

附件二、不夠健康之「健康食品」

易誤導消費者：

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法																
福●鈣多多健康牛乳-低脂配方(衛署健食字第A00192號)/●格	<ul style="list-style-type: none"> • 有助於增加鈣質之生物利用率，促進鈣質吸收。 • 鈣質含量120~161毫克/100毫升 • 攝取量：欲達保健功效，成人每日之攝取量應達300毫升 	生乳、水、脫脂奶粉、寡糖、乳糖、菊糖、黏稠劑(諾華膠)、磷酸三鎂、牛奶鈣、天然牛奶香料、乳化劑(單甘油脂)、大豆萃提取物(含大豆異黃酮)、鹿角菜膠、葡萄糖酸鋅、維生素D3；乳脂肪0.5%以上，未滿1.5%、非脂肪乳固形物4.0%以上	<p>每100毫升</p> <table border="1"> <tr> <td>熱量</td> <td>54大卡</td> </tr> <tr> <td>蛋白質</td> <td>3.0公克</td> </tr> <tr> <td>脂肪</td> <td>1.4公克</td> </tr> <tr> <td>飽和脂肪</td> <td>0.9公克</td> </tr> <tr> <td>反式脂肪</td> <td>0.0公克</td> </tr> <tr> <td>碳水化合物</td> <td>7.4公克</td> </tr> <tr> <td>鈉</td> <td>45毫克</td> </tr> <tr> <td>鈣</td> <td>120-161毫克</td> </tr> </table>	熱量	54大卡	蛋白質	3.0公克	脂肪	1.4公克	飽和脂肪	0.9公克	反式脂肪	0.0公克	碳水化合物	7.4公克	鈉	45毫克	鈣	120-161毫克	<ul style="list-style-type: none"> • 非脂肪乳固形物僅含4.0%以上，只達CNS調味乳之規範；非脂肪乳固形物需在8.25%以上才為鮮乳。 • 此款牛乳易誤導消費者認為是鮮乳，而不知事實上為調味乳，除鈣之外的營養素僅有一半。 • 可多攝取含鈣豐富的食物如低脂牛奶、小方豆干、蝦皮、小魚乾、莧菜等，以增加鈣的攝取量。
熱量	54大卡																			
蛋白質	3.0公克																			
脂肪	1.4公克																			
飽和脂肪	0.9公克																			
反式脂肪	0.0公克																			
碳水化合物	7.4公克																			
鈉	45毫克																			
鈣	120-161毫克																			
得●的一天健康的三益葵花油(衛署健食字第A00050號)/●格	<ul style="list-style-type: none"> • 可延緩血中三酸甘油酯(TG)濃度上升 • 可延緩血中低密度脂蛋白(LDL)氧化 • 可減少發生動脈粥狀硬化的危險因子 • 每一份量35公克(38毫升)含單元不飽和脂肪酸17.5公克以上 • 依衛生署「每日飲食指南」建議每日油脂類的攝取份量為30~45公克(約2~3湯匙，每湯匙油15公克) 	100%純葵花油	<table border="1"> <tr> <td>每一份量</td> <td>35公克(38毫升)</td> </tr> <tr> <td>每份含</td> <td></td> </tr> <tr> <td>熱量</td> <td>315大卡</td> </tr> <tr> <td>脂肪</td> <td>35大卡</td> </tr> </table>	每一份量	35公克(38毫升)	每份含		熱量	315大卡	脂肪	35大卡	<ul style="list-style-type: none"> • 依不同烹調方式，應使用不同烹調用油，若烹調用油標示「健康食品」字樣及圖樣，易誤導消費者烹調用油的選擇。 • 衛生署「每日飲食指南」建議每日攝取2~3湯匙油脂類(一湯匙15克)，若欲達保健功效，則易限制消費者烹調用油的選擇(甚至可能有過量用油的情形)，且烹調用油應多樣化，而非使用單一種烹調用油。 								
每一份量	35公克(38毫升)																			
每份含																				
熱量	315大卡																			
脂肪	35大卡																			
統●綺麗健康油(衛署健食字第	<ul style="list-style-type: none"> • 有助於不易囤積體脂肪 • 每份14公克(15毫升)含中鏈 	精製食用油—芥花油與中鏈食用	每一份量 14公克(15毫升)	<ul style="list-style-type: none"> • 欲降低血中脂質含量，應多攝取核果、全穀類、蔬果類、 																

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法
A00067 號)/統●	脂肪酸 11.1~15% • 每日取代一般烹調用油約一湯匙份(約 14 公克)	油(精煉自棕櫚油與椰子油)之酵素轉化油、脂肪酸甘油酯、維生素 E(抗氧化劑)	每份含 熱量 126 大卡 脂肪 14 大卡	適量堅果、深海魚類等，以獲取豐富膳食纖維及優質油脂，及適當增加身體活動，以利血脂控制。
泰●健康植醇葵花油 (衛署健食字第 A00093 號)/泰●	• 有助於降低血中總膽固醇 • 每份 38 毫升(35 公克)含植物固醇 560~840 毫克 • 依衛生署「每日飲食指南」建議每日油脂類(包含其他可供油脂之食品來源)的攝取份量為 30~45 公克(約 2~3 湯匙，每湯匙 15 公克)	葵花油、植物固醇	每一份量 35 公克 (38 毫升) 每份含 熱量 315 大卡 脂肪 35 大卡	
得●的一天五珍寶健康調和油 (衛署健食字第 A00155 號)/●格	• 有助於降低血清中總膽固醇。 • 每一份量 35 公克：含油酸 17.5 公克以上 • 依衛生署「每日飲食指南」建議每日油脂類的攝取份量為 30~45 公克(包含其他可提供油脂之食物來源)，約 2-3 湯匙，每湯匙油 15 公克。	芥花油、頂級橄欖油、葵花油、葡萄籽油、玉米油	每一份量 35 公克 每份含 熱量 315 大卡 脂肪 35 大卡 飽和脂肪 3 公克 反式脂肪 0 公克	

含許多人工添加物：

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	疑慮/健康維持的方法
奧●多碳酸飲料 (衛署健食字第 A00012 號)/●車	• 改善腸內細菌菌相，增加腸道 Bifidus 菌菌數 • 寡糖(異麥芽寡糖+半乳糖寡糖)：2.47~2.73 公克/100 毫升 • 攝取量：欲達保健功效，每日之攝取量應達 300 毫升	碳酸水、寡糖(異麥芽寡糖、半乳糖寡糖)、高果糖糖漿、砂糖、無水檸檬酸、香料、檸檬酸鈉、維生素 C、醋磺內酯鉀、阿斯巴甜、β-胡蘿蔔素	• 內含之食品添加物為 膨脹劑：碳酸水 調味劑：無水檸檬酸、檸檬酸鈉、醋磺內酯鉀、阿斯巴甜 著色劑：β-胡蘿蔔素 香料 • 內含阿斯巴甜，苯酮尿症者不宜使用，但產品未標示 • 需攝取 2 瓶才達保健功效，但原料成份卻大部分是食品添

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	疑慮/健康維持的方法
益●達®無糖口 香糖-薄荷 (衛署健食字第 A00058 號) /留●香	<ul style="list-style-type: none"> 減少牙菌斑內突變形鏈球菌 <i>Streptococcus mutans</i> 數量、減少口腔內牙菌斑、有助於降低蛀牙的發生率 木糖醇：0.41 公克/片 建議攝取量：每日五次，每次一片，飲食後食用 	山梨醇、口香膠、木糖醇、甘露醇、甘油、麥芽糖醇糖漿、香料、人工甘味料(阿斯巴甜)、卵磷脂、二丁基羥基甲苯(抗氧化劑)	<p>加物，到底是吃了食品？還是添加物？</p> <ul style="list-style-type: none"> 攝取富含寡糖的香蕉、胡蘿蔔、蘆筍、洋蔥、黃豆等蔬果食物，即可改善改善腸內細菌菌相，增加有益菌生長 內含之食品添加物為 調味劑：木糖醇、山梨醇、麥芽糖醇、甘露醇、阿斯巴甜 溶劑：甘油 著色劑：銅葉綠素 香料：綠茶薄荷香料、超涼薄荷膠囊香料、尤加利香料 抗氧化劑：二丁基羥基甲苯 限制進食糖份的次數、良好的刷牙方法、以牙線清潔，即可減少牙菌斑內突變形鏈球菌數量，減少口腔內牙菌斑，有助於降低蛀牙的發生率咀嚼富含纖維質蔬菜，即有減少口腔內牙菌斑效果
益●達®無糖口 香糖-沁甜草莓 (衛署健食字第 A00108 號) /留●香	<ul style="list-style-type: none"> 減少口腔內牙菌斑、減少牙菌斑內突變形鏈球菌數量、有助於降低蛀牙的發生率 木糖醇：1.06 公克/份 攝取量：每日五次，每次兩粒，於飯後食用 	木糖醇、麥芽糖醇、口香膠、阿拉伯膠、甘露醇、草莓香料、調味劑(無水檸檬酸)、山梨醇、二氧化鈦、人工甘味料(阿斯巴甜、醋磺內酯鉀)、棕櫚蠟、二丁基羥基甲苯(抗氧化劑)	<ul style="list-style-type: none"> 內含之食品添加物為 調味劑：木糖醇、麥芽糖醇、山梨醇、甘露醇、無水檸檬酸、阿斯巴甜、醋磺內酯鉀 香料：草莓香料 著色劑：二氧化鈦、食用藍色一號 品質改良用、釀造用及食品製造用劑：棕櫚蠟、磷酸氫鈣、 抗氧化劑：二丁基羥基甲苯 食品添加物乳化劑 限制進食糖份的次數、良好的刷牙方法、以牙線清潔，即可減少牙菌斑內突變形鏈球菌數量，減少口腔內牙菌斑，有助於降低蛀牙的發生率 咀嚼富含纖維質蔬菜，即有減少口腔內牙菌斑效果

含過高糖份：

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法																		
養●多活菌發酵乳(衛署健食字第 A00032 號) /養●多	<ul style="list-style-type: none"> 養樂多代田菌能通過胃酸及膽鹽考驗，讓腸內有益菌增加、有助於減少長內有害菌、改善腸內細菌菌相、有助於促進腸道運動 每 100 毫升含養樂多代田菌 100 億個以上 攝取量：欲達保健功效，請每天飲用 200 毫升 	生乳、脫脂乳粉、水、砂糖液糖、果糖液糖、香料、養樂多代田菌	<p>每 100 毫升</p> <table border="1"> <tr><td>熱量</td><td>72 大卡</td></tr> <tr><td>蛋白質</td><td>1.2 公克</td></tr> <tr><td>脂肪</td><td>0.0 公克</td></tr> <tr><td>飽和脂肪</td><td>0 公克</td></tr> <tr><td>反式脂肪</td><td>0 公克</td></tr> <tr><td>碳水化合物</td><td>16.7 公克</td></tr> <tr><td>鈉</td><td>16 毫克</td></tr> </table>	熱量	72 大卡	蛋白質	1.2 公克	脂肪	0.0 公克	飽和脂肪	0 公克	反式脂肪	0 公克	碳水化合物	16.7 公克	鈉	16 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 含香料 每天飲用兩瓶(200 毫升)，相當於額外攝取 29.3g 的糖(約 6.5 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境 				
熱量	72 大卡																					
蛋白質	1.2 公克																					
脂肪	0.0 公克																					
飽和脂肪	0 公克																					
反式脂肪	0 公克																					
碳水化合物	16.7 公克																					
鈉	16 毫克																					
養●多草莓高鈣優酪乳(衛署健食字第 A00122 號) /養●多	<ul style="list-style-type: none"> 有助於增加腸內益生菌、有助於改善腸內細菌菌相 活性乳酸菌(包含 <i>Lactobacillus casei</i> Shirota、<i>Streptococcus thermophilus</i>) 菌數 1.0×10^8 CFU/mL 以上 攝取量：欲達保健功效，請每天飲用 125 毫升 	乳、水、蔗糖液糖、脫脂奶粉、果糖液糖、草莓濃縮果汁、乳酸鈣、草莓渾濁果汁、果膠、澱粉、香料、甜菜汁、檸檬酸鐵、養樂多代田菌 (<i>Lactobacillus casei</i> Shirota)、嗜熱鏈球菌 (<i>Streptococcus thermophilus</i>)	<p>每 100 毫升</p> <table border="1"> <tr><td>熱量</td><td>75 大卡</td></tr> <tr><td>蛋白質</td><td>3.0 公克</td></tr> <tr><td>脂肪</td><td>0.0 公克</td></tr> <tr><td>飽和脂肪</td><td>0 公克</td></tr> <tr><td>反式脂肪</td><td>0 公克</td></tr> <tr><td>碳水化合物</td><td>15.5 公克</td></tr> <tr><td>鈉</td><td>42 毫克</td></tr> <tr><td>鈣</td><td>150 毫克</td></tr> <tr><td>鐵</td><td>0.9 毫克</td></tr> </table>	熱量	75 大卡	蛋白質	3.0 公克	脂肪	0.0 公克	飽和脂肪	0 公克	反式脂肪	0 公克	碳水化合物	15.5 公克	鈉	42 毫克	鈣	150 毫克	鐵	0.9 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 含香料 每天飲用一瓶(125 毫升)，相當於額外攝取約 11.3g 的糖(2.5 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境 可多攝取含鈣豐富的食物如低脂牛奶、小方豆干、蝦皮、小魚乾、莧菜等，以增加鈣的攝取量
熱量	75 大卡																					
蛋白質	3.0 公克																					
脂肪	0.0 公克																					
飽和脂肪	0 公克																					
反式脂肪	0 公克																					
碳水化合物	15.5 公克																					
鈉	42 毫克																					
鈣	150 毫克																					
鐵	0.9 毫克																					
養●多原味高鈣優酪乳(衛署健食字第 A00123 號) /養●多	<ul style="list-style-type: none"> 有助於增加腸內益生菌、有助於改善腸內細菌菌相 活性乳酸菌(包含 <i>Lactobacillus casei</i> Shirota、<i>Streptococcus thermophilus</i>) 菌數 1.0×10^8 CFU/mL 以上 	生乳、水、蔗糖液糖、蔗糖液糖、奶油、乳酸鈣、果膠、澱粉、乳化劑、檸檬酸鐵、養樂多代田菌 (<i>Lactobacillus casei</i>	<p>每 100 毫升</p> <table border="1"> <tr><td>熱量</td><td>67 大卡</td></tr> <tr><td>蛋白質</td><td>3.4 公克</td></tr> <tr><td>脂肪</td><td>0.0 公克</td></tr> <tr><td>飽和脂肪</td><td>0 公克</td></tr> <tr><td>反式脂肪</td><td>0 公克</td></tr> </table>	熱量	67 大卡	蛋白質	3.4 公克	脂肪	0.0 公克	飽和脂肪	0 公克	反式脂肪	0 公克	<ul style="list-style-type: none"> 每天飲用一瓶(125 毫升)，相當於額外攝取 6.8g 的糖(約 1.5 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境 								
熱量	67 大卡																					
蛋白質	3.4 公克																					
脂肪	0.0 公克																					
飽和脂肪	0 公克																					
反式脂肪	0 公克																					

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法
	<ul style="list-style-type: none"> 攝取量：欲達保健功效，請每天飲用 125 毫升 	Shirota)、嗜熱鏈球菌 (<i>Streptococcus thermophilus</i>)	碳水化合物 12.5 公克 鈉 47 毫克 鈣 160 毫克 鐵 0.9 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 可多攝取含鈣豐富的食物如低脂牛奶、小方豆干、蝦皮、小魚乾、莧菜等，以增加鈣的攝取量
養●多 300 LIGHT 活菌發酵乳(衛署健食字第 A00128 號) /養●多	<ul style="list-style-type: none"> 改善腸胃道功能：有助於增加腸內益生菌、減少腸內害菌等 調節免疫功能：促進自然殺手細胞與吞噬細胞活性、血清中 IgA、IgM 抗體之生成等 輔助調整過敏體質功能：減緩過敏原誘發之呼吸道阻力增加的現象等 每 100 毫升含養樂多代田菌 300 億個以上 攝取量：欲達保健功效，請每天飲用 100 毫升 	水、砂糖液糖、生乳、脫脂乳粉、聚糊精、果糖液糖、養樂多代田菌、維生素 E、乳酸鈣、維生素 C、香料、蔗糖素(甜味劑)、維生素 D	每 100 毫升 熱量 53 大卡 蛋白質 1.3 公克 脂肪 0 公克 飽和脂肪 0 公克 反式脂肪 0 公克 碳水化合物 14.5 公克 膳食纖維 3.3 公克 鈉 17 毫克 鈣 60 毫克 維生素 D 0.9 微克 維生素 C 28 毫克 維生素 E 3.4 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 含香料、砂糖、聚糊精(食品添加物品質用、釀造用及食品製造用劑) 每天飲用一瓶(100 毫升)，相當於額外攝取 13.5g 的糖(約 3 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境。 增加蔬果、全穀的攝取，避免太油太鹹的食物，維持規律運動並保持居家環境的清潔或避免到充滿過敏原之場所，盡量遠離過敏原。
養●多 300 活菌發酵乳(衛署健食字第 A00178 號) /養●多	<ul style="list-style-type: none"> 改善腸胃道功能：有助於增加腸內益生菌、減少腸內害菌、改善腸內寄菌菌相等 每 100 毫升含養樂多代田菌 300 億個以上 攝取量：欲達保健功效，請每天飲用 100 毫升 	水、砂糖液糖、果糖液糖、生乳、脫脂乳粉、聚糊精、維生素 E、養樂多代田菌、乳酸鈣、香料、維生素 C、蔗糖素(人工甘味料)、維生素 D	每 100 毫升 熱量 59 大卡 蛋白質 1.2 公克 脂肪 0 公克 飽和脂肪 0 公克 反式脂肪 0 公克 碳水化合物 19.6 公克 鈉 17 毫克 鈣 60 毫克 維生素 D 1.0 微克	<ul style="list-style-type: none"> 含香料、砂糖、聚糊精(食品添加物品質用、釀造用及食品製造用劑) 每天飲用一瓶(100 毫升)，相當於額外攝取 13.5g 的糖(約 3 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境。增加蔬果、全穀的攝取，避免太油太鹹的

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法
			維生素 C 24 毫克 維生素 E 3.8 毫克 膳食纖維 3.3 公克	食物。
福●鈣多多低脂優酪乳 (衛署健食字第 A00193 號)/ ●乳	<ul style="list-style-type: none"> 有助於增加鈣質之生物利用率，促進鈣質吸收 鈣質含量 120~162 毫克/100 毫升 攝取量：欲達保健功效，每天飲用 300 毫升 	水、生乳、脫脂奶粉、果糖、砂糖、菊糖、果膠、牛奶鈣、磷酸三鎂、大豆萃取物(含大豆異黃酮)、葡萄糖酸鋅、維生素 D3、活性乳酸菌	100 毫升 熱量 72 大卡 蛋白質 2.8 公克 脂肪 0.8 公克 飽和脂肪 0.6 公克 反式脂肪 0 公克 碳水化合物 13.4 公克 鈉 40 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 每天飲用 300 毫升，相當於額外攝取 27g 的糖(約 6 顆方糖) 可多攝取含鈣豐富的食物如低脂牛奶、小方豆干、蝦皮、小魚乾、莧菜等，以增加鈣的攝取量
●泉晶球優酪乳-低脂 (衛署健食字第 A00024 號)/ ●泉	<ul style="list-style-type: none"> 有助於增加腸內益生菌 每 100 毫升含比菲德氏龍根菌 1 億個以上 攝取量：建議每日飲用 400 毫升 	水、砂糖、脫脂奶粉、高果糖糖漿、生乳、天然果膠、寡糖、天然香料、比菲德氏菌微膠囊、乳酸菌	每 100 毫升 熱量 78.6 大卡 蛋白質 2.1 公克 脂肪 0.6 公克 飽和脂肪 0.4 公克 反式脂肪 0 公克 碳水化合物 16.2 公克 鈉 46.3 毫克 寡糖 58.9 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 含香料、砂糖 每天飲用 400 毫升，相當於額外攝取 49.5g 的糖(約 11 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境
統●LP33 機能優酪乳 (衛署健食字第 A00129 號)/統●	<ul style="list-style-type: none"> 有助於促進第一型 T 輔助細胞活性 每 100 毫升含 100 億個總乳酸菌以上 攝取量：建議每天飲用 465 毫升 	水、生乳、脫脂奶粉、蔗糖、高果糖糖漿、乳清蛋白、酵母萃取物、天然果膠、塔拉膠、植物性纖維、天然香料	每 100 毫升 熱量 57 大卡 蛋白質 2.7 公克 脂肪 0.2 公克 飽和脂肪 0.2 公克 反式脂肪 0 公克 碳水化合物 11 公克 鈉 30 毫克 鈣 70 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 含香料 每天飲用 465 毫升，相當於額外攝取 31.5g 的糖(約 7 顆方糖) 增加蔬果、全穀的攝取，避免太油太鹹的食物，維持規律運動並保持居家環境的清潔或避免到充滿過敏原之場所

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法	
統●AB 優酪乳 (衛署健食字第 A00006 號)/統●	<ul style="list-style-type: none"> • 有助於增加腸內益生菌 • 降低胃幽門螺旋桿菌之數量 • 每100毫升優酪乳含雷特氏B菌一億個以上 • 攝取量：建議每天飲用 460 毫升 	水、脫脂奶粉、蔗糖、高果糖糖漿、生乳、全脂奶粉、果膠、天然香料、半乳糖寡糖、雷特氏B菌、亞斯菲德菌、嗜熱鏈球菌、保加利亞乳桿菌	每 100 毫升	<ul style="list-style-type: none"> • 含香料 • 每天飲用 460 毫升，相當於額外攝取 33.8g 的糖(約 7.5 顆方糖) • 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境 	
			熱量		67 大卡
			蛋白質		3.2 公克
			脂肪		0.4 公克
			飽和脂肪		0.3 公克
			反式脂肪		0 公克
			碳水化合物		12.6 公克
			鈉		45.5 毫克
鈣	109.8 毫克				

含過高糖分，但產品上已無「健康食品」字樣及圖樣

品名/廠商	保健功效/成分含量/攝取量	原料成分	營養成分	疑慮/健康維持的方法														
乳●世家優酪乳 (衛署健食字第 A00106 號)/●泉	<ul style="list-style-type: none"> 有助於增加腸內益生菌、有助於減少腸內害菌、有助於改善腸內細菌菌相 總乳酸菌數每公撮含 1.0×10^8 以上，雙叉桿菌每公撮含 1.0×10^5 以上 攝取量：建議每日飲用 460 毫升 	生乳、砂糖、乳清濃縮蛋白、安定劑(含有乙醯化己二酸二澱粉、果膠)、乳酸菌	<p>每 100 毫升</p> <table border="1"> <tr><td>熱量</td><td>92.2 大卡</td></tr> <tr><td>蛋白質</td><td>3.3 公克</td></tr> <tr><td>脂肪</td><td>3.8 公克</td></tr> <tr><td>碳水化合物</td><td>11.2 公克</td></tr> <tr><td>鈉</td><td>66.8 毫克</td></tr> </table>	熱量	92.2 大卡	蛋白質	3.3 公克	脂肪	3.8 公克	碳水化合物	11.2 公克	鈉	66.8 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 食品添加物黏稠劑：乙醯化己二酸二澱粉 建議每天飲用 460 毫升，相當於額外攝取 27g 的糖(約 6 方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境 				
熱量	92.2 大卡																	
蛋白質	3.3 公克																	
脂肪	3.8 公克																	
碳水化合物	11.2 公克																	
鈉	66.8 毫克																	
統●木瓜牛乳 (衛署健食字第 A00136 號)/統●	<ul style="list-style-type: none"> 有助於改善人體腸道細菌菌相 菊苣纖維 1.2 ± 0.2 公克/100 毫升 攝取量：建議每日飲用 478 毫升/瓶 	生乳、水、木瓜原汁、蔗糖、菊苣纖維、羧甲基纖維素鈉、碳酸氫鈉、乳化劑、天然木瓜香料、天然色素	<table border="1"> <tr><td>每一份量</td><td>100 毫升</td></tr> <tr><td>本包裝含</td><td>1 份</td></tr> <tr><td>熱量</td><td>63 大卡</td></tr> <tr><td>蛋白質</td><td>1.9 公克</td></tr> <tr><td>脂肪</td><td>1.8 公克</td></tr> <tr><td>碳水化合物</td><td>9.7 公克</td></tr> <tr><td>鈉</td><td>43 毫克</td></tr> </table>	每一份量	100 毫升	本包裝含	1 份	熱量	63 大卡	蛋白質	1.9 公克	脂肪	1.8 公克	碳水化合物	9.7 公克	鈉	43 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 內含食品添加物為黏稠劑：羧甲基纖維素鈉 膨脹劑：碳酸氫鈉 香料：天然木瓜香料 乳化劑、色素 每天飲用兩瓶(478 毫升/瓶)，相當於額外攝取 31.8g 的糖(約 7 顆方糖) 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境
每一份量	100 毫升																	
本包裝含	1 份																	
熱量	63 大卡																	
蛋白質	1.9 公克																	
脂肪	1.8 公克																	
碳水化合物	9.7 公克																	
鈉	43 毫克																	
LS●機能優酪乳 (衛署健食字第 A00153 號)/●泉	<ul style="list-style-type: none"> 有助於降低血清中特異性 IgE 抗體之生成 總乳酸菌 1.0×10^8 CFU/毫升、<i>Lactobacillus salivarius</i> subsp. <i>Salicinius</i> 菌數為 2.5×10^6 CFU/毫升 以上 攝取量：每日的建議應達 400 毫升以上 	生乳、脫脂奶粉、乳糖、乳清濃縮蛋白、LS 乳酸菌、乳酸菌、水、砂糖、果糖、麥芽糖漿、果膠、異麥芽寡醣、優格香料、關華豆膠、滋果香精	<p>每 100 毫升</p> <table border="1"> <tr><td>熱量</td><td>76.4 大卡</td></tr> <tr><td>蛋白質</td><td>2.8 公克</td></tr> <tr><td>脂肪</td><td>0.8 公克</td></tr> <tr><td>飽和脂肪</td><td>0.2 公克</td></tr> <tr><td>反式脂肪</td><td>0 公克</td></tr> <tr><td>碳水化合物</td><td>14.5 公克</td></tr> <tr><td>鈉</td><td>35.3 毫克</td></tr> </table>	熱量	76.4 大卡	蛋白質	2.8 公克	脂肪	0.8 公克	飽和脂肪	0.2 公克	反式脂肪	0 公克	碳水化合物	14.5 公克	鈉	35.3 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 食品添加物香料：優格香料、滋果香精 建議每天飲用 400 毫升，相當於額外攝取 40g 的糖(約 8.8 方糖) 增加蔬果、全穀的攝取，避免太油太鹹的食物，維持規律運動並保持居家環境的清潔或避免到充滿過敏原之場所，盡量遠離過敏原
熱量	76.4 大卡																	
蛋白質	2.8 公克																	
脂肪	0.8 公克																	
飽和脂肪	0.2 公克																	
反式脂肪	0 公克																	
碳水化合物	14.5 公克																	
鈉	35.3 毫克																	
林●營優酪乳 (衛署健食字第	<ul style="list-style-type: none"> 有助於增加腸內益生菌、有助於減少腸內害菌 	生乳、調配水、蔗糖、乳蛋白、保加利	<p>每 100 毫升</p> <table border="1"> <tr><td>熱量</td><td>86 大卡</td></tr> </table>	熱量	86 大卡	<ul style="list-style-type: none"> 每天飲用 432 毫升，相當於額外攝取 31g 的糖(約 6 顆方糖) 												
熱量	86 大卡																	

A00037 號) ／●全	<ul style="list-style-type: none"> 每毫升活性乳酸菌一億個以上 總乳酸菌 1.0×10^8 CFU/ml 以上 攝取量：建議每天飲用 432 毫升以上 	亞桿菌、嗜熱鏈球菌、雙叉乳酸桿菌、嗜酸乳酸桿菌	<table border="1"> <tr> <td>蛋白質</td> <td>3.3 公克</td> </tr> <tr> <td>脂肪</td> <td>2.5 公克</td> </tr> <tr> <td>碳水化合物</td> <td>12.5 公克</td> </tr> <tr> <td>鈉</td> <td>57 毫克</td> </tr> </table>	蛋白質	3.3 公克	脂肪	2.5 公克	碳水化合物	12.5 公克	鈉	57 毫克	<ul style="list-style-type: none"> 攝取高纖維蔬果、全穀，即可營造腸內有益菌的生長環境
蛋白質	3.3 公克											
脂肪	2.5 公克											
碳水化合物	12.5 公克											
鈉	57 毫克											