

包裝米選購及使用應注意事項

資料來源：消費者保護處

1. 選購有品牌之食米較有保障，除選擇包裝標示完整外，更要選擇經政府輔導，品管良好的品牌，如CAS良質米廠商所生產的「台灣好米」。
2. 注意包袋所標示之內容，如碾製加工日期、產地、規格或等級、淨重、保存期限、碾製工廠名稱、地址、電話。碾製日期愈接近購買日期者愈好。
3. 選擇米粒外觀良好者，若米粒外觀不良，如米粒的變色粒、損被害粒、碎粒、異型粒、白粉質粒、夾雜物含量較多，或粒型不一、無光澤、有異味及米粒外表粉粉的，均為米質較差或不新鮮之現象。
4. 依需要選擇食米種類，如糙米、胚芽米、白米三種，著重營養，建議您多吃糙米飯或胚芽米飯，如果講究口感，則選擇白米。