

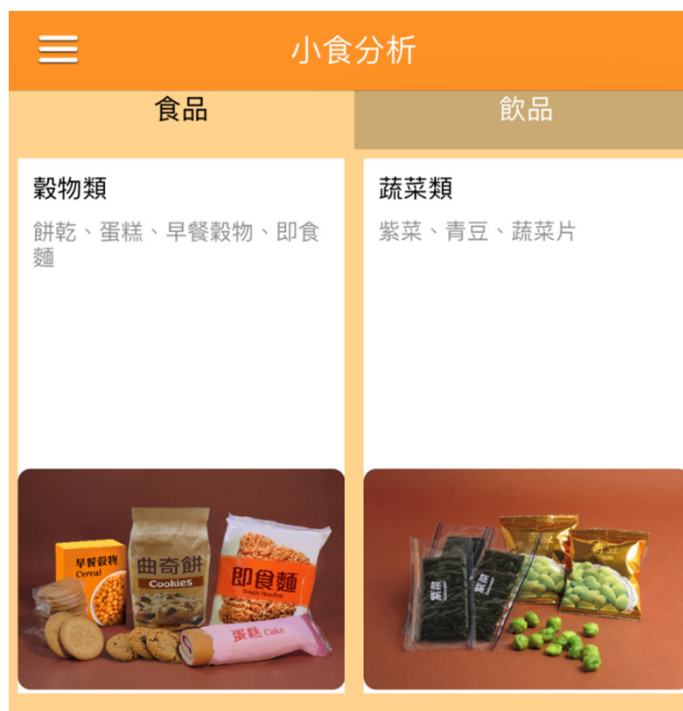
『小食紅黃綠』應用程式使用方法簡介(1)

1. 下載「小食紅黃綠」
應用程式

2. 按下「小食分析」



3. 選擇需要分析的小食
類別



4. 輸入小食的名稱
(可不提供相片)



『小食紅黃綠』應用程式使用方法簡介(2)

5. 按照小食上的食物標籤 填妥所需資料

第二步 營養資料

獨立包裝分量* 250 毫升

營養資料

以每 100 毫升含

熱量* 48 千卡/千焦

總脂肪* 1.5 克

糖* 5 克

鈉* 75 毫克

添加糖分* ☐ 有 ☒ 沒有

食物含咖啡因或甜味劑？

☐ 含咖啡因

☐ 含甜味劑 (代糖)

營養資料	每100毫升
Nutrition Information	Per 100mL
熱量/ Energy	48千卡/ kcal
蛋白質/ Protein	1.8克/g
脂肪總量/ Fat, total	1.5克/g
- 飽和脂肪/ Saturated fat	0.5克/g
- 反式脂肪/ Trans fat	0克/g
碳水化合物/ Carbohydrates	6.7克/g
- 糖/ Sugars	5.0克/g
鈉/ Sodium	75毫克/ mg
維他命A / Vitamin A	30視黃醇當量微克/ µgRE
維他命B1 / Vitamin B1	0.06毫克/ mg
維他命B2 / Vitamin B2	0.11毫克/ mg
維他命B3 / Vitamin B3	1.1毫克/ mg
維他命B5 / Vitamin B5	0.7毫克/ mg
維他命B6 / Vitamin B6	0.13毫克/ mg
製造：維他奶國際集團有限公司	
香港屯門建旺街壹號	
淨容量250毫升 Net Volume 250mL	

分析結果

低糖維他奶

每獨立包裝含 250.0 毫升

小食營養分類

適宜選擇

含較少脂肪、鹽或糖的小食

建議每次進食不宜多於250毫升，即不多於 1.0 包獨立包裝

最後得出結果

相關資訊和建議