

即時發布

新聞稿

「青年創研庫」公布「『預製菜』——現況與消費者期望的探討」研究報告

**逾九成受訪者難辨餐廳預製菜，「即叫即煮」仍是主流期望
近半數知悉預製菜仍會光顧，最重視味道、資訊透明度和價格
若餐廳未標示使用預製菜，逾四成會降低信心
倡設自願認證計劃及制訂指引，提升資訊透明度及消費者保障**

「預製菜」在本港餐飲業日趨普遍，已成為業界應對成本壓力的「新常態」，亦在社會引起不少討論。香港青年協會青年研究中心成立的「青年創研庫」，今天（20日）公布「『預製菜』——現況與消費者期望的探討」研究報告。結果顯示，在800名受訪本地市民中，**高達九成一（91.3%）**表示難以清楚分辨餐廳的菜餚是否預製【表2】。六成四（64.0%）預設餐廳菜式應為「即叫即煮」【表3】，反映消費者對現製仍屬主流期望。

四成四（44.3%）受訪者對預製菜印象普通【表4】，主要擔心味道欠佳或無鑊氣（26.4%）、添加劑過多（25.4%）及口感／質感變差（22.9%）【表5】。在選擇餐廳時，逾六成最重視「食物味道」（62.4%），其次為「價錢」（51.9%）、「環境衛生」（32.6%）及「食物安全」（27.6%）【表7】。近八成（79.9%）認為預製菜定價應低於即場烹調【表8】。

調查顯示，若餐廳使用預製菜而無標明，**逾四成（42.5%）**會降低對餐廳的信心【表9】；反之，若餐廳主動標明，**近半數（49%）**表示仍會光顧【表10】。結果反映，受訪者對預製菜並非一刀切抗拒，他們關注菜式是否預製的同時，味道、資訊透明度和價格亦是重要考慮因素。

上述研究以實地問卷調查，於去年12月29日至2026年1月4日期間，訪問800名18至64歲香港居民，並與13名個案、7名專家、學者和餐飲業界人士進行訪談。有訪談個案表明，若餐廳以即製價格出售預製全成品，會感到受騙，期望餐牌能清晰分類，讓顧客按價錢與新鮮程度作知情選擇。

訪談個案普遍認為，預製菜難以應個人口味調配，如少油少鹽，亦憂慮長期存放影響食物新鮮或含防腐劑；惟其上菜迅速、味道穩定等優點，可為午膳時間緊迫的學生及上班族提供相宜選擇。業界人士則指出，**預製菜並非新興現象，而是餐飲業應對勞動力持續短缺、資深廚師斷層及高昂營運成本等的方法。**

針對外界對預製菜欠缺營養、不夠新鮮和含防腐劑的觀感，專家與學者指出，現今科技已能有效保存營養並確保衛生；而食物安全亦受現行法例規管。專家強調，菜餚品質的關鍵在於生產與處理是否妥當，而非取決於烹調地點或預製形式。

高達八成三（83.3%）受訪者認為，餐廳應披露「全成品」預製菜的使用情況【表11】。而訪談個案普遍接受醃製等基本備料工序，但對「加熱即上碟」的菜式則期望主動告知。**至於能否就餐廳使用預製菜訂立強制標示，專家與學者一致認為可行性偏低，主因在於預製定義難以界定，強制執行易產生灰色地帶，並對業界造成負面影響，故傾向推動自願資訊披露。**

青年創研庫「社會民生組」副召集人賴翠茵表示，預製菜盛行雖是餐飲業面對勞動力短缺及營運成本高昂的應對方法，但維持經營誠信乃本港「美食之都」的核心價值。目前本港未有對預製菜的明確定義，現行法例亦未要求餐廳必須披露相關資訊，對消費者的知情權保障不足。

為平衡行業發展與公眾期望，成員黃家慶建議當局委託獨立機構開展專項研究，建立一套適用於本港餐飲業的自願認證計劃，透過統一準則並配合官方認證標誌，帶動食肆的「正面品牌效應」，建立可靠的餐飲消費環境。

成員程智楓表示，現時《商品說明條例》雖禁止虛假說明，惟因預製菜定義未明，消費者權益或未能充分保障。他建議制訂《商品說明條例》實務指引，明確列明餐廳如過度依賴全成品預製菜卻標榜「即叫即煮」的違規情境，以保障消費者知情權。

另一成員蕭正元建議推展公眾教育，由政府相關部門編製教材，並提供適度資源予社區團體及組織推動教育項目，讓消費者認識食品行業的最新發展，並提升市民的知情選擇能力。透過政府提供權威資訊與民間落地推廣的雙軌協作模式，有助公眾以科學角度認識食品工藝，長遠有利「美食之都」的可持續發展。

有關青年創研庫

青協青年研究中心自2015年起成立「青年創研庫」，是本港一個屬於青年的智庫。新一屆(2025-2027年度)創研庫成員由約80位本地青年專業人士與大專學生組成，平均年齡為27歲。透過以研究實證為基礎的討論、交流，成員提出政策建議，期望能為社會建言獻策。青年創研庫三項專題研究系列包括：「經濟就業」、「青年發展」，以及「社會民生」。6位專家、學者應邀擔任創研庫的顧問導師，包括張子欣博士、倪以理先生、張炳良教授、陳智遠先生、馮應謙教授，以及范寧醫生。

附件：「『預製菜』—現況與消費者期望的探討」調查部分結果

傳媒查詢：

香港青年協會高級傳訊經理
何詠筠女士
電話：3755 7044

香港青年協會傳訊幹事
劉嘉裕女士
電話：3755 7010

香港青年協會 hkfyg.org.hk | m21.hk

香港青年協會（簡稱青協）於1960年成立，是香港最具規模的青年服務機構。隨著社會瞬息萬變，青年所面對的機遇和挑戰時有不同，而青協一直不離不棄，關愛青年並陪伴他們一同成長。本著以青年為本的精神，我們透過專業服務和多元活動，培育年青一代發揮潛能，為社會貢獻所長。至今每年使用我們服務的人次接近450萬。在社會各界支持下，我們全港設有90多個服務單位，全面支援青年的需要，並提供學習、交流和發揮創意的平台。此外，青協登記會員人數已達50萬；而為推動青年發揮互助精神、實踐公民責任的青年義工網絡，亦有超過26萬登記義工。在「青協·有您需要」的信念下，我們致力拓展12項核心服務，全面回應青年的需要，並為他們提供適切服務，包括：青年空間、M21 媒體服務、就業支援、違法防治、輔導服務、家長服務、領袖培訓、義工服務、教育服務、創意交流、文康體藝及研究出版。

Facebook 專頁: www.facebook.com/hkfyg

網上捐款平台: giving.hkfyg.org.hk

香港青年協會青年研究中心
青年創研庫
「社會民生」專題研究系列
「預製菜——現況與消費者期望的探討

調查對象：18 至 64 歲香港市民
 樣本數目：800 人（標準誤差 $\pm 3.5\%$ ）
 調查方法：實地意見調查
 調查期間：2025 年 12 月 29 日至 2026 年 1 月 4 日

表 1：意見調查受訪者背景分布

	人數	百分比
性別		
男	377	47.1%
女	423	52.9%
合計	800	100.0%
年齡組別		
18-24	77	9.6%
25-34	147	18.4%
35-44	159	19.9%
45-54	199	24.9%
55-64	218	27.3%
合計	800	100.0%
教育程度		
小學	89	11.1%
中學	349	43.6%
文憑/副學位	154	19.3%
學士	190	23.8%
碩士或以上	16	2.0%
不願透露	2	0.3%
合計	800	100.0%
在職狀況		
全職受僱	460	57.5%
兼職受僱	91	11.4%
自僱人士	34	4.3%
學生	52	6.5%
家庭主婦 / 夫	94	11.8%
無業	11	1.4%
退休	58	7.3%
合計	800	100.0%
每月就業收入		

	人數	百分比
(若無固定月薪，則計算過去 6 個月內平均每月收入)		
沒有收入	195	24.4%
<\$10,000	66	8.3%
\$10,000-19,999	179	22.4%
\$20,000-29,999	193	24.1%
\$30,000-39,999	82	10.3%
\$40,000-49,999	28	3.5%
\$50,000-59,999	5	0.6%
\$60,000+	4	0.5%
不願透露	48	6.0%
合計	800	100.0%

表 2：平時出街食飯，你覺得自己分唔分得出邊碟餸係「預製菜」？（讀選項）

	人數	百分比
清楚分得出	63	7.9%
有啲分得出	366	45.8%
唔太分得出	260	32.5%
完全分唔出	104	13.0%
唔知 / 難講	7	0.9%
合計	800	100.0%

表 3：受訪者對「出街食飯，就預左啲餸係即叫即煮」之同意程度。

	人數	百分比
非常同意	149	18.6%
幾同意	363	45.4%
一半半	223	27.9%
幾唔同意	49	6.1%
非常唔同意	11	1.4%
唔知 / 難講	5	0.6%
合計	800	100.0%

表 4：你對「預製菜」嘅印象係點呢？（讀選項）

	人數	百分比
非常正面	12	1.5%
幾正面	197	24.6%
普通	354	44.3%
幾負面	178	22.3%
非常負面	24	3.0%
唔知 / 難講	35	4.4%
合計	800	100.0%

表 5：作為消費者，你對預製菜有無咩擔心？

N=800

	人次	百分比■
味道唔好 / 無鑊氣	211	26.4%
防腐劑 / 添加劑過多	203	25.4%
口感 / 質感變差	183	22.9%
餐廳無講明	143	17.9%
製作過程唔衛生	141	17.6%
食物唔安全	136	17.0%
價錢唔合理	119	14.9%
無擔心	80	10.0%
營養流失	68	8.5%
失去傳統手藝	41	5.1%
唔知 / 難講	5	0.6%
其他	1	0.1%

*其他：1 人回答「不新鮮」

■此題為「可選多項」，受訪者可選擇最多三項，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比。

表 6：作為消費者，你覺得預製菜有無咩好處？

N=800

	人次	百分比■
上菜快啲	352	44.0%
價錢平啲	275	34.4%
品質穩定	230	28.8%
無好處	108	13.5%
製作過程衛生啲	51	6.4%
唔知 / 難講	46	5.8%
味道好啲	43	5.4%
食物安全啲	29	3.6%
食材新鮮	15	1.9%
保留傳統手藝	6	0.8%
營養好啲	5	0.6%
其他	1	0.1%

*其他：1 人回答「方便」

■此題為「可選多項」，受訪者可選擇最多三項，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比。

表 7：當你揀餐廳食晚飯嗰陣，你最重視邊啲因素？（讀選項） **N=797**

	人次	百分比■
食物味道	497	62.4%
價錢	414	51.9%
環境衛生	260	32.6%
食物安全	220	27.6%
地點方便	182	22.8%
服務質素	157	19.7%
上菜速度	77	9.7%
營養價值	68	8.5%
餐廳裝修	58	7.3%

■此題為「可選多項」題目，受訪者可選擇最多三項，所列數據為選擇該項答案的次數佔總答題數字之百分比。

表 8：受訪者對「你覺得『預製菜』定價應該比『即叫即煮』低」之同意程度。

	人數	百分比
非常同意	260	32.5%
幾同意	379	47.4%
一半半	111	13.9%
幾唔同意	39	4.9%
非常唔同意	5	0.6%
唔知 / 難講	6	0.8%
合計	800	100.0%

表 9：受訪者對「餐廳用預製菜但無標明，會令你對餐廳嘅信心下降」之同意程度。

	人數	百分比
非常同意	70	8.8%
幾同意	270	33.8%
一半半	229	28.6%
幾唔同意	191	23.9%
非常唔同意	34	4.3%
唔知 / 難講	6	0.8%
合計	800	100.0%

表 10：受訪者對「就算知道餐廳用預製菜，你都會光顧」之同意程度。

	人數	百分比	
非常同意	41	5.1%	} 49.0%
幾同意	351	43.9%	
一半半	271	33.9%	
幾唔同意	101	12.6%	} 16.5%
非常唔同意	31	3.9%	
唔知 / 難講	5	0.6%	
合計	800	100.0%	

表 11：如果餐廳用咗以下嘅中央廚房預先製作嘅食物，你覺得餐廳需唔需要話俾消費者知？

	半加工食材		半製成品		全成品	
	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
要講	241	30.1%	360	45.0%	666	83.3%
唔洗講	542	67.8%	422	52.8%	114	14.3%
唔知 / 難講	17	2.1%	18	2.3%	20	2.5%
合計	800	100.0%	800	100.0%	800	100.0%

— 完 —