

### 中国居民膳食营养素参考摄入量 第1部分：宏量营养素

Chinese dietary reference intakes—  
Part 1: Macronutrient

行业标准信息平台

2017-09-14 发布

2018-04-01 实施

中华人民共和国国家卫生和计划生育委员会 发布

## 前 言

WS/T 578《中国居民膳食营养素参考摄入量》分为5个部分：

- 第1部分：宏量营养素；
- 第2部分：常量元素；
- 第3部分：微量元素；
- 第4部分：脂溶性维生素；
- 第5部分：水溶性维生素。

本部分为WS/T 578的第1部分。

本部分按照GB/T 1.1—2009给出的规则起草。

本部分起草单位：中国营养学会、中国疾病预防控制中心营养与健康所、中山大学、四川大学、中国人民解放军白求恩医务士官学校、深圳市慢性病防治中心。

本部分主要起草人：朴建华、苏宜香、杨晓光、杨月欣、张坚、程义勇、卓勤、李敏、张彩霞、黄承钰、毛德倩、向雪松、勾凌燕、刘小立。

行业标准信息平台

# 中国居民膳食营养素参考摄入量

## 第1部分：宏量营养素

### 1 范围

本部分规定了中国居民膳食能量、蛋白质、脂类及碳水化合物参考摄入量。  
本部分适用于中国居民中健康人群或个体的膳食摄入状况评价和膳食指导。

### 2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

WS/T 476 营养名词术语

### 3 术语和定义

WS/T 476界定的以及下列术语和定义适用于本文件。

为了便于使用，以下重复列出了WS/T 476中的某些术语和定义。

#### 3.1

**膳食营养素参考摄入量** dietary reference intakes; DRIs

评价膳食营养素供给量能否满足人体需要、是否存在过量摄入风险以及有利于预防某些慢性非传染性疾病的一组参考值，包括：平均需要量、推荐摄入量、适宜摄入量、可耐受最高摄入量以及建议摄入量、宏量营养素可接受范围。

[WS/T 476—2015，定义5.3.1]

##### 3.1.1

**平均需要量** estimated average requirement; EAR

群体中各个体营养素需要量的平均值。

[WS/T 476—2015，定义5.3.4]

##### 3.1.2

**推荐摄入量** recommended nutrient intake; RNI

可以满足某一特定性别、年龄及生理状况群体中绝大多数个体需要的营养素摄入水平。

[WS/T 476—2015，定义5.3.5]

##### 3.1.3