

ICS 67.040  
X 80



# 中华人民共和国国家标准

GB/T 24154—2009

---

## 运动营养食品通则

General standard for sports nutrition food

2009-05-19 发布

2009-12-01 实施

---

中华人民共和国国家质量监督检验检疫总局  
中国国家标准化管理委员会 发布

## 前 言

本标准的附录 A 为规范性附录,附录 B 为资料性附录。

本标准由全国特殊膳食标准化技术委员会提出并归口。

本标准起草单位:北京康比特体育科技股份有限公司、中国食品发酵工业研究院、国家体育总局运动医学研究所、中国食品科学技术学会运动营养食品分会、雅培制药有限公司。

本标准主要起草人:焦颖、黄序、杨则宜、陈岩、李惠宜、石磊、贺刚、田红梅、逢金柱、白厚增。

# 运动营养食品通则

## 1 范围

本标准规定了运动营养食品的产品分类、要求、试验方法、能量和碳水化合物的计算以及标签。  
本标准适用于运动营养食品的生产及市场流通。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的条款通过本标准的引用而成为本标准的条款。凡是注日期的引用文件，其随后所有的修改单(不包括勘误的内容)或修订版均不适用于本标准，然而，鼓励根据本标准达成协议的各方研究是否可使用这些文件的最新版本。凡是不注日期的引用文件，其最新版本适用于本标准。

GB 2760 食品添加剂使用卫生标准

GB/T 5009.3 食品中水分的测定

GB/T 5009.4 食品中灰分的测定

GB/T 5009.5 食品中蛋白质的测定

GB/T 5009.6 食品中脂肪的测定

GB 13432 预包装特殊膳食用食品标签通则

GB 14880 食品营养强化剂使用卫生标准

GB/T 22224 食品中膳食纤维的测定 酶重量法和酶重量法-液相色谱法

## 3 术语和定义

下列术语和定义适用于本标准。

### 3.1

**运动营养食品 sports nutrition food**

补充或满足人体运动特殊需求的营养物质的食品。

## 4 产品分类

### 4.1 分类原则

按人体运动对能量和营养物质的不同需求，划分运动营养食品类别。

### 4.2 类别

#### 4.2.1 补充能量类

以碳水化合物为主要成分，并能够快速、持续提供能量的运动营养食品。

#### 4.2.2 控制能量类

含有较低能量和较低脂肪，能够满足人体减控体重需求的运动营养食品。

#### 4.2.3 补充蛋白质及其水解物类

补充蛋白质、肽、氨基酸和(或)其衍生物，适于有修复机体组织、增长肌肉需求的人群食用的运动营养食品。

#### 4.2.4 补充维生素、矿物质类

补充人体运动损耗的维生素、矿物质的运动营养食品。

#### 4.2.5 补充恢复运动性疲劳的营养物质类

补充缓解中枢神经系统或外周机体疲劳的营养物质的运动营养食品。