

行政院衛生署八十八年下半年及八十九年上半年  
科技研究發展計畫

食品成分電腦資料庫之建立與分析方法之發展(三)

The Establishment of Computerized Food Composition  
Databank and Development of Analytical Methods (III)

研究報告

執行機構：食品工業發展研究所

計畫主持人：傅偉光

研究人員：陳秀瑩、陳曉華、顏麗姝、陳昭平、江文霞  
何有平

執行期間：88年7月1日至89年6月30日

# 食品成分電腦資料庫之建立與分析方法之發展(三)

## 目 錄

	頁次
壹、摘 要	
一、中文摘要 .....	1
二、英文摘要 .....	2
貳、前 言 .....	3
參、材料與方法	
一、樣品製備 .....	5
二、分析方法 .....	6
肆、結 果	
一、電腦資料庫之應用設計 .....	9
二、食品成分資料庫之增列與修訂 .....	12
三、農產品及水產品之週年性成分分析研究 .....	13
伍、討 論 .....	14
陸、結論與建議 .....	16
柒、參考文獻 .....	17
捌、圖與表 .....	20

## 圖目錄

	頁次
圖1、不同種類食品樣品之製備 .....	20

## 表目錄

	頁次
表1、不同食品之熱量係數表 .....	21
表2、不同食品所適用之氮係數一覽表 .....	21
表3、臺灣地區食品營養成分資料庫現況 .....	22
表4、蔬菜類及魚類樣品不同季節採樣表 .....	22
表5、台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品之取樣描述 .....	23
表6、台灣地區蔬菜類樣品之取樣描述 .....	25
表7、台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品之取樣描述 ..	27
表8、台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之一 般成分組成及膽固醇含量 .....	28
表9、台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之礦 物質含量 .....	30
表10、台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品 (100g可食部分)之 脂溶性維生素含量 .....	32
表11、台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g 可食部分)之水 溶性維生素含量 .....	34
表12、台灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之一般成分組成及膽固 醇含量 .....	36
表13、台灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之礦物質含量 .....	38
表14、台灣地區蔬菜類樣品 (100g可食部分)之脂溶性維生素含量 ...	40
表15、台灣地區蔬菜類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量 ...	42
表16、台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食 部分)之一般成分組成及膽固醇含量 .....	44
表17、台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食 部分)之礦物質含量 .....	45
表18、台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品 (100g可食 部分)之脂溶性維生素含量 .....	46

表19、台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量 .....	47
表20、臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成 .....	48
表21、臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成.....	52
表22、臺灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成.....	58
表23、臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成.....	60
表24、臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成.....	64
表25、臺灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成 .....	69

# 壹、摘要

## 一、中文摘要

有鑑於營養失調影響人體健康的共識，使得全世界都開始重視食品的营养價值，落實食品營養標示制度之工作更是必然趨勢。為因應食品營養標示制度之建立，並推廣正確營養均衡觀念，以及提供醫學研究或計算營養所需的食品營養資訊，建立一份完整的臺灣地區食品營養成分資料庫將是必需的。本所於民國八十六年業已完成第一階段之營養成分基本資料庫建立工作，自民國八十七年起，繼續第二階段之不斷補充及修訂工作，同時協助衛生署進行「臺灣地區食品營養成分資料庫」之應用與推廣。本年度計畫中，工作重點將放在資料庫之電腦軟體應用，以及未來網路化之工作籌劃。此外並持續擴充及修訂食品成分資料庫，包括穀物類樣品10件、澱粉類樣品4件、水果類樣品40件、蔬菜類樣品67件、藻類樣品11件、豆類樣品1件、肉類樣品1件、魚貝類樣品13件及蛋類樣品3件，合計共150件。而25種成分分析項目包括一般成分（水分、灰分、粗蛋白、粗脂肪及粗纖維）、七種礦物質（鈉、鉀、鈣、鎂、鐵、磷、鋅）、九種維生素（Vit B<sub>1</sub>、Vit B<sub>2</sub>、Vit B<sub>6</sub>、Vit B<sub>12</sub>、Vit C、Vit A、Vit E、菸鹼酸及葉酸）、水解胺基酸組成、脂肪酸組成、膽固醇及膳食纖維等。

關鍵字：營養成分、食品營養標示、食品成分資料庫、穀物類、澱粉類、水果類、蔬菜類、藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類。

\*\*\*\*\*

計劃編號：00S071-03

補助單位：行政院衛生署(DOH89-TD-1087)

研究報告：第89-1497號

報告提出：中華民國89年5月

研究人員：傅偉光—研究員

陳秀瑩—副研究員

宮昭雲—副研究員

呂淑芳—副研究員

顏麗妹—副研究員

林貴萍—副研究員

陳昭平—副研究員

彭千惠—副技師

陳曉華—副技師

葉伶宜—助理研究員

江文霞—助理研究員

何有平—助理研究員

張維珊—助理研究員

馮玉如—助理研究員

吳嘉琳—助理研究員

洪美娟—助理技師

邱淑惠—技術員

林千惠—技術員

## 二、英文摘要

The role of nutrition in human, in the case of both excessive and insufficient intake, is well established. A trend toward the awareness of the nutritive value of food is becoming increasingly evident in the world. In order to establish the system of food nutrition labeling, and provide the nutrient composition data for the nutritionists and scientists, a comprehensive database of all nutrition available in Taiwan and the constant update of that database are in urgent need. This project aims to extend the works done in "The development of food component analysis and establishment of database". This project was focus on the application of computer software for database and the popularization on network. Also, it continuously expanded and revised the contents of food composition database. The current database contains a total of 150 food samples which included 10 items from cereal products, 4 items from starch products, 40 items from fruits, 67 items from vegetables, 11 items from algae, 1 items from pulses, 1 items from meat products, 13 items from seafood products and 3 items from eggs. Twenty-five kinds of nutrient composition are described below:

- (1)Proximate (moisture, ash, crude protein, crude fat, crude fiber)
- (2)Mineral elements (Na, K, Ca, Mg, Fe, P, Zn)
- (3)Vitamins (A, E, B1, B2, B6, B12, C, niacin, folate)
- (4)Hydrolyzate amino acid composition
- (5)Fatty acid composition
- (6)Cholesterol
- (7)Dietary fiber

KEY WORDS : Nutrition composition, Food nutrition labeling, Food composition database, Cereal products, Starch products, Fruits, Vegetables, Algae, Pulses, Meat products, Seafood products, Eggs

## 貳、前言

食品係維持人類活動、確保健康以及延續生命不可或缺的重要物質，國人在日常生活中若能充分的理解與認識所攝取的各種食品成分，對其健康的維持與增進以及對其營養狀態的評估都是非常重要的。因此，為長期提昇國人生活的健康品質，國內各種食品營養成分的基本資料必須持續且完整地建立，以助於國人飲食習慣及膳食特性與健康關聯性研究之進行，並可作為食品營養標示制度建立之基礎。

本所及國立屏東技術學院承行政院衛生署及農委會之經費贊助下，於81~86年度執行“食品成分分析之發展與資料庫建立”之計劃，目前雖然已完成水果類、豆類、種子類、堅核類、穀類、蔬菜類、肉類、乳品類、水產類、蛋類、油脂類、茶及飲料類、調味料類、冷凍調理食品類、糖類以及熟食類等總數超過1000種食品之25項營養成分分析，包括一般成分(水分、灰分、粗蛋白、粗脂肪及粗纖維)、7種礦物質(鈉、鉀、鈣、鎂、鐵、磷及鋅)、10種維生素(B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、B<sub>6</sub>、B<sub>12</sub>、C、A、E、胡蘿蔔素、菸鹼酸及葉酸)、水解胺基酸組成、脂肪酸組成、膽固醇及膳食纖維等，但此等資料庫之規模若與其他先進國家(如美、日、德等)相較，仍有一段相當距離。因此，自87起繼續執行第二階段計畫，包括資料庫之持續擴增與校對，以及現行資料庫之再版發行與推廣應用等，同時因應電腦資訊網路快速發展，亦建立食品成分電腦資料庫，以方便資料庫數據的取用與比對，俾使本資料庫能廣泛應用於工業界、學術界及一般民眾。

今年度計畫提出之工作重點將參考許多學者專家之建議，針對部份農產品及水產品進行週年性研究，深入了解此類產品於不同季節時之營養成分變化情形，以建立此類產品之營養成分變異範圍。同時繼續進行食品營養成分資料庫之擴增及資料修校，總計完成穀物類樣品10件、澱粉類樣品4件、水果類樣品40件、蔬菜類樣品67件、藻類樣品11件、豆類樣品1件、肉類樣品1件、魚貝類樣品13件及蛋類樣品3件，合計共150件。分析項目包括一般成分(水分、灰分、粗蛋白、粗脂肪及粗纖維)、礦物質(鈉、鉀、鈣、鎂、鐵、磷、鋅)、維生素(Vit B<sub>1</sub>、Vit B<sub>2</sub>、Vit B<sub>6</sub>、Vit B<sub>12</sub>、Vit C、Vit A、Vit E、菸鹼酸及葉酸)、水解胺基酸組成、脂肪酸組成、膽固醇及膳食纖維等25項。

另外，本年度亦進行資料庫電腦軟體應用之設計，針對學者、營養師及加工業者等多方相關人員對資料庫電腦化應用之多方需求與意見，以外包方式設計完善之電腦應用程式；同時並進行網路應用籌備工作，以應未來資料庫電腦應用程式之網路化，俾使食品成分資料庫之應用能更加推廣與延伸。



## 參、材料與方法

### 一、樣品製備

89年度分析樣品包括穀物類、澱粉類、水果類、蔬菜類、藻類、豆類、肉類、魚貝類及蛋類等9大類，合計共150件。其詳細分佈情形如下：

穀物類(A)	10 件
澱粉類(B)	4 件
水果類(D)	40 件
蔬菜類(E)	67 件
藻類(F)	11 件
豆類(H)	1 件
肉類(I)	1 件
魚貝類(J)	13 件
蛋類(K)	3 件

為簡化樣品編號程序，本年度樣品暫不採現行資料庫之編碼系統，僅依其原料給予類別碼(A~R)及年度碼(7)，再依採樣先後順序給予流水碼(01~99)，最後一碼則留做同類樣品然不同前處理、來源或採樣時間等之區分用(0~9)。

樣品之前處理需視樣品種類與性質而定，對水果類、蔬菜類、魚貝類等較複雜之樣品，則先將不可食部分剔除後，計算其廢棄率，再切成小塊狀，然後以攪碎機打碎均質。各類樣品之前處理步驟如圖1所示。

## 二、分析方法

- (1)熱量：食品中的熱量是依食品可食部分100g中蛋白質、脂肪、碳水化合物的含量分別乘以其各別的熱量值後合計而得。也就是依據Atwater氏係數，詳細計算係數列於表1。
- (2)水分：依樣品種類不同，分別採用常壓乾燥法或減壓乾燥法(CNS 5033, N6114)，但對一些含揮發性成分或易氧化之食品，例如茶、酒類和油脂類樣品，則以食用油脂檢驗方法(CNS 3642, N6077)測定之。
- (3)粗蛋白：依Kjeldahl分解法(CNS 5035, N6116)或依AOAC蛋白質半自動分析法(AOAC 1995a, Sec 976.06)，對蒸餾的部分以自動分析儀(Alpkem RFA 300)；所測得之總氮量乘以各類食品之含氮係數(如表2)而得，並以粗蛋白表示之。
- (4)粗脂肪：依樣品種類之不同，分別採用Soxhlet萃取法(CNS 5036, N6117)、酸水解法(AOAC 1995b, Sec 922.06)或乳脂肪測定法(CNS 3444, N6060)來定量之，以粗脂肪表示。
- (5)碳水化合物：碳水化合物含量是以100g扣除100g可食部分之水分、粗蛋白、粗脂肪及灰分等含量計算而得。
- (6)粗纖維：樣品經稀酸、稀鹼分解後稱重，然後灰化，而在灰化時減少之重量即為粗纖維(CNS 5037, N6118)。
- (7)膳食纖維：本報告所列者為食品中總膳食纖維(Total dietary fiber)含量，也就是可溶性膳食纖維(SDF)和不可溶性膳食纖維(IDF)的總和。所採用的是AOAC之分析方法，以 $\alpha$ -amylase, protease, amyloglucosidase等三種酵素水解，然後以95%酒精沈澱過濾後，再扣除殘餘物中之蛋白質及灰分即得TDF之含量(AOAC 1995c, Sec. 985.29及Lee等人, 1992)。
- (8)灰分：採用高溫灰化方式，即先以250°C預加熱2小時，再以550°C灰化16小時(CNS 5034, N6115)。
- (9)礦物質：鈉、鉀、鈣、鎂、鐵、磷、鋅等礦物質各欄內所列數值為100g可食部分中所含之絕對量，並未考慮各元素之生物體可利用率。分析方法採用硝酸消化後再以感應耦合電漿原

子吸收光譜法(Inductively coupled plasma atomic emission spectroscopy, ICP-AES)或火焰式原子吸收光譜法(Flame atomic absorption spectroscopy, FAAS) (AOAC 1995d, e, f, g, Sec 933.01, 975.03, 984.27, 985.35 ; Tanner & Barnett, 1985 ; Nereida等人, 1994 ; Total Phosphorous., 1987)。

- (10)維生素B1：樣品經酵素水解及純化後，以螢光計檢測(AOAC 1995h, Sec 986.27)。
- (11)維生素B2：依AOAC之自動分析方法測定之，使用儀器為Alpkem RFA 300(AOAC 1995i, Sec 981.15)。
- (12)菸鹼酸：依AOAC之自動分析方法測定之，使用儀器為Alpkem RFA 300(AOAC 1995j, k, Sec 975.41, 981.16)。
- (13)維生素B6：樣品加酸後的熱萃取步驟是依照AOAC的方法，然後再以本實驗室在83年度發展的高效能液相層析儀(HPLC)進行分析定量(AOAC 1995m, Sec 961.15 ; 傅等人, 1994)。
- (14)維生素B12：維生素B12可謂目前發現最複雜的維生素，與鈷形成複合物存在，故又稱鈷氰維生素(Cyanocobalamin)。由於其構造極為複雜，必須以微生物檢定法來定量。目前所用菌株為*Lactobacillus delbrueckii* subsp. *lactis* ATCC 7830 (CCRC 11051) (AOAC 1995n, Sec 952.20)。
- (15)葉酸：首先以豬腎酵素切割其與麩胺酸之間的鍵結，釋出自由態葉酸後，再以微生物檢定法來定量。目前是以*Enterococcus hirae* ATCC 8043 (CCRC 11054)為分析菌株(AOAC 1995p, Sec 944.12 ; 傅等人, 1995 ; 陳等人, 1998)。
- (16)維生素C：樣品經偏磷酸萃取後，依AOAC之自動分析方法測定之，使用儀器為Alpkem RFA 300(AOAC 1995q, r, s, t, Sec 985.33, 984.26)。
- (17)維生素A：食物中維生素A以數種不同型式之先質(Provitamin A)存在，主要是視網醇(Retinol)、 $\alpha$ ,  $\beta$ -胡蘿蔔素 ( $\alpha$ ,  $\beta$ -Carotene) 與玉米黃質(Cryptoxanthin)，各先質所能提供的維生素A活性不盡相同，故必須各別定量後再換算為該食品中維生素A之總含量，而以視網醇當量(RE)及國際單

位(I.U.)數分別表示之。在視網醇方面，樣品經鹼皂化後以正戊烷萃取，使用甲醇／水為移動相以HPLC定量（衛生署公報，1989）。胡蘿蔔素分析則是以Tetrahydrofuran (THF)萃取後，使用Acetonitrile / THF / MeOH為移動相，以HPLC分別定量 $\alpha$ 與 $\beta$ -胡蘿蔔素(Bushway, 1986；Fisher & Rouseff, 1986)。

- (18)維生素E：食品中 $\alpha$ 、 $\beta$ 、 $\gamma$ 、 $\delta$ -生育醇(Tocopherol)各具不同強度之生理作用，抗氧化作用是以 $\delta$ 型最強，而生理活性則以 $\alpha$ 型最高。各型式轉換為國際單位之轉換比率亦不同，分別以1.10/0.60/0.15/0.02為 $\alpha/\beta/\gamma/\delta$ 的換算指數，本表所列則是將 $\alpha/\beta/\gamma/\delta$ 分別乘以0.74/0.40/0.10/0.01後相加而得，單位是 $\alpha$ -生育醇當量( $\alpha$ -TE)。樣品先經鹼皂化後以正戊烷萃取，再以HPLC對各型生育醇進行分析定量，並計算其 $\alpha$ -TE總量(CNS 12723, N6228；Shen & Sheppard, 1986；Tuan等人, 1989)。
- (19)廢棄率：依一般飲食生活習慣，除去不可食部分，並計算所佔之重量百分比。
- (20)膽固醇：經萃取出油脂的樣品，加入鹼及酒精進行皂化，再以正己烷抽出不皂化物，然後以GC定量，並以Cholestane為內標準(AOAC 1995u, Sec 976.26)。
- (21)脂肪酸組成：樣品經萃取出油脂後，經甲基衍生化成甲基酯類後，再以毛細管氣相層析法分析之(A.O.C.S Ce-1b-89, 1990)。
- (22)水解液胺基酸組成：以4N的甲烷磺酸(Methanesulfonic acid)取代鹽酸之一次水解法來分析食品中胺基酸組成(Simpson等人, 1976)。但對高糖含量樣品，為避免色胺酸(Tryptophan)遭破壞而檢測不準，採用4.2M NaOH鹼水解作樣品前處理(Kielsen & Hurrel, 1985)，再以胺基酸分析儀進行色胺酸分析。

## 肆、結果

### 一、食品成分資料庫網際網路應用軟體之設計

本年度之工作重點之一即是建立食品成分電腦資料庫，設計應用程式軟體，同時進行電腦資料庫網路化之籌備工作。在設計之時，曾於衛生署召開審議會，邀請學者、營養師及加工業者等多方相關人員，審議各界對資料庫電腦化應用之多方需求與意見，以設計完善之電腦應用程式。將第一階段「食品成分分析之發展與資料庫之建立」計劃所得的食品成分資料庫，放在衛生署資料庫，可提供一般民眾使用網際網路瀏覽器，藉由網際網路來查詢與使用資料。應用程式軟體中同時結合國人適合的建議每日營養素攝取量(Recommended Daily Nutrient Allowance, RDNA)，可計算每日所食是否足夠營養或超過，整體內容則包括有食品營養成分資料查詢、計算、資料下載及相關表格使用等等。

目前電腦應用程式已發包出去，一月中旬亦曾前往衛生署展示試用程式模式，預計計畫結束前可以完成。至於未來衛生署網站上，電腦成分資料庫之架設與維護，本計畫將只提供基本資訊支援，並不負實際執行工作。

整個電腦資料庫應用程式軟體之內容包括食品營養成分查詢、食品的营养成分計算、各種食品圖鑑閱覽、資料下載及相關所需表格等，分別說明如下：

#### 1. 食品營養成分查詢：

- a. 可依個人資料查詢RDNA：利用中華民國每日營養素攝取建議量表查詢食品的营养成分。
- b. 查詢食品的营养成分
  - 類似字查詢，如查“魚”，將有“魚”字的食品查出，結果能以常用單位如一碗飯量計算。
  - 利用食品分類列出可能的食品名稱來選擇食品，查詢營養成分。
  - 查詢含有某一營養成分的食品。

2. 食品的营养成分计算：每日食用量计算与RDNA比较
  - a. 依个人资料(如身高、体重、年龄、身体状况、劳动程度、是否怀孕)来设定RDNA。
  - b. 将食品分类，以易于找寻而选择输入。
  - c. 输入三餐所吃的食品。
  - d. 列出结果。
3. 各种食品图鉴阅览：
  - a. 将卫生署已有的各种食品图鉴转入资料库。
  - b. 经由查询，动态从资料库中载入图鉴，提供阅览。
4. 资料下载：将营养成分资料库做成DBF格式，供一般民众下载。
5. 相关所需表格：
  - a. 采样食品描述表。
  - b. 食品营养成分表。
  - c. 各食物所用常用单位(一碗饭等)。
  - d. RDNA表。
  - e. 食品分类表。
  - f. 常用营养素表。
  - g. 含丰富常用营养素食品表。
  - h. 各种食品图鉴电子档。

另外在网际网路架设上，亦需要一些软体设备之支援，其软体平台架构试说明如下：

- 1.伺服器端：MS NT Server 4.0中文版(Service Pack 4)、IIS4.0中文版或MS SQL Server 7.0(Service Pack 1) 以上版本。
- 2.使用者端：MS NT WorkStation 4.0中文版(Service Pack 4)、Windows 98或Windows 95。
- 3.網際網路瀏覽器部分：使用IE 5.0中文版以上來查詢閱覽。

## 二、食品成分資料庫之增列與修訂

本所於81~86年度中，已完成台灣地區食品營養成分資料庫建立之第一階段工作，包括千餘種食品樣品之25種成分分析，以及彙整國立屏東技術學院所提供的水果與蔬菜及其製品之分析結果，並且參考日本「食品成分表」(香川 綾, 1996)之分類方式重新分成18大類及編號，於86年度底彙集成冊出版。87~91年度為第二階段工作，除了持續擴充資料庫內容外，亦針對原有樣品重覆採樣分析，進行數據更新或修正。本年度計畫中總計採樣共150件樣品，包括穀物類樣品10件、澱粉類樣品4件、水果類樣品40件、蔬菜類樣品67件、藻類樣品11件、豆類樣品1件、肉類樣品1件、魚貝類樣品13件及蛋類樣品3件，如表3所示。

本年度150件樣品之名稱、編號、取樣時間、地點及樣品描述等請參見表5~表7。其餘詳細分析數據與結果，則分類列表於表8~表25。



### 三、農產品及水產品之週年性成分分析研究

有鑑於許多指導委員建議，對於營養成分變異性較大之農產及水產等樣品應增加樣本數，同時需考慮季節性差異，因此自上一年度(88年度)開始進行農漁產品之週年性研究，並於今年度繼續執行，目前已完成所有採樣及分析工作，採樣項目計有小白菜、空心菜、本島萵苣及青江菜等四種蔬菜類樣品，以及虱目魚、加納魚、白鯧魚、烏魚及七星鱸等五種魚類樣品，採樣時間如表4所示。其中部份樣品因採買時缺貨或採樣時間非盛產期而欠缺，如空心菜(有機，7月)及烏魚(8月)等樣品。

## 伍、討論

本研究報告中，食品成分資料庫的格式內容大致承接上一年度所作的修正，資料庫中各數目之最後一位均為四捨五入之數值，至於表中之「-」符號表示未進行分析偵測；「Φ」符號表示未直接偵測，乃經計算後結果接近零或負值；「Tr」代表分析結果屬於微量範圍或因小數點進位結果變成零；而「0」則表示偵測值低於儀器之偵測極限，或偵測後資料經計算分析值為零或負值。所有樣品之25項成分分析結果分列於表8~表25。

今年度採樣重點主要著重於在水果類、蔬菜類及藻類，並補充穀物類、澱粉類、魚貝類及其他大類之新產品或遺漏樣品。在81~86年度之第一階段工作中，水果類及蔬菜類樣主要由國立屏東技術學院所提供，今年度則由本所擇樣分析。台灣的蔬果種類繁多，近年來更有許多新品種被開發出來或進口引入栽種，另外有機栽培作物亦逐漸多樣化，這些產品之成分資料或與現有或國外數據不同，因此亦被列為採樣對象。例如牛乳芭樂、波士頓萬苣及有機胡蘿蔔等，除了可補充原有資料之不足外，亦可提供數據及樣品差異之比較。

藻類樣品在原資料庫中建立之數據並不多，因此亦於本年度加以擴增，包括各種曬乾與新鮮海帶及紫菜等。在國內藻類食品普遍地為大眾所食用，然而這方面成分分析資料並不多，大多引用自日本之成分數據，因此本年度計畫中特別增加藻類樣品之採樣數，期能提供較多之資訊供各界應用。

有鑑於許多指導委員建議，對於營養成分變異性較大之農產及水產等樣品應增加樣本數，同時需考慮季節性差異，因此自上一年度(88年度)開始進行週年性農漁產品之調查，並於今年度繼續執行(採樣計畫如表4所示)。從88年度與89年度的分析數據發現，對於蔬菜而言，季節性的影響似乎不大，相對地，不同栽種方式對礦物質及維生素之含量則有較大差異。至於水產品而言，一般成分較不受季節性之影響，礦物質及維生素之含量則較受影響，特別是魚種在產卵期時，如維生素E等部分成分會有顯著差異。有關此部分調查，將再彙整全部數據進行統計分析，以得深入之探討。

建立一套完整而有系統的台灣地區食品成分資料庫，絕非短時間一蹴可幾的工作，除了寶貴經驗及實務工作必須持續累積外，更重要的是因為欲分析的樣品、項目及數量均極為龐大，所以為確保數據之準確度，並避免人員操作及儀器測定的誤差，除了利用標準參考物質 (Certified reference material, CRM / Standard reference material, SRM) 來確認分析數據之準確性，以及利用盲樣 (Blind sample) 來掌握分析人員操作之再現性外，必須藉由品質控制樣品 (Control sample) 的同步分析，並建立管制圖以長期控制分析方法之穩定性。目前本實驗室的要求是以高低兩種不同濃度之品質控制樣品，配合相關濃度之實際樣品進行分析與確認，並且利用控制圖的 $\pm 2$ 個標準偏差規範為控制數據取捨的最大範圍。本實驗室已於85年11月正式獲得中華民國實驗室認證體系 (CNLA 案號0309，證書號碼：CNLA-ZL96047) 化學測試實驗室的認可，並於88年11月再度獲得延展，同時擴增多項認可項目及測試件。除此本實驗室亦持續參加國際認證組織如澳洲國家測試權威協會 (National Association of Testing Authorities, NATA) 及香港實驗室認可計劃 (Hong Kong Laboratory Accreditation Scheme, HOKLAS) 之能力試驗 (Proficiency test)，表現可謂相當優異，不僅所有分析項目之測試結果都在1個標準偏差之內，更有不少分析項目的分析數據排名在所有參與實驗室之冠，在在顯示本實驗室在提昇分析品質與測試能力方面的卓越表現。

## 陸、結論與建議

本年度共採集150件樣品進行分析，包括穀物類樣品10件、澱粉類樣品4件、水果類樣品40件、蔬菜類樣品67件、藻類樣品11件、豆類樣品1件、肉類樣品1件、魚貝類樣品13件及蛋類樣品3件。除此之外，本年度亦完成資料庫之電腦軟體應用設計及未來網路化之工作籌劃。同時，本年度完成農漁產品之週年性採樣分析工作，待完成分析後將可彙整數據，藉此深入了解此類產品於不同季節時之營養成分變化情形，以建立此類產品之營養成分變異範圍，並增加樣品分析結果之代表性。

## 柒、參考文獻

- 經濟部中央標準局 (1982) 食用油脂檢驗法(水分及揮發物之測定), CNS 3462 N6077
- 經濟部中央標準局 (1984) 食品中水分之檢驗法, CNS 5033 N6114
- 經濟部中央標準局 (1984) 食品中粗灰份之檢驗法, CNS 5034 N6115
- 經濟部中央標準局 (1984) 食品中粗脂肪之檢驗法, CNS 5036 N6117
- 經濟部中央標準局 (1984) 食品中粗纖維之檢驗法, CNS 5037 N6118
- 經濟部中央標準局 (1986) 食品中粗蛋白質之檢驗法, CNS 5035 N6116
- 經濟部中央標準局 (1990) 嬰兒配方食品中維生素E含量測定法, CNS 12723 N6228
- 經濟部中央標準局 (1992) 乳品檢驗法乳脂肪之測定, CNS 3444 N6060
- 衛生署 (1989) 維生素A之檢驗, 衛生署公報, 第19卷, 2號
- 傅偉光、陳秀瑩、仇志強、陳景川。(1997) 台灣地區食品營養成分資料庫。
- 曾國輝 編譯。(1990)大學生物化學。藝軒圖書出版社, pp303-308。
- 香川 綾。(1996) 四訂食品成分表。女子營養大學出版部。
- 傅偉光、張惠淑、宮昭雲、陳曉華、葉伶宜、仇志強。(1994) 食品成分分析之發展與資料庫之建立(三)。食品工業發展研究所研究報告第872號。
- 傅偉光、陳俊祥、陳秀瑩、賴淑娟、江文霞、仇志強。(1995) 食品成分分析之發展與資料庫之建立(四)。食品工業發展研究所研究報告第1015號。
- 陳秀瑩、葉伶宜、宮昭雲、陳曉華、江文霞、傅偉光。(1998)食品成分電腦資料庫之建立與分析方法之發展(一)。
- 陳秀瑩、顏麗妹、何有平、陳曉華、葉伶宜、傅偉光。(1999)食品成分電腦資料庫之建立與分析方法之發展(二)。
- 陳秀瑩、葉伶宜、陳曉華、仇志強、傅偉光。(1998)以 *Enterococcus hirae* 分析食品中總業酸含量。食品科學, 25(6): 776-786。
- AOAC (1995a) Protein (Crude) in Animal Feed and Pet Food, In Official Methods of Analysis of AOAC International 16th Ed., Sec.976.06, Ch4, 15

- AOAC (1995b) Fat in flour, Acid hydrolysis method, Sec.922.06, Ch32, 5
- AOAC (1995c) Total dietary fiber in foods, Enzymatic-gravimetric methods, In Official Methods of Analysis of AOAC International 16th Ed., Sec.985.29, Ch45, 70-71
- AOAC (1995d) Phosphorus in plants, Macro method, Sec.933.01, Ch3, 20
- AOAC (1995e) Metals in plants, Atomic absorption spectrophotometric methods, Sec.975.03, Ch3, 3-4
- AOAC (1995f) Inductively coupled plasma emission spectroscopic methods, Sec.984.27, Ch50, 14-15
- AOAC (1995g) Minerals in ready-to-feed milk-based infant formula, Atomic absorption spectrophotometric methods, Sec.985.35, Ch50, 13-14
- AOAC (1995h) Thiamin (Vitamin B<sub>1</sub>) in milk-based infant formula, Fluorometric methods, Sec.986.27, Ch50, 8-10
- AOAC (1995i) Riboflavin in foods and vitamin preparation, Automated methods, Sec.981.15, Ch45, 10-12
- AOAC (1995j) Niacin and Niacinamide in cereal products, In Official Methods of Analysis of AOAC International 16th Ed., Sec.975.41, Ch45, 13-14
- AOAC (1995k) Niacin and Niacinamide in foods, drugs, and feeds, Automated methods, Sec.981.16, Ch45, 14-15
- AOAC (1995m) Vitamin B<sub>6</sub> (Pyridoxine, Pyridoxal, Pyridoxamine) in food extracts, Microbiological method, Sec.961.15, Ch45, 51-53
- AOAC (1995n) Cobalamin (Vitamin B<sub>12</sub> activity) in vitamin preparations, Microbiological method, Sec.952.20, Ch45, 44-45
- AOAC (1995p) Folic acid (Pteroylglutamic acid) in vitamin preparations, Microbiological method, Sec.944.12, Ch45, 45-46
- AOAC (1995q) Vitamin C (Ascorbic acid) in vitamin preparations and juices, 2,6-dichloroindophenol titrimetric method, Sec.967.21, Ch45, 16-17
- AOAC (1995r) Vitamin C (Reduced Ascorbic Acid) in Ready-to-Feed Milk-Based Infant Formula, In Official Methods of Analysis of AOAC International 16th Ed., Sec.985.33, Ch50, 1-09
- AOAC (1995s) Vitamin C (Total) in Food, In Official Methods of Analysis of AOAC International 16th Ed., Sec.984.26, Ch45, 1-16
- AOAC (1995t) Vitamin C (Total) in Vitamin Preparations, In Official Methods of Analysis of AOAC International 16th Ed., Sec.967.22, Ch45, 1-15
- AOAC (1995u) Cholesterol in multicomponent foods, gas chromatographic methods, Sec.976.26, Ch45, 68-70
- A.O.C.S. method Ce-1b-89 (1990) Fatty acid composition by GLC : marine oils
- Bushway, R. J. (1986) Determination of  $\alpha$ - and  $\beta$ -carotene in some raw fruits and vegetables by HPLC. J.Agric.Food Chem., 34 : 409-412

- Fisher, J. F., and Rouseff, R. L. (1986) Solid-phase extraction and HPLC determination of  $\beta$ -cryptoxanthin and  $\alpha$ - and  $\beta$ -carotene in orange juice. *J. Agric. Food Chem.*, 34 : 985-989
- Kielsen, H. K., and Hurrell, R. F. (1985) Tryptophan determination of food proteins by HPLC after alkaline hydrolysis. *J. Sci. Food Agric.*, 36 : 893-907
- Lee, S. C., Prosky, L., and DeVries, J. W. (1992) Determination of total soluble and insoluble dietary fiber in foods-enzymatic-gravimetric method, Mes-Tris buffer : Collaborative study. *J. AOAC*, 75 : 395-416
- Merrill A. L., and Watt B. K. (1955) Application of general factors to national food supplies. In energy value of foods. USDA., Agriculture handbook, 74 : 48-49
- Nereida, C., Ana, I., Miguel, M., Elias, E. and Alberto, F. (1994) Determination of calcium, potassium, magnesium, iron, copper and zinc in milk by Inductively coupled plasma atomic emission spectrometry *J. of Anal. Atomic Spectro.*, March., 9 : 205-207.
- Shen, C. S. J., and Sheppard, A. J. (1986) A rapid high performance liquid chromatographic method for separating tocopherols. *J. Micronutr. Anal.*, 2 : 43-45
- Simpson, R. J., Neuberger, M. R., and Liu, T. Y. (1976) Complete amino acid analysis of protein from a single hydrolysate. *J. Biol. Chem.*, 251 : 1936-1940
- Tanner, J. T., and Barnett, S. A. (1985) Methods of analysis for infant formula: Food and Drug Administration and Infant Formula Council Collaborative Study. *J. AOAC*, 68 : 514-522
- Total Phosphorous A303-S050 (1987) p1-7 RFA Methodology, Alpkem Corporation.
- Tuan, S., Lee, T. F., Chou, C. C., and Wei, Q. K. (1989) Determination of vitamin E homologues in infant formulas by HPLC using fluorometric detection. *J. Micronutri. Anal.*, 6 : 35-45

# 捌、圖與表

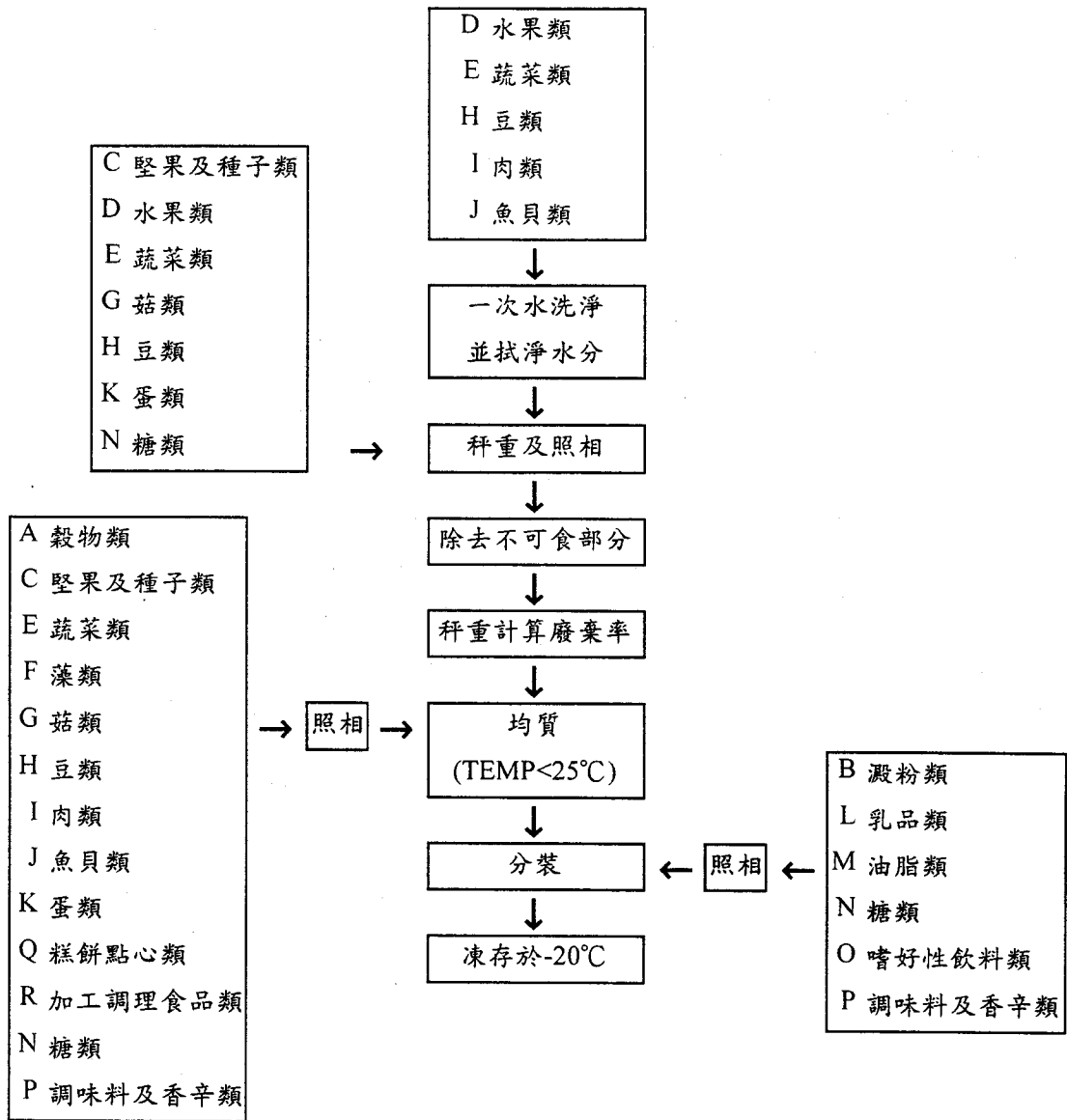


圖1、不同種類食品樣品之製備

Figure 1. The preparation of various food samples



表1、不同食品之熱量係數表

Figure 1. The energy value of various foods.

計算方式	食品分類	蛋白質	脂肪	碳水化合物
1	魚肉、肉及禽肉	4.27	9.02	-
2	蛋	4.36	9.02	-
3	乳製品	4.27	8.79	3.87
4	穀物	3.91	8.37	4.12
5	豆類及核果	3.47	8.37	4.07
6	蔬菜	2.62	8.37	3.90
7	水果	3.36	8.37	3.60
8	糖及糖漿	-	-	3.87
9	動物性油脂	-	8.93	-
10	植物性油脂	-	8.84	-
11	其他(混合食品)	4.00	8.92	3.97

(Merrill A. L., and Watt B. K., 1955)

表2、不同食品所適用之氮係數一覽表

Figure 2. The nitrogen value of various foods.

	食品種類	氮係數
1	小麥及其加工品	5.70
2	米	5.95
3	大麥、燕麥、黑麥	5.83
4	花生	5.46
5	大豆及其製品	6.25
6	粟、胡麻、胡桃	5.30
7	粟	6.31
8	南瓜、西瓜、向日葵等種子	5.40
9	乳及乳製品、人造奶油	6.38
10	動物膠(Gelatin)及其加工品	5.55
11	其他	6.25

表3、臺灣地區食品營養成分資料庫現況

Table 3. The current status of food composition databank in Taiwan

類別碼	名稱	現行資料庫	87年度	88年度	89年度
A	穀物類	119	15	1	10
B	澱粉類	17	-	-	4
C	堅果及種子類	39	-	7	-
D	水果類	101	-	-	40
E	蔬菜類	139	-	54	67
F	藻類	5	-	1	11
G	菇類	17	-	31	-
H	豆類	69	-	18	1
I	肉類	101	68	4	1
J	魚貝類	171	2	44	13
K	蛋類	31	5	-	3
L	乳品類	66	9	1	-
M	油脂類	42	5	-	-
N	糖類	10	-	-	-
O	嗜好性飲料類	86	-	-	-
P	調味料及香辛類	82	-	-	-
Q	糕餅點心類	64	-	-	-
R	加工調理食品類	136	-	-	-
合計		1295	104	161	150

表4、蔬菜類及魚類樣品不同季節採樣表

Table 4. The different sampling conditions for vegetables and seafood products.

樣品名稱	盛產期	採樣時間	採樣地點
小白菜	週年性	(87年)10, (88年)1,4,7月	台中
空心菜	週年性	(87年)10, (88年)1,4,7月	台中
本島萵苣	週年性	(87年)10, (88年)1,4,7月	台中
青江菜	週年性	(87年)10, (88年)1,4,7月	台中
虱目魚	5~11月	(87年)10,12,(88年)2,5,8月	隨機
七星鱸魚	11~1月	(87年)11,12, (88年)1,3,8月	隨機
加納魚	12~3月	(87年)11, (88年)1,3,5,8月	隨機
烏魚	11~1月	(87年)11,12, (88年)1,3,8月	隨機
白鯧魚	2~4月	(87年)12, (88年)2,3,5,8月	隨機

表5. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品之取樣描述

Table 5. Description of sampling for cereal products, starch products and fruits in Taiwan

編號	樣品名稱	取樣時間	取樣地點	樣品描述(主要原料)	品牌或來源,包裝	廢棄率(%)	備註
A9010	玉米:紫皮	10-07-99	桃園家樂福	取玉米粒,數顆混合均勻打碎	家樂福(170.6g/支)	47	
A9011	玉米	02-14-00	台北超級市場	去外皮,取玉米粒,混合均勻打碎	頂好(298.4g/支)	41	
A9012	玉米:有機	02-14-00	台北超級市場	取玉米粒,混合均勻打碎	頂好(153.3g/支)	31	
A9013	玉米筍	02-29-00	台中超級市場	數根混合均勻打碎	興農(9.5g/支)	-	
A9020	麵粉製品:水餃皮	11-05-99	新竹傳統市場	數片混合均勻打碎		-	
A9030	麵粉製品:餛飩皮	11-05-99	新竹傳統市場	數片混合均勻打碎		-	
A9040	麵粉製品:春捲皮	11-05-99	新竹傳統市場	數張混合均勻打碎		-	
A9050	梗米:糙米	12-23-99	五王糧食公司	混合均勻磨碎	義美	-	
A9051	米胚芽	12-23-99	五王糧食公司	混合均勻打碎	義美	-	
A9052	梗米:精米	12-23-99	五王糧食公司	混合均勻磨碎	義美	-	
B9010	甘藷:紅肉	09-20-99	桃園萬客隆	去皮,數個混合均勻打碎	惠陽(185.0g/個)	16	
B9011	甘藷:黃肉	12-08-99	桃園家樂福	去皮,數個混合均勻打碎	家樂福(141.6g/個)	22	
B9020	芋頭:檳榔心芋	12-08-99	桃園萬客隆	去皮,數個混合均勻打碎	惠陽(569.0g/個)	12	
B9021	小芋頭(山羊)	11-29-99	台北超級市場	去皮,數個混合均勻打碎	惠陽(42.8g/個)	18	
D9010	龍眼(福眼)	08-25-99	新竹傳統市場	去殼,去籽,數顆混合均勻打碎	(9.3g/粒,帶殼)	24	
D9011	龍眼乾,帶殼	08-25-99	桃園萬客隆	去殼,去籽,數顆混合均勻打碎	興(3.6g/粒,帶殼)	39	
D9012	龍眼乾,脫水	08-25-99	桃園萬客隆	數顆混合均勻打碎	興	-	
D9020	文旦:斗六	08-25-99	桃園萬客隆	取果肉,數個混合均勻打碎	惠陽(527.1g/顆)	37	
D9021	文旦:蓬心	08-25-99	桃園萬客隆	取果肉,數個混合均勻打碎	頂好(671.3g/顆)	41	
D9022	大白柚	08-25-99	桃園萬客隆	取果肉,數個混合均勻打碎	萬客隆(1175.0g/個)	55	
D9023	西施蜜柚	08-25-99	桃園萬客隆	取果肉,數個混合均勻打碎	萬客隆(1104.5g/個)	49	
D9030	火龍果	08-25-99	桃園萬客隆	去皮,數個混合均勻打碎	越南進口(444.7g/個)	25	
D9040	蜜棗子	08-25-99	桃園萬客隆	去皮及籽,數個混合均勻打碎	美國進口(103.7g/個)	3	
D9050	白油桃	08-25-99	桃園家樂福	去籽,數個混合均勻打碎	家樂福(127.5g/支)	37	
D9060	柿子:水柿	08-25-99	新竹SOGO超市	去皮,去蒂,數個混合均勻打碎	(239g/顆)	19	
D9061	柿子:紅柿	08-25-99	新竹SOGO超市	去皮,去蒂,數個混合均勻打碎	(132.5g/顆)	6	
D9062	柿子:甜柿	08-25-99	新竹SOGO超市	去皮,數個混合均勻打碎	(297.5g/顆)	16	
D9063	柿子:柿餅	08-25-99	新竹SOGO超市	去蒂,數個混合均勻打碎	(56g/顆)	7	
D9064	柿子:筆柿	08-25-99	台北超級市場	去蒂及皮,數個混合均勻打碎	惠陽(78.5g/個)	16	
D9070	西洋梨:紅皮	08-25-99	新竹SOGO超市	去皮,去籽,數個混合均勻打碎	(223g/顆)	32	
D9071	西洋梨:青皮	01-28-00	台中超級市場	去皮,去心及籽,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(197.1g/粒)	26	
D9080	鳳梨釋迦	01-28-00	新竹SOGO超市	去皮,去籽,數個混合均勻打碎	(520.8g/顆)	42	
D9090	柑橘:椪柑	01-28-00	台北超級市場	去皮及籽,數個混合均勻打碎	惠陽(197.1g/個)	23	
D9091	柑橘:桶柑	01-28-00	台中超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	(145.7g/粒)	27	
D9092	柑橘:海梨柑	01-28-00	台中超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(152.5g/粒)	21	

表5. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品之取樣描述(續)

Table 5. Description of sampling for cereal products, starch products and fruits in Taiwan(continued)

編號	樣品名稱	取樣時間	取樣地點	樣品描述(主要原料)	品牌或來源,包裝	廢棄率(%)	備註
D9093	柑橘:茂谷甜柑	01-28-00	台中超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(186.6g/粒)	19	
D9100	柳橙:柳丁	01-28-00	台北超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	惠陽(165.6g/粒)	36	
D9101	柳橙:香吉士	01-28-00	台中超級市場	去皮,數個混合均勻打碎(無籽)	美國進口(147.1g/粒)	35	
D9110	梨:新世紀	01-28-00	台中超級市場	去皮,去心及籽,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(277.4g/粒))	22	
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	01-28-00	台中超級市場	去皮,去心及籽,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(434.0g/粒))	17	
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	01-28-00	台中超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(164.7g/粒)	3	
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	01-28-00	台中超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	SOGO(184.1g/粒)	3	
D9123	蕃茄:小蕃茄	01-28-00	台中超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	SOGO(18.4g/粒)	1	
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	01-28-00	台中超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(10.2g/粒)	1	
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	01-28-00	台中超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	裕毛屋(121.6g/粒)	2	
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	02-14-00	台北超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	惠陽(10.0g/粒)	1	
D9130	芭樂:世紀芭樂	02-14-00	台北超級市場	去籽,數粒混合均勻打碎	惠陽(268.5g/粒)	16	
D9131	芭樂:珍珠芭樂	02-14-00	台北超級市場	去籽,數粒混合均勻打碎	惠陽(324.5g/粒)	20	
D9132	芭樂:牛乳芭樂	03-15-00	台北超級市場	去籽,數粒混合均勻打碎	SOGO(389.1g/粒)	23	
D9140	蓮霧:黑珍珠	03-15-00	台北超級市場	去蒂及籽,數粒混合均勻打碎	惠陽(84.8g/粒)	7	
D9150	草莓	03-15-00	台北超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	惠陽(13.6g/粒)	4	
D9160	金桔	03-15-00	台北超級市場	去蒂,數粒混合均勻打碎	頂好(13.4g/粒)	-	
D9170	葡萄:巨峰	03-15-00	台北超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	SOGO(7.7g/粒)	22	
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	03-15-00	台北超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	SOGO(10.7g/粒)	15	

表 6. 台灣地區蔬菜類樣品之取樣描述

Table 6. Description of sampling for vegetables in Taiwan

編號	樣品名稱	取樣時間	取樣地點	樣品描述(主要原料)	品牌或來源,包裝	廢棄率(%)	備註
E9010	小白菜:土植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(小白菜)	新港	8	
E9011	小白菜:水植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(小白菜)	萬全	13	
E9012	小白菜:有機(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(小白菜)	大敦行	6	
E9020	空心菜:土植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(空心菜)	新港	23	
E9021	空心菜:水植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(空心菜)	萬全	24	
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(本島萵苣)	新港	14	
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(本島萵苣)	萬全	14	
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(本島萵苣)	大敦行	19	
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	07-19-99	台北超級市場	去根莖,數棵混合均勻打碎	頂好	7	
E9034	萵苣:波士頓	07-19-99	台北超級市場	去根莖,數棵混合均勻打碎	惠陽	12	
E9040	青江菜:土植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(青江菜)	新港	16	
E9041	青江菜:水植(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(青江菜)	萬全	14	
E9042	青江菜:有機(7月)	07-19-99	台中超級市場	數棵混合均勻打碎(青江菜)	大敦行	15	
E9050	紫洋蔥	07-19-99	新竹SOGO超市	去皮,數個混合均勻打碎	(307g/顆)	7	
E9060	白苣菜	07-19-99	台北超級市場	去蒂,數棵混合均勻打碎	惠陽(6.0g/棵)	13	
E9070	菠菜	07-19-99	台北超級市場	去蒂,數棵混合均勻打碎	惠陽(28.0g/棵)	18	
E9080	蕃薯葉	07-19-99	台北超級市場	取葉及柄,數片混合均勻打碎	惠陽	30	
E9090	金針花:生鮮	07-19-99	台北超級市場	數朵混合均勻打碎	惠陽(2.0g/朵)	-	
E9100	桂竹筍片:加工	07-19-99	台北超級市場	數片混合均勻打碎(桂竹筍,鹽,香料)	泰源	-	
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	11-29-99	台中超級市場	數支混合均勻打碎	裕毛屋(175.0g/個)	-	
E9110	冬筍:生鮮	11-29-99	台中超級市場	去皮,數個混合均勻打碎	裕毛屋(164.2g/個)興農(203.3g/個)	60	
E9120	麻竹筍:生鮮	11-29-99	台北超級市場	去外皮,數支混合均勻打碎	惠陽(662.0g/支)SOGO(374.5g/支)	43	
E9121	麻竹筍干	11-29-99	桃園萬客隆	數條混合均勻打碎(麻竹筍,鹽,漂白劑)	泰源	-	
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	11-29-99	台北超級市場	數個混合均勻打碎(綠竹筍)	龍允(79.6g/個)	-	
E9140	劍筍:加工	11-29-99	台北超級市場	數個混合均勻打碎(高山劍筍,香料)	惠陽(5.2g/個)	-	
E9141	劍筍:生鮮	11-29-99	桃園家樂福	數條混合均勻打碎	家樂福	-	
E9150	茭白筍	11-29-99	台北超級市場	數支混合均勻打碎	惠陽(53.5g/支)	-	
E9160	綠蘆筍	11-29-99	台北超級市場	去皮,數支混合均勻打碎	SOGO(47.4g/支)	27	
E9200	小黃瓜	11-29-99	桃園家樂福	去蒂,數條混合均勻打碎	家樂福(74.3g/條)	3	
E9210	冬瓜	11-29-99	桃園家樂福	去皮,數片混合均勻打碎	家樂福(740.3g/片)	16	
E9220	南瓜	11-29-99	桃園家樂福	去皮及籽,數個混合均勻打碎	家樂福(794.3g/個)	39	
E9221	菊花南瓜	11-29-99	台中超級市場	去皮及籽,數個混合均勻打碎	裕毛屋(696.0g/個)	26	
E9222	日本南瓜	11-29-99	台北超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	SOGO(1289g/粒)	28	
E9230	大黃瓜	11-29-99	桃園家樂福	去皮及籽,數個混合均勻打碎	家樂福(645.0g/條)	39	
E9240	苦瓜	11-29-99	桃園家樂福	去蒂及籽,數個混合均勻打碎	家樂福(482.0g/條)	10	

表 6. 台灣地區蔬菜類樣品之取樣描述(續)

Table 6. Description of sampling for vegetables in Taiwan(continued)

編號	樣品名稱	取樣時間	取樣地點	樣品描述(主要原料)	品牌或來源,包裝	廢棄率(%)	備註
E9241	小苦瓜	11-29-99	台北超級市場	去蒂及籽,數支混合均勻打碎	SOGO(40.4g/粒)	18	
E9250	茼蒿	11-29-99	桃園家樂福	數棵混合均勻打碎	家樂福(40.4g/棵)	16	
E9260	絲瓜	11-29-99	桃園家樂福	去皮,數條混合均勻打碎	家樂福(632.3g/條)	22	
E9261	澎湖絲瓜	11-29-99	桃園家樂福	去皮,數條混合均勻打碎	家樂福(319.2g/條)	49	
E9270	蒲瓜:長形	11-29-99	桃園家樂福	去皮,數條混合均勻打碎	家樂福(563.7g/條)	24	
E9271	蒲瓜:圓形	11-29-99	桃園萬客隆	去皮,數條混合均勻打碎	萬客隆(591.5g/條)	19	
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	11-29-99	桃園萬客隆	去皮,數條混合均勻打碎	萬客隆(956.7g/條)	25	
E9280	青木瓜	11-29-99	台北超級市場	去皮及籽,數粒混合均勻打碎	頂好(830g/粒)	19	
E9310	角椒	11-29-99	台北超級市場	去蒂及籽,數粒混合均勻打碎	惠陽(51.5g/粒)	17	
E9320	花椰菜	11-29-99	台中超級市場	去外葉,數棵混合均勻打碎	裕毛屋(742.0g/棵)	34	
E9321	紫色花椰菜	11-29-99	台中超級市場	去外葉,數棵混合均勻打碎	裕毛屋(445.0g/棵)	51	
E9330	綠豆芽	11-29-99	台北超級市場	數根混合均勻打碎	惠陽(1.3g/支)	-	
E9340	黃豆芽	11-29-99	台北超級市場	數根混合均勻打碎	惠陽(1.5g/支)	-	
E9400	白蘿蔔	11-29-99	台中超級市場	去蒂及皮,數棵混合均勻打碎	裕毛屋(839.0g/個)興農(757.0g/個)	10	
E9410	胡蘿蔔(省產)	11-29-99	台中超級市場	去蒂及皮,數棵混合均勻打碎	裕毛屋(223.0g/個)	15	
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	11-29-99	台中超級市場	去蒂及皮,數棵混合均勻打碎	裕毛屋(58.9g/個)	21	
E9412	胡蘿蔔:有機	11-29-99	北,台中超級市場	去蒂及皮,數棵混合均勻打碎	練純(196.6g/支)妙鷹(73.0g/支)	19	
E9500	青蔥	02-29-00	台中超級市場	去蒂及尾葉,數支混合均勻打碎	裕毛屋(18.3g/支)	37	
E9510	青蒜	02-29-00	台中超級市場	去蒂及尾葉,數支混合均勻打碎	裕毛屋(106.9g/支)	58	
E9511	大蒜	02-29-00	台中超級市場	去外膜,數粒混合均勻打碎	興農,裕毛屋	22	
E9512	蒜苗	02-29-00	台北超級市場	去頭尾,數根混合均勻打碎	SOGO	16	
E9520	韭菜	02-29-00	台中超級市場	去頭及爛葉,數支混合均勻打碎	裕毛屋	3	
E9521	白韭菜	02-29-00	台中超級市場	去頭及爛葉,數支混合均勻打碎	裕毛屋	6	
E9522	韭菜花	02-29-00	台中超級市場	數支混合均勻打碎	裕毛屋	-	
E9530	芹菜	02-29-00	台中超級市場	去蒂及葉,數支混合均勻打碎	裕毛屋	51	
E9531	西洋芹菜	02-29-00	台中超級市場	去蒂及葉,數支混合均勻打碎	裕毛屋	8	
E9540	香菜	02-29-00	台北超級市場	去蒂及爛葉,數支混合均勻打碎	惠陽,頂好,SOGO	19	
E9550	九層塔(青梗)	02-29-00	台中超級市場	去粗梗,數葉混合均勻打碎	興農,裕毛屋	25	
E9560	紅辣椒(長)	02-29-00	台中超級市場	去蒂,數支混合均勻打碎	裕毛屋(10.1g/支)	7	
E9561	泰國辣椒	02-29-00	台北超級市場	去蒂,數支混合均勻打碎	惠陽(1.7g/支)	9	
E9570	嫩薑	02-29-00	台中超級市場	去皮,數支混合均勻打碎	裕毛屋	10	
E9571	老薑	02-29-00	台中超級市場	去皮,數支混合均勻打碎	裕毛屋	9	

表 7. 台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品之取樣描述

Table 7. Description of sampling for algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan

編號	樣品名稱	取樣時間	取樣地點	樣品描述(主要原料)	品牌或來源, 包裝	廢棄率(%)	備註
F9010	海帶茸	02-29-00	台中超級市場	數條混合均勻打碎	惠陽	-	
F9020	海帶:齒舞昆布	02-29-00	桃園萬客隆	數條混合均勻打碎	日本進口	-	
F9030	海帶芽	02-29-00	桃園萬客隆, 家樂福	數條混合均勻打碎	三陸, 今大, 康林	-	
F9031	海帶芽根	02-29-00	桃園萬客隆	數條混合均勻打碎	三陸	-	
F9040	紫菜:野生	02-29-00	桃園萬客隆	數片混合均勻打碎	山林, 奇珍	-	
F9041	紫菜:熟紫菜	02-29-00	桃園萬客隆	數片混合均勻打碎	奇珍	-	
F9050	海洋竹筴	02-29-00	桃園萬客隆	數條混合均勻打碎	海輝	-	
F9060	澎湖海菜	02-29-00	台北超級市場	混合均勻打碎	SOGO	-	
F9070	海帶結	02-29-00	台北超級市場	數個混合均勻打碎	SOGO(5.4g/個)	-	
F9080	海帶梗	02-29-00	台北超級市場	數條混合均勻打碎	惠陽	-	
F9090	海帶絲	02-29-00	台北超級市場	數條混合均勻打碎	惠陽	-	
H9010	肉豆	02-29-00	台北超級市場	去頭尾, 數個混合均勻打碎	惠陽(5.2g/個)	5	
I9010	鮫魚切片菲力(冷凍)	02-29-00	台北超級市場	數片混合均勻打碎(美國進口鮫魚肉)	嘉南(119.7g/片)	-	
J9010	虱目魚(8月)	08-25-99	桃園家樂福	去鱗, 去頭尾及臟器, 去皮及骨刺, 數條混合均勻打碎	家樂福(516.0g/尾)	61	
J9020	七星鱸(8月)	08-25-99	桃園萬客隆	去鱗, 去頭尾及臟器, 去皮及骨刺, 數條混合均勻打碎	萬客隆(512.8g/尾)	63	
J9030	加納(8月)	08-25-99	桃園萬客隆	去鱗, 去頭尾及臟器, 去皮及骨刺, 數條混合均勻打碎	萬客隆(555.7g/尾)	60	
J9050	白鯧(8月)	08-25-99	桃園萬客隆	去鱗, 去頭尾及臟器, 去皮及骨刺, 數條混合均勻打碎	萬客隆(321.4g/尾)	57	
J9060	銀魚:生	08-25-99	台中超級市場	數條混合均勻打碎	裕毛屋(5.0g/隻)	-	
J9061	銀吻仔魚:熟	08-25-99	台中超級市場	數條混合均勻打碎	裕毛屋(0.2g/隻)	-	
J9062	吻仔魚:熟(小)	08-25-99	台中超級市場	數條混合均勻打碎	裕毛屋(0.04g/隻)	-	
J9070	大丁香魚脯	08-25-99	台中超級市場	數條混合均勻打碎	裕毛屋(0.6g/隻)	-	
J9080	鮫魚卵:熟	08-25-99	台中超級市場	數個混合均勻打碎	裕毛屋(282.5g/對)	-	
J9090	泡鮫魚	08-25-99	台中超級市場	數隻混合均勻打碎	興農(319.5g/隻)	-	
J9100	花枝膠	08-25-99	台中超級市場	數個混合均勻打碎	興農(37.8g/對)	-	
J9110	香螺	08-25-99	台北超級市場	數個混合均勻打碎	SOGO(2.5g/粒)	-	
J9120	雪螺	08-25-99	台北超級市場	數個混合均勻打碎	SOGO(5.4g/粒)	-	
K9010	雞蛋:皮蛋, 有機	08-25-99	桃園萬客隆	去殼, 數個混合均勻打碎	雙錢(53.7g/粒, 帶殼)	14	
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	08-25-99	桃園萬客隆	去殼, 數顆混合均勻打碎	石安(55.8g/顆)	13	
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	08-25-99	桃園萬客隆	去殼, 數顆混合均勻打碎	嘉農(59.1g/顆)	13	

表 8. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之一般成分組成及膽固醇含量  
 Table 8. The proximate composition and cholesterol content of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g								
		熱量 (kcal)	水分 (g)	粗蛋白 (g)	粗脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	粗纖維 (g)	膳食纖維 (g)	灰分 (g)	膽固醇 (mg)
A9010	玉米:紫皮	168	59	4.5	1.0	34.4	2.2	4.9	0.6	-
A9011	玉米	115	75	3.9	3.4	17.5	1.5	6.0	0.8	-
A9012	玉米:有機	106	76	2.7	2.7	17.6	1.2	4.5	0.8	-
A9013	玉米筍	32	92	2.2	0.3	4.9	0.6	1.5	0.5	-
A9020	麵粉製品:水餃皮	271	33	7.6	0.5	57.5	0.0	1.6	1.5	-
A9030	麵粉製品:餛飩皮	277	31	8.3	0.5	58.2	0.1	1.5	1.5	-
A9040	麵粉製品:春捲皮	246	39	8.3	0.7	50.4	0.5	2.0	1.8	-
A9050	梗米:糙米	365	13	6.4	2.9	76.8	1.3	3.0	1.2	-
A9051	米胚芽	391	11	17.0	12.7	52.9	12.5	14.7	5.9	-
A9052	梗米:精米	356	13	7.0	0.8	78.1	0.4	0.7	0.6	-
B9010	甘藷:紅肉	106	73	2.8	0.1	22.8	0.8	2.4	0.9	-
B9011	甘藷:黃肉	124	69	1.1	0.2	28.7	0.8	2.7	1.0	-
B9020	芋頭:檳榔心芋	121	70	1.3	0.0	28.1	0.6	2.7	1.1	-
B9021	小芋頭(山芋)	82	79	2.2	0.1	17.5	0.8	1.8	1.2	-
D9010	龍眼(福眼)	72	79	1.0	0.2	18.9	0.4	2.5	0.6	-
D9011	龍眼乾,帶殼	278	20	4.6	0.1	72.9	1.4	3.1	2.8	-
D9012	龍眼乾,脫水	281	17	5.3	0.1	73.0	1.2	3.2	4.2	-
D9020	文旦:斗六	38	89	0.7	0.1	9.6	0.2	1.4	0.3	-
D9021	文旦:蓮心	31	91	0.6	0.0	7.9	0.2	1.4	0.3	-
D9022	大白柚	39	89	0.6	0.1	9.9	0.3	1.2	0.2	-
D9023	西施蜜柚	40	89	0.8	0.2	10.1	0.7	1.3	0.3	-
D9030	火龍果	53	85	1.0	0.5	12.8	1.3	2.5	0.5	-
D9040	蜜棗子	53	85	0.6	0.2	13.6	0.3	1.4	0.4	-
D9050	白油桃	37	90	0.6	0.1	9.3	0.6	2.6	0.3	-
D9060	柿子:水柿	56	84	0.5	0.1	15.0	0.3	3.3	0.3	-
D9061	柿子:紅柿	66	81	0.5	0.1	17.6	0.5	4.4	0.4	-
D9062	柿子:甜柿	63	82	0.6	0.0	16.8	1.8	1.4	0.3	-
D9063	柿子:柿餅	178	50	1.6	0.3	47.2	1.0	10.9	1.1	-
D9064	柿子:筆柿	69	81	0.6	0.1	18.3	0.6	4.0	0.3	-
D9070	西洋梨:紅皮	53	85	0.2	0.1	14.1	0.8	2.1	0.2	-
D9071	西洋梨:青皮	63	82	0.3	0.1	17.0	0.7	2.3	0.3	-
D9080	鳳梨釋迦	102	71	1.2	0.4	26.5	1.0	1.6	0.6	-
D9090	柑橘:椪柑	44	88	0.7	0.1	11.2	0.5	1.4	0.2	-
D9091	柑橘:桶柑	45	87	0.8	0.0	11.8	0.3	1.4	0.3	-
D9092	柑橘:海梨柑	48	86	0.8	0.0	12.5	0.4	1.9	0.3	-
D9093	柑橘:茂谷甜柑	40	88	0.8	0.0	10.4	0.1	1.7	0.4	-
D9100	柳橙:柳丁	44	87	0.8	0.0	11.5	0.5	1.8	0.4	-
D9101	柳橙:香吉士	43	88	0.6	0.1	11.2	0.2	1.3	0.4	-
D9110	梨:新世紀	43	88	0.3	0.1	11.3	0.8	2.0	0.3	-
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	47	87	0.3	0.1	12.6	0.7	1.6	0.4	-



表 8. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之一般成分組成及膽固醇含量(續)  
 Table 8. The proximate composition and cholesterol content of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion) (continued)

樣品代碼	食物名稱	可食部分 100g								
	中文名稱	熱量 (kcal)	水分 (g)	粗蛋白 (g)	粗脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	粗纖維 (g)	膳食纖維 (g)	灰分 (g)	膽固醇 (mg)
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	23	93	1.0	0.0	5.3	0.5	1.1	0.5	-
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	17	95	0.7	0.0	4.0	0.7	1.6	0.4	-
D9123	蕃茄:小蕃茄	28	91	0.7	0.0	7.2	0.8	1.9	0.6	-
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	32	91	0.8	0.0	8.1	0.7	1.5	0.5	-
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	17	95	0.8	0.0	4.0	0.5	0.8	0.5	-
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	33	90	0.9	0.1	8.1	0.9	1.6	0.6	-
D9130	芭樂:世紀芭樂	44	88	0.6	0.1	11.4	1.9	3.8	0.3	-
D9131	芭樂:珍珠芭樂	40	89	0.5	0.1	10.5	1.4	2.7	0.4	-
D9132	芭樂:牛乳芭樂	33	90	0.5	0.1	8.5	1.6	3.3	1.0	-
D9140	黑珍珠蓮霧	37	90	0.5	0.1	9.6	0.3	0.9	0.2	-
D9150	草莓	37	89	0.8	0.1	9.3	0.7	1.7	0.5	-
D9160	金桔	54	85	0.9	0.2	13.6	0.7	3.3	0.4	-
D9170	葡萄:巨峰	67	81	0.5	0.3	17.6	0.1	0.5	0.4	-
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	75	79	0.5	0.1	20.1	0.1	0.5	0.4	-

表 9. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之礦物質含量

Table 9. The mineral contents of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g								
		灰分 (g)	礦物質						鐵 (mg)	鋅 (mg)
			鈉 (mg)	鉀 (mg)	鈣 (mg)	鎂 (mg)	磷 (mg)			
A9010	玉米:紫皮	0.6	1	253	5	10	139	1.0	1.0	
A9011	玉米	0.8	0	285	5	45	102	0.7	0.6	
A9012	玉米:有機	0.8	1	279	4	38	88	0.4	0.6	
A9013	玉米筍	0.5	0	252	16	30	56	0.8	0.4	
A9020	麵粉製品:水餃皮	1.5	512	60	12	15	44	0.4	0.3	
A9030	麵粉製品:餛飩皮	1.5	501	77	15	19	61	0.6	0.4	
A9040	麵粉製品:春捲皮	1.8	545	75	16	20	65	0.7	0.4	
A9050	梗米:糙米	1.2	2	253	10	102	235	2.9	2.5	
A9051	米胚芽	5.9	5	1321	43	550	1604	7.2	16.4	
A9052	梗米:精米	0.6	2	104	6	27	124	1.5	2.2	
B9010	甘藷:紅肉	0.9	36	334	22	18	54	0.4	0.3	
B9011	甘藷:黃肉	1.0	24	440	56	29	49	0.8	0.2	
B9020	芋頭:檳榔心芋	1.1	2	385	28	24	71	0.6	2.5	
B9021	小芋頭(山芋)	1.2	3	616	10	12	87	1.0	0.7	
D9010	龍眼(福眼)	0.6	0	304	4	9	34	0.5	0.2	
D9011	龍眼乾,帶殼	2.8	0	1044	30	31	96	0.9	0.6	
D9012	龍眼乾,脫水	4.2	0	1170	25	43	136	1.0	0.6	
D9020	文旦:斗六	0.3	0	144	10	6	18	0.3	0.1	
D9021	文旦:蓮心	0.3	0	142	6	5	13	0.3	0.1	
D9022	大白柚	0.2	0	162	13	6	17	0.2	0.2	
D9023	西施蜜柚	0.3	0	175	7	5	16	0.0	0.1	
D9030	火龍果	0.5	0	249	6	30	21	0.9	0.3	
D9040	蜜棗子	0.4	0	174	6	6	13	0.2	0.1	
D9050	白油桃	0.3	1	182	5	7	20	0.3	0.2	
D9060	柿子:水柿	0.3	1	167	8	7	13	0.2	0.0	
D9061	柿子:紅柿	0.4	0	197	10	9	15	0.3	0.0	
D9062	柿子:甜柿	0.3	1	127	6	6	11	0.2	0.0	
D9063	柿子:柿餅	1.1	2	598	17	20	52	0.4	0.1	
D9064	柿子:筆柿	0.3	2	156	7	5	15	0.3	0.1	
D9070	西洋梨:紅皮	0.2	2	122	8	5	12	0.2	0.1	
D9071	西洋梨:青皮	0.3	0	118	6	7	12	0.0	0.2	
D9080	鳳梨釋迦	0.6	3	310	11	26	25	0.7	0.1	
D9090	柑橘:極柑	0.2	0	59	19	6	11	0.5	0.1	
D9091	柑橘:桶柑	0.3	1	122	17	14	13	0.2	0.1	
D9092	柑橘:海梨柑	0.3	0	143	15	14	15	0.0	0.1	
D9093	柑橘:茂谷甜柑	0.4	0	138	17	8	11	0.0	0.1	
D9100	柳橙:柳丁	0.4	1	170	25	13	21	0.4	0.1	
D9101	柳橙:香吉士	0.4	0	158	45	8	18	0.0	0.1	
D9110	梨:新世紀	0.3	0	120	3	4	10	0.0	0.1	
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	0.4	0	123	1	4	12	0.0	0.1	

表 9. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之礦物質含量(續)

Table 9. The mineral contents of cereal products, starch products and fruits in Taiwan  
(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g							
		灰分 (g)	礦物質						
			鈉 (mg)	鉀 (mg)	鈣 (mg)	鎂 (mg)	磷 (mg)	鐵 (mg)	鋅 (mg)
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	0.5	3	211	12	14	21	0.4	0.2
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	0.4	2	170	12	9	16	0.2	0.3
D9123	蕃茄:小蕃茄	0.6	3	271	13	11	24	0.5	0.2
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	0.5	2	220	15	11	31	0.4	0.2
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	0.5	3	186	16	6	22	0.2	0.2
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	0.6	6	336	12	12	22	1.4	0.2
D9130	芭樂:世紀芭樂	0.3	1	171	25	6	12	0.3	0.1
D9131	芭樂:珍珠芭樂	0.4	1	160	7	5	11	0.0	0.1
D9132	芭樂:牛乳芭樂	1.0	0	98	6	3	11	0.3	0.5
D9140	蓮霧:黑珍珠	0.2	2	109	5	6	10	0.4	0.1
D9150	草莓	0.5	1	217	18	15	7	0.2	0.1
D9160	金桔	0.4	7	146	52	14	14	0.6	0.1
D9170	葡萄:巨峰	0.4	0	128	6	4	19	0.1	0.1
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	0.4	5	203	6	6	28	0.1	0.0

表 10. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品 (100g可食部分) 之脂溶性維生素含量

Table 10. The fat-soluble vitamin contents of cereal products, starch products and fruits in Taiwan

(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g									
		維生素 A			維生素 E						
		$\alpha$ 胡蘿蔔素 (ug)	$\beta$ 胡蘿蔔素 (ug)	視網醇 (ug)	維生素 A 效力 (I.U.)	維生素 A 效力 (RE)	$\alpha$ 生育醇 (mg)	$\beta$ 生育醇 (mg)	$\gamma$ 生育醇 (mg)	$\delta$ 生育醇 (mg)	維生素 E 效力 ( $\alpha$ -TE)
A9010	玉米:紫皮	0	0	-	0	0	0.13	0.05	0.45	0.08	0.16
A9011	玉米	0	0	-	0	0	0.18	0.02	0.97	0.06	0.24
A9012	玉米:有機	0	321	-	534	53	0.04	0.00	0.46	0.04	0.08
A9013	玉米筍	0	0	-	0	0	0.05	0.00	0.07	0.00	0.05
A9020	麵粉製品:水餃皮	0	0	-	0	0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.01
A9030	麵粉製品:餛飩皮	0	0	-	0	0	0.01	0.02	0.00	0.00	0.02
A9040	麵粉製品:春捲皮	0	0	-	0	0	0.05	0.04	0.00	0.00	0.05
A9050	梗米:糙米	0	0	-	0	0	0.60	0.07	0.14	0.04	0.49
A9051	米胚芽	0	0	-	0	0	11.82	0.81	1.39	0.12	9.21
A9052	梗米:精米	0	0	-	0	0	0.16	0.03	0.06	0.04	0.13
B9010	甘藷:紅肉	0	7004	-	11673	1167	0.29	0.00	0.00	0.00	0.21
B9011	甘藷:黃肉	0	129	-	215	22	0.18	0.00	0.06	0.03	0.14
B9020	芋頭:檳榔心芋	0	0	-	0	0	0.68	0.00	0.00	0.00	0.50
B9021	小芋頭(山芋)	0	0	-	0	0	0.71	0.00	1.78	0.99	0.71
D9010	龍眼(福眼)	0	0	-	0	0	0.00	0.00	0.08	0.01	0.01
D9011	龍眼乾,帶殼	0	0	-	0	0	0.00	0.00	0.20	0.03	0.02
D9012	龍眼乾,脫水	0	0	-	0	0	0.00	0.00	0.23	0.03	0.02
D9020	文旦:斗六	0	0	-	0	0	0.25	0.02	0.00	0.00	0.19
D9021	文旦:蓬心	0	0	-	0	0	0.39	0.03	0.00	0.00	0.30
D9022	大白柚	0	0	-	0	0	0.16	0.00	0.00	0.00	0.12
D9023	西施蜜柚	0	0	-	0	0	0.31	0.00	0.00	0.00	0.23
D9030	火龍果	0	0	-	0	0	0.17	0.00	0.05	0.00	0.13
D9040	蜜棗子	0	0	-	0	0	0.24	0.00	0.04	0.00	0.18
D9050	白油桃	0	0	-	0	0	0.28	0.00	0.04	0.00	0.21
D9060	柿子:水柿	38	276	-	492	49	0.15	0.00	0.00	0.00	0.11
D9061	柿子:紅柿	48	676	-	1168	117	0.70	0.00	0.01	0.00	0.52
D9062	柿子:甜柿	37	499	-	863	86	0.07	0.00	0.00	0.00	0.05
D9063	柿子:柿餅	45	353	-	626	63	0.37	0.00	0.00	0.00	0.27
D9064	柿子:鞏柿	0	489	-	815	82	0.42	0.00	0.01	0.00	0.31
D9070	西洋梨:紅皮	0	0	-	0	0	0.06	0.00	0.00	0.00	0.04
D9071	西洋梨:青皮	0	0	-	0	0	0.20	0.00	0.00	0.00	0.15
D9080	鳳梨釋迦	0	0	-	0	0	0.08	0.00	0.00	0.00	0.06
D9090	柑橘:椪柑	0	514	-	856	86	0.12	0.00	0.01	0.01	0.09
D9091	柑橘:桶柑	42	428	-	749	75	0.40	0.00	0.00	0.00	0.30
D9092	柑橘:海梨柑	28	386	-	666	67	0.44	0.00	0.02	0.00	0.33
D9093	柑橘:茂谷甜柑	0	480	-	800	80	0.35	0.00	0.01	0.00	0.26
D9100	柳橙:柳丁	0	0	-	0	0	0.13	0.00	0.00	0.00	0.10
D9101	柳橙:香吉士	0	0	-	0	0	0.27	0.00	0.00	0.00	0.20
D9110	梨:新世紀	0	0	-	0	0	0.16	0.07	0.00	0.00	0.15
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	0	0	-	0	0	0.04	0.02	0.00	0.00	0.04

表 10. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品 (100g可食部分)之脂溶性維生素含量(續)

Table 10. The fat-soluble vitamin contents of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	可食部分 100g									
		維生素 A				維生素 E					
	中文名稱	$\alpha$ 胡蘿蔔素 (ug)	$\beta$ 胡蘿蔔素 (ug)	視網醇 (ug)	維生素 A 效力 (I.U.)	維生素 A 效力 (RE)	$\alpha$ 生育醇 (mg)	$\beta$ 生育醇 (mg)	$\gamma$ 生育醇 (mg)	$\delta$ 生育醇 (mg)	維生素 E 效力 ( $\alpha$ -TE)
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	0	2361	-	3935	393	0.61	0.00	0.11	0.01	0.47
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	0	1532	-	2553	255	0.49	0.00	0.15	0.01	0.38
D9123	蕃茄:小蕃茄	0	2738	-	4563	456	0.77	0.00	0.42	0.02	0.61
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	0	3017	-	5028	503	0.80	0.00	0.33	0.02	0.63
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	0	2186	-	3643	364	0.75	0.00	0.22	0.02	0.58
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	0	14531	-	24219	2422	0.22	0.00	0.19	0.01	0.18
D9130	芭樂:世紀芭樂	0	0	-	0	0	0.23	Tr	0.00	0.00	0.17
D9131	芭樂:珍珠芭樂	0	0	-	0	0	0.24	Tr	0.00	0.00	0.18
D9132	芭樂:牛乳芭樂	0	0	-	0	0	0.21	Tr	0.00	0.00	0.15
D9140	蓮霧:黑珍珠	0	0	-	0	0	0.11	0.02	0.00	0.00	0.09
D9150	草莓	0	0	-	0	0	0.39	0.01	0.16	0.01	0.31
D9160	金桔	0	0	-	0	0	1.85	Tr	0.05	0.00	1.38
D9170	葡萄:巨峰	0	0	-	0	0	0.02	Tr	0.07	0.00	0.02
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	0	0	-	0	0	0.04	Tr	0.35	0.01	0.06

表 11. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量

Table 11. The water-soluble vitamin contents of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱	食 部 分 100g						
	中文名稱	維 生 素	維 生 素	菸 鹼 素	維 生 素	維 生 素	維 生 素	葉 酸
		B1 (mg)	B2 (mg)	(mg)	B6 (mg)	B12 (ug)	C (mg)	(ug)
A9010	玉米:紫皮	0.17	0.09	1.3	0.34	-	4.3	11.0
A9011	玉米	0.17	0.10	2.0	0.23	-	2.7	15.9
A9012	玉米:有機	0.15	0.09	2.3	0.24	-	4.2	15.1
A9013	玉米筍	0.07	0.10	0.8	0.18	-	7.2	20.2
A9020	麵粉製品:水餃皮	0.04	0.01	0.4	0.00	-	0.0	26.2
A9030	麵粉製品:餛飩皮	0.07	0.02	0.5	0.00	-	0.0	20.6
A9040	麵粉製品:春捲皮	0.09	0.02	0.6	0.00	-	0.0	17.4
A9050	梗米:糙米	0.40	0.04	5.9	0.49	-	0.2	109.3
A9051	米胚芽	6.91	0.25	8.1	1.66	-	0.0	512.9
A9052	梗米:精米	0.15	0.02	1.8	0.21	-	0.0	27.3
B9010	甘藷:紅肉	0.13	0.04	0.6	0.22	-	37.2	16.5
B9011	甘藷:黃肉	0.09	0.03	0.8	0.31	-	17.1	19.9
B9020	芋頭:檳榔心芋	0.14	0.02	0.8	0.00	-	6.6	23.9
B9021	小芋頭(山芋)	0.12	0.03	1.7	0.00	-	6.7	14.0
D9010	龍眼(福眼)	0.02	0.16	0.7	0.14	-	102.8	16.4
D9011	龍眼乾,帶殼	0.02	0.46	2.0	0.77	-	0.0	46.3
D9012	龍眼乾,脫水	0.02	0.84	2.8	0.70	-	0.0	53.9
D9020	文旦:斗六	0.03	0.04	0.3	0.07	-	58.9	6.7
D9021	文旦:蓮心	0.03	0.03	0.3	0.09	-	62.4	6.4
D9022	大白柚	0.02	0.02	0.2	0.03	-	56.9	4.5
D9023	西施蜜柚	0.03	0.03	0.2	0.03	-	57.8	5.1
D9030	火龍果	0.04	0.04	0.2	0.07	-	4.9	14.2
D9040	蜜棗子	0.02	0.00	0.2	0.07	-	3.1	6.1
D9050	白油桃	0.03	0.02	0.4	0.09	-	2.7	6.0
D9060	柿子:水柿	0.04	0.00	0.3	0.07	-	21.3	5.2
D9061	柿子:紅柿	0.04	0.01	0.5	0.00	-	10.6	4.1
D9062	柿子:甜柿	0.04	0.01	0.3	0.03	-	72.8	7.6
D9063	柿子:柿餅	0.04	0.00	1.0	0.05	-	7.0	7.2
D9064	柿子:鞏柿	0.04	0.01	0.3	0.00	-	18.6	5.6
D9070	西洋梨:紅皮	0.01	0.01	0.0	0.02	-	3.8	4.6
D9071	西洋梨:青皮	0.01	0.03	0.1	0.00	-	5.1	4.2
D9080	鳳梨釋迦	0.11	0.09	0.7	0.21	-	18.0	7.6
D9090	柑橘:椪柑	0.07	0.05	0.6	0.09	-	24.7	5.5
D9091	柑橘:桶柑	0.06	0.05	0.3	0.06	-	27.9	3.4
D9092	柑橘:海梨柑	0.06	0.04	0.4	0.23	-	18.0	5.3
D9093	柑橘:茂谷甜柑	0.03	0.04	0.2	0.05	-	38.0	7.7
D9100	柳橙:柳丁	0.08	0.04	0.2	0.03	-	44.4	6.4
D9101	柳橙:香吉士	0.07	0.04	0.4	0.06	-	57.5	6.3
D9110	梨:新世紀	0.03	0.04	0.3	0.01	-	3.4	6.8
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	0.03	0.03	0.5	0.00	-	2.9	6.3

表 11. 台灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量(續)

Table 11. The water-soluble vitamin contents of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion) (continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食 部 分 100g						
		維 生 素	維 生 素	菸 鹼 素	維 生 素	維 生 素	維 生 素	葉 酸
		B1 (mg)	B2 (mg)	(mg)	B6 (mg)	B12 (ug)	C (mg)	(ug)
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	0.08	0.05	0.4	0.17	-	17.9	14.2
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	0.03	0.03	0.3	0.17	-	15.5	9.0
D9123	蕃茄:小蕃茄	0.08	0.05	0.5	0.18	-	30.5	14.1
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	0.08	0.05	0.7	0.25	-	32.8	15.6
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	0.05	0.04	0.5	0.09	-	14.3	15.7
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	0.08	0.05	0.7	0.28	-	50.3	11.7
D9130	芭樂:世紀芭樂	0.03	0.04	1.1	0.10	-	171.5	9.4
D9131	芭樂:珍珠芭樂	0.03	0.04	0.7	0.08	-	225.7	9.3
D9132	芭樂:牛乳芭樂	0.03	0.03	0.6	0.07	-	145.5	Tr
D9140	蓮霧:黑珍珠	0.03	0.02	0.2	0.00	-	12.5	11.0
D9150	草莓	0.03	0.03	0.4	0.06	-	77.3	10.5
D9160	金桔	0.10	0.05	0.3	0.10	-	31.0	11.8
D9170	葡萄:巨峰	0.03	0.01	0.0	0.06	-	2.0	Tr
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	0.06	0.02	0.0	0.07	-	0.2	Tr

表 12. 台灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之一般成分組成及膽固醇含量

Table 12. The proximate composition and cholesterol content of vegetables in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱	可食部分 100g								
	中文名稱	熱量 (kcal)	水分 (g)	粗蛋白 (g)	粗脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	粗纖維 (g)	膳食纖維 (g)	灰分 (g)	膽固醇 (mg)
E9010	小白菜:土植(7月)	10	96	1.0	0.1	1.8	1.1	1.0	0.8	-
E9011	小白菜:水植(7月)	10	96	1.0	0.1	1.8	1.1	1.0	0.8	-
E9012	小白菜:有機(7月)	12	96	0.9	0.1	2.4	0.8	1.2	1.0	-
E9020	空心菜:土植(7月)	11	96	1.3	0.1	1.7	0.8	1.3	0.9	-
E9021	空心菜:水植(7月)	17	94	1.9	0.1	2.8	1.0	1.8	0.8	-
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	17	94	1.9	0.2	2.7	0.7	1.8	1.4	-
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	23	93	1.4	0.3	4.4	1.0	1.7	0.7	-
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	13	96	1.4	0.2	1.9	0.2	1.4	0.9	-
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	17	95	1.5	0.3	2.7	1.1	1.4	0.7	-
E9034	萵苣:波士頓	23	93	1.0	0.1	4.8	0.4	1.0	0.7	-
E9040	青江菜:土植(7月)	8	97	1.2	0.2	0.7	0.4	1.1	0.6	-
E9041	青江菜:水植(7月)	15	95	1.5	0.1	2.5	0.9	1.3	0.7	-
E9042	青江菜:有機(7月)	14	95	1.7	0.1	2.2	0.3	1.1	1.2	-
E9050	紫洋蔥	21	93	1.9	0.2	3.5	0.4	1.9	1.2	-
E9060	白苜蓿菜	17	94	1.6	0.1	3.2	1.2	2.7	1.3	-
E9070	菠菜	17	94	2.0	0.2	2.7	1.1	1.8	1.3	-
E9080	蕃薯葉	31	90	3.3	0.2	5.4	1.7	4.2	1.3	-
E9090	金針花:生鮮	41	88	2.4	0.2	8.5	1.6	2.4	0.5	-
E9100	桂竹筍片:加工	17	93	1.0	0.2	3.3	1.4	2.4	2.5	-
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	17	95	2.3	0.2	2.2	1.0	1.8	0.2	-
E9110	冬筍:生鮮	40	87	4.0	0.2	7.3	1.0	2.1	1.3	-
E9120	麻竹筍:生鮮	20	94	1.9	0.1	3.6	0.6	1.7	0.6	-
E9121	麻竹筍干	177	47	15.8	1.2	32.0	4.9	17.0	4.2	-
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	25	93	1.6	0.2	5.0	1.3	1.9	0.3	-
E9140	劍筍:加工	20	92	2.4	0.4	2.5	0.1	2.5	2.1	-
E9141	劍筍:生鮮	22	93	2.9	0.3	3.1	1.1	2.0	0.7	-
E9150	茭白筍	20	94	1.3	0.1	4.0	1.9	2.0	0.4	-
E9160	綠蘆筍	20	94	2.3	0.2	3.1	0.1	0.9	0.5	-
E9200	小黃瓜	15	96	0.9	0.1	2.9	0.9	1.0	0.4	-
E9210	冬瓜	13	97	0.4	0.1	2.8	0.8	1.1	0.2	-
E9220	南瓜	34	90	0.9	0.1	7.9	0.8	1.1	0.6	-
E9221	菊花南瓜	76	78	3.8	0.1	16.8	1.2	2.2	1.0	-
E9222	日本南瓜	86	77	0.6	0.4	20.8	1.1	3.1	0.8	-
E9230	大黃瓜	10	97	0.5	0.1	2.0	0.7	0.5	0.4	-
E9240	苦瓜	20	94	0.8	0.1	4.5	0.6	2.4	0.4	-
E9241	小苦瓜	24	93	1.0	0.0	5.5	1.1	3.1	0.7	-
E9250	茼蒿	13	96	1.3	0.2	2.0	1.1	1.2	1.0	-
E9260	絲瓜	20	94	1.2	0.1	4.0	0.1	1.0	0.4	-
E9261	澎湖絲瓜	23	94	0.9	0.2	4.8	0.8	0.6	0.4	-
E9270	蒲瓜:長形	19	95	0.6	0.1	4.2	1.1	1.4	0.4	-



表 12. 台灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之一般成分組成及膽固醇含量(續)

Table 12. The proximate composition and cholesterol content of vegetables in Taiwan  
(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g								膽固醇 (mg)
		熱量 (kcal)	水分 (g)	粗蛋白 (g)	粗脂肪 (g)	碳水化合物 (g)	粗纖維 (g)	膳食纖維 (g)	灰分 (g)	
E9271	蒲瓜:圓形	20	94	0.6	0.1	4.5	1.4	1.6	0.4	-
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	16	96	0.3	0.1	3.6	1.2	1.1	0.2	-
E9280	青木瓜	30	92	0.7	0.1	7.1	0.7	3.0	0.5	-
E9310	角椒	22	94	0.9	0.2	4.7	1.0	2.5	0.6	-
E9320	花椰菜	19	94	1.6	0.1	3.5	0.6	1.8	0.6	-
E9321	紫色花椰菜	40	88	3.1	0.3	7.6	1.4	3.9	1.2	-
E9330	綠豆芽	22	94	1.9	0.1	4.0	0.4	1.0	0.2	-
E9340	黃豆芽	20	95	3.7	1.2	-0.7	0.6	1.9	0.4	-
E9400	白蘿蔔	15	96	0.7	0.1	3.1	1.2	1.0	0.3	-
E9410	胡蘿蔔(省產)	43	88	1.0	0.0	10.2	1.3	2.9	0.8	-
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	34	90	1.7	0.1	7.5	0.7	2.7	0.5	-
E9412	有機胡蘿蔔	40	89	1.0	0.1	9.3	0.7	2.7	0.7	-
E9500	青蔥	18	95	1.8	0.2	2.9	0.4	1.6	0.5	-
E9510	青蒜	29	92	1.9	0.1	5.8	0.9	2.7	0.5	-
E9511	大蒜	126	65	6.0	0.0	28.2	0.6	4.7	1.1	-
E9512	蒜苗	54	85	2.2	0.1	12.0	1.2	3.3	0.5	-
E9520	韭菜	17	95	1.4	0.1	3.2	0.6	2.1	0.6	-
E9521	白韭菜	15	95	1.6	0.0	2.8	0.5	1.6	0.3	-
E9522	韭菜花	16	95	1.7	0.1	2.9	0.8	2.0	0.6	-
E9530	芹菜	20	94	0.7	0.0	4.6	0.5	1.5	0.8	-
E9531	西洋芹菜	6	97	0.7	0.1	0.9	0.5	1.6	0.9	-
E9540	香菜	24	92	2.0	0.2	4.4	0.8	3.9	1.4	-
E9550	九層塔(青梗)	9	96	2.8	0.2	-0.3	1.0	3.4	1.3	-
E9560	紅辣椒(長)	26	92	2.3	0.5	4.2	3.7	8.1	0.8	-
E9561	泰國辣椒	103	71	4.9	0.5	21.9	9.5	13.4	1.3	-
E9570	嫩薑	75	80	0.8	0.2	18.4	0.6	1.4	0.6	-
E9571	老薑	51	86	1.5	0.4	11.3	0.8	2.6	0.7	-

表 13. 台灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之礦物質含量  
 Table 13. The mineral contents of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g								
		灰分 (g)	礦物質						鐵 (mg)	鋅 (mg)
			鈉 (mg)	鉀 (mg)	鈣 (mg)	鎂 (mg)	磷 (mg)			
E9010	小白菜:土植(7月)	0.8	119	144	99	13	24	0.8	0.2	
E9011	小白菜:水植(7月)	1.0	9	270	91	18	30	0.8	0.2	
E9012	小白菜:有機(7月)	0.9	33	260	127	12	22	0.7	0.2	
E9020	空心菜:土植(7月)	0.8	97	181	50	10	34	1.6	0.2	
E9021	空心菜:水植(7月)	1.4	8	641	42	15	55	0.9	0.2	
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	0.7	90	166	52	26	26	1.2	0.2	
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	0.9	3	420	41	15	36	1.1	0.2	
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	0.7	17	235	54	19	28	0.9	0.4	
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	0.7	7	243	33	7	44	0.3	0.3	
E9034	萵苣:波士頓	0.6	9	289	49	14	35	0.4	0.3	
E9040	青江菜:土植(7月)	0.7	92	108	95	13	31	0.8	0.3	
E9041	青江菜:水植(7月)	1.2	13	377	92	32	35	0.7	0.2	
E9042	青江菜:有機(7月)	1.2	22	360	142	20	30	1.0	0.3	
E9050	紫洋蔥	0.4	8	146	18	7	31	0.3	0.2	
E9060	白芎菜	1.3	15	485	136	55	35	4.4	0.7	
E9070	菠菜	1.3	53	540	88	60	43	4.2	1.0	
E9080	蕃薯葉	1.3	77	397	131	33	40	3.9	0.5	
E9090	金針花:生鮮	0.5	1	300	20	14	53	0.8	0.9	
E9100	桂竹筍片:加工	2.5	815	49	11	1	11	0.3	0.1	
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	0.2	19	13	34	3	61	0.3	0.1	
E9110	冬筍:生鮮	1.3	12	634	55	18	76	0.5	1.7	
E9120	麻竹筍:生鮮	0.6	5	308	10	6	37	0.4	0.4	
E9121	麻竹筍干	4.2	50	1805	179	25	224	5.7	4.2	
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	0.3	11	161	10	5	34	0.4	0.5	
E9140	劍筍:加工	2.1	826	2	77	1	37	0.5	0.1	
E9141	劍筍:生鮮	0.7	202	2	51	3	31	0.4	0.1	
E9150	茭白筍	0.4	2	224	2	4	39	0.4	0.2	
E9160	綠蘆筍	0.5	2	205	17	10	50	0.7	0.5	
E9200	小黃瓜	0.4	0	139	19	9	23	0.1	0.1	
E9210	冬瓜	0.2	1	124	9	6	7	0.1	0.1	
E9220	南瓜	0.6	0	375	6	6	17	0.6	0.1	
E9221	菊花南瓜	1.0	1	539	18	26	60	0.6	0.5	
E9222	日本南瓜	0.8	3	417	16	20	55	0.5	0.2	
E9230	大黃瓜	0.4	1	111	11	4	12	3.4	0.2	
E9240	苦瓜	0.4	1	244	13	13	21	0.3	0.1	
E9241	小苦瓜	0.7	1	274	22	16	32	0.3	0.2	
E9250	茼蒿	1.0	59	291	49	11	17	0.0	0.1	
E9260	絲瓜	0.4	0	155	9	9	16	0.2	0.1	
E9261	澎湖絲瓜	0.4	1	156	12	10	22	0.3	0.3	
E9270	蒲瓜:長形	0.4	0	132	16	5	9	0.3	0.2	

表 13. 台灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之礦物質含量(續)

Table 13. The mineral contents of vegetables in Taiwan

(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g								
		灰分 (g)	礦物質						鐵 (mg)	鋅 (mg)
			鈉 (mg)	鉀 (mg)	鈣 (mg)	鎂 (mg)	磷 (mg)			
E9271	蒲瓜:圓形	0.4	0	107	9	7	10	0.1	0.2	
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	0.2	0	81	18	3	6	0.0	0.3	
E9280	青木瓜	0.5	1	174	43	24	20	0.0	0.1	
E9310	角椒	0.6	2	184	10	11	18	0.2	0.1	
E9320	花椰菜	0.6	7	222	23	12	46	0.9	0.4	
E9321	紫色花椰菜	1.2	20	484	70	32	80	2.6	0.5	
E9330	綠豆芽	0.2	11	80	11	8	25	0.2	0.2	
E9340	黃豆芽	0.4	7	558	108	29	35	0.4	0.3	
E9400	白蘿蔔	0.3	26	89	27	11	26	0.4	0.2	
E9410	胡蘿蔔(省產)	0.8	31	373	33	14	39	1.6	0.3	
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	0.5	109	225	26	11	27	0.3	0.2	
E9412	胡蘿蔔:有機	0.7	49	215	35	11	32	0.2	0.2	
E9500	青蔥	0.5	2	202	36	14	24	0.9	0.2	
E9510	青蒜	0.5	1	194	43	12	58	0.7	0.3	
E9511	大蒜	1.1	6	404	13	21	139	1.3	0.7	
E9512	蒜苗	0.5	9	198	20	9	52	0.5	0.4	
E9520	韭菜	0.6	1	241	47	20	21	1.9	0.2	
E9521	白韭菜	0.3	1	175	24	11	21	0.8	0.2	
E9522	韭菜花	0.6	2	161	19	15	38	1.1	0.3	
E9530	芹菜	0.8	98	306	95	10	15	1.3	0.2	
E9531	西洋芹菜	0.9	45	263	62	11	24	1.4	0.2	
E9540	香菜	1.4	5	126	17	12	39	1.9	0.4	
E9550	九層塔(青梗)	1.3	1	374	205	40	53	5.4	0.6	
E9560	紅辣椒(長)	0.8	3	410	17	27	58	1.1	0.3	
E9561	泰國辣椒	1.3	2	627	33	38	84	1.2	0.6	
E9570	嫩薑	0.6	3	318	21	15	12	1.0	0.4	
E9571	老薑	0.7	2	340	14	28	28	1.2	0.3	

表 14. 台灣地區蔬菜類樣品 (100g可食部分)之脂溶性維生素含量  
 Table 14. The fat-soluble vitamin contents of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱  中文名稱	可食部分 100g									
		維生素 A					維生素 E				
		$\alpha$ 胡蘿蔔素 (ug)	$\beta$ 胡蘿蔔素 (ug)	視網醇 (ug)	維生素 A 效力 (I.U.)	維生素 A 效力 (RE)	$\alpha$ 生育醇 (mg)	$\beta$ 生育醇 (mg)	$\gamma$ 生育醇 (mg)	$\delta$ 生育醇 (mg)	維生素 E 效力 ( $\alpha$ -TE)
E9010	小白菜:土植(7月)	0	211	-	352	35	0.93	0.02	0.03	0.00	0.70
E9011	小白菜:水植(7月)	0	126	-	211	21	0.68	0.00	0.02	0.00	0.51
E9012	小白菜:有機(7月)	0	149	-	249	25	0.89	0.02	0.04	0.00	0.67
E9020	空心菜:土植(7月)	0	709	-	1182	118	0.29	0.00	0.06	0.01	0.22
E9021	空心菜:水植(7月)	0	847	-	1411	141	0.61	0.00	0.05	0.00	0.46
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	0	1626	-	2710	271	0.21	0.00	0.12	0.01	0.17
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	0	1000	-	1666	167	0.10	0.00	0.11	0.00	0.09
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	0	2328	-	3881	388	0.18	0.00	0.11	0.01	0.14
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	71	91	-	211	21	0.03	Tr	0.05	0.00	0.03
E9034	萵苣:波士頓	371	4286	-	7452	745	0.31	Tr	0.36	0.01	0.27
E9040	青菜:土植(7月)	0	936	-	1560	156	0.18	0.00	0.01	0.00	0.13
E9041	青菜:水植(7月)	0	818	-	1364	136	0.34	0.00	0.02	0.00	0.25
E9042	青菜:有機(7月)	0	1576	-	2627	263	0.33	0.00	0.02	0.00	0.25
E9050	紫洋蔥	0	0	-	0	0	0.03	0.00	0.00	0.00	0.02
E9060	白芎菜	0	2109	-	3515	351	0.08	0.00	0.05	0.00	0.06
E9070	菠菜	0	4817	-	8028	803	0.70	0.00	0.07	0.02	0.53
E9080	蕃薯葉	0	4964	-	8274	827	0.79	0.00	0.12	0.00	0.60
E9090	金針花:生鮮	61	1301	-	2219	222	4.29	0.76	1.47	0.19	3.63
E9100	桂竹筍片:加工	0	0	-	0	0	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	0	0	-	0	0	0.49	0.00	0.08	0.00	0.37
E9110	冬筍:生鮮	0	0	-	0	0	0.98	0.00	0.94	0.00	0.82
E9120	麻竹筍:生鮮	0	0	-	0	0	0.21	0.00	0.00	0.01	0.16
E9121	麻竹筍干	0	0	-	0	0	0.53	0.00	0.04	0.03	0.40
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	0	0	-	0	0	0.56	0.00	0.01	0.00	0.42
E9140	劍筍:加工	0	0	-	0	0	0.98	0.00	0.10	0.00	0.74
E9141	劍筍:生鮮	0	0	-	0	0	0.75	0.00	0.17	0.02	0.57
E9150	茭白筍	0	0	-	0	0	0.06	0.00	0.17	0.04	0.06
E9160	綠蘆筍	0	457	-	761	76	0.84	0.03	0.06	0.01	0.64
E9200	小黃瓜	0	180	-	299	30	0.06	0.01	0.04	0.01	0.05
E9210	冬瓜	0	0	-	0	0	0.04	0.00	0.04	0.03	0.04
E9220	南瓜	78	605	-	1072	107	0.36	0.00	0.06	0.00	0.27
E9221	菊花南瓜	0	0	-	0	0	1.29	0.00	0.08	0.00	0.96
E9222	日本南瓜	0	3648	-	6079	608	0.50	Tr	0.05	0.00	0.37
E9230	大黃瓜	0	0	-	0	0	0.02	0.00	0.00	0.00	0.01
E9240	苦瓜	0	0	-	0	0	0.18	0.02	0.01	0.01	0.14
E9241	小苦瓜	15	18	-	43	4	0.20	0.02	0.04	0.00	0.16
E9250	茼蒿	0	2400	-	4000	400	0.16	0.00	0.00	0.00	0.12
E9260	絲瓜	0	0	-	0	0	0.01	0.00	0.01	0.00	0.00
E9261	澎湖絲瓜	0	0	-	0	0	0.01	0.00	0.00	0.00	0.01
E9270	蒲瓜:長形	0	0	-	0	0	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00

表 14. 台灣地區蔬菜類樣品 (100g可食部分)之脂溶性維生素含量(續)

Table 14. The fat-soluble vitamin contents of vegetables in Taiwan (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	可食部分 100g									
		維生素 A				維生素 E					
		$\alpha$ 胡蘿蔔素 ( $\mu\text{g}$ )	$\beta$ 胡蘿蔔素 ( $\mu\text{g}$ )	視網醇 ( $\mu\text{g}$ )	維生素 A 效力 (I.U.)	維生素 A 效力 (RE)	$\alpha$ 生育醇 (mg)	$\beta$ 生育醇 (mg)	$\gamma$ 生育醇 (mg)	$\delta$ 生育醇 (mg)	維生素 E 效力 ( $\alpha$ -TE)
E9271	蒲瓜:圓形	0	0	-	0	0	0.02	0.00	0.00	0.00	0.01
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	0	0	-	0	0	0.01	0.00	0.00	0.00	0.01
E9280	青木瓜	0	0	-	0	0	0.03	Tr	0.12	0.00	0.04
E9310	角椒	0	631	-	1052	105	0.24	Tr	0.01	0.00	0.18
E9320	花椰菜	0	0	-	0	0	0.02	Tr	0.04	0.00	0.02
E9321	紫色花椰菜	0	0	-	0	0	0.15	Tr	0.10	0.00	0.12
E9330	綠豆芽	0	0	-	0	0	0.08	Tr	0.11	0.01	0.07
E9340	黃豆芽	0	0	-	0	0	0.25	0.11	0.44	0.24	0.28
E9400	白蘿蔔	0	0	-	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
E9410	胡蘿蔔(省產)	3271	11200	-	21393	2139	0.67	0.00	0.00	0.00	0.50
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	1994	18388	-	32309	3231	0.41	0.00	0.00	0.00	0.30
E9412	胡蘿蔔:有機	1988	6548	-	12569	1257	0.11	Tr	Tr	0.00	0.08
E9500	青蔥	0	900	-	1500	150	0.25	Tr	0.01	0.00	0.18
E9510	青蒜	0	0	-	0	0	0.19	0.00	0.00	0.00	0.14
E9511	大蒜	0	0	-	0	0	0.24	Tr	0.00	0.00	0.18
E9512	蒜苗	0	0	-	0	0	0.18	Tr	0.04	0.00	0.14
E9520	韭菜	0	2378	-	3964	396	0.39	Tr	0.03	0.00	0.29
E9521	白韭菜	0	0	-	0	0	0.11	0.00	0.01	0.00	0.08
E9522	韭菜花	0	1110	-	1850	185	0.32	0.00	0.04	0.00	0.24
E9530	芹菜	0	0	-	0	0	0.04	0.00	0.00	0.00	0.03
E9531	西洋芹菜	0	0	-	0	0	0.04	0.00	0.00	0.00	0.03
E9540	香菜	908	7849	-	13838	1384	0.41	Tr	0.04	0.01	0.31
E9550	九層塔(青梗)	0	11676	-	19460	1946	Tr	Tr	0.09	0.00	0.01
E9560	紅辣椒(長)	0	4748	-	7913	791	4.68	Tr	1.04	0.05	3.57
E9561	泰國辣椒	0	3623	-	6038	604	8.06	Tr	1.20	0.01	6.08
E9570	嫩薑	0	0	-	0	0	0.38	Tr	1.03	0.01	0.39
E9571	老薑	0	0	-	0	0	1.36	Tr	1.05	0.01	1.11

表 15. 台灣地區蔬菜類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量  
 Table 15. The water-soluble vitamin contents of vegetables in Taiwan  
 in Taiwan(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱	食 部 分 100g						
	中文名稱	維 生 素	維 生 素	菸 鹼 素	維 生 素	維 生 素	維 生 素	葉 酸
		B1 (mg)	B2 (mg)	(mg)	B6 (mg)	B12 (ug)	C (mg)	(ug)
E9010	小白菜:土植(7月)	0.04	0.07	0.6	0.16	-	21.1	30.1
E9011	小白菜:水植(7月)	0.04	0.07	0.6	0.17	-	17.0	37.7
E9012	小白菜:有機(7月)	0.04	0.07	0.6	0.19	-	19.4	32.1
E9020	空心菜:土植(7月)	0.05	0.11	0.7	0.17	-	4.9	62.5
E9021	空心菜:水植(7月)	0.06	0.13	0.8	0.17	-	6.6	72.8
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	0.07	0.10	0.4	0.18	-	10.3	64.1
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	0.05	0.10	0.3	0.13	-	3.0	56.4
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	0.08	0.08	0.4	0.18	-	2.5	57.5
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	0.04	0.04	0.3	0.14	-	3.3	19.7
E9034	萵苣:波士頓	0.04	0.06	0.4	0.08	-	4.4	31.1
E9040	青江菜:土植(7月)	0.04	0.06	0.6	0.22	-	24.7	31.6
E9041	青江菜:水植(7月)	0.05	0.07	0.6	0.22	-	27.7	34.6
E9042	青江菜:有機(7月)	0.07	0.15	0.9	0.31	-	54.3	85.9
E9050	紫洋蔥	0.05	0.02	0.2	0.09	-	5.2	8.0
E9060	白苜菜	0.01	0.09	0.3	0.00	-	10.1	56.8
E9070	菠菜	0.07	0.14	0.5	0.06	-	13.0	62.5
E9080	蕃薯葉	0.10	0.22	0.8	0.17	-	53.2	90.5
E9090	金針花:生鮮	0.15	0.19	0.7	0.14	-	30.4	34.7
E9100	桂竹筍片:加工	0.00	0.02	0.2	0.00	-	0.0	7.9
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	0.01	0.02	0.1	0.00	-	0.1	22.5
E9110	冬筍:生鮮	0.07	0.10	0.5	0.19	-	7.2	9.8
E9120	麻竹筍:生鮮	0.05	0.06	0.6	0.04	-	3.1	8.6
E9121	麻竹筍干	0.00	0.10	1.1	0.25	-	0.0	25.5
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	0.01	0.04	0.4	0.00	-	0.0	10.7
E9140	劍筍:加工	0.00	0.00	0.1	0.00	-	0.0	6.5
E9141	劍筍:生鮮	0.00	0.01	0.1	0.00	-	0.1	5.3
E9150	茭白筍	0.03	0.05	0.6	0.08	-	3.9	50.5
E9160	綠蘆筍	0.10	0.11	1.1	0.14	-	7.1	19.2
E9200	小黃瓜	0.03	0.05	0.3	0.15	-	10.2	6.8
E9210	冬瓜	0.01	0.00	0.2	0.00	-	4.9	5.4
E9220	南瓜	0.04	0.03	0.8	0.14	-	3.9	25.8
E9221	菊花南瓜	0.08	0.10	1.6	0.74	-	18.8	29.6
E9222	日本南瓜	0.06	0.08	1.2	0.22	-	24.0	44.1
E9230	大黃瓜	0.01	0.01	0.0	0.00	-	4.8	4.2
E9240	苦瓜	0.04	0.02	0.3	0.18	-	55.2	27.4
E9241	小苦瓜	0.08	0.05	0.5	0.29	-	66.9	30.6
E9250	茼蒿	0.06	0.06	0.4	0.17	-	3.6	37.1
E9260	絲瓜	0.02	0.02	0.3	0.13	-	4.0	21.7
E9261	澎湖絲瓜	0.03	0.03	0.3	0.12	-	3.5	45.0
E9270	蒲瓜:長形	0.02	0.01	0.3	0.00	-	9.5	12.9

表 15. 台灣地區蔬菜類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量(續)  
 Table 15. The water-soluble vitamin contents of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	食 部 分 100g						
	中文名稱	維 生 素	維 生 素	菸 鹼 素	維 生 素	維 生 素	維 生 素	葉 酸
		B1 (mg)	B2 (mg)	(mg)	B6 (mg)	B12 (ug)	C (mg)	(ug)
E9271	蒲瓜:圓形	0.03	0.01	0.3	0.03	-	11.5	10.2
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	0.02	0.00	0.2	0.03	-	6.0	8.0
E9280	青木瓜	0.02	0.02	0.2	0.08	-	19.7	10.1
E9310	角椒	0.05	0.03	0.6	0.51	-	130.9	26.5
E9320	花椰菜	0.05	0.06	0.4	0.33	-	54.4	50.6
E9321	紫色花椰菜	0.07	0.11	1.9	0.93	-	96.1	54.0
E9330	綠豆芽	0.04	0.07	0.4	0.17	-	6.9	30.1
E9340	黃豆芽	0.07	0.09	0.5	0.29	-	5.5	33.6
E9400	白蘿蔔	0.03	0.01	0.1	0.20	-	14.9	5.6
E9410	胡蘿蔔(省產)	0.07	0.06	0.6	0.18	-	3.4	8.6
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	0.03	0.05	0.2	0.24	-	4.5	9.5
E9412	胡蘿蔔:有機	0.07	0.04	0.3	0.33	-	7.5	16.8
E9500	青蔥	0.05	0.06	0.4	0.37	-	8.1	36.8
E9510	青蒜	0.07	0.06	0.5	0.47	-	17.7	25.4
E9511	大蒜	0.16	0.07	0.7	1.40	-	16.6	23.8
E9512	蒜苗	0.11	0.07	0.4	0.60	-	27.5	17.4
E9520	韭菜	0.04	0.09	0.3	0.23	-	16.1	56.5
E9521	白韭菜	0.05	0.05	0.4	0.19	-	5.6	54.3
E9522	韭菜花	0.06	0.09	0.7	0.36	-	27.8	47.7
E9530	芹菜	0.03	0.04	0.4	0.10	-	3.5	12.6
E9531	西洋芹菜	0.02	0.03	0.2	0.24	-	6.0	15.8
E9540	香菜	0.09	0.25	1.4	0.25	-	80.8	138.8
E9550	九層塔(青梗)	0.09	0.29	0.9	0.32	-	16.5	150.8
E9560	紅辣椒(長)	0.14	0.14	2.2	1.56	-	159.2	25.1
E9561	泰國辣椒	0.21	0.24	4.5	2.21	-	134.4	23.3
E9570	嫩薑	0.02	0.02	0.3	0.13	-	2.5	66.9
E9571	老薑	0.03	0.02	0.8	0.13	-	5.0	26.3

表 16. 台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之一般成分組成及膽固醇含量  
 Table 16. The proximate composition and cholesterol content of algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱	可食部分 100g								
	中文名稱	熱量	水分	粗蛋白	粗脂肪	碳水化合物	粗纖維	膳食纖維	灰分	膽固醇
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)
F9010	海帶芽	29	91	1.1	0.0	6.5	0.8	1.9	1.4	-
F9020	海帶: 齒舞昆布	216	14	10.3	1.4	45.4	4.5	24.9	28.7	-
F9030	海帶芽	225	9	22.9	0.7	40.8	3.2	34.1	26.1	-
F9031	海帶芽根	201	9	6.2	0.6	46.1	7.5	39.6	37.8	-
F9040	紫菜: 野生	285	10	27.6	0.3	53.7	2.4	34.1	8.1	-
F9041	紫菜: 熟紫菜	294	10	18.1	0.4	62.4	1.3	37.3	8.7	-
F9050	海洋竹筴	254	15	8.4	0.2	59.1	2.9	40.0	17.2	-
F9060	澎湖海菜	11	97	0.3	0.1	2.4	0.1	2.2	0.6	-
F9070	海帶結	18	94	0.9	0.1	3.7	0.7	1.8	0.9	-
F9080	海帶梗	17	94	0.8	0.1	3.7	0.8	4.4	1.2	-
F9090	海帶絲	22	94	0.7	0.1	5.0	0.6	2.8	0.6	-
H9010	肉豆	38	90	3.0	0.4	5.8	1.6	4.8	0.7	-
I9010	鮪魚切片菲力(冷凍)	89	75	20.3	0.3	2.8	-	-	1.1	61.6
J9010	虱目魚(8月)	124	72	23.7	2.6	0.5	-	-	1.2	50.1
J9020	七星鱸(8月)	95	77	19.0	1.6	1.5	-	-	1.1	56.3
J9030	加納(8月)	176	67	20.6	9.8	1.7	-	-	1.2	81.7
J9050	白鯧(8月)	101	76	17.7	2.9	1.6	-	-	2.0	55.7
J9060	銀魚: 生	69	83	14.3	0.9	0.9	-	-	1.1	178.6
J9061	銀吻仔魚: 熟	97	74	20.7	1.0	1.1	-	-	3.1	245.4
J9062	吻仔魚: 熟(小)	151	55	31.8	1.7	0.9	-	-	10.6	336.6
J9070	大丁香魚脯	273	30	51.8	5.8	1.9	-	-	10.5	449.7
J9080	鮫魚卵: 熟	184	62	21.9	10.1	3.6	-	-	2.8	643.1
J9090	泡鮪魚	50	85	11.3	0.2	3.0	-	-	0.9	269.9
J9100	花枝腰	43	82	9.8	0.2	6.4	-	-	1.5	118.6
J9110	香螺	92	80	21.2	0.2	Φ	-	-	1.0	157.8
J9120	雪螺	40	90	8.9	0.3	Φ	-	-	1.2	123.7
K9010	雞蛋: 皮蛋, 有機	143	72	12.6	9.8	4.0	-	-	1.9	543.8
K9020	雞蛋: 有機蛋(石安)	142	75	12.8	9.5	1.9	-	-	1.0	424.1
K9030	雞蛋: 機能蛋(嘉農)	129	76	13.0	8.0	1.7	-	-	0.9	386.6



表 17. 台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之礦物質含量  
 Table 17. The mineral contents of algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)

樣 品 代 碼	食物名稱  中文名稱	可 食 部 分 100g							
		灰 分 (g)	礦物質						
			鈉 (mg)	鉀 (mg)	鈣 (mg)	鎂 (mg)	磷 (mg)	鐵 (mg)	鋅 (mg)
F9010	海帶芽	1.4	208	7	162	51	18	1.1	0.2
F9020	海帶:齒舞昆布	28.7	3227	8947	845	706	420	6.0	3.3
F9030	海帶芽	26.1	8085	340	950	527	355	28.6	5.7
F9031	海帶芽根	37.8	10170	861	816	245	208	14.5	1.6
F9040	紫菜:野生	8.1	426	2567	400	381	374	36.4	2.9
F9041	紫菜:熟紫菜	8.7	517	1651	352	424	332	37.9	1.8
F9050	海洋竹筴	17.2	4196	1673	904	899	302	3.3	1.0
F9060	澎湖海菜	0.6	71	17	43	40	1	2.2	0.1
F9070	海帶結	0.9	265	9	75	19	12	1.1	0.1
F9080	海帶梗	1.2	285	8	80	22	28	1.2	0.1
F9090	海帶絲	0.6	151	4	53	12	8	0.8	0.1
H9010	肉豆	0.7	3	238	61	34	45	0.8	0.4
I9010	鮫魚切片菲力(冷凍)	1.1	77	339	12	23	192	3.5	3.3
J9010	虱目魚(8月)	1.2	42	354	13	34	262	0.6	0.5
J9020	七星鱸(8月)	1.1	57	361	7	29	230	0.4	0.5
J9030	加納(8月)	1.2	51	451	8	31	272	0.4	0.5
J9050	白鯧(8月)	2.0	647	227	10	25	180	0.0	0.4
J9060	銀魚:生	1.1	56	85	274	289	217	0.0	1.1
J9061	銀吻仔魚:熟	3.1	851	50	259	290	199	0.0	1.4
J9062	吻仔魚:熟(小)	10.6	2830	532	458	158	613	1.0	2.6
J9070	大丁香魚脯	10.5	1276	856	1723	183	1606	5.7	5.9
J9080	鮫魚卵:熟	2.8	150	221	41	13	344	1.5	2.9
J9090	泡鮫魚	0.9	239	40	31	34	134	0.0	0.9
J9100	花枝腩	1.5	428	118	31	22	128	0.0	1.2
J9110	香螺	1.0	40	22	120	210	131	1.8	1.4
J9120	雪螺	1.2	58	3	326	56	67	1.8	0.7
K9010	雞蛋:皮蛋,有機	1.9	608	142	69	10	216	0.7	0.7
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	1.0	131	122	52	11	195	1.9	1.2
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	0.9	153	157	40	11	166	1.9	0.9

表 18. 台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品 (100g可食部分)之脂溶性維生素含量  
 Table 18. The fat-soluble vitamin contents of algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱  中文名稱	可食部分 100g									
		維生素 A				維生素 E					
		$\alpha$ 胡蘿蔔素 (ug)	$\beta$ 胡蘿蔔素 (ug)	視網醇 (ug)	維生素 A 效力 (I.U.)	維生素 A 效力 (RE)	$\alpha$ 生育醇 (mg)	$\beta$ 生育醇 (mg)	$\gamma$ 生育醇 (mg)	$\delta$ 生育醇 (mg)	維生素 E 效力 ( $\alpha$ -TE)
F9010	海帶茸	0	635	-	1058	106	0.13	0.00	0.00	0.00	0.10
F9020	海帶:齒舞昆布	0	18478	-	30796	3080	1.02	0.00	0.15	0.00	0.77
F9030	海帶芽	367	2145	-	3880	388	0.77	0.25	0.00	0.00	0.67
F9031	海帶芽根	0	0	-	0	0	0.07	0.00	0.00	0.00	0.05
F9040	紫菜:野生	0	0	-	0	0	0.89	0.00	0.00	0.00	0.66
F9041	紫菜:熟紫菜	310	4164	-	7198	720	1.69	0.00	0.00	0.00	1.25
F9050	海洋竹筴	0	0	-	0	0	0.22	0.00	0.02	0.00	0.16
F9060	澎湖海菜	0	652	-	1086	109	0.03	0.00	0.00	0.00	0.02
F9070	海帶結	0	0	-	0	0	0.04	0.00	0.00	0.00	0.03
F9080	海帶梗	0	0	-	0	0	0.01	0.00	0.00	0.00	0.01
F9090	海帶絲	0	0	-	0	0	0.01	0.00	0.00	0.00	0.01
H9010	肉豆	45	313	-	558	56	0.03	Tr	0.18	0.02	0.04
I9010	鮑魚切片菲力(冷凍)	-	-	0	0	0	0.06	0.00	0.00	0.00	0.04
J9010	虱目魚(8月)	-	-	5	16	5	0.43	0.02	0.14	0.02	0.34
J9020	七星鱸(8月)	-	-	228	758	228	0.62	0.00	0.02	0.00	0.46
J9030	加納(8月)	-	-	18	61	18	0.69	0.00	0.00	0.00	0.51
J9050	白鯧(8月)	-	-	46	155	46	0.27	0.00	0.00	0.00	0.20
J9060	銀魚:生	-	-	42	141	42	2.10	0.00	0.00	0.00	1.56
J9061	銀吻仔魚:熟	-	-	82	275	82	1.29	0.00	0.01	0.00	0.96
J9062	吻仔魚:熟(小)	-	-	137	456	137	1.79	0.00	0.01	0.00	1.33
J9070	大丁香魚脯	-	-	0	0	0	0.53	0.00	0.00	0.00	0.39
J9080	鮑魚卵:熟	-	-	26	86	26	0.59	0.00	0.00	0.00	0.44
J9090	泡魷魚	-	-	4	14	4	1.80	0.00	0.03	0.00	1.33
J9100	花枝膠	-	-	0	0	0	1.11	0.00	0.02	0.00	0.82
J9110	香螺	-	-	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
J9120	雲螺	-	-	0	0	0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
K9010	雞蛋:皮蛋,有機	-	-	114	378	114	0.93	0.00	0.39	0.00	0.73
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	-	-	200	668	200	1.32	0.00	0.29	0.07	1.01
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	-	-	144	480	144	1.91	0.00	0.30	0.07	1.44

表 19. 台灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g 可食部分)之水溶性維生素含量  
 Table 19. The water-soluble vitamin contents of algae, pulses, meats, seafoods and eggs  
 in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食 部 分 100g						
		維 生 素	維 生 素	菸 鹼 素	維 生 素	維 生 素	維 生 素	葉 酸
		B1 (mg)	B2 (mg)	(mg)	B6 (mg)	B12 (ug)	C (mg)	(ug)
F9010	海帶茸	0.01	0.03	0.1	2.15	-	0.0	10.7
F9020	海帶:齒舞昆布	0.22	0.57	3.6	0.47	-	0.0	47.4
F9030	海帶芽	0.17	0.11	1.7	1.74	5.07	0.0	29.4
F9031	海帶芽根	0.03	0.01	1.3	0.82	4.96	0.0	26.9
F9040	紫菜:野生	0.30	3.11	6.1	1.03	70.77	0.0	429.7
F9041	紫菜:熟紫菜	0.28	1.60	4.0	0.63	59.05	0.1	409.9
F9050	海洋竹筴	0.08	0.29	4.7	1.70	-	0.0	46.5
F9060	澎湖海菜	0.01	0.01	0.3	0.00	0.00	0.0	221.1
F9070	海帶結	0.01	0.02	0.0	0.57	0.00	0.0	134.2
F9080	海帶梗	0.01	0.02	0.2	0.00	0.84	0.0	47.4
F9090	海帶絲	0.01	0.01	0.1	0.00	0.00	0.0	23.2
H9010	肉豆	0.08	0.10	1.1	0.32	-	17.8	56.7
I9010	鮫魚切片菲力(冷凍)	0.21	0.26	4.5	0.58	3.63	0.7	Tr
J9010	虱目魚(8月)	0.17	0.04	6.4	0.64	1.70	1.2	0.0
J9020	七星鱸(8月)	0.04	0.13	4.2	0.28	0.92	1.0	9.2
J9030	加納(8月)	0.04	0.06	4.3	0.40	0.60	1.7	0.0
J9050	白鯧(8月)	0.16	0.03	2.3	0.21	0.86	0.7	22.5
J9060	銀魚:生	0.05	0.06	0.6	0.07	1.19	0.1	9.9
J9061	銀吻仔魚:熟	0.03	0.12	0.4	0.00	0.31	0.0	16.5
J9062	吻仔魚:熟(小)	0.01	0.05	7.3	0.05	3.20	0.0	42.6
J9070	大丁香魚脯	0.10	0.17	15.0	0.35	18.16	0.0	66.4
J9080	鮫魚卵:熟	0.11	0.32	1.0	0.25	8.91	0.0	34.8
J9090	泡魷魚	0.01	0.02	0.4	0.00	1.86	0.0	13.3
J9100	花枝腩	0.04	0.04	0.9	0.08	2.67	1.8	10.5
J9110	香螺	0.03	1.10	0.6	0.10	13.77	0.2	16.3
J9120	雪螺	0.01	0.02	0.2	0.00	1.05	0.0	14.3
K9010	雞蛋:皮蛋,有機	0.01	0.26	0.2	0.00	1.80	0.0	15.1
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	0.09	0.52	0.1	0.12	0.93	0.1	28.6
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	0.04	0.50	0.3	0.08	0.59	0.2	79.4

表 20A:臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成

Table 20A The fatty acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗脂 肪 g/100g	食物中脂肪酸含量百分比(%)																
			飽和脂肪酸(S)																
			總量	酪酸 4:0	己酸 6:0	辛酸 8:0	癸酸 10:0	月桂酸 12:0	十三脂酸 13:0	肉豆蔻酸 14:0	十五脂酸 15:0	棕櫚酸 16:0	十七脂酸 17:0	硬脂酸 18:0	十九脂酸 19:0	花生酸 20:0	山酸 22:0	二十四脂酸 24:0	
A9010	玉米:紫皮	1.0	27.7							0.1	0.0		24.2	0.1	2.6		0.7		
A9011	玉米	3.4	32.0					0.1	0.0	0.1			28.9	0.1	2.0		0.5	0.2	0.2
A9012	玉米:有機	2.7	23.1										20.4	0.1	1.9		0.4	0.1	0.2
A9013	玉米筍	0.3	0.0																
A9020	麵粉製品:水餃皮	0.5	0.0																
A9030	麵粉製品:餛飩皮	0.5	0.0																
A9040	麵粉製品:春捲皮	0.7	0.0																
A9050	梗米:糙米	2.9	22.2							0.4			18.9	0.1	2.0		0.6	0.2	
A9051	米胚芽	12.7	23.5							0.2			20.2	0.1	2.4		0.6	0.2	
A9052	梗米:精米	0.8	23.3							0.3			20.6		2.3				
B9010	甘藷:紅肉	0.1	-																
B9011	甘藷:黃肉	0.2	0.0																
B9020	芋頭:檳榔心芋	0.0	-																
B9021	小芋頭(山芋)	0.1	-																
D9010	龍眼(福眼)	0.2	-																
D9011	龍眼乾,帶殼	0.1	-																
D9012	龍眼乾,脫水	0.1	-																
D9020	文旦:斗六	0.1	-																
D9021	文旦:蓬心	0.0	-																
D9022	大白柚	0.1	-																
D9023	西施蜜柚	0.2	-																
D9030	火龍果	0.5	0.0																
D9040	蜜棗子	0.2	-																
D9050	白油桃	0.1	-																
D9060	柿子:水柿	0.1	-																
D9061	柿子:紅柿	0.1	-																
D9062	柿子:甜柿	0.0	-																

表 20A:臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成(續)

Table 20A The fatty acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion) (continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗脂 肪 g/100g	食物中脂肪酸含量百分比(%)														
			飽和脂肪酸(S)														
			總量	酪酸	己酸	辛酸	癸酸	月桂酸	十三脂酸	肉豆蔻酸	十五脂酸	棕櫚酸	十七脂酸	硬脂酸	十九脂酸	花生酸	山酸
	4:0	6:0	8:0	10:0	12:0	13:0	14:0	15:0	16:0	17:0	18:0	19:0	20:0	22:0	24:0		
D9063	柿子:柿餅	0.3	-														
D9064	柿子:筆柿	0.1	-														
D9070	西洋梨:紅皮	0.1	-														
D9071	西洋梨:青皮	0.1	-														
D9080	鳳梨釋迦	0.4	-														
D9090	柑橘:椪柑	0.1	-														
D9091	柑橘:桶柑	0.0	-														
D9092	柑橘:海梨柑	0.0	-														
D9093	柑橘:茂谷甜柑	0.0	-														
D9100	柳橙:柳丁	0.0	-														
D9101	柳橙:香吉士	0.1	-														
D9110	梨:新世紀	0.1	-														
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	0.1	-														
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	0.0	-														
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	0.0	-														
D9123	蕃茄:小蕃茄	0.0	-														
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	0.0	-														
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	0.0	-														
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	0.1	-														
D9130	芭樂:世紀芭樂	0.1	-														
D9131	芭樂:珍珠芭樂	0.1	-														
D9132	芭樂:牛乳芭樂	0.1	-														
D9140	蓮霧:黑珍珠	0.1	-														
D9150	草莓	0.1	-														
D9160	金桔	0.2	-														
D9170	葡萄:巨峰	0.3	-														
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	0.1	-														

表 20B:臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成

Table 20B The fatty acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食物中脂肪酸含量百分比(%)														P/M/S
		單元不飽和脂肪酸(M)						多元不飽和脂肪酸(P)								
		總量	肉豆蔻烯酸	棕櫚烯酸	油酸	鱈烯酸	芥子酸	總量	亞麻油酸	次亞麻油酸	十八碳四烯酸	花生油酸	二十碳五烯酸	二十二碳五烯酸	二十二碳六烯酸	
	14:1	16:1	18:1	20:1	22:1		18:2	18:3	18:4	20:4	20:5	22:5	22:6			
A9010	玉米:紫皮	32.5		0.6	31.5	0.3		39.8	38.4	1.3		0.2			14.6/1/20.6	
A9011	玉米	33.1		0.3	32.5	0.2		34.9	34.0	0.9					-	
A9012	玉米:有機	35.9		0.3	35.4	0.3		41.0	39.6	1.4					20.0/1/27.3	
A9013	玉米筍	0.0						0.0							0.0	
A9020	麵粉製品:水餃皮	0.0						0.0							0.0	
A9030	麵粉製品:餛飩皮	0.0						0.0							0.0	
A9040	麵粉製品:春捲皮	0.0						0.0							0.0	
A9050	梗米:糙米	46.2		0.2	45.5	0.5		31.6	30.5	1.1					14.6/1/30.2	
A9051	米胚芽	37.0		0.2	36.5	0.3		39.5	38.3	1.2					15.4/1/22.4	
A9052	梗米:精米	39.0			39.0			37.7	36.5	1.2					16.2/1/25.8	
B9010	甘藷:紅肉	-						-							-	
B9011	甘藷:黃肉	0.0						0.0							0.0	
B9020	芋頭:檳榔心芋	-						-							-	
B9021	小芋頭(山芋)	-						-							-	
D9010	龍眼(福眼)	-						-							-	
D9011	龍眼乾,帶殼	-						-							-	
D9012	龍眼乾,脫水	-						-							-	
D9020	文旦:斗六	-						-							-	
D9021	文旦:蓬心	-						-							-	
D9022	大白柚	-						-							-	
D9023	西施蜜柚	-						-							-	
D9030	火龍果	0.0						0.0							0.0	
D9040	蜜棗子	-						-							-	
D9050	白油桃	-						-							-	
D9060	柿子:水柿	-						-							-	
D9061	柿子:紅柿	-						-							-	
D9062	柿子:甜柿	-						-							-	

表 20B:臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成(續)

Table 20B The fatty acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion) (continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食物中脂肪酸含量百分比(%)													P/M/S	
		單元不飽和脂肪酸(M)						多元不飽和脂肪酸(P)								
		總量	肉豆蔻烯酸	棕櫚烯酸	油酸	鱈烯酸	芥子酸	總量	亞麻油酸	次亞麻油酸	十八碳四烯酸	花生油酸	二十碳五烯酸	二十二碳五烯酸		二十二碳六烯酸
			14:1	16:1	18:1	20:1	22:1		18:2	18:3	18:4	20:4	20:5	22:5	22:6	
D9063	柿子:柿餅	-						-								
D9064	柿子:筆柿	-						-								
D9070	西洋梨:紅皮	-						-								
D9071	西洋梨:青皮	-						-								
D9080	鳳梨釋迦	-						-								
D9090	柑橘:椪柑	-						-								
D9091	柑橘:桶柑	-						-								
D9092	柑橘:海梨柑	-						-								
D9093	柑橘:茂谷甜柑	-						-								
D9100	柳橙:柳丁	-						-								
D9101	柳橙:香吉士	-						-								
D9110	梨:新世紀	-						-								
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	-						-								
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	-						-								
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	-						-								
D9123	蕃茄:小蕃茄	-						-								
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	-						-								
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	-						-								
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	-						-								
D9130	芭樂:世紀芭樂	-						-								
D9131	芭樂:珍珠芭樂	-						-								
D9132	芭樂:牛乳芭樂	-						-								
D9140	蓮霧:黑珍珠	-						-								
D9150	草莓	-						-								
D9160	金桔	-						-								
D9170	葡萄:巨峰	-						-								
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	-						-								

表 21A:臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成

Table 21A The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗脂 肪 g/100g	食物中脂肪酸含量百分比(%)														
			飽和脂肪酸(S)														
			總量	酪酸	己酸	辛酸	癸酸	月桂酸	十三脂酸	肉豆蔻酸	十五脂酸	棕櫚酸	十七脂酸	硬脂酸	十九脂酸	花生酸	山酸
	4:0	6:0	8:0	10:0	12:0	13:0	14:0	15:0	16:0	17:0	18:0	19:0	20:0	22:0	24:0		
E9010	小白菜:土植(7月)	0.1	-														
E9011	小白菜:水植(7月)	0.1	-														
E9012	小白菜:有機(7月)	0.1	-														
E9020	空心菜:土植(7月)	0.1	-														
E9021	空心菜:水植(7月)	0.2	-														
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	0.3	-														
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	0.2	-														
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	0.3	-														
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	0.1	-														
E9034	萵苣:波士頓	0.2	-														
E9040	青江菜:土植(7月)	0.1	-														
E9041	青江菜:水植(7月)	0.1	-														
E9042	青江菜:有機(7月)	0.2	-														
E9050	紫洋葱	0.1	-														
E9060	白苣菜	0.1	-														
E9070	菠菜	0.2	-														
E9080	蕃薯葉	0.2	-														
E9090	金針花:生鮮	0.2	-														
E9100	桂竹筍片:加工	0.2	-														
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	0.2	-														
E9110	冬筍:生鮮	0.2	-														
E9120	麻竹筍:生鮮	0.1	-														
E9121	麻竹筍干	1.2	32.6						0.4		29.6		0.7		0.3	1.0	0.6
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	0.2	-														
E9140	劍筍:加工	0.4	-														
E9141	劍筍:生鮮	0.3	0.0														
E9150	茭白筍	0.1	-														
E9160	綠蘆筍	0.2	-														



表 21A:臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成(續)

Table 21A The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗 脂 肪 g/100g	食物中脂肪酸含量百分比(%)														
			飽和脂肪酸(S)														
			總量	酪酸 4:0	己酸 6:0	辛酸 8:0	癸酸 10:0	月桂酸 12:0	十三脂酸 13:0	肉豆蔻酸 14:0	十五脂酸 15:0	棕櫚酸 16:0	十七脂酸 17:0	硬脂酸 18:0	十九脂酸 19:0	花生酸 20:0	山酸 22:0
E9200	小黃瓜	0.1	-														
E9210	冬瓜	0.1	-														
E9220	南瓜	0.1	-														
E9221	菊花南瓜	0.1	-														
E9222	日本南瓜	0.4	-														
E9230	大黃瓜	0.1	-														
E9240	苦瓜	0.1	-														
E9241	小苦瓜	0.0	-														
E9250	茼蒿	0.2	-														
E9260	絲瓜	0.1	-														
E9261	澎湖絲瓜	0.2	-														
E9270	蒲瓜:長形	0.1	-														
E9271	蒲瓜:圓形	0.1	-														
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	0.1	-														
E9280	青木瓜	0.1	-														
E9310	角椒	0.2	-														
E9320	花椰菜	0.1	-														
E9321	紫色花椰菜	0.3	-														
E9330	綠豆芽	0.1	-														
E9340	黃豆芽	1.2	-														
E9400	白蘿蔔	0.1	-														
E9410	胡蘿蔔(省產)	0.0	-														
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	0.1	-														
E9412	胡蘿蔔:有機	0.1	-														
E9500	青蔥	0.2	-														
E9510	青蒜	0.1	-														
E9511	大蒜	0.0	-														

表 21A:臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成(續)

Table 21A The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗 脂 肪 g/100g	食物中脂肪酸含量百分比(%)														
			飽和脂肪酸(S)														
			總量	酪酸	己酸	辛酸	癸酸	月桂酸	十三脂酸	肉豆蔻酸	十五脂酸	棕櫚酸	十七脂酸	硬脂酸	十九脂酸	花生酸	山酸
	4:0	6:0	8:0	10:0	12:0	13:0	14:0	15:0	16:0	17:0	18:0	19:0	20:0	22:0	24:0		
E9512	蒜苗	0.1	-														
E9520	韭菜	0.1	-														
E9521	白韭菜	0.0	-														
E9522	韭菜花	0.1	-														
E9530	芹菜	0.0	-														
E9531	西洋芹菜	0.1	-														
E9540	香菜	0.2	-														
E9550	九層塔(青梗)	0.2	-														
E9560	紅辣椒(長)	0.5	-														
E9561	泰國辣椒	0.5	-														
E9570	嫩薑	0.2	-														
E9571	老薑	0.4	-														

表 21B:臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成

Table 21B The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食物中脂肪酸含量百分比(%)													P/M/S	
		單元不飽和脂肪酸(M)						多元不飽和脂肪酸(P)								
		總量	肉豆蔻烯酸 14:1	棕櫚烯酸 16:1	油酸 18:1	鱈烯酸 20:1	芥子酸 22:1	總量	亞麻油酸 18:2	次亞麻油酸 18:3	十八碳四烯酸 18:4	花生油酸 20:4	二十碳五烯酸 20:5	二十二碳五烯酸 22:5		二十二碳六烯酸 22:6
E9010	小白菜:土植(7月)	-						-								-
E9011	小白菜:水植(7月)	-						-								-
E9012	小白菜:有機(7月)	-						-								-
E9020	空心菜:土植(7月)	-						-								-
E9021	空心菜:水植(7月)	-						-								-
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	-						-								-
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	-						-								-
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	-						-								-
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	-						-								-
E9034	萵苣:波士頓	-						-								-
E9040	青江菜:土植(7月)	-						-								-
E9041	青江菜:水植(7月)	-						-								-
E9042	青江菜:有機(7月)	-						-								-
E9050	紫洋蔥	-						-								-
E9060	白苜菜	-						-								-
E9070	菠菜	-						-								-
E9080	蕃薯葉	-						-								-
E9090	金針花:生鮮	-						-								-
E9100	桂竹筍片:加工	-						-								-
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	-						-								-
E9110	冬筍:生鮮	-						-								-
E9120	麻竹筍:生鮮	-						-								-
E9121	麻竹筍干	8.4		0.2	7.8	0.4		59.0	50.4	8.6						34.8/1/22.4
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	-						-								-
E9140	劍筍:加工	-						-								-
E9141	劍筍:生鮮	0.0						0.0								0.0
E9150	茭白筍	-						-								-
E9160	綠蘆筍	-						-								-

表 21B:臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成(續)

Table 21B The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食物中脂肪酸含量百分比(%)														P/M/S
		單元不飽和脂肪酸(M)						多元不飽和脂肪酸(P)								
		總量	肉豆蔻烯酸	棕櫚烯酸	油酸	鯨烯酸	芥子酸	總量	亞麻油酸	次亞麻油酸	十八碳四烯酸	花生油酸	二十碳五烯酸	二十二碳五烯酸	二十二碳六烯酸	
			14:1	16:1	18:1	20:1	22:1		18:2	18:3	18:4	20:4	20:5	22:5	22:6	
E9200	小黃瓜	-						-								-
E9210	冬瓜	-						-								-
E9220	南瓜	-						-								-
E9221	菊花南瓜	-						-								-
E9222	日本南瓜	-						-								-
E9230	大黃瓜	-						-								-
E9240	苦瓜	-						-								-
E9241	小苦瓜	-						-								-
E9250	茼蒿	-						-								-
E9260	絲瓜	-						-								-
E9261	澎湖絲瓜	-						-								-
E9270	蒲瓜:長形	-						-								-
E9271	蒲瓜:圓形	-						-								-
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	-						-								-
E9280	青木瓜	-						-								-
E9310	角椒	-						-								-
E9320	花椰菜	-						-								-
E9321	紫色花椰菜	-						-								-
E9330	綠豆芽	-						-								-
E9340	黃豆芽	-						-								-
E9400	白蘿蔔	-						-								-
E9410	胡蘿蔔(省產)	-						-								-
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	-						-								-
E9412	胡蘿蔔:有機	-						-								-
E9500	青蔥	-						-								-
E9510	青蒜	-						-								-
E9511	大蒜	-						-								-

表 21B:臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成(續)

Table 21B The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食物中脂肪酸含量百分比(%)														P/M/S
		單元不飽和脂肪酸(M)						多元不飽和脂肪酸(P)								
		總量	肉豆蔻烯酸	棕櫚烯酸	油酸	鱈烯酸	芥子酸	總量	亞麻油酸	次亞麻油酸	十八碳四烯酸	花生油酸	二十碳五烯酸	二十二碳五烯酸	二十二碳六烯酸	
E9512	蒜苗	-	14:1	16:1	18:1	20:1	22:1	-	18:2	18:3	18:4	20:4	20:5	22:5	22:6	-
E9520	韭菜	-						-								-
E9521	白韭菜	-						-								-
E9522	韭菜花	-						-								-
E9530	芹菜	-						-								-
E9531	西洋芹菜	-						-								-
E9540	香菜	-						-								-
E9550	九層塔(青梗)	-						-								-
E9560	紅辣椒(長)	-						-								-
E9561	泰國辣椒	-						-								-
E9570	椒薑	-						-								-
E9571	老薑	-						-								-

表 22A:臺灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成

Table 22A The fatty acid composition of algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗脂 肪 g/100g	食物中脂肪酸含量百分比(%)															
			飽和脂肪酸(S)															
			總量	酪酸 4:0	己酸 6:0	辛酸 8:0	癸酸 10:0	月桂酸 12:0	十三脂酸 13:0	肉豆蔻酸 14:0	十五脂酸 15:0	棕櫚酸 16:0	十七脂酸 17:0	硬脂酸 18:0	十九脂酸 19:0	花生酸 20:0	山酸 22:0	二十四脂酸 24:0
F9010	海帶茸	0.0	-															
F9020	海帶:齒舞昆布	1.4	44.5							5.4		32.5	0.2	5.5		0.9		
F9030	海帶芽	0.7	18.6							2.5		14.7		0.9		0.4		
F9031	海帶芽根	0.6	50.3							8.1		37.6		1.8		0.9		1.9
F9040	紫菜:野生	0.3	66.5							1.3	0.4	61.8		2.1		0.8		
F9041	紫菜:熟紫菜	0.4	62.6							0.9	0.5	57.5	0.2	2.9		0.7		
F9050	海洋竹筴	0.2	-															
F9060	澎湖海菜	0.1	-															
F9070	海帶結	0.1	-															
F9080	海帶梗	0.1	-															
F9090	海帶絲	0.1	-															
H9010	肉豆	0.4	-															
I9010	鮑魚切片菲力(冷凍)	0.3	27.6							0.8		21.1		5.7				
J9010	虱目魚(8月)	2.6	31.8							0.9	0.2	24.5	0.2	5.5		0.3	0.1	
J9020	七星鱸(8月)	1.6	31.0							4.0	0.4	22.8	0.2	3.4		0.2		
J9030	加納(8月)	9.8	40.6					0.1		3.0	0.4	26.8	0.6	9.3		0.3	0.2	
J9050	白鯧(8月)	2.9	55.8					0.1		6.7	1.2	35.1	1.4	10.0		1.0	0.4	
J9060	銀魚:生	0.9	22.2					0.2		1.9	0.6	16.6	0.6	2.2				
J9061	銀吻仔魚:熟	1.0	21.0							1.2	0.4	15.6	0.7	3.2				
J9062	吻仔魚:熟(小)	1.7	28.8			0.4	0.8	0.1		4.8	0.9	15.4	1.0	4.1		0.7	0.2	0.4
J9070	大丁香魚脯	5.8	56.0					0.2		9.7		30.7	2.7	10.7		0.7	0.6	0.6
J9080	鮫魚卵:熟	10.1	24.0					0.0		3.2	0.5	17.9	0.2	2.1				
J9090	泡魷魚	0.2	0.0															
J9100	花枝膠	0.2	0.0															
J9110	香螺	0.2	0.0															
J9120	雪螺	0.3	0.0															
K9010	雞蛋:皮蛋,有機	9.8	31.3							0.5		25.9	0.1	4.9				
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	9.5	36.2							0.4	0.1	27.1	0.2	8.5				
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	8.0	34.9							0.5	0.1	25.9	0.4	8.0				

表 22B:臺灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之脂肪酸組成

Table 22B The fatty acid composition of vegetables in Taiwan(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	食物中脂肪酸含量百分比(%)														P/M/S
		單元不飽和脂肪酸(M)						多元不飽和脂肪酸(P)								
		總量	肉豆蔻烯酸	棕櫚烯酸	油酸	鱈烯酸	芥子酸	總量	亞麻油酸	次亞麻油酸	十八碳四烯酸	花生油酸	二十碳五烯酸	二十二碳五烯酸	二十二碳六烯酸	
	14:1	16:1	18:1	20:1	22:1		18:2	18:3	18:4	20:4	20:5	22:5	22:6			
F9010	海帶茸	-														
F9020	海帶:齒舞昆布	29.2		0.8	28.4			26.3	9.0	1.5	3.4	7.8	4.6			
F9030	海帶芽	5.8		0.5	5.3			75.6	5.7	13.8	29.8	10.3	16.0			1.2/1/5.3
F9031	海帶芽根	8.4		0.6	7.8			41.2	8.0	6.2	8.4	12.8	5.9			3.2/1/4.7
F9040	紫菜:野生	5.4		0.4	3.9	1.1		28.2	2.4	0.8	0.7	7.1	17.1			1.5/1/4.3
F9041	紫菜:熟紫菜	13.8		0.5	11.3	1.9		23.6	7.0	0.5		5.7	10.5			2.1/1/7.2
F9050	海洋竹筴	-						-								2.0/1/8.0
F9060	澎湖海菜	-						-								-
F9070	海帶結	-						-								-
F9080	海帶梗	-						-								-
F9090	海帶絲	-						-								-
H9010	肉豆	-						-								-
I9010	鮫魚切片菲力(冷凍)	42.2		9.8	32.5			30.2	17.6	2.4		9.3	0.8			2.0/1/3.6
J9010	虱目魚(8月)	38.1	0.1	1.8	33.1	3.0	0.1	30.2	26.0	0.3		1.3	0.3	0.5	1.8	1/1.3/1.1
J9020	七星鱸(8月)	41.9	0.1	10.8	28.8	1.8	0.3	27.0	9.3	1.2	1.2	1.1	5.7	1.6	6.8	1/1.5/1.2
J9030	加納(8月)	39.0	0.1	7.2	30.3	1.2	0.3	20.3	0.6	0.5	0.4	1.6	3.9	2.3	11.1	1/1.9/2.0
J9050	白鯧(8月)	31.5	5.0	3.9	19.6	2.2	0.9	17.2	0.6	0.3	0.2	2.7	2.9	3.0	7.6	1/1.5/3.3
J9060	銀魚:生	22.1	0.1	6.9	15.1			55.7	5.5	6.3	2.1	9.3	23.1	1.7	7.7	3.6/1/3.7
J9061	銀吻仔魚:熟	15.7		2.2	13.5			63.4	5.7	4.5	1.8	15.0	18.7	1.7	16.2	1.8/1/2.6
J9062	吻仔魚:熟(小)	16.8		7.5	9.3			54.5	1.2	1.2	1.4	0.6	13.9	1.3	34.9	4.4/1/11.8
J9070	大丁香魚脯	15.3		6.6	8.3	0.4		28.7	1.9	1.1	0.9	1.5	4.9	0.9	17.5	1.2/1/5.6
J9080	鮫魚卵:熟	46.4	0.1	6.9	35.7	3.6	0.2	29.5	1.2	0.5	3.3	2.3	6.9	1.5	13.9	3.3/1/15.2
J9090	泡魷魚	0.0						0.0								0.0
J9100	花枝膠	0.0						0.0								0.0
J9110	香螺	0.0						0.0								0.0
J9120	雪螺	0.0						0.0								0.0
K9010	雞蛋:皮蛋,有機	52.7		2.8	49.7	0.3		16.0	10.5	0.4		3.5		0.3	1.3	1/3.3/2.0
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	43.7		3.3	40.1	0.2		20.1	16.6	0.7		1.6			1.2	2.0/1/6.8
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	44.5		2.9	41.5	0.2		20.5	16.2	0.7		1.5			2.1	2.0/1/7.3

表 23. 臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成

Table 23. The hydrolyzate amino acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan  
(based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
			天門冬胺酸	酥胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
A9010	玉米:紫皮	4.46	322	163	209	788	378	171	344	54	212	43	159	532	145	197	151	136	145	0
A9011	玉米	3.9	7.22	3.66	4.68	17.66	8.48	3.83	7.72	1.21	4.75	0.96	3.56	11.93	3.24	4.41	3.38	3.06	3.26	0.00
A9012	玉米:有機	2.7	247	120	163	552	265	130	242	38	155	36	117	393	137	151	116	89	120	0
A9013	玉米筍	2.2	6.36	3.09	4.19	14.22	6.81	3.35	6.22	0.98	3.98	0.94	3.02	10.13	3.54	3.89	2.99	2.30	3.09	0.00
A9020	麵粉製品:水餃皮	7.6	204	101	121	409	216	116	191	40	124	36	81	241	106	112	108	101	120	0
A9030	麵粉製品:饅頭皮	8.3	7.65	3.79	4.55	15.34	8.11	4.35	7.17	1.50	4.67	1.36	3.02	9.04	3.97	4.19	4.05	3.79	4.51	0.00
A9040	麵粉製品:春捲皮	8.3	344	69	100	186	56	83	109	12	85	15	59	105	59	70	100	38	77	0
A9050	梗米:糙米	6.4	15.66	3.13	4.54	8.48	2.55	3.78	4.97	0.56	3.89	0.69	2.67	4.78	2.70	3.18	4.57	1.74	3.50	0.00
B9010	甘藷:紅肉	2.8	312	206	383	2871	974	262	249	111	310	43	269	539	150	341	161	151	191	0
B9011	甘藷:黃肉	1.1	4.12	2.72	5.06	37.87	12.84	3.45	3.29	1.46	4.09	0.57	3.54	7.11	1.98	4.50	2.13	1.99	2.52	0.00
B9020	芋頭:檳榔心芋	1.3	346	227	421	3119	1055	288	268	143	337	45	307	590	181	387	172	172	202	0
B9021	小芋頭(山芋)	2.2	4.14	2.72	5.05	37.40	12.65	3.45	3.21	1.71	4.05	0.54	3.68	7.07	2.17	4.63	2.06	2.07	2.42	0.00
			3.90	2.57	4.83	35.76	12.11	3.30	3.08	1.31	0.25	0.77	3.37	6.80	1.98	4.43	2.01	1.98	2.50	0.00
			538	203	289	1005	240	274	338	100	307	69	215	444	199	264	215	167	384	0
			8.40	3.17	4.50	15.68	3.75	4.27	5.27	1.56	4.80	1.08	3.35	6.93	3.11	4.13	3.35	2.61	5.99	0.00
			1352	552	680	2214	572	824	928	227	711	164	461	930	462	547	742	462	1245	0
			7.94	3.24	3.99	13.01	3.36	4.84	5.45	1.33	4.17	0.96	2.71	5.46	2.72	3.21	4.36	2.72	7.31	0.00
			583	214	319	1182	263	277	358	107	336	77	229	497	198	291	214	159	368	0
			8.36	3.07	4.57	16.95	3.77	3.97	5.14	1.54	4.83	1.11	3.28	7.13	2.84	4.18	3.08	2.29	5.27	0.00
			591	142	154	245	103	115	139	28	168	20	121	181	102	154	126	57	102	0
			21.07	5.06	5.48	8.75	3.66	4.10	4.96	1.01	5.98	0.72	4.31	6.47	3.64	5.48	4.48	2.03	3.64	0.00
			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
			291	79	108	180	68	89	79	35	93	18	67	154	83	97	82	59	135	0
			12.97	3.50	4.82	8.05	3.04	3.96	3.53	1.56	4.13	0.78	3.00	6.89	3.69	4.34	3.65	2.65	6.03	0.00



表 23. 臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)  
 Table 23. The hydrolyzate amino acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
			天門冬胺酸	蘇胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
D9010	龍眼(福眼)	1.0	194	27	46	161	54	30	67	7	36	2	22	51	20	22	38	17	68	0
D9011	龍眼乾,帶殼	4.6	360	89	114	639	262	113	385	33	142	31	98	187	72	107	109	52	64	0
D9012	龍眼乾,脫水	5.3	7.83	1.94	2.47	13.88	5.69	2.44	8.37	0.71	3.10	0.66	2.12	4.07	1.56	2.32	2.36	1.13	1.40	0.00
D9020	文旦:斗六	0.7	8.79	1.95	2.61	14.68	6.75	2.54	9.99	0.61	3.15	0.57	2.31	4.28	1.57	2.37	2.45	1.20	1.61	0.00
D9021	文旦:蓮心	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9022	大白柚	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9023	西施蜜柚	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9030	火龍果	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9040	蜜棗子	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9050	白油桃	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9060	柿子:水柿	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9061	柿子:紅柿	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9062	柿子:甜柿	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9063	柿子:柿餅	1.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

表 23. 臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)

Table 23. The hydrolyzate amino acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
	中文名稱		天門冬胺酸	酥胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
D9064	柿子:筆柿	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9070	西洋梨:紅皮	0.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9071	西洋梨:青皮	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9080	鳳梨釋迦	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9090	柑橘:椪柑	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9091	柑橘:桶柑	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9092	柑橘:海梨柑	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9093	柑橘:茂谷甜柑	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9100	柳橙:柳丁	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9101	柳橙:香吉士	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9110	梨:新世紀	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9111	梨:梨山蜜梨(高接梨)	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9120	蕃茄:大蕃茄(青)	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D9122	蕃茄:桃太郎蕃茄	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

表 23. 臺灣地區穀物類、澱粉類、水果類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)  
 Table 23. The hydrolyzate amino acid composition of cereal products, starch products and fruits in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
	中文名稱		天門冬胺酸 Asp	蘇胺酸 Thr	絲胺酸 Ser	麩胺酸 Glu	脯胺酸 Pro	甘胺酸 Gly	丙胺酸 Ala	胱胺酸 Cys	纈胺酸 Val	甲硫胺酸 Met	異白胺酸 Ile	白胺酸 Leu	酪胺酸 Tyr	苯丙胺酸 Phe	離胺酸 Lys	組胺酸 His	精胺酸 Arg	色胺酸 Trp
D9123	蕃茄:小蕃茄	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9124	蕃茄:聖女小蕃茄	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9125	蕃茄:桃太郎蕃茄(水植)	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9126	蕃茄:櫻桃小蕃茄	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9130	芭樂:世紀芭樂	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9131	芭樂:珍珠芭樂	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9132	芭樂:牛乳芭樂	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9140	蓮霧:黑珍珠	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9150	草莓	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9160	金桔	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9170	葡萄:巨峰	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D9171	葡萄:美國加州,紅皮	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

表 24. 臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成  
 Table 24. The hydrolyzate amino acid composition of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
			天門冬胺酸 Asp	蘇胺酸 Thr	絲胺酸 Ser	麩胺酸 Glu	脯胺酸 Pro	甘胺酸 Gly	丙胺酸 Ala	胱胺酸 Cys	纈胺酸 Val	甲硫胺酸 Met	異白胺酸 Ile	白胺酸 Leu	酪胺酸 Tyr	苯丙胺酸 Phe	離胺酸 Lys	組胺酸 His	精胺酸 Arg	色胺酸 Trp
E9010	小白菜:土植(7月)	1.0	403	225	363	2121	692	297	292	109	321	60	249	506	171	306	197	161	290	119
			42.00	23.41	37.85	220.90	72.08	30.93	30.39	11.32	33.42	6.21	25.92	52.72	17.79	31.89	20.57	16.80	30.20	12.35
E9011	小白菜:水植(7月)	0.9	824	352	532	2992	969	381	1258	197	632	228	506	1738	448	616	225	269	528	0
			91.40	39.06	58.93	331.72	107.40	42.29	139.52	21.81	70.03	25.31	56.05	192.67	49.71	68.25	25.00	29.79	58.51	0.00
E9012	小白菜:有機(7月)	1.3	981	324	599	1895	245	457	441	125	441	24	364	618	295	383	479	204	774	0
			77.95	25.75	47.61	150.63	19.49	36.35	35.04	9.96	35.03	1.89	28.94	49.10	23.47	30.43	38.05	16.19	61.52	0.00
E9020	空心菜:土植(7月)	1.9	368	127	226	729	98	157	163	42	175	18	140	238	88	148	191	91	253	86
			19.21	6.64	11.81	38.05	5.12	8.20	8.48	2.20	9.11	0.95	7.29	12.43	4.62	7.72	9.98	4.72	13.18	4.46
E9021	空心菜:水植(7月)	1.9	1143	262	495	1968	391	506	383	103	394	81	325	633	426	514	311	279	1131	171
			59.55	13.64	25.77	102.55	20.36	26.39	19.95	5.38	20.52	4.22	16.91	33.01	22.22	26.80	16.23	14.53	58.94	8.93
E9030	萵苣:本島,土植(7月)	1.4	854	203	368	1426	283	363	289	73	308	31	233	456	269	344	216	161	791	172
			62.64	14.86	26.95	104.54	20.74	26.62	21.22	5.36	22.59	2.26	17.11	33.46	19.72	25.25	15.81	11.83	57.99	12.59
E9031	萵苣:本島,水植(7月)	1.4	2229	685	993	3305	747	753	841	148	810	196	819	1454	486	1046	1102	459	1619	246
			154.55	47.48	68.84	229.18	51.77	52.19	58.30	10.25	56.20	13.59	56.82	100.85	33.68	72.57	76.39	31.85	112.29	17.08
E9032	萵苣:本島,有機(7月)	1.5	319	98	137	569	124	147	139	23	135	23	93	165	81	108	142	79	251	204
			21.30	6.53	9.14	38.06	8.29	9.85	9.26	1.55	9.02	1.51	6.22	11.00	5.39	7.19	9.49	5.27	16.78	13.65
E9033	萵苣:有機生菜(鋸狀葉)	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9034	萵苣:波士頓	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9040	青江菜:土植(7月)	1.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9041	青江菜:水植(7月)	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9042	青江菜:有機(7月)	1.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9050	紫洋葱	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

表 24. 臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)  
 Table 24. The hydrolyzate amino acid composition of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱 中文名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
			天門冬胺酸	蘇胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
E9060	白莧菜	1.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9070	菠菜	2.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9080	蕃薯葉	3.3	348	138	128	356	131	161	174	11	152	0	121	246	122	154	163	68	163	0
E9090	金針花:生鮮	2.4	10.68	4.25	3.94	10.94	4.02	4.94	5.33	0.35	4.66	0.00	3.72	7.56	3.76	4.71	5.02	2.10	5.01	0.00
E9100	桂竹筍片:加工	1.0	252	69	93	337	75	73	103	9	94	21	79	115	53	76	103	41	77	0
E9101	桂竹筍:熟(水煮)	2.3	10.60	2.92	3.93	14.22	3.16	3.06	4.35	0.37	3.97	0.86	3.33	4.84	2.24	3.21	4.33	1.74	3.24	0.00
E9110	冬筍:生鮮	4.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9120	麻竹筍:生鮮	1.9	226	106	117	266	98	116	146	12	130	49	110	200	103	112	168	75	168	0
E9121	麻竹筍干	15.8	9.62	4.52	4.97	11.34	4.18	4.96	6.24	0.52	5.55	2.08	4.68	8.52	4.39	4.77	7.17	3.18	7.14	0.00
E9130	綠竹筍:加工(沙拉筍)	1.6	755	97	194	248	295	104	212	26	107	21	73	125	122	76	127	57	98	0
E9140	劍筍:加工	2.4	19.08	2.44	4.91	6.27	7.45	2.64	5.36	0.65	2.71	0.53	1.83	3.16	3.07	1.93	3.20	1.45	2.47	0.00
E9141	劍筍:生鮮	2.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9150	茭白筍	1.3	1534	522	581	1582	509	586	810	57	657	178	534	943	439	537	795	454	835	0
E9160	綠蘆筍	2.3	9.70	3.30	3.68	10.00	3.22	3.70	5.12	0.36	4.16	1.12	3.38	5.96	2.78	3.39	5.03	2.87	5.28	0.00
			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
			213	101	108	251	89	107	133	12	123	49	103	192	93	106	154	52	156	0
			8.73	4.12	4.43	10.28	3.65	4.39	5.44	0.48	5.03	1.99	4.22	7.87	3.81	4.34	6.29	2.12	6.39	0.00
			292	137	151	345	129	153	189	11	164	66	136	255	123	140	222	70	218	0
			10.11	4.76	5.24	11.94	4.46	5.30	6.55	0.38	5.67	2.28	4.70	8.83	4.25	4.84	7.68	2.42	7.54	0.00
			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
			440	59	91	261	50	68	83	8	83	21	53	85	42	49	91	34	84	0
			18.98	2.54	3.91	11.28	2.17	2.92	3.57	0.36	3.57	0.92	2.31	3.68	1.80	2.11	3.91	1.48	3.60	0.00

表 24. 臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)

Table 24. The hydrolyzate amino acid composition of vegetables in Taiwan  
(based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
	中文名稱		天門冬胺酸 Asp	蘇胺酸 Thr	絲胺酸 Ser	麩胺酸 Glu	脯胺酸 Pro	甘胺酸 Gly	丙胺酸 Ala	胱胺酸 Cys	纈胺酸 Val	甲硫胺酸 Met	異白胺酸 Ile	白胺酸 Leu	酪胺酸 Tyr	苯丙胺酸 Phe	離胺酸 Lys	組胺酸 His	精胺酸 Arg	色胺酸 Trp
E9200	小黃瓜	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9210	冬瓜	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9220	南瓜	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9221	菊花南瓜	3.8	445	50	109	783	46	56	87	12	85	5	90	126	102	88	84	53	185	0
E9222	日本南瓜	0.6	11.76	1.31	2.87	20.67	1.22	1.47	2.31	0.31	2.24	0.14	2.37	3.33	2.68	2.31	2.20	1.39	4.87	0.00
E9230	大黃瓜	0.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9240	苦瓜	0.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9241	小苦瓜	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9250	茼蒿	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9260	絲瓜	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9261	澎湖絲瓜	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9270	蒲瓜:長形	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9271	蒲瓜:圓形	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9272	蒲瓜:圓形,花紋	0.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

表 24. 臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)  
 Table 24. The hydrolyzate amino acid composition of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
			天門冬胺酸	蘇胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
	Asp		Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp	
E9280	青木瓜	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9310	角椒	0.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9320	花椰菜	1.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9321	紫色花椰菜	3.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9330	綠豆芽	1.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9340	黃豆芽	3.7	765	109	150	314	111	101	140	37	150	26	128	188	91	154	139	97	208	0
E9400	白蘿蔔	0.7	20.45	2.90	4.00	8.40	2.98	2.70	3.75	0.98	4.01	0.69	3.42	5.02	2.45	4.11	3.72	2.60	5.56	0.00
E9410	胡蘿蔔(省產)	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9411	胡蘿蔔(澳洲)	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9412	胡蘿蔔:有機	1.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9500	青蔥	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9510	青蒜	1.9	132	38	71	369	29	39	59	6	47	6	36	57	33	38	58	24	56	0
E9511	大蒜	6.0	7.07	2.03	3.83	19.76	1.53	2.08	3.17	0.35	2.53	0.34	1.94	3.04	1.77	2.02	3.10	1.30	2.98	0.00
E9512	蒜苗	2.2	6.97	1.63	2.26	11.21	1.51	1.92	1.94	1.24	2.37	0.66	1.54	2.78	1.98	1.83	2.65	0.82	14.45	0.00
			7.89	2.49	3.86	23.20	2.39	2.66	3.35	0.58	2.97	0.48	2.24	3.74	1.99	2.17	3.90	1.31	4.71	0.00

表 24. 臺灣地區蔬菜類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)  
 Table 24. The hydrolyzate amino acid composition of vegetables in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
	中文名稱		天門冬胺酸	蘇胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	缬胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
E9520	韭菜	1.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9521	白韭菜	1.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9522	韭菜花	1.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9530	芹菜	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9531	西洋芹菜	0.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9540	香菜	2.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
E9550	九層塔(青梗)	2.8	315	146	137	356	140	176	185	15	173	0	138	265	132	167	165	83	187	0
E9560	紅辣椒(長)	2.3	11.20	5.20	4.88	12.66	5.00	6.27	6.60	0.52	6.17	0.00	4.90	9.46	4.71	5.95	5.86	2.97	6.67	0.00
E9561	泰國辣椒	4.9	14.58	2.81	3.93	14.82	2.70	3.49	2.64	1.54	2.77	0.63	2.01	3.53	1.88	2.60	3.14	1.72	4.63	0.00
E9570	嫩薑	0.8	13.49	2.67	3.32	13.13	3.02	3.16	2.91	1.20	2.84	0.76	2.35	3.95	2.04	2.77	3.16	1.51	5.85	0.00
E9571	老薑	1.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



表 25. 臺灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成  
 Table 25. The hydrolyzate amino acid composition of algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan  
 (based on 100g edible portion)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
	中文名稱		天門冬胺酸	蘇胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
F9010	海帶芽	1.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
F9020	海帶:齒舞昆布	10.3	1029	395	393	1969	533	468	897	63	460	169	329	602	231	343	409	164	304	0
F9030	海帶芽	22.9	10.00	3.84	3.82	19.13	5.18	4.55	8.72	0.61	4.47	1.64	3.19	5.85	2.24	3.33	3.97	1.59	2.95	0.00
F9031	海帶芽根	6.2	8.83	3.85	3.87	10.10	3.73	4.88	6.57	0.85	5.03	2.20	4.15	7.49	2.90	4.21	4.78	1.88	3.67	0.00
F9040	紫菜:野生	27.6	656	300	306	763	265	355	522	87	382	132	268	486	174	266	329	93	226	0
F9041	紫菜:熟紫菜	18.1	10.62	4.86	4.95	12.36	4.29	5.75	8.45	1.40	6.18	2.14	4.34	7.86	2.82	4.30	5.32	1.50	3.67	0.00
F9050	海洋竹筴	8.4	2644	1342	1353	2985	1104	1680	2828	331	1624	390	956	1965	848	987	1349	347	1431	0
F9060	澎湖海菜	0.3	9.57	4.86	4.90	10.80	3.99	6.08	10.24	1.20	5.88	1.41	3.46	7.11	3.07	3.57	4.88	1.26	5.18	0.00
F9070	海帶結	0.9	1632	897	856	1943	731	1069	1719	197	1108	211	578	1250	510	657	946	334	834	0
F9080	海帶梗	0.8	8.86	4.30	4.33	10.26	3.39	5.12	6.12	0.98	5.17	1.87	3.26	6.25	2.94	4.04	1.41	3.29	4.50	0.00
F9090	海帶絲	0.7	60	30	29	66	21	34	40	9	33	14	22	41	20	28	32	18	28	0
H9010	肉豆	3.0	8.15	4.04	3.94	8.90	2.88	4.60	5.35	1.15	4.47	1.92	2.93	5.58	2.76	3.73	4.33	2.37	3.73	0.00
I9010	鮪魚切片菲力(冷凍)	20.3	15.83	3.13	4.07	9.73	3.11	3.61	3.97	0.53	4.08	0.49	3.15	5.79	2.82	3.52	4.86	3.04	5.00	0.00
J9010	虱目魚(8月)	23.7	1761	869	781	2962	707	845	1110	228	873	502	864	1491	677	736	1558	518	1150	357
J9020	七星鱸(8月)	19.0	8.69	4.29	3.85	14.61	3.49	4.17	5.48	1.12	4.31	2.48	4.26	7.36	3.34	3.63	7.68	2.56	5.67	1.76
			2235	1019	878	3333	758	1056	1363	208	1143	637	1024	1805	838	923	1814	1559	1350	320
			9.42	4.29	3.70	14.04	3.20	4.45	5.74	0.88	4.82	2.69	4.31	7.61	3.53	3.89	7.65	6.57	5.69	1.35
			2127	956	854	3350	666	1031	1302	206	968	620	954	1719	766	855	1664	508	1244	266
			11.21	5.04	4.50	17.66	3.51	5.43	6.86	1.08	5.10	3.27	5.03	9.06	4.04	4.51	8.77	2.68	6.56	1.40

表 25. 臺灣地區藻類、豆類、肉類、魚貝類、蛋類樣品(100g可食部分)之水解液胺基酸組成(續)

Table 25. The hydrolyzate amino acid composition of algae, pulses, meats, seafoods and eggs in Taiwan (based on 100g edible portion)(continued)

樣品代碼	食物名稱	粗蛋白 (g)	水解液胺基酸組成(上行 mg/100g food) (下行 g/100g protein)																	
	中文名稱		天門冬胺酸	蘇胺酸	絲胺酸	麩胺酸	脯胺酸	甘胺酸	丙胺酸	胱胺酸	纈胺酸	甲硫胺酸	異白胺酸	白胺酸	酪胺酸	苯丙胺酸	離胺酸	組胺酸	精胺酸	色胺酸
			Asp	Thr	Ser	Glu	Pro	Gly	Ala	Cys	Val	Met	Ile	Leu	Tyr	Phe	Lys	His	Arg	Trp
J9030	加納(8月)	20.6	1979	888	789	2947	601	884	1168	204	954	593	905	1594	711	810	1571	534	1158	265
			9.62	4.31	3.84	14.32	2.92	4.29	5.67	0.99	4.63	2.88	4.39	7.74	3.45	3.93	7.63	2.59	5.63	1.29
J9050	白鯧(8月)	17.7	1794	795	725	2829	575	825	1036	164	857	535	812	1457	663	701	1401	450	1060	256
			10.14	4.50	4.10	15.99	3.25	4.66	5.85	0.93	4.84	3.02	4.59	8.24	3.75	3.96	7.92	2.54	5.99	1.45
J9060	銀魚:生	14.3	1174	537	493	1805	461	679	740	101	539	368	493	922	377	457	926	252	640	53
			8.18	3.74	3.44	12.58	3.21	4.73	5.16	0.70	3.76	2.56	3.44	6.43	2.63	3.19	6.45	1.75	4.46	0.37
J9061	銀吻仔魚:熟	20.7	1870	862	783	2961	711	898	1104	159	889	586	793	1472	633	700	1484	366	1077	93
			9.05	4.17	3.79	14.32	3.44	4.34	5.34	0.77	4.30	2.84	3.84	7.12	3.06	3.38	7.18	1.77	5.21	0.45
J9062	吻仔魚:熟(小)	31.8	2498	1142	1034	3649	923	1282	1508	250	1202	768	1076	1979	914	1006	1975	713	1455	238
			7.87	3.60	3.26	11.49	2.91	4.04	4.75	0.79	3.79	2.42	3.39	6.23	2.88	3.17	6.22	2.25	4.58	0.75
J9070	大丁香魚脯	51.8	4427	1924	1761	6279	1718	2457	2716	387	2094	1287	1832	3338	1479	1727	3576	1741	2445	210
			8.55	3.72	3.40	12.13	3.32	4.75	5.25	0.75	4.05	2.49	3.54	6.45	2.86	3.34	6.91	3.36	4.72	0.41
J9080	魷魚卵:熟	21.9	1680	1050	1219	2595	1049	678	1487	281	1156	581	1102	1863	891	914	1500	518	1121	168
			7.69	4.81	5.58	11.87	4.80	3.10	6.80	1.29	5.29	2.66	5.04	8.53	4.08	4.18	6.86	2.37	5.13	0.77
J9090	泡魷魚	11.3	1182	513	513	1698	452	754	632	144	450	357	515	907	411	450	797	327	877	181
			10.47	4.55	4.55	15.05	4.01	6.69	5.60	1.28	3.99	3.16	4.56	8.04	3.64	3.99	7.07	2.90	7.77	1.60
J9100	花枝膠	9.8	785	734	263	679	92	367	284	302	379	202	703	639	351	333	627	192	333	0
			8.02	7.50	2.68	6.94	0.94	3.75	2.90	3.09	3.87	2.07	7.18	6.52	3.58	3.40	6.41	1.96	3.40	0.00
J9110	香螺	21.2	3089	1288	1395	4823	1503	2376	1973	273	1225	752	1051	2276	1016	909	1663	584	2619	0
			14.54	6.06	6.57	22.70	7.07	11.19	9.29	1.28	5.77	3.54	4.95	10.71	4.78	4.28	7.83	2.75	12.33	0.00
J9120	雪螺	8.9	847	367	406	1435	421	615	526	79	366	96	322	684	267	273	488	252	789	0
			9.55	4.14	4.57	16.17	4.74	6.93	5.93	0.89	4.12	1.08	3.63	7.70	3.00	3.08	5.50	2.84	8.89	0.00
K9010	雞蛋:皮蛋,有機	12.6	1033	634	797	1499	0	378	524	105	661	655	512	934	581	719	651	203	529	300
			8.23	5.05	6.34	11.94	0.00	3.01	4.17	0.83	5.26	5.22	4.08	7.44	4.63	5.72	5.18	1.62	4.22	2.39
K9020	雞蛋:有機蛋(石安)	12.8	1272	606	937	1669	459	440	731	275	756	382	688	1103	535	669	858	281	777	129
			9.94	4.73	7.32	13.04	3.59	3.44	5.71	2.15	5.91	2.98	5.37	8.62	4.18	5.23	6.70	2.20	6.07	1.01
K9030	雞蛋:機能蛋(嘉農)	13.0	1294	607	924	1683	457	447	746	278	773	398	701	1118	535	692	842	304	765	127
			9.93	4.66	7.08	12.91	3.50	3.43	5.72	2.13	5.93	3.06	5.38	8.58	4.11	5.31	6.46	2.33	5.87	0.98