44
表 A.5	在食物頻率問卷中按食物項目劃分的受訪者及進食者(加權) 在訪問前 12 個月每天飲食量.....	46

摘要

本報告闡述第二次全港性食物消費量調查的結果。這項調查於 2018 至 2020 年間在香港進行，以調查本港 18 歲或以上成年人的食物消費量。政策二十一有限公司在食物環境衛生署(食環署)委託下為食物安全中心(食安中心)進行這項調查，目的是收集最新的食物消費量資料，供食安中心進行風險評估，以保障食物安全。

這項調查的主要目的是收集本港人口的食物消費量資料，尤其是所進食食物的種類和分量。此外，調查亦收集受訪者有關體形及人口的基本資料，以便詮釋所收集得的食物消費量資料。

訪問員會在兩個非連續日子各進行一次 24 小時膳食回顧訪問，請受訪者憶述在過去 24 小時曾進食各種食物和飲品。訪問員會按多重訪問步驟(multiple-pass method)收集相關資料，並把資料輸入其手提電腦的香港膳食系統內。此外，訪問員會從受訪者收集食物頻率問卷內一些選定食物項目的消費量資料。

這項調查採用二階段抽樣設計，首先以政府統計處的“屋宇單位框”作為抽樣框，抽選屋宇單位以制訂具代表性的複樣本清單，然後透過基什網格法，從選定屋宇單位每個住戶隨機抽出一名目標受訪者進行訪問。為估算和分析本港人口的食物消費模式，有關數據會適當倍大合計，以作分析。

這項調查的訪問對象為本港年滿 18 歲，操廣東話、普通話或英語的陸上非住院人口，外籍家庭傭工及訪客除外。完成訪問的受訪者共有 3 752 人，佔所抽選合資格受訪者的 53.4%。

食物消費量資料

根據從 24 小時膳食回顧訪問所收集得的資料，這項調查獲取了一套更新的食物消費量數據，包含本港人口曾進食的 30 個食物組別和 160 個食物亞組別的每天平均消費量。本港成年人平均每天進食共 1.15 公斤固體食物和 1 741 毫升液體食物(包括水)。根據本港人口的每天平均食物消費量，部分主要的食物組別的結果分述如下。

穀物及穀物製品的每天消費量為 395.31 克，當中米飯佔 61.2%(每天 242.12 克)，而由各種原材料(米、麥等)製成的粉麵則佔 36.4%(每天 143.72 克)。**烘焙食品及中式糕點**是與穀物及穀物製品密切相關的一個食物組別，因為前者包含大量穀物成分。烘焙食品及中式糕點的每天消費量為 45.56 克，當中麵包佔約 70%(每天 31.51 克)。

蔬菜和水果的每天消費量分別為 202.65 克和 120.31 克。蔬菜的每天消費量，過半源自葉菜和蕓薹屬植物(112.04 克)，果菜類和瓜菜類佔 16.8%(34.05 克)，塊根類 / 塊莖類蔬菜則略少於 10%(19.83 克)。水果的每天消費量，約三分之一源自柑橘類(每天 41.10 克或 34.2%)，另外 26.0%來自梨果類(每天 31.29 克)。

肉類和家禽的每天消費量分別為 78.36 克和 32.12 克。肉類約 70%的消費量源自豬(雜臟除外)(每天 54.77 克)，牛(雜臟除外)則佔 24%(每天 18.63 克)。至於家禽，超過 95%的消費量來自雞(雜臟除外)(每天 30.63 克)。**魚類**的每天消費量為 43.54 克。

蛋類及蛋類製品的每天消費量為 26.44 克，當中超過 95%來自雞蛋。**奶類及奶類製品**的每天消費量為 24.86 克，超過四分之三來自奶、奶類飲品及奶粉(19.56 克或 78.7%)。

在本地受歡迎食品中，**點心**(多款包含各種食材或餡料的中西式小點)的每天消費量為 48.05 克，**燒味滷味**(主要為經燒製、焗製或滷製的肉類和家禽產品)的每天消費量則為 15.34 克。有關 30 個食物組別和 160 個食物亞組別的每天平均飲食量分別詳列於表 A.1 及表 A.2。

透過運用食物頻率問卷，這項調查亦獲取了一些較難在 24 小時膳食回顧訪問中收集到的時令食品(例如龍眼和荔枝)和節令食品(例如中式年糕和焗製月餅)消費量數據，以及一些對食物安全 / 風險評估具意義的食物(例如生蠔和劍魚刺身)的消費量數據。受訪者在訪問前的 12 個月內就 36 種選定食物的每天飲食量載列於表 A.5。

I. 調查的背景及設計

1.1 背景

- 1.1.1 食物環境衛生署(食環署)採用風險分析模式，作為制訂食物安全控制策略的基礎。風險分析模式是聯合國糧食及農業組織(糧農組織)和世界衛生組織(世衛)倡議的國際最佳做法，有助善用資源，訂定工作優次。
- 1.1.2 風險分析模式以風險評估、管理和傳達為基礎，三者環環緊扣。風險評估其中一項特性，是對市民從膳食途徑可能攝入的危害進行定量評估。換言之，風險定量評估須在取得食物消費量資料後，才能進行。
- 1.1.3 人口的整體飲食模式可能會隨時間改變，因為人口結構(例如性別和年齡分布情況)會隨時間變化，而不同性別和年齡組別進食者的飲食習慣，也可能出現變化。因此，我們須持續收集全體市民的食物消費量數據。此外，為加強食環署的風險評估能力，我們須根據食物消費量數據，以科學方法評估市民因日常飲食中不同危害而面對的已知或潛在健康風險。第一次全港性食物消費量調查在 2005 至 2007 年間進行，而這次調查是食環署第二次進行的同類調查，以收集本港市民最新的食物消費量資料。食環署委託政策二十一有限公司(政策二十一)進行這次調查，除更新第一次全港性食物消費量調查所得的飲食模式資料外，並收集新的飲食資料，例如烹調方法。
- 1.1.4 食環署委託政策二十一進行這項調查，負責進行以下工作：
- (a) 訓練和調派訪問員，以食環署開發的香港膳食系統收集受訪者的數據；
 - (b) 開發外勤資料管理系統，以監察訪問進度；
 - (c) 進行數據品質控制；
 - (d) 提交準確無誤的數據集及統計表；以及
 - (e) 分析收集到的數據和編寫調查報告。

1.2 調查目的

- 1.2.1 這項調查的主要目的是收集本港人口的食物消費量資料，尤其是所進食食物的種類和分量。此外，調查亦收集受訪者有關體形及人口的基本資料，以便詮釋所收集得的食物消費量資料。

1.3 數據收集期

- 1.3.1 主要數據收集工作在全年四個季度進行，以收集涵蓋季節性進食模式差異的具代表性的膳食量數據。

1.4 受訪者

- 1.4.1 這項調查的目標受訪者為本港年滿 18 歲，操廣東話、普通話或英語的陸上非住

院人口，外籍家庭傭工及訪客除外。在外勤訪問期間，共有 3 752 名受訪者完成訪問。

1.5 抽樣方法

- 1.5.1 以政府統計處的“屋宇單位框”作為抽樣框，抽選屋宇單位以制訂具代表性的複樣本清單。“屋宇單位框”由兩個不同類別的檔案庫組成，分別為屋宇單位檔案庫及小區檔案庫。
- 1.5.2 在屋宇單位框內的記錄，首先以所屬地區及屋宇單位類別分層，然後使用等距複樣本抽樣法，選定隨機起點後，有系統地按固定間距從抽樣框抽選屋宇單位，組成複樣本。小區檔案庫的抽樣方法與屋宇單位檔案庫的抽樣法相似，但小區檔案庫記錄只按地區排序。
- 1.5.3 選定屋宇單位的所有住戶均會接受進一步抽樣。我們採用基什網格法，從選定屋宇單位中每一住戶隨機選出一名目標受訪者進行訪問。在抽樣過程中，每個屋宇單位均獲分配一個基什網格表代碼(由 A 到 F)。住戶的所有合資格成員會按年齡和性別排序，年齡最大者為首。其後，我們會根據住戶的基什網格表代碼和合資格住戶成員數目，選出合適的住戶成員接受訪問。(多於一個住戶的屋宇單位，則所有住戶均採用同一個基什網格表。)相關的基什網格表載於表 1.1。

表1.1 基什網格

分配表上的比例	基什網格表代碼	若合資格的住戶成員數目為：					
		1	2	3	4	5	6 或以上
選定受訪者的編號							
1/6	A	1	1	1	1	1	1
1/12	B1	1	1	1	1	2	2
1/12	B2	1	1	1	2	2	2
1/6	C	1	1	2	2	3	3
1/6	D	1	2	2	3	4	4
1/12	E1	1	2	3	3	3	5
1/12	E2	1	2	3	4	5	5
1/6	F	1	2	3	4	5	6

1.6 估算方法

- 1.6.1 這項調查採用二階段抽樣設計，首先從政府統計處設立的“屋宇單位框”中選出屋宇單位的住戶，再根據基什網格表，從每個住戶選出一名受訪者。為估算和分析整體人口而非所收集數量樣本的食物消費模式，有關數據會適當倍大以作統計，因此，設定了加倍 / 加權因子，個別數據會據此倍大 / 加權計算。
- 1.6.2 基本上，加倍因子與選擇機率正好相反，而由於這項調查採用二階段抽樣設計，我們已考慮到各階段的選擇機率。此外，不同性別和年齡組別的個別受訪者，彼此的回應模式可能不同。為展現目標人口整體的食物消費模式，在倍大進行統計時，須以政府統計處的綜合住戶統計調查在相關調查期內最新修訂的性別及年齡分布情況作為基準，以調整加權比例，涵蓋不回應者。

- 1.6.3 本報告涵蓋在 2018 年 4 月至 2020 年 2 月期間收集的數據，調查的中段時期約為 2019 年年初，因此，我們把 2019 年第一季度綜合住戶統計調查的人口分布情況作為加權基準。
- 1.6.4 除另有說明外，本報告的統計數字是加權調整後受訪者和進食者的食物消費量數據。
- 1.6.5 由於本報告涵蓋 3 752 個已整理完成的隨機樣本，調查結果可能會因抽樣性差異而受影響。此外，不同年齡和性別分組的回應模式不一，故應審慎闡釋這項調查的結果。

1.7 數據收集方法及研究工具

- 1.7.1 這項調查採用兩個安裝於手提電腦的主要電腦程式，即 (a)香港膳食系統及 (b)外勤資料管理系統，以收集目標受訪者的資料。

外勤資料管理系統

- 1.7.2 外勤資料管理系統是為管理外勤工作而專門開發的電腦程式。每部在這次調查訪問工作中使用的手提電腦，均已安裝這程式，可透過屋宇單位編號，與香港膳食系統內的數據連結。屋宇單位編號即預先編配給每個樣本屋宇單位的受訪者編號。
- 1.7.3 在收集數據時，訪問員會在第一次訪問中查明樣本屋宇單位的住戶總數，並把資料輸入外勤資料管理系統。該系統會因應住戶數目編定對應的受訪者編號，以確保每個受訪者編號均為獨一無二。
- 1.7.4 香港膳食系統序號由系統自動編定。為方便香港膳食系統與外勤資料管理系統連結，訪問員需把香港膳食系統序號輸入外勤資料管理系統。
- 1.7.5 為保護外勤資料管理系統收集到的樣本住戶成員個人資料，系統貯存和顯示的個人數據(如姓名及電話號碼)均會加密。
- 1.7.6 外勤資料管理系統記錄或收集了以下資料：
- 受訪者姓名(加密序號形式)；
 - 聯絡電話號碼(加密序號形式)；
 - 訪問日期和時間；
 - 所有年滿 18 歲住戶成員的性別和年齡(外籍家庭傭工除外)；
 - 訪問結果：完成訪問、完成部分訪問、無法接觸、屋宇單位空置、屋宇單位已拆卸、地址有誤、沒有合資格住戶成員(例如語言不通或住戶成員未滿 18 歲等)；
 - 訪問日次序，即第一次訪問(第一天)或第二次訪問(第二天)；以及
 - 已完成的問卷(即第一天 24 小時膳食回顧、第二天 24 小時膳食回顧及食物頻率問卷)。

香港膳食系統

- 1.7.7 香港膳食系統是食環署開發的電腦程式，預置了支援資料庫(包括食物編碼資料庫、食譜資料庫、食物成分資料庫、食物分量計量資料庫)，以便訪問員在訪問時以電子方式記錄受訪者的飲食資料、身高體重數據及人口資料。該系統由訓練有素的訪問員操作。
- 1.7.8 香港膳食系統內設核査功能，以提高記錄的一致性和所得數據的準確度。舉例來說，如有資料遺漏，或因訪問員錯誤輸入資料/受訪者報述錯誤而輸入不正常數據，系統會有標示，以提醒訪問員即時進一步查問或向受訪者查證資料。此外，香港膳食系統預載了特定的詳細資料，以便根據受訪者所述的食物製作方法自動計算食用油和調味料的消費量。系統並內設指引和即時提示訊息，有助訪問員在訪問時取得受訪者詳細的飲食資料。
- 1.7.9 如有需要因應受訪者在訪問時提供的資料而新增食物項目及食譜，香港膳食系統各個支援資料庫將會同時更新。
- 1.7.10 香港膳食系統具備匯出功能，收集所得數據可以 Microsoft Excel 格式匯出，以便進一步處理有關數據。

人口資料

- 1.7.11 人口資料指與受訪者相關的社會人口特徵數據，包括性別、年齡、居港年期、種族、教育程度及職業。所有人口資料均在第一次訪問時收集。

身高及體重

- 1.7.12 身高及體重數據分別以厘米和公斤作為單位，並於第一次訪問時收集。訪問員會依照標準程序，在第一次訪問時，以手提電子磅為受訪者量度體重兩次(取至小數點後一個位)。然而，受訪者亦可自行申報體重。訪問員亦會請受訪者提供身高數據，如受訪者未能提供有關數據，訪問員會以捲尺替受訪者量度身高。
- 1.7.13 為確保體重數據的準確度，電子磅會每兩星期校準一次。體重量度程序是食物消費量訪問員培訓項目之一，訪問員會學習如何正確使用電子磅(型號：Tanita HD-395 及 Accumed WB104)，包括如何校準電子磅。

飲食資料

- 1.7.14 飲食資料指 24 小時膳食回顧和食物頻率問卷收集的數據。24 小時膳食回顧採用多重訪問步驟(multiple-pass method)，受訪者需於兩個非連續日子各接受一次 24 小時膳食回顧訪問，憶述過去 24 小時(即訪問前一天早上 6 時至訪問當天早上 6 時)曾進食的食物和飲品。訪問員會向受訪者展示食物分量量度工具(食物圖片冊、食具等)，協助受訪者估算食物進食量，之後訪問員會把有關數據記存於香港膳食系統。第一天的 24 小時膳食回顧須以面談訪問方式進行，而第二天的 24 小時膳食回顧則可以是面談訪問或電話訪問。兩次 24 小時膳食回顧相隔最少三天，而進行第二天 24 小時膳食回顧的日子，視乎受訪者可在哪天接受訪問而定，但兩次訪問不能相隔超過 11 天。此外，兩次訪問不能於同一周日進行，而

且不能有多於一次訪問是在周末或公眾假期進行。

- 1.7.15 受訪者曾進食的食物和飲品分類為 30 個食物組別。在這項調查開始時，所有食物組別再細分為 167 個亞組別及 1 871 個食物項目。在收集數據期間，一些食物未能歸類或配對為預定的 1 871 個食物項目，在這情況下，正如上文第 1.7.9 段所述，香港膳食系統增入了 17 個新食物項目，因此，食物項目表上的食物項目增至 1 888 項，而食物組別及亞組別的數目則維持不變。食物組別、亞組別及食物項目的示例載於表 1.2。

表1.2 食物組別、食物亞組別及食物項目示例

食物組別	食物亞組別	食物項目
2F06	肉類	
	2F0601	牛(雜臟除外)
	2F0601001	牛肉
	2F0601002	牛肉丸
	2F0601003	波洛尼亞牛肉紅腸
	2F0601004	牛腩
	2F0601005	五香煙燻牛肉
	2F0601006	莎樂美牛肉腸
	2F0601007	牛肉腸
	2F0601008	牛扒
	2F0601009	牛肉乾
	2F0601010	免治牛肉(碎)
	2F0601011	牛骨髓
	2F0601012	鹹牛肉
	2F0601013	漢堡扒
	2F0601014	牛尾
	2F0601015	牛仔骨
	2F0601999	牛(雜臟除外)(未指明項目)
	2F0602	牛雜臟
	2F0602001	牛血
	2F0602002	牛腦

	2F0603	豬(雜臟除外)

	2F0699	肉類(未指明類別)

1.7.16 進食者所進食的熟食來自兩個途徑，即自行烹煮和食肆烹製。就自行烹煮的食物而言，香港膳食系統會指示訪問員收集食物項目、進食量和烹調方法的資料。

1.7.17 至於按照食譜製作的食物，我們在這項調查開始前已設立食譜資料庫，內有超過1 000份具代表性或標準的食譜，以及較獨特的食譜。一旦找到合適的食譜，並輸入進食量，香港膳食系統會提供相關的食物項目/食材及相應的進食量資料。在訪問過程中，訪問員可微調食譜的食材組合，例如替換或刪除某些食材。如需對食譜進行更複雜的調整，則可在隨後的數據驗證階段處理。不過，這項調查旨在收集個別食材的消費量資料，食譜中菜式的消費量則不會保留在數據集內。食譜的示例見表1.3。

表1.4 時令 / 節令食物的供應期

食物頻率問卷 食物項目編號	食物頻率問卷 食物項目名稱	進食高峰期的 日數	全年/ 特定時期 供應
2FFQ026	中式年糕	30	特定時期
2FFQ027	中式賀年糖果	30	特定時期
2FFQ028	油角	30	特定時期
2FFQ029	煎堆	30	全年
2FFQ030	瓜子	30	全年
2FFQ031	糰	30	全年
2FFQ032	龍眼	90	全年#
2FFQ033	荔枝	90	全年#
2FFQ034	焗製月餅	45	特定時期
2FFQ035	冰皮月餅	45	特定時期
2FFQ036	大閘蟹	150	特定時期

包括加工食物，例如罐裝食品。

1.8 訪問員培訓及試點測試

- 1.8.1 調查訪問員須接受為期五天的訓練(包括由訪問經理提供的全面訪問訓練，以及研究經理(營養)就收集飲食和身高體重資料所提供的技巧訓練)，並於訓練期完結時接受測試。只有通過測試的訪問員，才獲委派收集數據。為實地測試這項調查所採用的研究工具及方法，我們進行了試點測試，並根據所得經驗，修訂了研究工具和對訪問安排作出微調。

II. 外勤工作和數據管理

2.1 外勤工作數據統計

2.1.1 我們在 2018 年 4 月至 2020 年 2 月外勤訪問期間，到訪了樣本屋宇單位的所有住戶，成功訪問 3 752 人，回應率為 53.4%。

2.1.2 表 2.1 列出在四個調查季度內完成訪問的受訪者分布情況。

表2.1 四個調查季度內按性別和年齡組別劃分的受訪者分布情況

年齡組別	第一季 (2019 年和 2020 年)		第二季 (2018 年和 2019 年)		第三季 (2018 年 和 2019 年)		第四季 (2018 年和 2019 年)		總數	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18-29	66	58	69	53	53	35	50	40	238	186
30-49	124	171	164	215	106	168	73	141	467	695
50-64	105	143	177	199	86	146	115	145	483	633
65+	97	155	130	179	113	132	116	128	456	594
小計	392	527	540	646	358	481	354	454	1 644	2 108
季度	919		1 186		839		808		3 752	
總數(百分比)	(24.49%)		(31.61%)		(22.36%)		(21.54%)		(100.00%)	

2.1.3 在兩個非連續日子進行的 24 小時膳食回顧訪問，有約 86.5% 的訪問在周日進行，13.5% 在周末進行。這些訪問有 92.3% 前後相隔 3 至 11 日天進行。至於訪問所需時間，第一天的 24 小時膳食回顧是面談訪問，第二天的 24 小時膳食回顧則主要為電話訪問，所需時間的眾數分別為 21 分鐘及 14 分鐘。至於食物頻率問卷，完成問卷所需時間的眾數為 10 分鐘。上述時間不包括向住戶解釋這項調查的目的和運作安排、以基什網格法選取受訪者，以及收集受訪者的人口和身高體重資料所需的時間。

2.2 數據編校和品質控制

2.2.1 訪問員主管會在數據與電腦伺服器中央數據庫同步的過程中核實和編校數據，其間，訪問員主管會與相關的訪問員一起核查訪問記錄和整個訪問過程，例如抽樣程序是否正確，以及有否妥為記錄受訪者提供的食物消費量資料；遇有不尋常或可疑的情況，則在需要時會致電受訪者，以核實資料。

2.2.2 一支由營養師和營養學家組成的營養團隊，負責監控飲食數據的質素。如受訪者憶述的食物未能與香港膳食系統中的食物編碼配對，訪問員會根據受訪者提供的

食物資訊，在系統內備註，其後，營養團隊會協助為有關的食物項目編碼。此外，如發現有食物項目的編碼未能準確反映受訪者提供的食物消費量資料，營養團隊會就該食物項目重新編碼。

- 2.2.3 除編校和核實數據外，一支由質量檢定員組成的獨立小隊會抽查已完成的訪問個案，該隊人員會與受訪者聯絡，以核實他們所提供的數據。
- 2.2.4 上述品質控制措施在整個數據收集期內全程落實執行，以監察訪問員的表現。只有表現良好的訪問員，才能實地收集數據。
- 2.2.5 為減少數據集出現漏報的數值，香港膳食系統內設核對功能，在數據不全時，系統會即時作出提示，並標示漏填之處，以便訪問員向受訪者進一步查明情況和核對資料。訪問員皆接受過充分的訪問技巧訓練，可在合理切實可行情況下，把數據漏報的機會減至最低。在收集人口資料方面，訪問員受訓須向受訪者保證收集的資料均會保密，以減少受訪者故意誤報人口資料的風險。在進行食物頻率問卷訪問時，如有食物項目出現漏報的數值，香港膳食系統會提醒訪問員，並指出漏填之處。訪問員須填入有效的數據，訪問才能繼續進行。此外，訪問員受過訓練，在受訪者回答「不知道 / 不確定」時，他們會出示食物圖片手冊，有技巧地提問和協助受訪者憶述有關詳情。
- 2.2.6 在 24 小時膳食回顧訪問和食物頻率問卷中有作記錄的每項食物，其消費量分布情況均經過核查。如發現消費量異常地高，在可行情況下，我們會向訪問員和受訪者查核實原來的訪問記錄，以澄清異常高的消費量確是受訪者所報稱的情況，抑或是訪問員數據輸入錯誤所致。
- 2.2.7 一些食物消費量數值可能反映特殊的食物攝入模式，而非資料錯誤。這些不尋常數值個案在風險評估工作，以至識別高風險羣組方面，起着重要作用。因此，這些個案都會逐一檢視，格外審慎處理，以判定有關數值是否真實可信。只有確定為明顯不合理的數值，才會再行設算。

III. 人口及體形特徵

3.1 性別及年齡

3.1.1 在 3 752 名受訪者當中，1 644 人(43.8%)為男性，2 108 人(56.2%)為女性。受訪者的性別和年齡見表 3.1。

表3.1 按性別及年齡劃分的受訪者人數(樣本總計)

年齡	男性		女性		總數	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
18-29	238	14.5	186	8.8	424	11.3
30-49	467	28.4	695	33.0	1 162	31.0
50-64	483	29.4	633	30.0	1 116	29.7
65+	456	27.7	594	28.2	1 050	28.0
總數	1 644	100.0	2 108	100.0	3 752	100.0

註釋：

(1) 由於進位關係，百分比相加可能不等於總數。

3.1.2 根據政府統計處綜合住戶統計調查的統計數字，可得出 2019 年第一季不同性別和年齡受訪者的加權人數，詳見表 3.2。

表3.2 按性別及年齡劃分的受訪者加權人數

年齡	男性		女性		總數	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
18-29	494 000	17.3	492 200	15.3	986 300	16.3
30-49	928 800	32.6	1 129 900	35.2	2 058 700	34.0
50-64	841 800	29.5	927 000	28.9	1 768 800	29.2
65+	588 600	20.6	660 400	20.6	1 249 000	20.6
總數	2 853 200	100.0	3 209 600	100.0	6 062 800	100.0

註釋：

(1) 人數進位至最接近的百位數。

(2) 由於進位關係，人數和百分比分別相加可能不等於總數。

3.1.3 受訪者(加權)中約 50%的人年齡在 50 歲或以上，而在 2005 至 2007 年間進行的第一次全港性食物消費量調查中，只有 36%受訪者(加權)屬這年齡組別。年齡結構不同，在比對兩項調查全部受訪者的各項統計數字時，可能會造成影響。(兩次調查在年齡組別劃分上稍有不同，因此，難按年齡組別直接作比較。)

3.1.4 不論男性或女性，年輕人口佔樣本總計的百分比(見表3.1)均低於受訪者加權人數的百分比(見表3.2)。由於百分比比較低，在分析18至29歲組別的統計數字，尤其是這年齡組別按其他特徵劃分的分項時，應保持審慎。在分析某些統計數字時，或有需要一併考慮18至29歲和30至49歲兩個組別的調查結果。舉例來說，如按性別和年齡進行分析，18至29歲男性組別及18至29歲女性組別的調查結果均有較大的估算誤差，因此，宜考慮合併為18至49歲男性或18至49歲女性組別作分析，或改為整體考慮18至29歲組別(即不分性別)受訪者的調查結果。

3.2 身高及體重

3.2.1 男性和女性受訪者(加權)的平均高度分別為169.97厘米及157.61厘米(見表3.3)。

表3.3 按性別及年齡劃分的受訪者(加權)平均身高(厘米)

年齡	男性			女性			總數		
	人數	平均值	標準差	人數	平均值	標準差	人數	平均值	標準差
18-29	494 000	172.98	6.09	492 200	159.77	5.78	986 300	166.39	8.88
30-49	928 800	172.38	6.44	1 127 000	159.10	5.69	2 055 700	165.10	8.96
50-64	839 500	168.54	6.35	920 900	157.14	5.35	1 760 400	162.58	8.16
65+	582 200	165.65	6.27	656 900	154.11	6.26	1 239 100	159.54	8.51
總數	2 844 500	169.97	6.91	3 197 100	157.61	6.08	6 041 500	163.43	8.95
拒答	8 700	-	-	12 500	-	-	21 200	-	-

註釋：

- (1) 95.9%的身高數據由受訪者自行提供。
- (2) 人數進位至最接近的百位數。
- (3) 由於進位關係，人數相加可能不等於總數。

3.2.2 按性別及年齡劃分的受訪者平均體重數字載於表3.4。男性受訪者的平均體重為69.58公斤，女性則為57.12公斤。

表3.4 按性別及年齡劃分的受訪者(加權)平均體重(公斤)

年齡	男性			女性			總數		
	人數	平均值	標準差	人數	平均值	標準差	人數	平均值	標準差
18-29	494 000	67.42	12.32	484 900	55.27	10.23	979 000	61.40	12.86
30-49	925 900	73.16	12.87	1 125 400	56.95	9.56	2 051 400	64.27	13.78
50-64	839 500	70.17	11.64	921 800	58.66	9.31	1 761 300	64.15	11.96
65+	581 500	64.88	10.46	651 200	56.61	10.10	1 232 800	60.51	11.07
總數	2 841 000	69.58	12.35	3 183 400	57.12	9.77	6 024 400	63.00	12.69
拒答	12 200	-	-	26 200	-	-	38 300	-	-

註釋：

- (1) 20.5%的體重數據由受訪者自行提供。
- (2) 人數進位至最接近的百位數。
- (3) 由於進位關係，人數相加可能不等於總數。

3.3 體重指標

3.3.1 按性別及年齡劃分的平均體重指標見表 3.5。

表3.5 按性別及年齡劃分的受訪者(加權)平均體重指標

年齡	男性			女性			總數		
	人數	平均值	標準差	人數	平均值	標準差	人數	平均值	標準差
18-29	494 000	22.51	3.79	484 900	21.63	3.66	979 000	22.07	3.75
30-49	925 900	24.62	4.10	1 124 000	22.51	3.65	2 050 000	23.46	4.00
50-64	839 500	24.67	3.63	918 000	23.78	3.80	1 757 500	24.21	3.75
65+	580 200	23.65	3.67	649 500	23.83	3.94	1 229 700	23.75	3.82
總數	2 839 700	24.07	3.91	3 176 500	23.01	3.85	6 016 200	23.51	3.91
漏報#	13 500	-	-	33 100	-	-	46 600	-	-

註釋：

(1) 體重指標(公斤 / 米²) = 體重(公斤) / 身高²(米)

(2) 人數進位至最接近的百位數。

(3) 由於進位關係，人數相加可能不等於總數。

某些受訪者拒絕提供身高體重資料，因此未能計算其體重指標。

3.3.2 男性及女性受訪者的整體平均體重指標分別為 24.07 及 23.01，高於第一次全港性食物消費量調查相應的整體平均數字(男性及女性的整體平均體重指標分別為 23.7 及 22.7)。

3.3.3 根據世衛的建議，亞裔成年人的個人體重指標可分為四個類別，即過輕(低於 18.5)、適中(18.5 至 23 以下)、超重(23 至 25 以下)和肥胖(25 或以上)。表 3.6 載列這四個類別受訪者按性別和年齡劃分的分布情況。

表3.6 按性別、年齡及體重指標劃分的受訪者(加權)人數及百分比

體重指標分類		年齡				總數
		18-29	30-49	50-64	65+	
男性						
過輕(<18.5)	人數	64 400	49 800	20 700	40 000	174 900
	百分比	13.0	5.4	2.5	6.8	6.1
適中(18.5 - < 23.0)	人數	232 000	283 300	270 200	210 200	995 700
	百分比	47.0	30.5	32.1	35.7	34.9
超重(23.0 - < 25.0)	人數	86 800	198 700	203 300	131 000	619 800
	百分比	17.6	21.4	24.1	22.3	21.7
肥胖(25.0+)	人數	110 900	394 000	345 300	199 100	1 049 300
	百分比	22.5	42.4	41.0	33.8	36.8
拒答 / 漏報	人數	0	2 800	2 300	8 300	13 500
	百分比	0.0	0.3	0.3	1.4	0.5
總數	人數	494 000	928 800	841 800	588 600	2 853 200
	百分比	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

女性						
過輕(<18.5)	人數	78 100	90 800	47 300	49 800	266 100
	百分比	15.9	8.0	5.1	7.5	8.3
適中(18.5 - < 23.0)	人數	278 500	633 200	376 400	233 000	1 521 100
	百分比	56.6	56.0	40.6	35.3	47.4
超重 (23.0 - < 25.0)	人數	67 300	176 700	190 500	133 300	567 900
	百分比	13.7	15.6	20.6	20.2	17.7
肥胖 (25.0+)	人數	61 000	223 300	303 800	233 400	821 500
	百分比	12.4	19.8	32.8	35.3	25.6
拒答 / 漏報	人數	7 300	5 900	9 000	11 000	33 100
	百分比	1.5	0.5	1.0	1.7	1.0
總數	人數	492 200	1 129 900	927 000	660 400	3 209 600
	百分比	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
男性及女性						
過輕(<18.5)	人數	142 500	140 700	68 100	89 800	441 000
	百分比	14.4	6.8	3.8	7.2	7.3
適中(18.5 - < 23.0)	人數	510 500	916 600	646 600	443 200	2 516 800
	百分比	51.8	44.5	36.6	35.5	41.5
超重(23.0 - < 25.0)	人數	154 100	375 400	393 800	264 300	1 187 700
	百分比	15.6	18.2	22.3	21.2	19.6
肥胖(25.0+)	人數	171 900	617 300	649 100	432 400	1 870 700
	百分比	17.4	30.0	36.7	34.6	30.9
拒答 / 漏報	人數	7 300	8 700	11 300	19 300	46 600
	百分比	0.7	0.4	0.6	1.5	0.8
總數	人數	986 300	2 058 700	1 768 800	1 249 000	6 062 800
	百分比	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

註釋：

- (1) 人數進位至最接近的百位數。
- (2) 由於進位關係，人數和百分比分別相加可能不等於總數。

IV. 24 小時膳食回顧訪問收集的食物消費量資料

4.1 食物消費量

- 4.1.1 約 85%受訪者表示，他們在 24 小時膳食回顧訪問當日的食量與平時相若，而報稱當日食量較平時少或多的受訪者，比率頗為接近。在訪問當日食量較平時多最常見的原因，是出席社交場合、有特別餐飲活動或適值特別日子，而當日食量較平時少最常見的原因，則是沒有餓意或過於忙碌。超過 90%受訪者表示沒有特別的飲食習慣，3.8%受訪者表示有實行飲食管理方案(例如體重管理)，而 0.5%受訪者則報稱是素食者。
- 4.1.2 食物項目分為 30 個組別和 167 個亞組別，共涵蓋 1 871 項食物，而在訪問期間，另外補入 17 項食物，食物項目總數因此增至 1 888 項。受訪者曾進食這 30 個組別內 160 個亞組別共 1 539 項食物。除另有訂明外，本部分載列的食物消費量，是在第一天和第二天 24 小時膳食回顧訪問中收集到經加權調整後所有受訪者的每天平均飲食量數據。
- 4.1.3 固體食物和液體食物的每天平均飲食量分別為 1.15 公斤和 1 741 毫升。不同性別和年齡受訪者的飲食量有所差異(見表 4.1 和 表 4.2)。

表4.1 按性別及年齡劃分的受訪者(加權)每天平均固體食物進食量(克)

性別	年齡				總數
	18-29	30-49	50-64	65+	
男性	1 195.5	1 299.9	1 273.3	1 153.5	1 243.8
女性	983.0	1 075.0	1 103.6	1 041.3	1 062.2
總數	1 089.5	1 176.5	1 184.3	1 094.2	1 147.7

表4.2 按性別及年齡劃分的受訪者(加權)每天平均液體食物進食量(毫升)

性別	年齡				總數
	18-29	30-49	50-64	65+	
男性	1 939.2	1 953.5	1 860.2	1 570.9	1 844.6
女性	1 668.1	1 767.7	1 668.7	1 401.9	1 648.5
總數	1 803.9	1 851.5	1 759.8	1 481.5	1 740.8

4.2 按食物組別劃分的食物消費量

- 4.2.1 穀物及穀物製品的消費量為每天 395.31 克，其中米飯亞組別佔 61.2%(每天 242.12 克)，而由不同原材料(包括米、麥等)製成的粉麵則佔 36.4%(每天 143.72 克)。烘焙食品及中式糕點是與穀物及穀物製品密切相關的一個食物組別，因為前者包含大量穀物成分。烘焙食品及中式糕點的每天消費量為 45.56 克，其中麵包佔約 70%(每天 31.51 克)。

- 4.2.2 蔬菜和水果的每天消費量分別為 202.65 克和 120.31 克。蔬菜的每天消費量，過半源自葉菜和蕷屬植物(每天 112.04 克或 55.3%)，另外 16.8%來自果菜類和瓜菜類(每天 34.05 克)，塊根類 / 塊莖類蔬菜則略少於 10%(每天 19.83 克)，而豆莢類蔬菜、乾豆類及豆莢類蔬菜 / 乾豆類製品僅佔 6.5%(每天 13.21 克)。柑橘類水果佔水果每天消費量三分之一左右(每天 41.10 克或 34.2%)，梨果類水果則佔 26.0%(每天 31.29 克)。
- 4.2.3 肉類、家禽和野味的每天消費量為 110.54 克，而肉類和家禽的消費量分別是每天 78.36 克和每天 32.12 克。肉類方面，約 70%(每天 54.77 克)的消費量源自豬(雜臟除外)，牛(雜臟除外)則佔 24%(每天 18.63 克)。家禽方面，雞(雜臟除外)的每天消費量為 30.63 克(超過 95%)。肉類和家禽消費量的其他來源包括燒味滷味，如計及這方面的消費量，則肉類和家禽的每天消費量分別為 85.06 克和 40.49 克。
- 4.2.4 魚類及其他水產(即甲殼類動物和軟體動物)的每天總消費量為 55.59 克。魚類的每天平均消費量是 43.54 克，而甲殼類動物(如蝦和蟹)和軟體動物(如蠔和墨魚)的每天平均消費量分別為 6.28 克和 5.77 克。
- 4.2.5 蛋類及蛋類製品的消費量為每天 26.44 克，當中雞蛋佔超過 95%(每天 25.52 克)。奶類及奶類製品的消費量為每天 24.86 克，其中四分之三(每天 19.56 克或 78.7%)來自奶、奶類飲品和奶粉。
- 4.2.6 在本地受歡迎食品中，點心(多款包含各種食材或餡料的中西式小點)的每天消費量為 48.05 克，燒味滷味(主要為經燒製、焗製或滷製的肉類和家禽產品)的每天消費量則為 15.34 克。刺身及壽司(每天 5.57 克)和漢堡包(每天 4.79 克)的每天平均消費量僅佔點心消費量十分之一左右，薄餅的每天消費量則更低(每天 2.08 克)。
- 4.2.7 液體食物方面，不含酒精飲品的每天消費量為 1 609.97 毫升，其中水(每天 1 179.38 毫升)、茶飲(每天 273.13 毫升)和湯(每天 143.62 毫升)佔絕大部分，其次為咖啡 / 咖啡替代品(每天 47.84 毫升)、碳酸飲品(每天 33.58 毫升)、大豆、穀物、種子和朱古力類飲品(每天 24.85 毫升)，以及果汁和蔬菜汁飲品(每天 18.77 毫升)。此外，受訪者每天飲用 25.26 毫升酒精飲品，當中四分之三(18.97 毫升或 75.1%)為啤酒 / 麥酒。
- 4.2.8 這項調查亦收集了油脂類(每天 13.36 克)、糖及甜點(每天 4.34 克)、甜品(每天 7.96 克)，以及鹽、醬油、佐料及醬料(每天 16.68 克)的消費量。然而，這些食品一般是其他食物的次要原料，例如香腸和春卷中的油脂、茶飲和咖啡中添加的糖，因此，上述消費量數據並未能完全反映這些食品的實際進食量。
- 4.2.9 附件的表 A.1 和表 A.2 分別顯示受訪者每天進食各組別和亞組別食物的分量。讀者應注意，本章和相關表所述的食物消費量是以個別食物項目作計算，並只有在資料庫具備某食物項目消費量數據的情況下才會列出。然而，某些食品由多種食材製成，這些食物的消費量僅會以「混合食品」作統計而不會計算個別食材的消費量。以奶茶、點心和漢堡包為例，奶類與油脂類的消費量數據，均不包括奶茶用的奶、點心和漢堡包的油脂。因此，統計結果無可避免會低估相關食物組別及亞組別的實際消費量。

4.3 按性別和年齡組別劃分的食物消費量比較

- 4.3.1 附件的表 A.3 和表 A.4 分別按性別和年齡組別比較受訪者的食物消費量，下文概述兩者的主要分別。
- 4.3.2 在穀物及穀物製品方面，男性受訪者的每天進食量約為 460 克，較女性受訪者每天約 338 克多出 36%。如以年齡組別作比對，65 歲以下組別的每天平均消費量約為 400 克，而 65 歲或以上組別則較低(每天約 368 克)。
- 4.3.3 男性和女性受訪者的每天平均蔬菜消費量相若(略多於 200 克)，而在 18 至 29 歲年齡組別，受訪者的蔬菜消費量較低(每天約 180 克)。
- 4.3.4 有進食水果的男性和女性，每天的進食量約為 150 克，不過，只有約 76%的男性受訪者進食水果，女性受訪者則為 86%。就受訪者整體而言，女性平均較男性進食更多水果。就不同年齡組別而言，50 至 64 歲和 65 歲或以上這兩個組別的受訪者，較其他兩個較年輕組別的受訪者進食更多水果。
- 4.3.5 大約 92%的男性受訪者有進食肉類，女性則為 87%。平均來說，男性進食者的肉類消費量(每天約 104 克)較女性進食者(每天約 72 克)為多，因而男性受訪者的每天平均消費量(約 96 克)較女性(約 62 克)高出超過 50%。如以年齡組別作分析，最年長組別(65 歲或以上)受訪者的肉類消費量(每天約 55 克)最少，其他年齡組別受訪者的每天平均肉類消費量則大概在 80 克至 90 克之間。
- 4.3.6 男性受訪者較女性受訪者進食更多家禽(男性每天約 35 克，女性每天約 30 克)。以年齡分析，最年輕組別(18 至 29 歲)受訪者進食最多家禽(每天約 51 克)。受訪者的家禽消費量隨年齡增長逐漸下降，65 歲或以上組別受訪者每天只進食 15 克家禽。
- 4.3.7 男性受訪者進食魚類的分量(每天約 45 克)較女性受訪者(每天約 42 克)稍多。有進食魚類者佔受訪者的百分比，以及進食者的平均進食量，亦隨年齡增長而上升。因此，受訪者的每天消費量由 18 至 29 歲組別的 35 克，增至 65 歲或以上組別的 55 克。
- 4.3.8 男性受訪者較女性受訪者進食更多蛋類及蛋類製品(男性每天約 32 克，女性每天約 22 克)。如按不同年齡組別作分析，65 歲或以上受訪者的消費量(每天約 19 克)最少。
- 4.3.9 在奶類及奶類製品方面，男性和女性進食者的每天消費量相若(約 82 克)。約三分之一(34%)女性受訪者有進食這類食物，然而，只有約四分之一(26%)男性受訪者有進食這類食物。因此，女性受訪者每天平均的奶類及奶類製品消費量(28 克)較男性(21 克)為高。比對各年齡組別，50 至 64 歲組別的奶類及奶類製品消費量(每天約 20 克)最少，其餘三個年齡組別受訪者的每天消費量則約為 27 克。
- 4.3.10 在烘焙食品及中式糕點方面，男性和女性受訪者的每天平均消費量均約為 45 克，但男性受訪者僅約 69%進食這類製品，女性受訪者則約有 75%進食同類製品。此外，男性進食者的每天平均消費量(約 67 克)較女性進食者(約 60 克)為

高。比對各年齡組別，30 至 49 歲組別和 50 至 64 歲組別的受訪者的每天進食量約為 48 克，而其餘兩組(18 至 29 歲和 65 歲或以上)則約為 41 克。

4.3.11 在非酒精飲品方面，男性受訪者的消費量(每天約 1 700 毫升)較女性受訪者(每天 1 500 毫升)為高，而 65 歲或以上受訪者的消費量(每天約 1 400 毫升)最低。至於酒精飲品，男性受訪者的消費量(每天約 42 毫升)較女性受訪者(每天約 10 毫升)高出很多。以年齡計，50 至 64 歲組別受訪者飲用最多酒精飲品(每天約 34 毫升)。

4.3.12 在 1 514 名 18 至 64 歲女性受訪者中，有 36 人為孕婦或授乳婦女，佔所有女性受訪者 2% 左右。由於在這項調查中孕婦和授乳婦女受訪者的人數較少，她們的飲食模式未必能代表本港所有孕婦或哺乳期婦女的飲食模式，因此，本報告不會顯示有關數據。

4.4 食物消費量隨時間的變動

4.4.1 表 4.3 比對這次調查和第一次全港性食物消費量調查選定食物組別 / 亞組別的每天消費量。不過，正如第 3.1.3 段所述，這項調查約 50% 受訪者年齡在 50 歲或以上，而在第一次全港性食物消費量調查中，只有 36% 受訪者屬此年齡層。由於年輕人與長者進食食物的分量和種類可能不同，在解讀表 4.3 及下文各段所作比較時，應保持審慎。同樣值得注意的是，兩項調查的食物組別和分類不盡相同，例如這項調查加入了新的食物組別(包括「燒味滷味」、「薄餅」、「甜品」，以及「烘焙食品及中式糕點」)，而這些組別是從第一次全港性食物消費量調查原本所屬食物組別分拆出來的(例如這項調查新設的「烘焙食品及中式糕點」組別，就是從第一次全港性食物消費量調查的原食物組別「穀物及穀物製品」分拆出來)，因此，應審慎解讀下文所作的比較。

4.4.2 穀物及穀物製品的每天消費量由 430.56 克下降至 395.31 克。烘焙食品及中式糕點的每天消費量亦由 58.19 克下降至 45.56 克。

4.4.3 在兩次調查相距的一段時期內，蔬菜(包括豆莢類)的每天消費量由 191.08 克增至 202.65 克，水果的消費量則由 146.81 克下降至 120.31 克。如把蔬菜和水果合併計算，就總消費量而言，兩次調查的數據相近。

4.4.4 肉類(包括燒味滷味中的肉類食物)的每天消費量，由第一次全港性食物消費量調查的 74.23 克上升至這次調查的 85.06 克，家禽(包括燒味滷味中的家禽類食物)方面，則由 37.38 克增至 40.49 克。在兩次調查相隔的一段時期內，肉類和家禽的每天消費量合共增加了 12.5%(由 111.61 克增至 125.55 克)，水產的消費量則大幅下降，主要因為魚類的消費量由 57.48 克降至 43.54 克。

4.4.5 蛋類及蛋類製品的消費量由 15.18 克增至 26.44 克。奶類及奶類製品的每天消費量由 34.23 克減至 24.86 克。

4.4.6 在兩次調查中，非酒精飲品的每天消費量維持在 1 600 毫升左右。在這食物組別中，水的消費量增加約 110 毫升(由 1 065.62 毫升增至 1 179.38 毫升)，大大抵銷了茶飲消費量的跌幅(由 376.36 毫升降至 273.13 毫升)。碳酸飲品的消費量也見下

降，從 41.02 毫升減至 33.58 毫升，而咖啡 / 咖啡替代品的消費量則由 37.00 克上升至 47.84 克。

表4.3 第一次及第二次全港性食物消費量調查受訪者(加權)每天平均飲食量比較

	食物組別 / 食物亞組別 / 食物項目	單位	這項調查 (2018 至 2020 年)	第一次調查 (2005 至 2007 年)
2F01	穀物及穀物製品	克	395.31	430.56
	米飯	克	242.12	297.16
	以麥為主的粉麵	克	143.72	119.79
2F03	蔬菜	克	202.65	191.08
	塊根類 / 塊莖類蔬菜	克	19.83	14.82
	葉菜類、蕓薹屬植物	克	112.04	121.03
	瓜菜類	克	15.96	17.34
	豆莢類蔬菜、乾豆類及豆莢類/乾 豆類製品	克	13.21	14.13
2F04	水果	克	120.31	146.81
2F06	肉類	克	78.36	74.23#
	牛(雜臟除外)	克	18.63	15.06##
	豬(雜臟除外)	克	54.77	53.81##
2F07	家禽	克	32.12	37.38#
	雞(雜臟除外)	克	30.63	32.90##
2F08	野味	克	0.06	0.89#
2F12	魚類	克	43.54	57.48
2F13	甲殼類動物	克	6.28	7.35
2F14	軟體動物	克	5.77	5.95
2F09	蛋類及蛋類製品	克	26.44	15.18
	雞蛋	克	25.52	14.02
2F10	奶類及奶類製品	克	24.86	34.23
	奶###	毫升	17.78	25.60
2F60	烘焙食品及中式糕點	克	45.56	58.19
	麵包	克	31.51	44.04

表 4.3(續) 第一次及第二次全港性食物消費量調查受訪者(加權)每天平均飲食量比較

食物組別 / 食物亞組別 / 食物項目	單位	這項調查 (2018 至 2020 年)	第一次調查 (2005 至 2007 年)
2F16 不含酒精飲品	毫升	1 609.97	1 616.97
咖啡 / 咖啡替代品	克	47.84	37.00
茶飲	毫升	273.13	376.36
碳酸飲品	毫升	33.58	41.02
水	毫升	1 179.38	1 065.62
2F17 酒精飲品	毫升	25.26	33.04
啤酒 / 麥酒	毫升	18.97	28.40
2F41 點心	克	48.05	44.75
2F42 刺身及壽司	克	5.57	4.68
2F58 漢堡包	克	4.79	4.74
2F43 燒味鹵味	克	15.34	#####
燒味鹵味的肉類項目	克	6.70	#####
燒味鹵味的禽肉項目	克	8.37	#####
燒味鹵味的野味項目	克	0.20	#####
2F59 甜品	克	7.96	13.28

註釋：

(1) 鑑於兩次調查的食物組別和分類並不相同，解讀以上數據須謹慎。

每天消費量包括燒味鹵味項目的攝入量。

每天消費量包括雜臟項目的攝入量。

奶的每天消費量包括牛奶、水牛奶和羊奶。

燒味鹵味的每天消費量已計算在個別食物組別內。

4.5 烹調方法

4.5.1 奉行健康飲食不僅要選擇正確的食物，也要採取健康的烹調方法。有些烹調方法會影響食物的營養價值或有害物質(如丙烯酰胺、某些多環芳香族碳氫化合物等在加工過程中產生的污染物)的水平。

4.5.2 這項調查有就受訪者所進食食物的烹調方法收集數據(表 4.4)。

表4.4 香港膳食系統預設的烹調方法

項目	烹調方法
1	即食 / 生食
2	水煮
3	蒸 / 燉
4	炆 / 燴
5	炒
6	煎
7	炸
8	焗
9	烤
10	燒烤
11	微波煮食
12	其他

4.5.3 以相關食物組別的每天總消費量計算，蔬菜以水煮為主(44.5%)，其次為炒(34.9%)。肉類以水煮為主(29.3%)，其次是蒸 / 燉(21.5%)。家禽以炆 / 燴為主(22.8%)，其次是煎(17.8%)。魚類大多是蒸 / 燉(47.2%)。蛋類及蛋類製品以炒為主(31.4%)，其次為煎(24.7%)及水煮(22.7%)。

V. 食物頻率問卷收集的食物消費量資料

5.1 涵蓋的食物項目

- 5.1.1 除 24 小時膳食回顧中的食物項目外，食物頻率問卷還就下列種類食物收集受訪者在訪問前的 12 個月內的消費量資料：
- 25 種對食物安全 / 風險評估具意義的食物
 - 5 種全年供應的時令 / 節令食品
 - 6 種僅在特定時期供應的時令 / 節令食品
- 5.1.2 食物頻率問卷旨在以加權方式估算 36 種選定食物的消費量，其中有些是對食物安全 / 風險評估具意義的食物，一些則是較難在 24 小時膳食回顧訪問中收集到消費量數據的時令 / 節令食品。
- 5.1.3 部分受訪者未能記起在訪問前的 12 個月內有否進食過某種選定食物，以及 / 或估算該種食物的進食頻率及進食量，這情況均當作資料漏報處理。至於能憶述食物消費量的進食者，他們提供的資料可能不及 24 小時膳食回顧訪問收集到的消費量數據準確，因此，讀者引用食物頻率問卷的統計數字時，應保持審慎。

5.2 經食物頻率問卷收集的食物消費量數據

- 5.2.1 附件的表 A.5 載列所有受訪者及進食者在訪問前 12 個月就 36 種選定食物的每天消費量。每名進食者的每天消費量，按總消費量除以相關日數計算得出。至於時令 / 節令食品，所計算的相關日數為進食高峰期 / 非進食高峰期的日數。
- 5.2.2 這 36 項選定食物，當中的紫菜、即食紫菜(預先包裝零食)、中式年糕、糰、龍眼、荔枝和焗製月餅，為在訪問前的 12 個月內有過半受訪者曾進食的食物。

VI. 討論和總結

6.1 調查的整體成效

- 6.1.1 這項調查是第二次進行的全港人口食物消費量統計調查，收集了 3 752 名受訪者的最新食物消費量數據和相關資料，例如體形特徵和人口資料。我們為這項調查專門研發了一個名為「香港膳食系統」的電腦程式，可讓訪問員在外勤工作時以電子方式收集數據。這程式載有必要的研究工具，如 24 小時膳食回顧、食物頻率問卷和相關的訪問問題，並內設質量保證檢查功能，以盡量減少在數據收集過程中出現誤差。
- 6.1.2 本報告臚列對收集到的受訪者食物消費量數據進行分析後的主要結果。報告中最新的香港市民食物消費量資料，對風險評估至關重要，有助以科學方式評估食物安全風險，並就制訂新措施監控本港現有或新出現的食物安全風險提供理據。此外，這項調查收集到的受訪者性別和年齡的資料將有助分析不同人口組別的食物消費量，而受訪者體重的資料將有助進行有關香港市民從膳食途徑攝入的危害的定量評估。

6.2 主要結果

食物消費量資料

- 6.2.1 根據從 24 小時膳食回顧訪問所收集得的資料，這項調查獲取了一套更新的食物消費量數據，包含本港人口曾進食的 30 個食物組別和 160 個食物亞組別的每天平均消費量。本港成年人平均每天進食共 1.15 公斤固體食物和 1 741 毫升液體食物(包括水)。根據本港人口的每天平均食物消費量，部分主要的食物組別的結果分述如下。
- 6.2.2 **穀物及穀物製品**的每天消費量為 395.31 克，當中米飯類佔 61.2%(每天 242.12 克)，而由各種原材料(米、麥等)製成的粉麵則佔 36.4%(每天 143.72 克)。**烘焙食品及中式糕點**是與穀物及穀物製品密切相關的一個食物組別，因為前者包含大量穀物成分。烘焙食品及中式糕點的每天消費量為 45.56 克，當中麵包佔約 70%(每天 31.51 克)。
- 6.2.3 **蔬菜和水果**的每天消費量分別為 202.65 克和 120.31 克。蔬菜的每天消費量，過半源自葉菜和藝薹屬植物(112.04 克)，果菜類和瓜菜類佔 16.8%(34.05 克)，塊根類 / 塊莖類蔬菜則略少於 10%(19.83 克)。水果的每天消費量，約三分之一源自柑橘類(每天 41.10 克或 34.2%)，另外 26.0%來自梨果類(每天 31.29 克)。
- 6.2.4 **肉類和家禽**的每天消費量分別為 78.36 克和 32.12 克。肉類約 70%的消費量源自豬(雜臟除外)(每天 54.77 克)，牛(雜臟除外)則佔 24%(每天 18.63 克)。至於家禽，超過 95%的消費量來自雞(雜臟除外)(每天 30.63 克)。**魚類**的每天消費量為 43.54 克。

- 6.2.5 **蛋類及蛋類製品**的每天消費量為 26.44 克，當中超過 95%來自雞蛋。**奶類及奶類製品**的每天消費量為 24.86 克，超過四分之三來自奶、奶類飲品及奶粉(19.56 克或 78.7%)。
- 6.2.6 在本地受歡迎食品中，**點心**(多款含各種食材或餡料的中式小點)的每天消費量為 48.05 克，**燒味滷味**(主要為經燒製、焗製或滷製的肉類和家禽產品)的每天消費量則為 15.34 克。
- 6.2.7 透過運用食物頻率問卷，這項調查亦獲取了一些較難在 24 小時膳食回顧訪問中收集到的時令食品(例如龍眼和荔枝)和節令食品(例如中式年糕和焗製月餅)消費量數據，以及一些對食物安全 / 風險評估具意義的食物(例如生蠔和劍魚刺身)的消費量數據。

6.3 調查的優點

- 6.3.1 這項調查採用二階段抽樣設計，第一階段抽樣確保所有屋宇單位的中選機會均等。獲抽選屋宇單位的所有住戶均納入調查範圍，而在第二階段抽樣時，我們會根據基什網格表，從每個住戶中選出一名受訪者。這種科學化的抽樣方法不會產生抽樣偏差，並可計算出任何一名受訪者獲選的機率。把受訪者的數據加權調整後，便可在統計上得出可靠的估算結果。此外，我們進行了試點測試，對研究工具，以及招募和訪問的流程作出微調。訪問員方面，他們須接受系統化的培訓和監督，以確保在提問時能充分收集所需的資料。
- 6.3.2 在二階段抽樣設計下，獲抽選屋宇單位每個住戶僅有一名成員獲選為受訪者，而非全體成員均須接受訪問。這安排雖然令外勤訪問工作增加負擔，卻可避免經由同一住戶所有成員收集到類近的食物消費量數據，因為同一住戶的成員可能會一起用膳，進食相近類別的食物，在這情況下，對全體住戶成員進行訪問，可能會增加食物消費量數據的共變數，不利於精確進行估算。此外，隨機在每個納入統計的住戶中選出一名成員而非所有成員訪問，可減輕受訪住戶的負擔，而不會影響樣本的代表性。這方法通常能縮短每個獲抽選住戶整體的受訪時間，住戶因而較樂於接受訪問。
- 6.3.3 訪問員採用安裝在手提電腦內的香港膳食系統程式收集食物消費量數據。在訪問期間，受訪者提供的數據會即時載入該系統，以節省訪問完成後輸入和處理數據的時間和工作量。該系統收錄了超過 1 000 個食譜，受訪者如曾進食該等食譜的菜式，但不能提供食材的詳細資料(特別是在食肆進餐，或食物由他人烹製時)，亦無須提供相關食材資料。此外，該系統預設複查 / 警告規定，提醒訪問員即時核查數據是否有誤差。

6.4 調查的限制

- 6.4.1 這項調查採用的數據可能在以下幾方面有所局限：(i)回應率；(ii)食物消費量的季節性差異；(iii)受訪者提供食物消費量數據的準確度。

回應率

- 6.4.2 這項調查的目標受訪者並非全部均同意參與調查，這情況在其他自願性質的統計調查中亦屬常見。在某調查主題上，由於有回應的受訪者與不回應的受訪者意見不同，會出現無回應偏差。受訪者是否願意回應，受多項因素影響。對調查主題感興趣的受訪者較有可能作出回應。事實上，相信或重視相關研究的受訪者，與持相反意見的人在回答行為上難免表現各異。此外，目標受訪者的人口特徵與生活方式也會影響他們的回應意願¹。
- 6.4.3 一般認為，如拒絕受訪的理由是「沒空回應」，則不回應的情況可能隨機分布。其他拒絕回應的理由，例子則有受訪者對調查主題不感興趣，或受訪者不喜歡參與由特定機構或機構的特定羣組進行的調查。遇有這類情況，則難以確定未能從不回應者收集到的資料，是否為隨機訪問未能獲取。
- 6.4.4 研究者指出，不回應的情況無可避免，因此，有必要根據收集到的數據，估計不回應的情況，以確保調查結果能反應調查所涵蓋人口的意見。加權調整是最常用於估計不回應情況的方法，做法是就調查中可能代表過多或過少人數的受訪者或受訪者組別作加權調整²。這項調查的加權調整程序，見上文第 1.6.2 段。
- 6.4.5 我們相信加權程序(見上文第 1.6 段)可大幅度修正這項調查中因不回應情況所引起的無回應偏差(如有)，但在比較願意參與調查和拒絕參與人士的所住地時，如按香港不同區域(港島、九龍東、九龍西、新界東和新界西)加以劃分，則會出現輕微差異。不過，在只獲得拒絕參與調查人士的居住地區和房屋類型資料而缺乏人口特徵資料的情況下，我們缺乏依據對可能出現的無回應偏差進行評估。因此，就現有的資料而言，上述的加權程序應已足夠。
- 6.4.6 這項調查的回應率也可能受多項因素影響。訪問所需的時間，以及訪問分在兩個非連續日子進行，都可能是目標受訪者考慮是否接受訪問的因素。不是所有目標受訪者均可在繁忙的日程中抽空接受訪問，更有部分受訪者在完成第一天訪問後，拒絕參與第二天的訪問。為鼓勵市民參與這項調查，我們向完成兩天訪問的受訪者贈送 150 元的超級市場禮券，以表謝意。

食物消費量的季節性差異

- 6.4.7 在理想情況下，這項調查的訪問工作平均攤分於四個季度進行，以便藉由 24 小時膳食回顧收集能涵蓋季節性進食模式差異的具代表性的膳食數據。在這項調查中，四個季度訪問個案的分布率由 31.6%(4 至 6 月)至 21.5%(10 至 12 月)不等。雖然一年四季中，各季度收集的樣本數目有些偏多，有些偏少，但情況仍可接受，不會對每季收集的數據的整體質素造成重大影響。然而，四個季度的樣本數目不一，可能會對收集時令及 / 或節令食品的消费量數據造成影響。儘管如此，食物頻率問卷有就選定的時令和節令食品收集進食量數據，以作為補充資料。

¹ Rindfuss, R. et al. (2015). Do low survey response rates bias results? Evidence from Japan. *Demographic Research*, 32(26), 797-828.

² Bethlehem, J. and Bakker, B. (2013). The impact of nonresponse on survey quality. *Proceedings of the 59th World Statistics Congress of the International Statistical Institute, 2013, 1774-1779*. International Statistical Institute, The Hague, The Netherlands.

受訪者提供食物消費量數據的準確度

- 6.4.8 一如其他飲食和食物消費量調查，受訪者提供食物定量資料的準確度，會因為受訪者估算食物分量的能力和記憶力，以及報述數據時有否出現偏差而受影響。多項研究顯示，漏報資料的情況在飲食調查中並不罕見^{3、4、5、6}。
- 6.4.9 一餐有多款菜式，食材繁多，以及多人共膳，是本地的飲食特色。這些因素都會影響受訪者提供食物消費量數據的準確度。一般來說，受訪者無須提供(也未必能提供)他們在某個飲食場合所吃菜式的食譜和各種食材的進食量。調查中一些食物項目的消費量，是基於小部分受訪者在受訪期間曾進食的分量估算得出，因此有可能出現較大的取樣誤差。
- 6.4.10 為把飲食數據收集程序的不確定度降低，所有訪問員在實際進行訪問前，均須接受收集飲食數據的培訓，並在培訓後接受評估。24 小時膳食回顧採用多重訪問步驟，而香港膳食系統亦內設提示和和核查功能，皆可減少受訪者自行提供資料時可能出現的誤差，並能確保訪問員可進一步查問和提醒他們核查異常的數值。

³ Jonnalagadda, S. et al. (2000). Accuracy of energy intake data estimated by a multiple-pass, 24-hour dietary recall technique. *Journal of the American Dietetic Association*, 100(3), 303-308, 311.

⁴ Garriguet, D. (2008). Under-reporting of energy intake in the Canadian Community Health Survey. *Health Reports*, 19(4), 37-45.

⁵ Poslusna, K. et al. (2009). Misreporting of energy and micronutrient intake estimated by food records and 24 hour recalls, control and adjustment methods in practice. *British Journal of Nutrition*, 101(S2), S73-S85.

⁶ Kye, S. et. al. (2014). Under-reporting of energy intake from 24-hour dietary recalls in the Korean National Health and Nutrition Examination Survey. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 5(2), 85-91.

附件(表)

表A.1 在 24 小時膳食回顧中按食物組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
穀物及穀物製品 2F01	所有受訪者	克	6 062 800	395.31	374.84	132.08	708.26	782.49
	進食者		6 050 400	396.12	375.17	134.54	708.26	782.49
蔬菜 2F03	所有受訪者	克	6 062 800	202.65	183.38	48.91	416.87	485.09
	進食者		6 044 600	203.26	183.71	50.63	416.92	485.09
水果 2F04	所有受訪者	克	6 062 800	120.31	100.00	0.00	322.50	370.00
	進食者		4 915 600	148.39	130.50	20.50	338.00	387.50
堅果及種子 2F05	所有受訪者	克	6 062 800	2.75	0.00	0.00	16.15	26.72
	進食者		1 441 100	11.58	8.00	0.85	36.17	45.22
肉類 2F06	所有受訪者	克	6 062 800	78.36	65.85	0.00	207.60	240.93
	進食者		5 417 700	87.69	74.00	13.89	211.42	251.35
家禽 2F07	所有受訪者	克	6 062 800	32.12	13.57	0.00	125.00	157.12
	進食者		3 212 100	60.63	45.93	12.50	156.50	185.38
野味 2F08	所有受訪者	克	6 062 800	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		15 200	21.97	22.00	7.50	32.50	61.22
蛋類及蛋類製品 2F09#	所有受訪者	克	6 062 800	26.44	18.73	0.00	89.16	109.26
	進食者		4 019 400	39.89	32.34	3.41	99.62	119.17
奶類及奶類製品 2F10#	所有受訪者	克	6 062 800	24.86	0.00	0.00	146.52	225.00
	進食者		1 833 200	82.21	56.47	4.00	237.50	281.25
冰凍甜點 2F11	所有受訪者	克	6 062 800	2.32	0.00	0.00	0.00	40.50
	進食者		251 100	56.12	45.50	10.90	145.50	186.13
魚類 2F12	所有受訪者	克	6 062 800	43.54	31.13	0.00	138.67	170.90
	進食者		4 336 700	60.87	46.78	8.41	155.65	184.98
甲殼類動物 2F13	所有受訪者	克	6 062 800	6.28	0.00	0.00	40.00	52.60
	進食者		1 409 300	27.03	18.17	1.85	81.50	116.92
軟體動物 2F14	所有受訪者	克	6 062 800	5.77	0.00	0.00	35.30	58.03
	進食者		1 320 800	26.47	17.78	3.00	89.52	106.33
油脂類 2F15	所有受訪者	克	6 062 800	13.36	11.43	1.80	30.94	36.28
	進食者		5 955 000	13.61	11.63	2.50	31.07	36.44

食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

表 A.1(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
不含酒精飲品 2F16#	所有受訪者	克	6 062 800	1 609.97	1 512.50	736.35	2 747.37	3 219.26
	進食者		6 062 800	1 609.97	1 512.50	736.35	2 747.37	3 219.26
酒精飲品 2F17	所有受訪者	毫升	6 062 800	25.26	0.01	0.00	157.51	330.09
	進食者		3 716 400	41.21	0.02	0.00	275.00	495.03
糖及甜點 2F18	所有受訪者	克	6 062 800	4.34	1.94	0.00	14.85	23.41
	進食者		5 749 800	4.58	2.07	0.30	15.11	23.94
香草及香料 2F19	所有受訪者	克	6 062 800	1.52	0.89	0.00	4.87	6.55
	進食者		5 625 800	1.64	1.00	0.09	5.03	6.82
鹽、醬油、佐料及醬料 2F20	所有受訪者	克	6 062 800	16.68	12.77	2.46	42.26	52.04
	進食者		6 043 500	16.73	12.80	2.52	42.32	52.04
鹹味零食 2F26	所有受訪者	克	6 062 800	1.09	0.00	0.00	7.80	15.00
	進食者		479 800	13.79	12.50	0.55	37.50	44.00
中式藥材 2F27	所有受訪者	克	6 062 800	0.47	0.00	0.00	0.88	1.36
	進食者		495 200	5.78	1.13	0.13	40.00	62.50
雜類 2F30	所有受訪者	克	6 062 800	0.17	0.00	0.00	0.66	0.74
	進食者		664 600	1.54	0.66	0.06	1.40	2.05
點心 2F41	所有受訪者	克	6 062 800	48.05	0.00	0.00	214.00	274.50
	進食者		2 431 700	119.80	101.00	22.80	297.10	362.50
刺身及壽司 2F42	所有受訪者	克	6 062 800	5.57	0.00	0.00	0.00	93.65
	進食者		283 300	119.25	100.00	24.12	269.75	289.50
燒味滷味 2F43	所有受訪者	克	6 062 800	15.34	0.00	0.00	75.00	105.50
	進食者		2 000 100	46.49	37.50	8.50	132.60	150.00
薄餅 2F55	所有受訪者	克	6 062 800	2.08	0.00	0.00	0.00	14.50
	進食者		164 800	76.40	67.50	5.00	166.75	234.00
湯 2F56	所有受訪者	毫升	6 062 800	143.62	112.50	0.00	450.00	525.75
	進食者		4 841 600	179.85	139.28	17.69	469.45	562.50
漢堡包 2F58	所有受訪者	克	6 062 800	4.79	0.00	0.00	54.50	78.50
	進食者		383 000	75.81	75.00	32.00	128.00	171.00
甜品 2F59	所有受訪者	克	6 062 800	7.96	0.00	0.00	75.00	112.50
	進食者		512 700	94.08	99.75	14.88	225.00	225.00
烘焙食品及中式糕點 2F60	所有受訪者	克	6 062 800	45.56	36.48	0.00	131.90	156.70
	進食者		4 357 300	63.40	53.45	12.58	144.00	167.79

食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

表A.2 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
米飯	所有受訪者	克	6 062 800	242.12	216.00	24.00	543.86	622.89
2F0101	進食者		5 779 100	254.01	226.76	53.33	552.98	630.00
麥	所有受訪者	克	6 062 800	0.24	0.00	0.00	0.00	0.00
2F0102	進食者		36 300	39.95	6.40	1.59	120.00	235.00
以麥為主的粉麵	所有受訪者	克	6 062 800	90.95	72.67	0.00	308.59	359.41
2F0103	進食者		3 362 100	164.00	141.50	49.33	355.63	401.24
以米為主的粉麵	所有受訪者	克	6 062 800	49.88	0.00	0.00	233.92	297.41
2F0104	進食者		2 094 000	144.42	125.34	42.49	313.58	360.14
粉麵(以麥、米為主的除外)	所有受訪者	克	6 062 800	2.90	0.00	0.00	15.16	39.31
2F0105	進食者		380 200	46.17	29.99	6.06	152.93	180.00
麵粉	所有受訪者	克	6 062 800	0.97	0.00	0.00	5.01	16.55
2F0106	進食者		674 000	8.71	3.49	0.62	22.07	35.75
澱粉 / 麵粉替代品	所有受訪者	克	6 062 800	2.84	1.92	0.00	9.04	11.31
2F0107	進食者		5 478 300	3.15	2.15	0.39	9.48	11.59
即食早餐麥片	所有受訪者	克	6 062 800	2.36	0.00	0.00	0.00	22.50
2F0108	進食者		281 900	50.79	25.00	7.00	152.50	225.00
穀物製品(未指明類別)	所有受訪者	克	6 062 800	0.21	0.00	0.00	0.00	0.00
2F0198	進食者		95 700	13.09	6.17	2.59	50.00	59.40
穀物(未指明類別)	所有受訪者	克	6 062 800	2.84	0.00	0.00	15.00	21.41
2F0199	進食者		1 162 500	14.84	10.66	4.74	30.11	46.00
塊根類 / 塊莖類蔬菜	所有受訪者	克	6 062 800	19.83	0.00	0.00	97.09	149.75
2F0301	進食者		2 674 100	44.97	27.50	2.55	151.00	181.25
葉菜類蔬菜(包括葉菜類芸苔屬植物)	所有受訪者	克	6 062 800	99.47	80.61	0.00	262.21	311.65
2F0302	進食者		5 309 500	113.58	95.33	18.34	272.32	326.73
莖類蔬菜	所有受訪者	克	6 062 800	3.69	0.00	0.00	25.78	48.34
2F0303	進食者		852 600	26.23	18.22	1.77	75.00	100.00
芸苔屬植物(甘藍)、結球甘藍、芸苔屬菜花	所有受訪者	克	6 062 800	12.58	0.00	0.00	75.77	100.00
2F0304	進食者		1 456 600	52.34	40.54	6.01	139.61	174.04

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
瓜菜類蔬菜 2F0305	所有受訪者	克	6 062 800	15.96	0.00	0.00	88.50	115.83
	進食者		1 790 000	54.06	41.25	8.91	149.16	185.00
果菜類蔬菜(瓜菜類除外) 2F0306	所有受訪者	克	6 062 800	18.09	1.31	0.00	79.73	113.98
	進食者		3 527 700	31.09	19.86	0.47	106.67	129.59
鱗莖類蔬菜 2F0307	所有受訪者	克	6 062 800	10.28	5.65	0.00	36.36	49.84
	進食者		5 528 600	11.28	6.47	0.84	37.39	50.78
豆菜類蔬菜 2F0308	所有受訪者	克	6 062 800	4.39	0.00	0.00	28.08	45.19
	進食者		1 264 000	21.05	9.26	2.55	70.01	95.00
乾豆類 2F0309	所有受訪者	克	6 062 800	0.56	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		126 700	27.01	17.42	1.83	87.51	139.00
豆莢類蔬菜及乾豆類製品 2F0310	所有受訪者	克	6 062 800	8.26	0.00	0.00	50.52	73.12
	進食者		2 193 700	22.82	9.00	0.40	81.50	133.00
菇類及菌類 2F0311	所有受訪者	克	6 062 800	5.89	0.00	0.00	32.50	44.92
	進食者		1 850 300	19.30	12.34	1.47	55.48	75.50
藻類 2F0312	所有受訪者	克	6 062 800	0.42	0.00	0.00	0.00	5.00
	進食者		224 100	11.46	9.67	1.25	42.50	42.50
醃製蔬菜及菜乾 2F0313	所有受訪者	克	6 062 800	2.39	0.00	0.00	14.08	20.45
	進食者		1 825 600	7.94	2.91	0.36	28.87	43.00
蔬菜及蔬菜製品(未指明類別) 2F0399	所有受訪者	克	6 062 800	0.84	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		86 300	58.64	48.00	7.92	144.00	150.00
梨果類水果 2F0401	所有受訪者	克	6 062 800	31.29	0.00	0.00	161.00	182.00
	進食者		1 962 200	96.67	80.50	28.00	192.50	227.00
核果類水果 2F0402	所有受訪者	克	6 062 800	4.48	0.00	0.00	35.50	66.00
	進食者		436 200	62.33	49.20	15.00	151.70	196.50
柑橘類水果 2F0403	所有受訪者	克	6 062 800	41.10	0.00	0.00	160.00	192.50
	進食者		2 461 500	101.22	80.00	25.50	210.00	240.00
莓果及小粒水果 2F0404	所有受訪者	克	6 062 800	2.85	0.00	0.00	19.40	36.00
	進食者		694 100	24.90	15.00	4.56	75.00	97.00

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
熱帶及亞熱帶水果 — 皮可食 2F0405	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 233 300	1.03 26.84	0.00 27.50	0.00 0.09	0.00 82.50	9.17 100.00
熱帶及亞熱帶水果 — 皮不可食 2F0406	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 2 178 600	28.99 80.68	0.00 60.00	0.00 9.00	128.50 201.00	172.75 244.38
醃製水果及乾果製品 2F0407	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 327 500	0.55 10.10	0.00 5.00	0.00 0.49	0.49 45.00	5.48 45.00
水果(未指明類別) 2F0499	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 568 500	10.03 106.91	0.00 84.50	0.00 0.13	80.00 322.50	140.00 376.25
木本堅果 2F0501	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 395 400	0.84 12.95	0.00 8.10	0.00 1.80	4.40 36.97	11.25 44.50
油料種子 2F0502	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 645 700	0.89 8.40	0.00 4.84	0.00 0.34	5.18 30.32	11.00 40.00
堅果 / 種子製品 2F0503	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 591 000	0.96 9.87	0.00 8.00	0.00 2.00	8.00 24.00	10.50 32.00
堅果 / 種子(未指明類別) 2F0599	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 49 100	0.05 6.40	0.00 3.00	0.00 0.03	0.00 31.25	0.00 31.25
牛(雜臟除外) 2F0601	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 2 267 900	18.63 49.82	0.00 36.68	0.00 9.31	96.04 126.62	118.14 149.68
牛雜臟 2F0602	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 328 100	2.21 40.79	0.00 34.01	0.00 11.34	14.21 95.01	35.50 103.87
豬(雜臟除外) 2F0603	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 5 004 400	54.77 66.36	42.32 54.50	0.00 9.60	151.58 161.16	183.71 190.30
豬雜臟 2F0604	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 212 800	1.12 31.85	0.00 24.67	0.00 3.33	0.00 84.00	15.00 93.19
羊(雜臟除外) 2F0605	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 87 500	0.54 37.32	0.00 27.00	0.00 10.06	0.00 120.48	0.00 125.00
肉類(未指明類別) 2F0699	所有受訪者 進食者	克	6 062 800 269 800	1.09 24.54	0.00 18.70	0.00 5.00	0.00 67.50	17.50 100.00

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
雞(雜臟除外) 2F0701	所有受訪者	克	6 062 800	30.63	8.00	0.00	120.26	157.00
	進食者		3 106 400	59.78	44.80	12.46	156.50	185.38
雞雜臟 2F0702	所有受訪者	克	6 062 800	0.07	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		15 300	29.68	22.50	4.17	57.99	57.99
鴨(雜臟除外) 2F0703	所有受訪者	克	6 062 800	0.98	0.00	0.00	0.00	6.11
	進食者		152 600	39.01	30.83	15.00	74.00	114.00
鴨雜臟 2F0704	所有受訪者	克	6 062 800	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		20 500	18.63	14.70	2.00	49.00	58.80
鵝(雜臟除外) 2F0705	所有受訪者	克	6 062 800	0.17	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		24 000	43.23	30.59	13.08	76.49	76.49
鵝雜臟 2F0706	所有受訪者	克	6 062 800	0.15	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		25 400	35.67	13.00	9.75	117.00	117.00
火雞(雜臟除外) 2F0707	所有受訪者	克	6 062 800	0.05	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		16 100	20.18	17.75	3.50	50.00	50.00
野味(雜臟除外) 2F0801	所有受訪者	克	6 062 800	0.06	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		15 200	21.97	22.00	7.50	32.50	61.22
雞蛋 2F0901	所有受訪者	克	6 062 800	25.52	17.61	0.00	87.42	106.73
	進食者		3 816 500	40.54	33.38	4.09	99.09	119.17
鴨蛋 2F0902	所有受訪者	克	6 062 800	0.75	0.00	0.00	4.83	9.92
	進食者		489 400	9.30	5.22	1.57	29.50	32.34
蛋類製品及蛋類替代品 2F0903#	所有受訪者	克	6 062 800	0.08	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		18 100	27.96	25.21	7.50	68.98	68.98
蛋(未指明類別) 2F0999	所有受訪者	克	6 062 800	0.09	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		11 400	47.41	50.00	5.00	144.00	144.00
奶 2F1001	所有受訪者	毫升	6 062 800	17.78	0.00	0.00	118.00	168.75
	進食者		1 030 100	104.65	112.50	6.59	236.89	281.25
奶類飲品 2F1002	所有受訪者	毫升	6 062 800	1.28	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		66 000	117.58	112.50	13.57	230.50	230.50

食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
奶粉 2F1003	所有受訪者	克	6 062 800	0.50	0.00	0.00	0.00	7.50
	進食者		219 900	13.66	10.00	2.50	37.50	47.57
忌廉 2F1004	所有受訪者	克	6 062 800	0.43	0.00	0.00	0.00	3.52
	進食者		206 800	12.72	6.66	1.60	31.31	31.31
芝士 2F1005	所有受訪者	克	6 062 800	0.72	0.00	0.00	4.84	10.51
	進食者		364 100	11.97	10.00	2.14	22.43	33.64
植脂奶 2F1006#	所有受訪者	克	6 062 800	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		19 100	8.05	7.50	0.75	28.48	28.48
奶類及奶類製品(未指明類別) 2F1099#	所有受訪者	克	6 062 800	4.12	0.00	0.00	9.80	50.00
	進食者		699 300	35.75	9.51	2.50	135.00	225.00
以奶為主的冰凍甜點 2F1101	所有受訪者	克	6 062 800	1.96	0.00	0.00	0.00	40.50
	進食者		206 500	57.49	46.00	10.90	145.50	172.50
以水為主的冰凍甜點 2F1102	所有受訪者	克	6 062 800	0.37	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		44 600	49.79	37.50	18.75	204.00	204.00
淡水魚 2F1201	所有受訪者	克	6 062 800	9.72	0.00	0.00	57.30	80.74
	進食者		1 346 600	43.78	36.00	8.07	110.91	152.74
鹹水魚(珊瑚魚除外) 2F1202	所有受訪者	克	6 062 800	12.91	0.00	0.00	70.80	98.37
	進食者		1 695 400	46.17	36.00	8.88	126.41	155.25
鹹淡水魚 2F1203	所有受訪者	克	6 062 800	5.53	0.00	0.00	40.56	63.66
	進食者		823 200	40.76	33.55	8.19	95.25	123.29
珊瑚魚 2F1204	所有受訪者	克	6 062 800	1.82	0.00	0.00	8.22	28.40
	進食者		322 300	34.28	26.93	8.22	82.22	101.54
罐頭魚 2F1205	所有受訪者	克	6 062 800	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		150 900	26.88	18.33	5.00	70.00	87.50
魚乾及燻魚製品 2F1206	所有受訪者	克	6 062 800	0.79	0.00	0.00	1.74	8.71
	進食者		327 700	14.56	8.00	1.69	45.00	63.75
魚類製品(魚肉) 2F1207	所有受訪者	克	6 062 800	8.94	0.00	0.00	57.47	95.75
	進食者		1 259 000	43.03	29.70	6.25	132.39	133.74

食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
魚類製品(魚肉除外) 2F1208	所有受訪者	克	6 062 800	0.53	0.00	0.00	0.00	6.00
	進食者		183 200	17.48	12.00	3.00	52.75	62.50
魚(未指明類別) 2F1299	所有受訪者	克	6 062 800	2.63	0.00	0.00	21.25	42.50
	進食者		393 800	40.50	36.00	8.32	85.00	113.17
蝦 2F1301	所有受訪者	克	6 062 800	4.79	0.00	0.00	30.10	44.76
	進食者		1 289 300	22.51	17.00	1.85	66.91	79.64
蟹 2F1302	所有受訪者	克	6 062 800	0.84	0.00	0.00	0.00	2.19
	進食者		168 600	30.35	16.83	1.56	80.00	125.87
龍蝦 2F1303	所有受訪者	克	6 062 800	0.65	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		100 700	39.32	40.71	10.18	81.50	81.50
單殼類動物 2F1401	所有受訪者	克	6 062 800	0.35	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		123 500	17.33	10.00	4.69	46.67	60.00
雙殼類動物 2F1402	所有受訪者	克	6 062 800	2.35	0.00	0.00	15.38	27.88
	進食者		781 500	18.20	12.00	2.14	51.17	75.00
頭足動物 2F1403	所有受訪者	克	6 062 800	2.86	0.00	0.00	21.00	37.87
	進食者		597 900	29.04	21.00	2.54	106.33	106.33
軟體動物(未指明類別) 2F1499	所有受訪者	克	6 062 800	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		51 400	24.15	20.00	5.00	60.00	80.00
動物油脂 2F1501	所有受訪者	克	6 062 800	1.46	0.00	0.00	8.03	10.37
	進食者		1 649 400	5.38	4.84	1.03	12.37	15.00
植物油脂 2F1502	所有受訪者	克	6 062 800	8.02	6.55	0.00	20.95	24.94
	進食者		5 572 600	8.72	7.09	1.02	21.41	25.74
沙律醬 2F1503	所有受訪者	克	6 062 800	0.50	0.00	0.00	3.75	6.80
	進食者		428 700	7.10	5.11	1.55	16.95	22.50
油脂(未指明類別) 2F1599	所有受訪者	克	6 062 800	3.38	1.13	0.00	13.34	18.88
	進食者		3 596 200	5.70	3.78	0.48	17.50	22.50
咖啡 / 咖啡替代品 2F1601#	所有受訪者	克	6 062 800	47.84	0.00	0.00	237.50	337.50
	進食者		1 516 800	191.22	175.00	56.25	450.00	468.00

食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
茶飲	所有受訪者	毫升	6 062 800	273.13	168.75	0.00	956.25	1 161.00
2F1602	進食者		3 956 800	418.49	337.50	112.50	1 125.00	1 350.00
茶葉	所有受訪者	克	6 062 800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1603	進食者		15 600	0.40	0.02	0.00	1.00	1.00
大豆、穀物、種子和朱古力類飲品	所有受訪者	克	6 062 800	24.85	0.00	0.00	168.75	247.50
2F1604#	進食者		983 700	153.14	125.00	14.08	337.50	400.00
碳酸飲品	所有受訪者	毫升	6 062 800	33.58	0.00	0.00	204.00	330.00
2F1605	進食者		941 900	216.17	165.00	56.25	495.00	580.00
刨冰類飲品	所有受訪者	毫升	6 062 800	2.48	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1606	進食者		99 200	151.55	135.00	28.13	270.00	281.25
鮮榨果汁及蔬菜汁	所有受訪者	毫升	6 062 800	5.24	0.00	0.00	0.61	112.50
2F1607	進食者		372 000	85.47	67.50	0.14	270.00	375.00
果汁及蔬菜汁飲品	所有受訪者	克	6 062 800	18.77	0.00	0.00	125.00	225.00
2F1608#	進食者		705 400	161.33	112.50	67.50	337.50	441.00
涼茶	所有受訪者	毫升	6 062 800	7.25	0.00	0.00	0.00	112.50
2F1609	進食者		206 600	212.74	168.75	82.50	500.00	587.50
運動 / “健康”飲品	所有受訪者	克	6 062 800	4.55	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1610#	進食者		128 700	214.40	175.00	37.50	500.00	562.50
水	所有受訪者	毫升	6 062 800	1 179.38	1 109.72	356.25	2 242.94	2 566.33
2F1611	進食者		6 048 200	1 182.21	1 111.61	364.51	2 242.94	2 566.33
不含酒精飲品(未指明類別)	所有受訪者	克	6 062 800	12.90	0.00	0.00	112.50	165.00
2F1699#	進食者		467 300	167.37	112.50	67.50	375.00	500.00
啤酒 / 麥酒	所有受訪者	毫升	6 062 800	18.97	0.00	0.00	0.00	277.50
2F1701	進食者		279 800	411.10	320.00	112.50	1 000.00	1 710.00
葡萄酒	所有受訪者	毫升	6 062 800	3.51	0.00	0.00	0.00	0.01
2F1702	進食者		197 700	107.75	37.50	0.01	450.00	624.75
以葡萄以外的材料釀製的酒	所有受訪者	毫升	6 062 800	1.52	0.01	0.00	0.84	2.67
2F1703	進食者		3 521 900	2.61	0.02	0.00	2.37	6.20

食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
烈酒	所有受訪者	毫升	6 062 800	0.39	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1704	進食者		59 800	39.33	22.50	0.00	100.00	625.00
酒精飲品(未指明類別)	所有受訪者	毫升	6 062 800	0.87	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1799	進食者		18 800	281.49	247.50	125.00	500.00	500.00
糖	所有受訪者	克	6 062 800	2.36	1.61	0.00	6.75	8.77
2F1801	進食者		5 715 100	2.50	1.73	0.27	6.90	8.86
代糖	所有受訪者	克	6 062 800	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1802	進食者		13 400	0.90	1.00	0.17	1.50	2.17
蜜糖 / 糖蜜 / 糖漿	所有受訪者	克	6 062 800	0.19	0.00	0.00	0.00	0.78
2F1803	進食者		196 500	6.01	3.50	0.10	20.00	44.00
果醬	所有受訪者	克	6 062 800	0.24	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1804	進食者		149 100	9.67	7.50	2.50	22.50	25.00
啫喱	所有受訪者	克	6 062 800	0.47	0.00	0.00	0.00	0.00
2F1805	進食者		32 000	88.78	84.00	35.00	140.00	140.00
糖果	所有受訪者	克	6 062 800	0.48	0.00	0.00	0.00	5.50
2F1806	進食者		253 700	11.59	6.30	1.50	36.00	51.00
朱古力	所有受訪者	克	6 062 800	0.56	0.00	0.00	0.00	7.00
2F1808	進食者		292 100	11.54	7.00	1.30	25.00	50.00
糖及甜點(未指明類別)	所有受訪者	克	6 062 800	*	*	*	*	*
2F1899	進食者		*	*	*	*	*	*
香草	所有受訪者	克	6 062 800	0.08	0.00	0.00	0.32	1.20
2F1901	進食者		408 100	1.22	0.83	0.11	4.00	6.03
香料	所有受訪者	克	6 062 800	1.44	0.84	0.00	4.63	6.12
2F1902	進食者		5 610 100	1.55	0.95	0.09	4.75	6.30
鹽及代鹽	所有受訪者	克	6 062 800	1.63	1.37	0.23	3.84	4.62
2F2001	進食者		5 949 600	1.66	1.39	0.30	3.85	4.62
醬油 / 燒味滷味汁	所有受訪者	克	6 062 800	6.86	4.44	0.24	22.00	27.24
2F2002	進食者		5 830 600	7.13	4.61	0.61	22.25	27.34

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
蠔油 2F2003	所有受訪者	克	6 062 800	0.52	0.00	0.00	3.29	5.14
	進食者		1 450 900	2.19	1.40	0.25	6.38	8.01
醋 2F2004	所有受訪者	克	6 062 800	0.42	0.00	0.00	1.82	3.15
	進食者		606 700	4.16	1.81	0.23	10.01	26.40
肉汁 2F2005	所有受訪者	克	6 062 800	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		10 100	9.22	4.00	0.56	41.67	41.67
佐料(未指明類別) 2F2098	所有受訪者	克	6 062 800	1.97	0.94	0.00	7.38	9.04
	進食者		5 302 000	2.26	1.21	0.11	7.78	9.22
醬料(未指明類別) 2F2099	所有受訪者	克	6 062 800	5.27	2.24	0.00	19.17	28.31
	進食者		4 706 900	6.78	3.59	0.27	22.88	30.36
以馬鈴薯、穀類、麵粉或澱粉為主的鹹味零食 2F2601	所有受訪者	克	6 062 800	0.94	0.00	0.00	4.75	13.00
	進食者		365 400	15.54	12.50	2.85	39.00	47.50
鹹味零食(未指明類別) 2F2699	所有受訪者	克	6 062 800	0.15	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		125 700	7.47	3.80	0.28	20.00	25.00
中式藥材 2F2701	所有受訪者	克	6 062 800	0.32	0.00	0.00	0.75	1.36
	進食者		484 000	3.97	1.03	0.11	21.63	40.50
中式藥材製品 2F2702	所有受訪者	克	6 062 800	0.16	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		12 300	76.74	62.50	0.50	150.00	150.00
雜類(動物及其產品) 2F3001	所有受訪者	克	6 062 800	0.09	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		10 700	52.80	58.93	7.50	105.00	105.00
雜類(動物及其產品除外) 2F3002	所有受訪者	克	6 062 800	0.08	0.00	0.00	0.66	0.74
	進食者		653 800	0.70	0.66	0.06	1.31	1.48
餃子類點心(蒸或放湯) 2F4101	所有受訪者	克	6 062 800	19.31	0.00	0.00	118.38	177.50
	進食者		1 274 500	91.86	68.75	15.50	238.50	310.05
蒸包 2F4102	所有受訪者	克	6 062 800	6.31	0.00	0.00	47.00	71.50
	進食者		843 400	45.39	39.50	13.75	110.00	153.00
腸粉 / 粉卷 2F4103	所有受訪者	克	6 062 800	9.99	0.00	0.00	82.67	120.00
	進食者		739 900	81.85	74.00	14.25	184.00	228.00

註釋：

- (a) 人數進位至最接近的百位數。
- (b) 0.00 表示數值少於 0.005。
- (c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
以葉包裹的糯米點心 2F4104	所有受訪者	克	6 062 800	3.54	0.00	0.00	0.00	48.00
	進食者		193 400	110.94	124.50	20.24	189.75	253.00
煎炸點心 2F4105	所有受訪者	克	6 062 800	5.30	0.00	0.00	39.00	61.50
	進食者		548 400	58.54	42.00	11.40	168.00	235.50
蒸點心(未指明類別) 2F4199	所有受訪者	克	6 062 800	3.60	0.00	0.00	24.50	49.00
	進食者		383 300	56.99	43.00	13.80	150.00	174.00
魚生 2F4201	所有受訪者	克	6 062 800	0.90	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		96 200	56.55	42.00	10.50	157.50	210.00
海鮮刺身(魚生除外) 2F4202	所有受訪者	克	6 062 800	0.31	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		44 100	42.11	27.00	4.00	149.00	149.00
魚壽司 2F4203	所有受訪者	克	6 062 800	2.21	0.00	0.00	0.00	37.00
	進食者		179 300	74.84	67.10	18.50	185.00	190.00
海鮮壽司(魚壽司除外) 2F4204	所有受訪者	克	6 062 800	1.30	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		138 100	57.18	50.20	15.00	124.65	175.00
壽司(未指明類別) 2F4299	所有受訪者	克	6 062 800	0.85	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		86 300	60.02	39.30	18.50	185.00	196.50
燒味 2F4301	所有受訪者	克	6 062 800	9.01	0.00	0.00	56.00	74.50
	進食者		1 442 600	37.89	30.00	6.50	98.59	134.32
滷味 2F4302	所有受訪者	克	6 062 800	6.32	0.00	0.00	42.15	57.15
	進食者		908 000	42.22	37.50	15.00	95.00	123.33
肉 / 禽肉 / 腸薄餅 2F5501	所有受訪者	克	6 062 800	1.11	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		99 100	67.86	58.50	5.00	146.00	234.00
海鮮薄餅 2F5502	所有受訪者	克	6 062 800	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		35 700	114.37	106.00	45.00	242.50	242.50
淨芝士薄餅 2F5503	所有受訪者	克	6 062 800	0.08	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		11 000	43.17	52.50	14.50	75.00	75.00
素食薄餅 2F5504	所有受訪者	克	6 062 800	*	*	*	*	*
	進食者		*	*	*	*	*	*

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) 0.00 表示數值少於 0.005。

(c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
薄餅(未指明類別)	所有受訪者	克	6 062 800	0.12	0.00	0.00	0.00	0.00
2F5599	進食者		12 400	57.87	45.00	45.00	90.00	90.00
中式清湯	所有受訪者	毫升	6 062 800	105.25	0.00	0.00	393.75	450.00
2F5601	進食者		2 917 900	218.68	225.00	56.25	450.00	562.50
中式湯羹	所有受訪者	毫升	6 062 800	2.01	0.00	0.00	0.00	0.00
2F5602	進食者		99 200	122.65	112.50	37.50	225.00	236.25
亞洲風味湯羹	所有受訪者	毫升	6 062 800	1.39	0.00	0.00	0.00	0.00
2F5603	進食者		89 200	94.38	112.50	25.00	157.50	168.75
西式湯羹	所有受訪者	毫升	6 062 800	5.42	0.00	0.00	0.00	112.50
2F5604	進食者		253 700	129.58	112.50	37.50	281.25	281.25
湯羹(未指明類別)	所有受訪者	毫升	6 062 800	29.56	15.48	0.00	103.38	145.59
2F5699	進食者		3 516 000	50.97	41.18	7.08	133.05	173.90
漢堡包	所有受訪者	克	6 062 800	4.79	0.00	0.00	54.50	78.50
2F5801	進食者		383 000	75.81	75.00	32.00	128.00	171.00
糖水	所有受訪者	克	6 062 800	5.80	0.00	0.00	0.00	112.50
2F5901	進食者		301 900	116.39	112.50	22.50	225.00	281.25
甜品(糖水除外)	所有受訪者	克	6 062 800	2.16	0.00	0.00	0.00	29.88
2F5902	進食者		232 700	56.27	45.00	8.50	132.00	167.00
麵包(沒有餡料)	所有受訪者	克	6 062 800	17.90	0.00	0.00	72.00	89.00
2F6001	進食者		2 689 200	40.36	30.00	12.00	91.05	111.31
麵包(含有肉、家禽、魚、海產的餡料)	所有受訪者	克	6 062 800	4.33	0.00	0.00	51.30	55.00
2F6002	進食者		432 800	60.59	51.50	44.70	110.00	112.00
麵包(含有肉、家禽、魚、海產以外的餡料)	所有受訪者	克	6 062 800	9.28	0.00	0.00	57.20	86.40
2F6003	進食者		1 040 100	54.11	43.20	22.67	105.00	129.60
班戟 / 窩夫	所有受訪者	克	6 062 800	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00
2F6004	進食者		91 200	46.56	50.00	15.65	104.00	114.00
餅乾	所有受訪者	克	6 062 800	3.39	0.00	0.00	22.50	32.50
2F6005	進食者		1 015 800	20.23	15.00	3.25	52.00	67.50

註釋：

- (a) 人數進位至最接近的百位數。
- (b) 0.00 表示數值少於 0.005。
- (c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.2(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物亞組別劃分的受訪者及進食者(加權)每天飲食量

食物亞組別		單位	人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
蛋糕 2F6006	所有受訪者	克	6 062 800	4.37	0.00	0.00	35.50	54.00
	進食者		546 600	48.42	44.00	17.50	106.50	132.00
曲奇餅 / 批 / 糕點 2F6007	所有受訪者	克	6 062 800	2.33	0.00	0.00	16.67	37.15
	進食者		362 200	39.04	33.00	11.00	92.50	104.00
鬆餅 2F6008	所有受訪者	克	6 062 800	0.36	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		43 600	49.58	45.50	45.50	91.00	91.00
中式糕點(糕類) 2F6009	所有受訪者	克	6 062 800	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00
	進食者		140 900	43.13	35.13	10.00	100.00	118.00
中式糕點(糕類除外) 2F6010	所有受訪者	克	6 062 800	1.84	0.00	0.00	13.00	28.30
	進食者		422 800	26.39	22.00	5.50	64.00	71.00
烘焙食品(未指明類別) 2F6099	所有受訪者	克	6 062 800	*	*	*	*	*
	進食者		*	*	*	*	*	*

註釋：

- (a) 人數進位至最接近的百位數。
- (b) 0.00 表示數值少於 0.005。
- (c) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表A.3 在 24 小時膳食回顧中按食物組別及性別劃分的受訪者及進食者(加權)每天平均飲食量

食物組別	單位	男性		女性		總數		
		人數	分量	人數	分量	人數	分量	
穀物及穀物製品 2F01	所有受訪者	克	2 853 200	460.20	3 209 600	337.62	6 062 800	395.31
	進食者		2 845 500	461.45	3 204 900	338.11	6 050 400	396.12
蔬菜 2F03	所有受訪者	克	2 853 200	201.57	3 209 600	203.61	6 062 800	202.65
	進食者		2 844 700	202.18	3 199 900	204.23	6 044 600	203.26
水果 2F04	所有受訪者	克	2 853 200	113.06	3 209 600	126.76	6 062 800	120.31
	進食者		2 166 900	148.87	2 748 700	148.01	4 915 600	148.39
堅果及種子 2F05	所有受訪者	克	2 853 200	2.88	3 209 600	2.64	6 062 800	2.75
	進食者		687 500	11.94	753 600	11.26	1 441 100	11.58
肉類 2F06	所有受訪者	克	2 853 200	96.45	3 209 600	62.28	6 062 800	78.36
	進食者		2 634 900	104.44	2 782 800	71.83	5 417 700	87.69
家禽 2F07	所有受訪者	克	2 853 200	35.02	3 209 600	29.55	6 062 800	32.12
	進食者		1 540 300	64.87	1 671 800	56.72	3 212 100	60.63
野味 2F08	所有受訪者	克	2 853 200	*	3 209 600	*	6 062 800	0.06
	進食者		*	*	*	*	15 200	21.97
蛋類及蛋類製品 2F09#	所有受訪者	克	2 853 200	31.51	3 209 600	21.94	6 062 800	26.44
	進食者		1 968 700	45.67	2 050 700	34.34	4 019 400	39.89
奶類及奶類製品 2F10#	所有受訪者	克	2 853 200	20.94	3 209 600	28.34	6 062 800	24.86
	進食者		733 200	81.49	1 100 000	82.69	1 833 200	82.21
冰凍甜點 2F11	所有受訪者	克	2 853 200	2.10	3 209 600	2.53	6 062 800	2.32
	進食者		83 300	71.87	167 800	48.31	251 100	56.12
魚類 2F12	所有受訪者	克	2 853 200	45.05	3 209 600	42.20	6 062 800	43.54
	進食者		1 956 100	65.71	2 380 600	56.90	4 336 700	60.87
甲殼類動物 2F13	所有受訪者	克	2 853 200	7.47	3 209 600	5.23	6 062 800	6.28
	進食者		680 200	31.35	729 100	23.01	1 409 300	27.03
軟體動物 2F14	所有受訪者	克	2 853 200	5.83	3 209 600	5.71	6 062 800	5.77
	進食者		573 000	29.04	747 800	24.51	1 320 800	26.47
油脂類 2F15	所有受訪者	克	2 853 200	15.27	3 209 600	11.67	6 062 800	13.36
	進食者		2 813 800	15.49	3 141 200	11.92	5 955 000	13.61
不含酒精飲品 2F16#	所有受訪者	克	2 853 200	1 702.38	3 209 600	1 527.83	6 062 800	1 609.97
	進食者		2 853 200	1 702.38	3 209 600	1 527.83	6 062 800	1 609.97

#食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：

- (a) 人數進位至最接近的百位數。
- (b) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.3(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物組別及性別劃分的受訪者及進食者(加權)每天平均飲食量

食物組別	單位	男性		女性		總數		
		人數	分量	人數	分量	人數	分量	
酒精飲品	所有受訪者	毫升	2 853 200	42.41	3 209 600	10.02	6 062 800	25.26
2F17	進食者		1 850 600	65.39	1 865 800	17.24	3 716 400	41.21
糖及甜點	所有受訪者	克	2 853 200	4.56	3 209 600	4.15	6 062 800	4.34
2F18	進食者		2 729 300	4.76	3 020 500	4.41	5 749 800	4.58
香草及香料	所有受訪者	克	2 853 200	1.70	3 209 600	1.36	6 062 800	1.52
2F19	進食者		2 656 500	1.83	2 969 300	1.47	5 625 800	1.64
鹽、醬油、佐料及醬料	所有受訪者	克	2 853 200	19.77	3 209 600	13.93	6 062 800	16.68
2F20	進食者		2 846 000	19.82	3 197 500	13.99	6 043 500	16.73
鹹味零食	所有受訪者	克	2 853 200	1.01	3 209 600	1.16	6 062 800	1.09
2F26	進食者		194 300	14.85	285 500	13.06	479 800	13.79
中式藥材	所有受訪者	克	2 853 200	0.38	3 209 600	0.56	6 062 800	0.47
2F27	進食者		252 600	4.24	242 500	7.38	495 200	5.78
雜類	所有受訪者	克	2 853 200	0.16	3 209 600	0.18	6 062 800	0.17
2F30	進食者		359 700	1.25	304 900	1.89	664 600	1.54
點心	所有受訪者	克	2 853 200	46.14	3 209 600	49.75	6 062 800	48.05
2F41	進食者		987 800	133.28	1 443 900	110.58	2 431 700	119.80
刺身及壽司	所有受訪者	克	2 853 200	5.50	3 209 600	5.64	6 062 800	5.57
2F42	進食者		120 200	130.55	163 100	110.92	283 300	119.25
燒味滷味	所有受訪者	克	2 853 200	20.04	3 209 600	11.16	6 062 800	15.34
2F43	進食者		1 072 900	53.31	927 300	38.61	2 000 100	46.49
薄餅	所有受訪者	克	2 853 200	2.28	3 209 600	1.90	6 062 800	2.08
2F55	進食者		66 100	98.45	98 700	61.64	164 800	76.40
湯	所有受訪者	毫升	2 853 200	143.76	3 209 600	143.50	6 062 800	143.62
2F56	進食者		2 235 800	183.45	2 605 700	176.75	4 841 600	179.85
漢堡包	所有受訪者	克	2 853 200	5.99	3 209 600	3.72	6 062 800	4.79
2F58	進食者		210 800	81.04	172 200	69.41	383 000	75.81
甜品	所有受訪者	克	2 853 200	6.90	3 209 600	8.90	6 062 800	7.96
2F59	進食者		173 900	113.13	338 800	84.30	512 700	94.08
烘焙食品及中式糕點	所有受訪者	克	2 853 200	46.14	3 209 600	45.05	6 062 800	45.56
2F60	進食者		1 958 300	67.22	2 399 000	60.27	4 357 300	63.40

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表A.4 在 24 小時膳食回顧中按食物組別及年齡劃分的受訪者及進食者(加權)每天平均飲食量

食物組別		單位	18-29		30-49		50-64		65+	
			人數	分量	人數	分量	人數	分量	人數	分量
穀物及穀物製品 2F01	所有受訪者	克	986 300	390.71	2 058 700	409.02	1 768 800	401.26	1 249 000	367.89
	進食者		985 600	390.97	2 055 600	409.64	1 766 800	401.71	1 242 300	369.87
蔬菜 2F03	所有受訪者	克	986 300	179.03	2 058 700	203.54	1 768 800	209.98	1 249 000	209.47
	進食者		979 000	180.36	2 053 500	204.06	1 765 400	210.39	1 246 700	209.86
水果 2F04	所有受訪者	克	986 300	86.30	2 058 700	106.67	1 768 800	140.30	1 249 000	141.34
	進食者		679 100	125.34	1 594 400	137.73	1 537 200	161.44	1 105 000	159.77
堅果及種子 2F05	所有受訪者	克	986 300	1.52	2 058 700	3.03	1 768 800	3.24	1 249 000	2.59
	進食者		202 200	7.42	500 800	12.44	462 300	12.39	275 800	11.73
肉類 2F06	所有受訪者	克	986 300	80.47	2 058 700	90.50	1 768 800	79.25	1 249 000	55.43
	進食者		898 600	88.33	1 889 600	98.60	1 590 800	88.12	1 038 700	66.66
家禽 2F07	所有受訪者	克	986 300	51.20	2 058 700	36.23	1 768 800	28.72	1 249 000	15.11
	進食者		635 600	79.45	1 199 500	62.19	904 900	56.13	472 100	39.97
野味 2F08	所有受訪者	克	986 300	*	2 058 700	*	1 768 800	*	1 249 000	*
	進食者		*	*	*	*	*	*	*	*
蛋類及蛋類製品 2F09#	所有受訪者	克	986 300	26.89	2 058 700	30.98	1 768 800	26.27	1 249 000	18.86
	進食者		663 900	39.95	1 494 300	42.68	1 185 100	39.21	676 100	34.85
奶類及奶類製品 2F10#	所有受訪者	克	986 300	27.73	2 058 700	26.24	1 768 800	20.46	1 249 000	26.55
	進食者		312 000	87.64	671 900	80.39	464 600	77.88	384 700	86.20
冰凍甜點 2F11	所有受訪者	克	986 300	3.58	2 058 700	3.23	1 768 800	1.32	1 249 000	1.26
	進食者		55 500	63.54	115 400	57.67	48 600	48.04	31 600	49.87
魚類 2F12	所有受訪者	克	986 300	34.86	2 058 700	39.21	1 768 800	45.51	1 249 000	54.76
	進食者		611 700	56.21	1 429 200	56.48	1 283 300	62.72	1 012 600	67.55
甲殼類動物 2F13	所有受訪者	克	986 300	7.08	2 058 700	8.86	1 768 800	5.60	1 249 000	2.37
	進食者		261 700	26.69	584 100	31.25	383 100	25.84	180 500	16.42
軟體動物 2F14	所有受訪者	克	986 300	7.00	2 058 700	7.95	1 768 800	4.74	1 249 000	2.66
	進食者		231 600	29.80	543 300	30.11	380 000	22.06	166 000	20.04
油脂類 2F15	所有受訪者	克	986 300	13.50	2 058 700	14.19	1 768 800	13.50	1 249 000	11.70
	進食者		953 200	13.97	2 025 800	14.42	1 750 800	13.64	1 225 100	11.93
不含酒精飲品 2F16#	所有受訪者	克	986 300	1 666.46	2 058 700	1 707.01	1 768 800	1 621.92	1 249 000	1 388.51
	進食者		986 300	1 666.46	2 058 700	1 707.01	1 768 800	1 621.92	1 249 000	1 388.51

#食物組別包括固體食物及液體食物。在計算食物組別的消費量時，液體食物的重量以每 1 毫升為 1 克計算。

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表 A.4(續) 在 24 小時膳食回顧中按食物組別及年齡劃分的受訪者及進食者(加權)每天平均飲食量

食物組別		單位	18-29		30-49		50-64		65+	
			人數	分量	人數	分量	人數	分量	人數	分量
酒精飲品 2F17	所有受訪者	毫升	986 300	19.74	2 058 700	26.54	1 768 800	33.51	1 249 000	15.84
	進食者		533 500	36.50	1 310 300	41.69	1 155 700	51.29	716 900	27.59
糖及甜點 2F18	所有受訪者	克	986 300	5.21	2 058 700	5.02	1 768 800	4.23	1 249 000	2.69
	進食者		926 000	5.54	1 960 100	5.27	1 704 700	4.39	1 159 000	2.90
香草及香料 2F19	所有受訪者	克	986 300	1.33	2 058 700	1.66	1 768 800	1.60	1 249 000	1.33
	進食者		897 600	1.46	1 894 400	1.81	1 667 500	1.69	1 166 300	1.42
鹽、醬油、佐料及醬料 2F20	所有受訪者	克	986 300	19.80	2 058 700	19.72	1 768 800	15.75	1 249 000	10.54
	進食者		985 600	19.81	2 054 000	19.76	1 767 500	15.76	1 236 300	10.65
鹹味零食 2F26	所有受訪者	克	986 300	1.92	2 058 700	1.78	1 768 800	0.40	1 249 000	0.27
	進食者		148 800	12.72	223 200	16.44	72 400	9.84	35 300	9.64
中式藥材 2F27	所有受訪者	克	986 300	0.04	2 058 700	0.45	1 768 800	0.83	1 249 000	0.34
	進食者		43 300	1.00	174 700	5.33	183 700	7.95	93 500	4.58
雜類 2F30	所有受訪者	克	986 300	0.28	2 058 700	0.08	1 768 800	0.22	1 249 000	0.16
	進食者		77 400	3.60	196 700	0.85	247 200	1.54	143 300	1.38
點心 2F41	所有受訪者	克	986 300	44.59	2 058 700	44.65	1 768 800	51.97	1 249 000	50.85
	進食者		385 800	113.99	779 700	117.88	729 400	126.04	536 900	118.30
刺身及壽司 2F42	所有受訪者	克	986 300	13.09	2 058 700	8.64	1 768 800	1.01	1 249 000	1.04
	進食者		102 600	125.87	148 600	119.72	21 600	82.76	10 600	122.77
燒味滷味 2F43	所有受訪者	克	986 300	13.82	2 058 700	15.90	1 768 800	17.62	1 249 000	12.39
	進食者		287 700	47.39	697 400	46.92	659 800	47.23	355 200	43.55
薄餅 2F55	所有受訪者	克	986 300	3.83	2 058 700	2.99	1 768 800	1.10	1 249 000	0.57
	進食者		54 400	69.39	72 600	84.70	23 300	83.74	14 500	49.23
湯 2F56	所有受訪者	毫升	986 300	133.57	2 058 700	146.91	1 768 800	154.66	1 249 000	130.49
	進食者		753 200	174.92	1 687 200	179.26	1 473 400	185.67	927 700	175.69
漢堡包 2F58	所有受訪者	克	986 300	8.74	2 058 700	5.97	1 768 800	3.38	1 249 000	1.72
	進食者		122 900	70.16	154 400	79.62	72 800	82.09	32 900	65.20
甜品 2F59	所有受訪者	克	986 300	9.86	2 058 700	9.07	1 768 800	6.84	1 249 000	6.20
	進食者		116 600	83.43	184 000	101.44	137 600	87.84	74 400	104.09
烘焙食品及中式糕點 2F60	所有受訪者	克	986 300	40.98	2 058 700	48.74	1 768 800	47.94	1 249 000	40.58
	進食者		675 700	59.82	1 456 700	68.88	1 346 800	62.96	878 200	57.72

註釋：

(a) 人數進位至最接近的百位數。

(b) * 由於受訪者人數過少，數據並不適用。

表A.5 在食物頻率問卷中按食物項目劃分的受訪者及進食者(加權)在訪問前 12 個月每天飲食量

食物頻率問卷食物項目編號	食物頻率問卷食物項目名稱		單位	不知道攝入量的人數	知道攝入量的人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
2FFQ001	熟劍魚	所有受訪者	克	65 100	5 997 700	0.01	0.00	0.00	0.00	0.03
		進食者		65 100	152 700	0.43	0.23	0.04	0.92	1.92
2FFQ002	劍魚刺身	所有受訪者	克	74 300	5 988 500	0.08	0.00	0.00	0.27	0.72
		進食者		74 300	610 700	0.74	0.24	0.08	2.78	4.77
2FFQ003	劍魚壽司	所有受訪者	克	70 600	5 992 200	0.16	0.00	0.00	0.47	1.25
		進食者		70 600	506 000	1.85	0.62	0.21	7.50	10.83
2FFQ004	罐頭吞拿魚	所有受訪者	克	22 600	6 040 100	0.38	0.00	0.00	1.32	2.53
		進食者		22 600	1 842 700	1.25	0.16	0.03	4.08	6.08
2FFQ005	熟吞拿魚	所有受訪者	克	23 300	6 039 500	0.09	0.00	0.00	0.18	0.53
		進食者		23 300	525 200	0.99	0.22	0.07	3.85	7.69
2FFQ006	吞拿魚刺身	所有受訪者	克	20 800	6 042 000	0.25	0.00	0.00	1.20	1.92
		進食者		20 800	1 887 000	0.80	0.38	0.08	2.76	4.15
2FFQ007	吞拿魚壽司	所有受訪者	克	26 000	6 036 800	0.46	0.00	0.00	2.37	3.95
		進食者		26 000	1 612 500	1.73	0.79	0.20	5.92	7.89
2FFQ008	燻魚	所有受訪者	克	20 700	6 042 100	0.31	0.00	0.00	0.82	1.36
		進食者		20 700	1 773 000	1.07	0.25	0.05	1.97	3.95
2FFQ009	熟蠔	所有受訪者	克	17 700	6 045 100	0.69	0.00	0.00	2.86	4.77
		進食者		17 700	2 833 600	1.47	0.72	0.10	5.46	7.15
2FFQ010	生蠔	所有受訪者	克	12 100	6 050 700	0.84	0.00	0.00	4.21	7.01
		進食者		12 100	1 645 200	3.10	1.40	0.35	11.05	14.03
2FFQ011	蠔豉	所有受訪者	克	21 900	6 040 900	0.12	0.00	0.00	0.59	0.94
		進食者		21 900	2 373 500	0.31	0.13	0.03	1.15	1.58
2FFQ012	魚翅	所有受訪者	克	19 800	6 042 900	0.05	0.00	0.00	0.21	0.33
		進食者		19 800	1 722 500	0.18	0.07	0.03	0.55	0.68
2FFQ013	魚翅裙邊	所有受訪者	克	43 700	6 019 100	0.03	0.00	0.00	0.14	0.29
		進食者		43 700	564 000	0.30	0.19	0.03	1.15	1.44
2FFQ014	海蜆	所有受訪者	克	13 500	6 049 300	0.08	0.00	0.00	0.33	0.55
		進食者		13 500	2 476 200	0.18	0.11	0.03	0.66	0.82
2FFQ015	瀨尿蝦	所有受訪者	克	11 700	6 051 000	0.22	0.00	0.00	0.82	1.40
		進食者		11 700	1 701 500	0.79	0.29	0.06	2.40	4.91
2FFQ016	珊瑚蚌	所有受訪者	克	31 600	6 031 100	0.05	0.00	0.00	0.27	0.44
		進食者		31 600	1 539 900	0.21	0.11	0.03	0.66	1.04

註釋：

- (a) 沒有指明是進食高峰期 / 非進食高峰期，即四季常有的食物項目。
- (b) 每天攝入量是參照進食高峰期 / 非進食高峰期 / 年度 / 全年的攝入量計算。
- (c) 人數進位至最接近的百位數。
- (d) 0.00 表示數值少於 0.005。

表 A.5(續) 在食物頻率問卷中按食物項目劃分的受訪者及進食者(加權)在訪問前 12 個月每天飲食量

食物頻率問卷食物項目編號	食物頻率問卷食物項目名稱		單位	不知道攝入量的人數	知道攝入量的人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數
2FFQ017	紫菜	所有受訪者	克	29 400	6 033 300	0.38	0.05	0.00	1.73	2.85
		進食者		29 400	3 551 300	0.64	0.22	0.03	2.30	4.27
2FFQ018	即食紫菜(預先包裝零食)	所有受訪者	克	28 400	6 034 300	0.04	0.00	0.00	0.16	0.33
		進食者		28 400	3 036 400	0.09	0.02	0.00	0.33	0.60
2FFQ019	杏脯 / 杏乾	所有受訪者	克	49 400	6 013 400	0.15	0.00	0.00	0.55	1.10
		進食者		49 400	1 198 700	0.75	0.22	0.04	2.63	5.26
2FFQ020	醃製橄欖 / 橄欖乾	所有受訪者	克	9 500	6 053 300	0.03	0.00	0.00	0.06	0.15
		進食者		9 500	565 700	0.29	0.06	0.01	0.72	2.30
2FFQ021	粟米片	所有受訪者	克	6 200	6 056 600	0.53	0.00	0.00	2.14	4.27
		進食者		6 200	1 482 000	2.17	0.49	0.03	10.68	17.10
2FFQ022	微波爐爆谷	所有受訪者	克	2 200	6 060 600	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
		進食者		2 200	120 800	0.16	0.05	0.01	0.62	0.99
2FFQ023	減肥汽水 / 含代糖飲品	所有受訪者	毫升	16 400	6 046 400	12.33	0.00	0.00	53.42	141.04
		進食者		16 400	1 242 900	59.99	12.33	0.90	267.12	330.00
2FFQ024	能量飲品	所有受訪者	毫升	11 900	6 050 900	3.34	0.00	0.00	5.18	15.55
		進食者		11 900	586 200	34.50	6.16	0.62	155.51	369.86
2FFQ025	西梅汁	所有受訪者	毫升	12 900	6 049 800	0.27	0.00	0.00	0.68	1.37
		進食者		12 900	380 200	4.32	1.37	0.41	16.44	32.88
2FFQ026	中式年糕(進食高峰期)	所有受訪者	克	23 700	6 039 100	5.77	2.48	0.00	22.50	33.00
		進食者		23 700	3 420 200	10.18	5.00	1.65	30.00	50.00
2FFQ026	中式年糕(每年)	所有受訪者	克	23 700	6 039 100	0.47	0.20	0.00	1.85	2.71
		進食者		23 700	3 420 200	0.84	0.41	0.14	2.47	4.11
2FFQ027	中式賀年糖果(進食高峰期)	所有受訪者	克	21 900	6 040 900	0.48	0.00	0.00	2.67	4.67
		進食者		21 900	1 142 500	2.53	1.33	0.44	6.67	12.00
2FFQ027	中式賀年糖果(每年)	所有受訪者	克	21 900	6 040 900	0.04	0.00	0.00	0.22	0.38
		進食者		21 900	1 142 500	0.21	0.11	0.04	0.55	0.99
2FFQ028	油角(進食高峰期)	所有受訪者	克	25 200	6 037 600	0.92	0.00	0.00	5.20	6.93
		進食者		25 200	1 772 900	3.12	1.73	0.43	8.67	13.87
2FFQ028	油角(每年)	所有受訪者	克	25 200	6 037 600	0.08	0.00	0.00	0.43	0.57
		進食者		25 200	1 772 900	0.26	0.14	0.04	0.71	1.14

註釋：

- (a) 沒有指明是進食高峰期 / 非進食高峰期，即四季常有的食物項目。
- (b) 每天攝入量是參照進食高峰期 / 非進食高峰期 / 年度 / 全年的攝入量計算。
- (c) 人數進位至最接近的百位數。
- (d) 0.00 表示數值少於 0.005。

表 A.5(續) 在食物頻率問卷中按食物項目劃分的受訪者及進食者(加權)在訪問前 12 個月每天飲食量

食物頻率問卷食物項目編號	食物頻率問卷食物項目名稱	單位	不知道攝入量的人數	知道攝入量的人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數	
2FFQ029	煎堆(進食高峰期)	所有受訪者	克	13 000	6 049 800	0.95	0.00	0.00	6.40	10.00
		進食者		13 000	877 500	6.55	3.33	1.67	19.40	32.00
2FFQ029	煎堆(非進食高峰期)	所有受訪者	克	18 700	6 044 000	0.18	0.00	0.00	0.90	1.49
		進食者		18 700	1 313 200	0.82	0.38	0.15	2.29	3.58
2FFQ029	煎堆(每年)	所有受訪者	克	22 800	6 040 000	0.24	0.00	0.00	1.10	1.75
		進食者		22 800	1 872 100	0.78	0.41	0.14	2.29	3.29
2FFQ030	瓜子(進食高峰期)	所有受訪者	克	64 700	5 998 100	0.29	0.00	0.00	1.50	3.00
		進食者		64 700	1 775 800	0.98	0.45	0.15	3.00	4.50
2FFQ030	瓜子(非進食高峰期)	所有受訪者	克	42 000	6 020 700	0.02	0.00	0.00	0.00	0.08
		進食者		42 000	256 900	0.38	0.11	0.01	1.50	2.94
2FFQ030	瓜子(每年)	所有受訪者	克	73 500	5 989 300	0.04	0.00	0.00	0.17	0.25
		進食者		73 500	1 855 300	0.12	0.04	0.01	0.37	0.74
2FFQ031	糉(進食高峰期)	所有受訪者	克	22 100	6 040 700	17.42	10.00	0.00	55.00	80.00
		進食者		22 100	4 531 800	23.22	20.00	5.00	60.00	100.00
2FFQ031	糉(非進食高峰期)	所有受訪者	克	37 600	6 025 200	0.50	0.00	0.00	2.69	4.48
		進食者		37 600	1 349 500	2.21	1.34	0.45	6.27	8.96
2FFQ031	糉(每年)	所有受訪者	克	48 200	6 014 600	1.88	1.23	0.00	6.58	8.22
		進食者		48 200	4 794 800	2.36	1.64	0.41	7.40	8.63
2FFQ032	龍眼(進食高峰期)	所有受訪者	克	51 700	6 011 000	2.84	0.94	0.00	11.33	18.89
		進食者		51 700	3 410 400	5.00	2.83	0.47	15.58	22.70
2FFQ032	龍眼(非進食高峰期)	所有受訪者	克	53 100	6 009 700	0.10	0.00	0.00	0.15	0.92
		進食者		53 100	338 500	1.71	0.77	0.12	4.76	6.18
2FFQ032	龍眼(每年)	所有受訪者	克	69 200	5 993 500	0.77	0.23	0.00	3.26	4.66
		進食者		69 200	3 475 700	1.33	0.70	0.12	4.66	6.52
2FFQ033	荔枝(進食高峰期)	所有受訪者	克	46 000	6 016 700	5.89	1.10	0.00	26.42	39.31
		進食者		46 000	3 277 000	10.81	4.95	1.10	35.38	55.03
2FFQ033	荔枝(非進食高峰期)	所有受訪者	克	45 500	6 017 300	0.05	0.00	0.00	0.00	0.00
		進食者		45 500	92 400	3.46	1.44	0.18	13.51	21.61
2FFQ033	荔枝(每年)	所有受訪者	克	61 000	6 001 800	1.49	0.27	0.00	6.65	9.77
		進食者		61 000	3 272 000	2.74	1.36	0.27	8.96	13.57

註釋：

- (a) 沒有指明是進食高峰期 / 非進食高峰期，即四季常有的食物項目。
- (b) 每天攝入量是參照進食高峰期 / 非進食高峰期 / 年度 / 全年的攝入量計算。
- (c) 人數進位至最接近的百位數。
- (d) 0.00 表示數值少於 0.005。

表 A.5(續) 在食物頻率問卷中按食物項目劃分的受訪者及進食者(加權)在訪問前 12 個月每天飲食量

食物頻率問卷食物項目編號	食物頻率問卷食物項目名稱	單位	不知道攝入量的人數	知道攝入量的人數	平均值	中位數	第 5 百分位數	第 95 百分位數	第 97.5 百分位數	
2FFQ034	焗製月餅(進食高峰期)	所有受訪者	克	28 000	6 034 700	3.34	1.33	0.00	13.33	16.44
		進食者		28 000	4 434 600	4.55	2.67	0.33	16.44	20.56
2FFQ034	焗製月餅(每年)	所有受訪者	克	28 000	6 034 700	0.41	0.16	0.00	1.64	2.03
		進食者		28 000	4 434 600	0.56	0.33	0.04	2.03	2.53
2FFQ035	冰皮月餅(進食高峰期)	所有受訪者	克	26 300	6 036 500	1.24	0.00	0.00	5.50	7.78
		進食者		26 300	2 339 200	3.19	2.44	0.31	9.78	13.61
2FFQ035	冰皮月餅(每年)	所有受訪者	克	26 300	6 036 500	0.15	0.00	0.00	0.68	0.96
		進食者		26 300	2 339 200	0.39	0.30	0.04	1.21	1.68
2FFQ036	大閘蟹(進食高峰期)	所有受訪者	克	11 100	6 051 700	0.26	0.00	0.00	1.63	2.79
		進食者		11 100	992 700	1.57	0.93	0.46	4.65	5.58
2FFQ036	大閘蟹(每年)	所有受訪者	克	11 100	6 051 700	0.11	0.00	0.00	0.67	1.15
		進食者		11 100	992 700	0.64	0.38	0.19	1.91	2.29

註釋：

- (a) 沒有指明是進食高峰期 / 非進食高峰期，即是四季常有的食物項目。
- (b) 每天攝入量是參照進食高峰期 / 非進食高峰期 / 年度 / 全年的攝取量計算。
- (c) 人數進位至最接近的百位數。
- (d) 0.00 表示數值少於 0.005。

