

無酒精碳酸飲品



飲用一瓶已超出每日建議的  
游離糖攝入量一半

>25g >1/2 Daily Recommended  
Free Sugar Intake



糖  
含量最高

>50g

飲用一瓶已超出每日  
建議的游離糖攝入量  
>1 Daily Recommended  
Free Sugar Intake



運動及能量飲品



>25g >1/2 Daily Recommended  
Free Sugar Intake



甜味劑  
含量最高



其他飲品



>25g

表三：部分無酒精碳酸飲品、功能性飲品和其他飲品樣本資料和測試結果

品牌	產品名稱及描述	產地 [3]	大約零售價 [2]	每支/瓶 分量 (毫升) [3]	每100毫 升含糖量 (克) [3]	每支/瓶 含糖量 (克) [3]	甜味劑測試結果(毫克/千克)					產品配料表上 標示使用的甜味劑
							醋磺內酯鉀 Acesulfame K (950/E950)	天冬酰胺 Aspartame (951/E951)	三氯半乳糖 Sucralose (955/E955)	甜菊糖苷 (960/E960/E960a) Stevioside [4]	瑞鮑迪武A Rebaudioside A [4]	
無酒精碳酸飲品												
1 七喜	「輕怡七喜」碳酸飲料 7-up Free Carbonated Soft Drink	中國	\$8	330	0	0	80	130	ND	ND	ND	E951, E950
2 7-up	七喜碳酸飲料 7-up Carbonated Soft Drink	中國	\$9	550	7.7	42.4	40	ND	30	ND	ND	E950, E955
3 可口可樂	檸檬味「健怡可口可樂」汽水 Lemon "Coca Cola Light" (Lemon Flavoured) Sparkling Beverage	香港	\$8.2	500	0	0	160	130	ND	ND	ND	951, 950
4 Coca-Cola	「加系可口可樂」膳食纖維(無糖)汽水 "Coca-Cola Plus" Sparkling Beverage	香港	\$8.8	500	0	0	140	60	50	ND	ND	951, 950, 955
5	「零系可口可樂」汽水 "Coca-Cola Zero" Sparkling Beverage	香港	\$8.2	500	0	0	150	70	50	ND	ND	951, 950, 955
6 賓得寶	賓得寶健怡薑啤 Bundaberg Diet Ginger Beer	澳洲	\$14.5	375	1.2	4.5	80	70	70	ND	ND	951, 950, 955
7 Bundaberg	賓得寶健怡青檸梳打 Bundaberg Diet Lemon, Lime & Bitters	澳洲	\$14.5	375	1.6	6.0	80	30	70	ND	ND	951, 950, 955
8 雪碧	「加系雪碧」檸檬青檸味膳食纖維(無糖)汽水 "Sprite Plus" Lemon-Lime Flavoured Soda with Dietary Fiber (No Sugar)	香港	\$8.8	500	0	0	90	90	30	ND	ND	951, 950, 955
9 Sprite	「雪碧」檸檬青檸汽水 "Sprite" Lemon-Lime Flavoured Soda	香港	\$4.2	330	8.0	26.4	80	ND	30	ND	ND	950, 955
10 Canada Dry	CANADA DRY Caffeine Free Diet Ginger Ale	美國	\$10	355	0	0	100	190	ND	ND	ND	951, 950
11 Diabolo	DIABOLO Dragon Fruit Plum Flavoured French Soda	美國	\$16	473	14	66.2	ND	ND	ND	10	50	960
12 Dr.Pepper	DR. PEPPER Diet Caffeine Free Carbonated Beverage	美國	\$11	355	0	0	ND	360	ND	ND	ND	Aspartame
13 芬達	日本芬達提子汽水	日本	\$10	500	9.3	46.5	ND	ND	ND	ND	40	960
14 Fanta	芬達橙味汽水 Coca Cola Orange Fanta	日本	\$11.9	500	6.3	31.5	30	ND	20	ND	ND	E950, E955
15 Pepsi	「輕怡百事」碳酸飲料 Pepsi Light Carbonated Soft Drink	中國	\$8	330	0	0	100	140	70	ND	ND	E950, E951, E955
16 玉泉	「玉泉」+C 有氣檸檬飲品 "Schweppes" +C Lemon Soda	香港	\$8	500	7.0	35.0	40	ND	50	ND	ND	955, 950
17 Schweppes	「零系玉泉」忌廉味汽水 Schweppes Zero Cream Soda	香港	\$10	330	0	0	140	170	ND	ND	ND	951, 950
18 Suntory	Suntory 超級C.C.檸檬 Super C.C. Lemon	日本	\$16.9	350	4.8	16.8	180	ND	10	ND	50	E950, E960, E955
運動及能量飲品												
19 5-hour Energy	5-hour Energy Orange	美國	\$25	57	0	0	ND	ND	1560	ND	ND	Sucralose
20 Energy	5-hour Energy Peach Tea	美國	\$25.8	57	0	0	ND	ND	1590	ND	ND	Sucralose
21 水動樂 Aquarius	「有氣水動樂」水分及電解質補充飲品(青檸味) Aquarius Sparkling Water and Electrolytes Replenishment Drink (Lime Flavoured)	香港	\$8.2	410	4.2	17.2	ND	ND	30	ND	ND	955
22 水動樂 Aquarius	「水動樂」水分及電解質飲品 Aquarius Water and Electrolytes Replenishment Drink	香港	\$7.9	500	4.2	21.0	ND	ND	30	ND	ND	955
23 攝氏 Celsius	「水動樂零系」水分及電解質補充飲品 Aquarius Zero Water and Electrolytes Replenishment Drink	香港	\$7.9	500	0	0	60	ND	70	ND	ND	955, 950
24 攝氏 Celsius	攝氏健能飲品(有氣橙味飲品) Celsius Carbonated Orange Flavoured Drink	馬來西亞	\$15	330	0	0	ND	ND	270	ND	ND	E955
25 可口可樂	「可口可樂能量」能量飲品 "Coca Cola Energy" Energy Drink	香港	\$11	330	7.4	24.4	ND	ND	40	ND	ND	955
26 Coca Cola	「可口可樂能量」能量飲品(無糖) "Coca Cola Energy" Energy Drink (No sugar)	香港	\$11	330	0	0	200	ND	120	ND	ND	950, 955
27 葡萄適 Lucozade	葡萄適橙味運動飲品 Lucozade Sport Orange Flavoured Sports Drink	馬來西亞	\$7.5	450	5.6	25.2	ND	ND	60	ND	ND	Sucralose
28 葡萄適 Lucozade	葡萄適檸檬味運動飲品 Lucozade Sport Lemon Flavoured Sports Drink	馬來西亞	\$7.5	450	5.6	25.2	ND	ND	60	ND	ND	Sucralose
29	葡萄適能量飲品蜜桃味 Lucozade Energy Drink - Peach Flavour	印尼	\$9	300	8.8	26.4	130	ND	80	ND	ND	Acesulfame K, Sucralose
30 魔爪 Monster	魔爪碳酸能量飲品 Monster Energy Carbonated Energy Drink	荷蘭	\$14.9	355	11.4	40.5	ND	ND	40	ND	ND	Sucralose
31 魔爪 Monster	魔爪芒果狂歡碳酸能量飲品 Monster Energy Carbonated Energy Drink (Mango Loco)	美國	\$17	355	10.8	38.3	ND	ND	110	ND	ND	Sucralose
32 魔爪 Monster	魔爪超越碳酸能量飲品 Monster Energy Ultra Carbonated Energy Drink	荷蘭	\$17	355	0	0	60	ND	300	ND	ND	Erythritol, Sucralose, Acesulfame Potassium
33 紅牛 Redbull	紅牛無糖能量飲料 Red Bull Sugarfree	奧地利	\$15.9	250	0	0	80	ND	140	ND	ND	Sucralose, Acesulfame K
34 Topvalu	Topvalu 運動飲品 TV BP Sport Drink	日本	\$8.9	500	NA*	NA*	180	ND	ND	ND	ND	950
其他飲品												
35 可爾必思 Calpis	可爾必思乳酸梳打白桃 Calpis Yogurt Soda-peach	日本	\$11.9	500	5.5	27.5	60	150	ND	ND	ND	Aspartame, Potassium acesulfame
36 可爾必思 Calpis	可爾必思三種乳酸菌飲品 Calpis 3 kinds of lactic acid bacteria drink	日本	\$11.9	500	5.0	25.0	80	140	ND	ND	ND	Aspartame, Potassium acesulfame
37 可爾必思 Calpis	可爾必思水語乳酸菌飲品 Calpis Water	台灣	\$9.8	500	6.6	33.0	30	ND	50	ND	ND	955, 950
38 可爾必思 Calpis	可爾必思白桃果汁乳酸飲品 Calpis peach juice lactic acid drink	日本	\$11.9	500	5.0	25.0	50	100	ND	ND	ND	Aspartame, Potassium acesulfame
39 夏派 Sumol	可爾必思無糖乳酸水 Calpis Water Zero Calorie	日本	\$16.9	490	0	0	90	70	80	ND	ND	E951, E950, E955
40 夏派 Sumol	提子可爾必思 Grape & Calpis	日本	\$13.9	500	6.8	34.0	40	60	ND	ND	ND	E951, E950
41 夏派 Sumol	可爾必思完熟蜜瓜果汁乳酸飲品 Calpis honeydew juice lactic acid drink	日本	\$11.9	500	5.0	25.0	90	100	ND	ND	ND	Aspartame, Potassium acesulfame
42 Minute Maid	Minute Maid 蘋果汁有氣飲品 Minute Maid Spakling Apple Juice Drink	香港	\$12	500	8.3	41.5	ND	ND	ND	ND	40	960
43 Pokka Sapporo	Pokka Sapporo 粒粒果肉蘋果飲品 Pokka Sapporo dice-cut apple drink	日本	\$16.9	400	10.8	43.2	90	ND	10	ND	ND	Potassium Acesulfame, Sucralose
44 夏派 Sumol	Pokka Sapporo 粒粒果肉蜜柑飲品 Pokka Sapporo Mandarin Orange Juice Drink	日本	\$16.9	400	8.2	32.8	110	ND	ND	ND	ND	Potassium Acesulfame
45 夏派 Sumol	夏派有氣熱情果汁飲品 Sumol Passionfruit Juice Drink	葡萄牙	\$6.9	330	5.8	19.1	ND	ND	80	ND	ND	Sucralose
46 夏派 Sumol	夏派有氣菠蘿汁飲品 Sumol Pineapple Juice Drink	葡萄牙	\$6.9	330	7.4	24.4	ND	ND	70	ND	ND	Sucralose
47 夏派 Sumol	夏派有氣橙汁飲品 Sumol Orange Juice Drink	葡萄牙	\$6.9	330	6.8	22.4	ND	ND	70	ND	ND	Sucralose
48 Topvalu	Topvalu 薑黃飲品 TV Tumeric Supplementary Drink	日本	\$12.9	100	NA*	NA*	ND	ND	90	ND	ND	955
49 Watson's	屈臣氏莫希托味蘇打水 Watson's Mojito Flavoured Soda Water	中國	\$8.9	420	4.8	20.2	ND	ND	10	ND	ND	955
50 Watson's	屈臣氏青檸味蘇打水 Watson's Lime Flavoured Soda Water	中國	\$8.9	420	4.5	18.9	ND	ND	20	ND	ND	955
51 威德	威德In果凍膠原蛋白飲品 <Weider in Jelly Beauty in> Collagen Jelly Drink	台灣	\$13.9	180	6.5	11.7	200	ND	70	ND	ND	Acesulfame Potassium, Sucralose

註 ND = 沒有檢出 (Not Detected)

\*產品為豁免營養標籤項目，沒有提供糖含量數據。

買樣本時收集到的資料，僅供參考，實際售價會因零售店及地區而有差異。

[4] 是次測試甜菊糖苷中主要帶甜味成分 - 甜菊糖苷 (stevioside) 以及瑞鮑迪武A (rebaudioside A)。

紅格 = 飲用一瓶已超出每日建議的游離糖攝入量 (50g)

[1] 各分類的樣本按牌子的英文字母A至Z順序排列。

[3] 產品的來源地、甜味劑、糖含量等資料從檢視樣本包裝所得。

紅字 = 飲用一瓶已超出每日建議的游離糖攝入量一半 (25g)

[2] 樣本的零售價為約數，是本會於2020年2月至5月購