中秋节消费提示

中秋佳节即将到来，为使广大消费者度过一个欢乐祥和的节日，河南省市场监督管理局发布消费提示，帮助大家了解月饼种类，识别消费陷阱，科学饮食消费。

一、月饼的定义及种类

月饼是使用小麦粉等谷物粉或植物粉、油、糖(或不加糖)等为主要原料制成饼皮,包裹各种馅料,经加工而成,在中秋节食用为主的传统节日食品。按照我国地方派式特色可分为：广式月饼（蓉沙类、果仁类、果蔬类、肉与肉制品类、水产制品类、蛋黄类、水晶皮类、冰皮类、奶酥皮类）；京式月饼（提浆月饼、自来白月饼、自来红月饼、大酥皮月饼）；潮式月饼（酥皮类、水晶皮类、奶油皮类）；滇式月饼（云腿月饼、云腿果蔬食用花卉类月饼）；晋式月饼（蛋月烧类月饼、郭杜林类月饼、夯月饼、提浆类月饼）；苏式月饼；琼式月饼；台式月饼；哈式月饼；其他类月饼。

二、选购月饼注意事项

1.认真查看月饼标签。合格的月饼标签应包括：食品名称、配料表、净含量和规格、生产者信息（名称、地址、联系方式）、生产日期和保质期、贮存条件、食品生产许可证编号、产品标准代号、营养成分表等内容。购买月饼时，要注意查验相关信息是否完整、标示是否清晰，拒绝购买或食用无标签或标签信息不全、内容不清晰，掩盖或篡改标示的产品。

2.谨慎选购散装月饼。购买散装月饼时，要注意查看月饼色泽、形状、气味等。质量好的月饼外形应完整丰满、表面可略鼓，边角分明，不凹底、不收缩，不露馅，不破裂。对现场制售的月饼，应注意查看加工销售场所是否具备合法生产经营资质，查看制售人员是否采取相关卫生防范措施，如佩戴口罩、注意个人卫生等。

3.理性选择网购商品。提醒广大消费者不要被网上展示的华丽、浮夸的外包装图片蒙蔽，不要轻易购买所谓的“爆款”不知名产品。通过网络交易，交易过程中要和卖家约定服务的各个细节，以免买到“三无”产品或者假冒伪劣产品，尤其要谨慎选择“网红”直播带货等形式销售的各类月饼。

4.特殊人群重点关注。食用月饼前，要查看其外观是否正常，有无异味、霉变，一旦发现异常，不要食用。大部分月饼糖分、油脂含量较高，建议不要过量食用，不能用月饼代替正餐。食用月饼要因人而异，糖尿病、高血压、高血脂等特殊人群，即使是食用“无糖月饼”，也要严格控制食用量，不可多吃。对于老人、儿童及肠胃不适者，建议根据自身身体状况适量食用。

三、需要警惕的消费陷阱

1.打折促销莫冲动。节假日期间是线上线下商家促销的黄金时期，消费者要理性对待各种琳琅满目的促销活动。一是要对比价格走势，谨防商家“先升后降”的虚假打折促销活动；二是要甄别真假，谨防商家借打折促销之机以假充真，以次充好；三是要留意促销规则、适用范围、活动时限等约束条件，避免纠纷和争议。

2.“私人订制”需警惕。购买月饼时，应通过正规渠道购买月饼，“私人订制”月饼需谨慎购买，要看清生产日期与保质期，特别是散装月饼要看盛放容器是否清洁。在购买网络销售的自制月饼时，一定要确认制作者是否具有网络食品销售的资质，还要仔细查看产品保质期。另外，坚果籽粒是月饼的常用原料，也是常见的过敏原，对坚果过敏的人群在食用前要仔细阅读配料表，以免误食引发过敏。

3.“天价”月饼要抵制。今年8月，国家市场监管总局印发《市场监管总局关于集中整治商品过度包装、“天价”月饼和蟹卡蟹券等问题的通知》，并在全国范围内开展为期2个月的专项整治行动，保证月饼消费更安全、节约、环保、健康。在此，倡议广大消费者自觉抵制“天价”及过度包装的月饼和螃蟹等节日食品，助力推动企业开发简约适度、绿色低碳的包装设计，增强全民节约意识、生态环保意识，让节日商品、节日消费回归传统文化本源。

购买月饼食品时，一定要索要和保管好消费凭证。若发现质量问题，请及时拨打12315投诉电话，维护自身的合法权益。