

衛生福利部國民健康署 105 年度社區健康營造計畫  
-觀光夜市攤商店家輔導資料表-



食物營養成份分析

辦理單位 HOSTED BY		臺北市基督復臨安息日會醫療財團法人臺安醫院 Taiwan Adventist Hospital		
夜市名稱 NIGHT MARKET NAME		饒河觀光夜市 RAOHE ST. NIGHT MARKET	輔導營養師	臺安醫院 蔡曉蓉 營養師
資訊 攤商	攤位名稱	QQ 王子地瓜球		
	營業地點	饒河街 84 號前路中		
資訊 產品	產品名稱	地瓜球 SWEET POTATO BALLS モチモチさつま芋団子		
	每份單位 SERVING SIZE	75 公克(或毫升)		



一、 營養成份分析 NUTRITION FACTS

單位 UNIT AMOUNT	熱量(大卡) CALORIES	蛋白質 (公克) PROTIEN(G)	脂肪 (公克) FAT(G)	碳水化合物 (公克) CARBOHYDRATE(G)	纖維 (公克) FIBRE(G)	鈉 (毫克) SODIUM(MG)	糖 (公克) SUGARS(G)
每 100 公克 (或毫升) PER 100 G (OR ML)	477.3	0.6	26.9	58.2	1.4	26	11.5
熱量百分比 (%)DAILY VALUE(%DV)	/	0.5	50.7	48.8	/	/	/
換算每份供 應量%DV PER SERVING	358	0.5	20.2	43.7	1.1	19	8.6

註：將各營養素所提供之熱量分別除以總熱量，可得熱量百分比。

Remark: The %DV is based on the calories per serving that are divided by the total calories.

二、 提供份量(份)

全穀根莖類 WHOLE GRAIN & ROOTSTOCK	豆魚肉蛋類 MEAT, POULTRY, FISH & EGGS	低脂乳品類 LOW FAT DAIRY	蔬菜類 VEGETABLES	水果類 FRUITS	油脂與堅果種子類 FAT, NUTS, SEEDS
2	0	0	0	0	4

三、 營養小叮嚀

地瓜球屬油炸澱粉類，看似清爽不膩，隱藏著較多油脂，減重者須留意攝取。

Sweet potato balls are actually starchy fried ball, which contains a lot of fat, for those who are under weight control should pay extra attention for the intake quantity.

モチモチさつま芋団子は揚げ物

營養成分標示