

臺北縣幸福晨飽組合套餐

A餐-1

主餐																						
商品代號	一般包子(18元)	價格	每/毫升	熱量/大卡	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
0310048	奇美大鮮肉包	18	90	254	7.3	9.9	0.2	0	33.3	173	90g											
0310161	奇美蜜汁叉燒包	18	90	273	6.9	5.3	0.1	0	48.9	69	90g											
0310670	奇美東河肉包	18	90	243	8.3	7.8	0.2	0	34.2	199	90g											
0310870	奇美鮮筍肉包	18	90	227	9.3	4.5	0.2	0	36.5	197	90g											
0311058	奇美古都精緻肉燥包	18	90	233	9	6	0.2	0	35.6	186	90g											
0311062	五目鮮肉包	18	90	232	6.7	8.2	1.9	0	32.9	236	90g											
0311121	黑胡椒蔥肉包	18	90	213	9.7	4.7	1	0	33	166	90g	5.7	14.2	0	12	0	0	0.6	0			

飲料

商品代號	飲料	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
2720354	瑞穗全脂鮮乳小PP	22	230	150	7.4	8.5	5.9	0	11		230	11								89.7	0.36	
2750278	瑞穗低脂鮮乳小PP	22	230	108	7.4	3.2	2.3	0	12.2	85	230	11	230							32.2	0.36	

A餐-2

主餐																						
商品代號	一般包子(12元)	價格	每/毫升	熱量/大卡	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
0310743	奇美芋泥包	12	65	174	2.9	2.5	1.2	0	34.5	27	65g											
0310757	奇美奶黃包	12	65	168	5.6	3.2	0.9	0	29.8	44	65g											
0310139	奇美雙色饅頭	12	80	219	5.8	2.3	0.12	0	43	39	80g											
0311030	大甲芋頭饅頭	12	80	214	6	1.6	0	0	43.3	40	80g											

飲料

商品代號	飲料	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
2850058	A B 優酪乳 (原味)	25	100	138	3.2	0.4	0.3	0	12.6	45.5	206		110									1億個以上
2850426	統一A B 輕優酪乳	25	100	108	1.8	0.3	0.2	0	8.4	22.6	250		62.1									1億個以上
2850785	統一AB無糖優酪乳小	25	100	117	2.9	1.8	1	0	7.2	38	206		89									
2850903	AB草莓小優酪乳	25	100	144	3.2	0.4	0.3	0	13.3	41.8	206		98.9									1億個以上

B餐-1

主餐																						
商品代號	麵包蛋糕(15元)	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
1811352	大湖草莓麵包	15		267	4	2	0.8	0	57	149	75											
1950039	蜂蜜牛奶球	15		209.6	6.3	4.4	1.4	0	36.2	21.7	63											
1950211	草莓夾心麵包	15		195.6	5.3	4.3	1.7	0	34	129.5	67											
1950039	蜂蜜牛奶球	15		209.6	6.3	4.4	1.4	0	36.2	21.7	63											
1950211	草莓夾心麵包	15		195.6	5.3	4.3	1.7	0	34	129.5	67											
1920460	銅鑼燒	15		171	34	0.9	0	0	37.4	53.1	60											

飲料

商品代號	飲料	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
2850058	A B 優酪乳 (原味)	25	100	138	3.2	0.4	0.3	0	12.6	45.5	206		110									1億個以上
2850426	統一A B 輕優酪乳	25	100	108	1.8	0.3	0.2	0	8.4	22.6	250		62.1									1億個以上
2850785	統一AB無糖優酪乳小	25	100	117	2.9	1.8	1	0	7.2	38	206		89									
2850903	AB草莓小優酪乳	25	100	144	3.2	0.4	0.3	0	13.3	41.8	206		98.9									1億個以上

B餐-2

主餐																						
商品代號	麵包蛋糕(18-20元)	價格	每份	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
1812899	Fami-波蘿麵包	18		311	7	7	3.5	0	55	243	95g											
1812908	Fami-巧克力波蘿麵包	18		323	7	7	2.4	0	58	248	95g											
1812885	Fami-奶酥麵包	18		350	7	14	9.7	0	49	211	95g											
1812871	fami-紅豆麵包	18		263	5	3	1.4	0	54	189	99g											
1830546	海苔肉鬆美乃滋麵包	20		289	8	9	0.5	0	44	238	80											
1921961	蒸蛋糕	20		241	5	9	1.7	0	35	119	67											
1921852	布丁蒸蛋糕	20		264	5	12	2	0	34	108	70											
1922008	大理石蜂蜜蛋糕	20		288.8	5.76	11.9	2.64	0	39.6	304.8	70											
1921961	蒸蛋糕	20		241	5	9	1.7	0	35	119	67											
1812849	牛奶燕麥雜糧麵包	22		220	7	4	1.8	0	39	133	80g							3.2				
1812835	葡萄堅果雜糧麵包	25		216	7	4	1.5	0	38	116	70g							3.8				

飲料

商品代號	飲料	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
2940231	陽光低糖高纖豆漿	20	100	44.5	3	2	0.3	0	5.5	19	450	2.5		20	0		94	3	3			
2940081	統一陽光無糖高纖豆漿	20	100	32.7	3	1.8	0.3	0	3	24	450			20	0		110	3				
2940340	統一山藥薏仁豆奶	20	100	52.4	2.5	1.2	0.2	0	7.9	23.2	450			12	0		70					
2940227	統一黃金豆漿	20	100	58	3.6	2	0.3	0	6.4	22.6	450			20			120					
2940368	統一陽光糙米漿	20	100	66.7	1.3	1.9	0.4	0	11.1	29.4	450											

C餐-1

主餐																						
商品代號	飯糰(15元)	價格	每/份	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
612517	滷肉飯飯糰	15	1	159	4.2	4.2	0.8	0	26.2	539.7	100g											
611761	火腿蛋炒飯飯糰	15	1	191	4.9	4.5	0.6	0	32.9	461.8	110g											

飲料																						
商品代號	飲料	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌
2850058	A B優酪乳(原味)	25	100	138	3.2	0.4	0.3	0	12.6	45.5	206		110									1億個以上
2850426	統一A B輕優酪乳	25	100	108	1.8	0.3	0.2	0	8.4	22.6	250		62.1									1億個以上
2850785	統一AB無糖優酪乳小	25	100	117	2.9	1.8	1	0	7.2	38	206		89									
2850903	AB草莓小優酪乳	25	100	144	3.2	0.4	0.3	0	13.3	41.8	206		98.9									1億個以上

C餐-2

主餐

商品代號	飯糰(20元以下)	價格	每/份	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌	
610010	肉鬆飯糰	20	1	214	7.5	6	0.58	0	32.5	502.5	110g												
612608	黑胡椒牛柳飯糰	20	1	166	5.2	2.4	0.23	0	30.8	409.5	112g												
622605	醋溜雞丁飯糰	20	1	162	5.4	1.6	0.14	0	31.5	503.5	112g												
612612	京醬肉絲飯糰	20	1	176	6.2	2.5	0.2	0	32.2	514.7	112g												

飲料

商品代號	飲料	價格	每/毫升	熱量	蛋白質	脂肪	飽和脂肪	反式脂肪	碳水化合物	鈉	重量	糖類	鈣	大豆異黃酮	膽固醇	寡糖	卵磷脂	膳食纖維	黃豆蛋白質	維生素A	維生素B2	雷特氏B菌	
	光泉100%蘋果汁TP	15	195	87	0.6	0	0	0	21.2	55.1	195	20.3											
	光泉100%葡萄汁TP	15	195	106	0.8	0	0	0	25.7	35	195	24.4											
	光泉豆漿TP	15	195	195	5.7	2.3	0.6	0	7.6	32.2	195	5.5											