

# 餐蛋麵的營養資料

## 配料

	每份 (克)	鈉(毫克) 每份	總脂肪(克) 每份
• 即食麵(油炸/非油炸)[1]	103.1/134.5	2087/1919	18.5/14.2
• 煎太陽蛋[2]	55	125	8.69
• 午餐肉[2]	56	582	2.09
• 總和 (油炸/非油炸)		2794/2626	29.3/25.0
• 佔成人每日上限比率[3]		<b>超出上限0.4倍/0.3倍</b>	<b>44% / 37%</b>
• 佔7歲女童每日上限比率[3]		<b>超出上限1.3倍/1.2倍</b>	<b>57% / 48%</b>

註

[1] 每份的重量是即食麵樣本(油炸/非油炸)的平均每包分量。鈉和總脂肪的每份含量以即食麵樣本(油炸/非油炸)的每100克平均含量計算, 假設把麵餅連隨附的調味品和其他配料全部進食。

[2] 營養素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)煎太陽蛋和午餐肉的資料。

[3] 成人和7歲女童的每日攝取上限參考表二的資料。