

表五a：8種中式素菜樣本的營養含量測試結果

樣本編號[1]	店舖名稱	店舖地址	食品名稱[2]	大約零售價[3]	測試結果[4][6]												
					樣本可食用部份重量(克)[5]	鈉含量(毫克)		糖含量(克)		總脂肪含量(克)		飽和脂肪含量(克)		反式脂肪含量(克)		能量(千卡)	
						每100克	每份	每100克	每份	每100克	每份	每100克	每份	每100克	每份	每100克	每份
粟米素魚塊																	
1	普陀素食	上水新成路131號地下	粟米素班塊	65	240	240	580	1.1	2.6	8.1	19	1.4	3.4	0.073	0.18	130	310
2	妙法齋素食中心	屯門明藝街8號安全樓地下D舖	粟米班塊	76	470	290	1400	1.2	5.6	7.6	35	1.4	6.5	0.060	0.28	130	610
3	普光齋	佐敦佐敦道13號華豐大廈地下	金粟班塊	49.2	320	290	930	2.5	8.0	7.8	25	0.75	2.4	0.070	0.22	160	510
4	寶蓮苑素食	西營盤皇后大道西 308號地下	粟米班塊	63	580	360	2100	0.98	5.7	11	64	1.7	9.9	0.064	0.37	160	930
5	普蓮素食	元朗安寧路38號世宙2座地下13A及15號舖	粟米班塊	75.5	380	380	1400	2.5	9.5	11	42	1.3	4.9	0.12	0.46	150	570
6	蓮花新派健康料理	元朗建德街35-55號時景花園地下1及2舖	粟米素班塊	79	480	380	1800	3.7	18	17	82	3.0	14	0.11	0.53	230	1100
7	大力素食	元朗媽橫路35號福昌樓地下7號舖	粟米班腩	59.8	420	440	1800	1.4	5.9	12	50	1.1	4.6	0.13	0.55	170	710
8	天豐素食	深水埗元州街141號地下	粟米銀鱈魚	65	230	490	1100	1.4	3.3	20	47	3.2	7.5	0.17	0.40	240	560
9	素食新一代	荃灣西樓角路114-128號荃昌中心昌安商場1樓52-55號舖	粟米班塊	66	450	510	2300	0.97	4.4	19	86	3.0	14	0.15	0.68	230	1000
齋 滷味拼盤																	
10	天天素食	油塘鯉魚門廣場1樓116號舖	大齋	40	600	230	1400	8.0	48	8.2	49	1.2	7.2	0.12	0.72	210	1300
11	東方小祇園	灣仔軒尼詩道241號地下	雜齋	100	740	320	2400	6.1	45	10	74	1.5	11	0.12	0.89	210	1600
12	金膳健康素食	西灣河筲箕灣道250號御景軒地下F,G舖	金膳齋滷味拼盤	60	700	320	2200	6.2	43	9.4	66	0.98	6.9	0.079	0.55	200	1400
13	新聚寶素食	深水埗大埔道79-85號民安大廈地下85號舖	大味	45	590	340	2000	10	59	9.3	55	1.3	7.7	0.084	0.50	220	1300
14	清心齋	將軍澳常寧路2號TKO Gateway地下Food Lane EF11號舖	齋滷味	30	470	350	1600	4.4	21	6.2	29	0.76	3.5	0.067	0.31	160	750
15	多利民素食	大埔大埔墟寶鄉街43號地下	齋滷味	54	800	380	3000	5.7	46	6.6	53	0.62	5.0	0.069	0.55	170	1400
16	巧膳坊	紅磡德安街7號黃埔新天地黃埔花園8期102-103 & 105-107號舖	精裝四喜齋滷味拼盤	38	340	380	1300	9.0	30	5.9	20	1.0	3.4	0.066	0.22	170	570
17	翠蓮素食	荃灣眾安街81號地下	齋滷味	100	1000	390	3900	6.8	68	8.3	83	1.2	12	0.11	1.1	200	2000
18	添添素食	香港仔東勝道31號地下D-E號舖	雜齋	40	370	390	1400	7.5	28	12	44	1.9	7.0	0.14	0.51	230	840
19	齋之寶齋菜館	元朗紅棉圍14號興隆樓地下1號舖	齋滷味	46	240	450	1100	6.9	16	8.8	21	0.92	2.2	0.12	0.28	210	490
素 魚香茄子																	
20	普光齋	佐敦佐敦道13號華豐大廈地下	怡香茄子煲	51.6	700	170	1200	2.3	16	5.6	39	0.42	2.9	0.051	0.36	67	470
21	敬一素食健康私房菜	深水埗醫局街207號地下A舖	魚香茄子煲	69	470	220	1000	1.7	8.0	9.6	45	0.76	3.6	0.10	0.47	100	470
22	功德林上海素食	尖沙咀北京道1號7字樓	魚香茄子	88	420	310	1300	0.50	2.1	10	42	0.74	3.1	0.16	0.66	110	460
23	大力素食	元朗媽橫路35號福昌樓地下7號舖	魚香茄子	59.8	550	330	1800	2.2	12	10	55	0.85	4.7	0.17	0.94	110	610
24	萬寶素食館	九龍窩打老道67號A地下~3樓	怡香茄子	71	650	330	2100	2.8	18	11	72	0.89	5.8	0.14	0.91	130	850
25	蓮花新派健康料理	元朗建德街35-55號時景花園地下1及2舖	魚香茄子煲	79	550	340	1900	2.3	13	12	66	1.3	7.2	0.11	0.61	130	720
26	健康齋廚	黃大仙飛鳳街34號地下	魚香茄子煲	66	650	400	2600	2.1	14	11	72	2.1	14	0.090	0.59	120	780
27	百寶齋廚	九龍太子彌敦道780-782號地下A-B號舖	魚香茄子煲	82	600	450	2700	0.47	2.8	13	78	2.1	13	0.16	0.96	140	840
28	喬妃齋	尖沙咀海防道32-34號寶豐大廈2字樓A1,A2 & A3號舖	魚香茄子煲	98	460	460	2100	0.36	1.7	12	55	1.7	7.8	0.12	0.55	140	640
29	麗姐廚房	灣仔譚臣道105-111號豪富商業大廈2字樓A-D室	怡香茄子煲	79	490	480	2400	2.9	14	10	49	1.5	7.4	0.079	0.39	130	640
羅 漢齋																	
30	素食分子	北角堡壘街2-4號嘉安苑地下A&B舖	羅漢齋	88	480	240	1100	0.83	3.9	3.7	18	0.54	2.6	0.019	0.090	58	280
31	功德林上海素食	尖沙咀北京道1號7字樓	功德林羅漢齋	88	480	270	1300	1.9	9.0	4.2	20	0.50	2.4	0.025	0.12	73	350
32	滋味齋	元朗水車館街82號興旺大廈地下1號舖	羅漢上素	78	700	280	2000	1.9	13	7.3	51	1.0	7.0	0.063	0.44	110	770
33	天賜素齋	沙田禾輦商場2樓220號舖	羅漢上素	65	550	290	1600	0.66	3.6	3.0	17	0.52	2.9	0.022	0.12	59	320
34	六榕仙館	佐敦佐敦道38號地下	羅漢上齋	88	600	320	1900	0.87	5.2	2.1	13	0.38	2.3	0.024	0.14	50	300
35	妙法齋素食中心	屯門明藝街8號安全樓地下D舖	羅漢上齋	76	500	350	1800	0.89	4.5	3.6	18	0.66	3.3	0.026	0.13	52	260
36	海韻素食菜館	大嶼山大澳南涌村13B號地下	羅漢上素	72	600	370	2200	1.3	7.8	3.2	19	0.37	2.2	0.012	0.072	56	340
37	東方素	灣仔軒尼詩道239號3樓	無上羅漢齋	98	440	380	1700	1.8	7.9	0.74	3.3	0.13	0.57	0	0	37	160
38	寶光齋素食館	觀塘崇仁街29-31號地下	羅漢上素	59	530	390	2100	2.0	11	4.5	24	0.70	3.7	0.030	0.16	74	390
39	佛緣軒素食	紅磡差館里41號美安樓地下	羅漢上素	72	550	410	2300	1.2	6.6	0.96	5.3	0.13	0.72	0	0	34	190
素 福建炒飯																	
40	觀自在素食	旺角旺角道33號凱途發展大廈2字樓	福建木桶炒飯	75	720	220	1600	0.77	5.5	3.6	26	0.52	3.7	0.030	0.22	140	1000
41	新聚寶素食	深水埗大埔道79-85號民安大廈地下85號舖	福建炒飯	64	930	250	2300	0.48	4.5	2.6	24	0.39	3.6	0.023	0.21	130	1200
42	素食新一代	荃灣西樓角路114-128號荃昌中心昌安商場1樓52-55號舖	福建炒飯	46	800	250	2000	0.50	4.0	3.4	27	0.69	5.5	0.031	0.25	130	1000
43	寶蓮苑素食	西營盤皇后大道西 308號地下	福建炒飯	65	1000	260	2600	0.43	4.3	2.4	24	0.39	3.9	0.017	0.17	100	1000
44	普蓮素食	元朗安寧路38號世宙2座地下13A及15號舖	福建炒飯	82	750	260	2000	0.59	4.4	3.2	24	0.45	3.4	0.043	0.32	120	900
45	上善素餐廳	北角錦屏街7-9號地下	福建炒飯	52	700	290	2000	0.32	2.2	3.6	25	0.53	3.7	0.012	0.084	120	840
46	翠蓮素食	荃灣眾安街81號地下	福建炒飯	75	900	320	2900	0.45	4.1	2.7	24	0.45	4.1	0.021	0.19	120	1100
47	日常素食	黃大仙龍翔道136號黃大仙中心北館2樓N201-N202及N226A號舖	福建炒飯	66.3	700	320	2200	2.1	15	2.8	20	0.48	3.4	0.014	0.098	140	980
48	百寶齋廚	九龍太子彌敦道780-782號地下A-B號舖	福建炒飯	82	900	340	3100	0.55	5.0	4.0	36	0.64	5.8	0.036	0.32	130	1200
49	六榕仙館	佐敦佐敦道38號地下	福建炒飯	87	950	390	3700	0.80	7.6	4.1	39	0.55	5.2	0.023	0.22	120	1100
紅 燒豆腐																	
50	東方小祇園	灣仔軒尼詩道241號地下	紅燒豆腐	80	330	190	630	0.78	2.6	5.9	19	0.77	2.5	0.021	0.069	91	300
51	蓬瀛仙館齋廚	粉嶺百和路66號	紅燒豆腐	58	460	210	960	0.72	3.3	6.9	31	0.85	3.9	0.033	0.15	100	460
52	素食分子	北角堡壘街2-4號嘉安苑地下A&B舖	紅燒豆腐	68	490	220	1100	0.68	3.3	4.6	22	0.72	3.5	0.018	0.087	74	360
53	麗姐廚房	灣仔譚臣道105-111號豪富商業大廈2字樓A-D室	紅燒豆腐	61	450	230	1000	0.78	3.5	9.8	44	1.5	6.7	0.053	0.24	130	580
54	天豐素食	深水埗元州街141號地下	紅燒豆腐	55	280	230	650	1.1	3.1	5.5	16	0.93	2.6	0.034	0.096	81	230
55	青松觀	屯門青松觀路	紅燒豆腐	70	400	240	960	1.1	4.4	5.4	22	0.91	3.6	0.025	0.10	84	340
56	普陀素食	上水新成路131號地下	紅燒豆腐	55	280	260	730	0.52	1.5	6.5	18	0.72	2.0	0.067	0.19	87	240
57	喬妃齋	尖沙咀海防道32-34號寶豐大廈2字樓A1,A2 & A3號舖	紅燒豆腐	88	470	260	1200	0.84	3.9	7.5	35	1.1	5.1	0.041	0.19	100	470
58	香積廚素食館	旺角花園街110號地下	紅燒豆腐	60	500	270	1400	0.46	2.3	5.9	30	0.67	3.4	0.031	0.16	90	450
59	佛緣軒素食	紅磡差館里41號美安樓地下	紅燒豆腐	75	600	280	1700	1.3	7.8	6.7	40	0.72	4.3	0.032	0.19	100	600
菠 蘿素咕嚕肉																	
60	大自然素食	馬鞍山新港城中心3樓3005	原隻鮮菠蘿咕嚕肉	78.4	360	110	400	11	40	9.6	35	1.8	6.5	0.12	0.43	190	680
61	日常素食	黃大仙龍翔道136號黃大仙中心北館2樓N201-N202及N226A號舖	鳳梨咕嚕肉	74.8	470	140	660	10	47	7.5	35	1.6	7.5	0.076	0.36	180	850
62	香積廚素食館	旺角花園街110號地下	菠蘿咕嚕玉	72	450	150	680	9.4	42	8.0	36	0.93	4.2	0.082	0.37	150	680
63	多利民素食	大埔大埔墟寶鄉街43號地下	菠蘿咕嚕肉	85	600	200	1200	10	60	14	84	2.2	13	0.11	0.66	230	1400
64	素食園坊	北角英皇道406-408號康威大廈地下03號舖	菠蘿咕嚕素肉	65	290	200	580	12	35	7.4	21	1.5	4.4	0.069	0.20	180	520