

午餐肉飯團材料	鈉含量 (毫克)
#21飯團紫菜1片	63
珍珠米110克	微量
日式照燒醬 (即食, 減鈉) 1湯匙(18克)	320 [1]
午餐肉1片(約28克)	275 [2]
鈉的總攝入量	658 (達4至6歲小童PI-NCD的55%)

- 註** [1] 鈉含量根據美國農業部轄下的營養素資料數據庫 (FoodData Central, United States Department of Agriculture) 的資料計算。
- [2] 鈉含量根據中國疾病預防控制中心轄下的營養與食品安全所的資料計算。