

表四

(1)無特殊族群訴求適用

第一欄	第二欄	第三欄	第四欄
營養素	固體(半固體) 100公克	液體 100毫升	液體 100大卡
蛋白質	6公克	3公克	3公克
膳食纖維	3公克	1.5公克	1.5公克
維生素A	105微克RE ⁽¹⁾	52.5微克RE ⁽¹⁾	35微克RE ⁽¹⁾
維生素B ₁	0.21毫克	0.11毫克	0.07毫克
維生素B ₂	0.24毫克	0.12毫克	0.08毫克
維生素B ₆	0.24毫克	0.12毫克	0.08毫克
維生素B ₁₂	0.36微克	0.18微克	0.12微克
維生素C	15毫克	7.5毫克	5毫克
維生素D	1.5微克	0.75微克	0.5微克
維生素E	1.95毫克 α -TE ⁽²⁾	0.98毫克 α -TE ⁽²⁾	0.65毫克 α -TE ⁽²⁾
維生素K	18微克	9微克	6微克
菸鹼素	2.7毫克NE ⁽³⁾	1.35毫克NE ⁽³⁾	0.9毫克NE ⁽³⁾
葉酸	60微克	30微克	20微克
泛酸	0.75毫克	0.38毫克	0.25毫克
生物素	4.5微克	2.25微克	1.5微克
鈣	180毫克	90毫克	60毫克
鐵	2.25毫克	1.13毫克	0.75毫克
碘	21微克	10.5微克	7微克
鎂	58.5毫克	29.25毫克	19.5毫克
鋅	2.25毫克	1.13毫克	0.75毫克

(2)一至三歲

第一欄	第二欄	第三欄	第四欄
營養素	固體(半固體) 100公克	液體 100毫升	液體 100大卡
蛋白質	2公克	1公克	1公克
膳食纖維	3公克	1.5公克	1.5公克
維生素A	60微克RE ⁽¹⁾	30微克RE ⁽¹⁾	20微克RE ⁽¹⁾
維生素B ₁	0.09毫克	0.05毫克	0.03毫克
維生素B ₂	0.11毫克	0.05毫克	0.04毫克
維生素B ₆	0.08毫克	0.04毫克	0.03毫克
維生素B ₁₂	0.14微克	0.07微克	0.05微克
維生素C	6毫克	3毫克	2毫克
維生素D	0.75微克	0.38微克	0.25微克
維生素E	0.75毫克α-TE ⁽²⁾	0.38毫克α-TE ⁽²⁾	0.25毫克α-TE ⁽²⁾
維生素K	4.5微克	2.25微克	1.5微克
菸鹼素	1.35毫克NE ⁽³⁾	0.68毫克NE ⁽³⁾	0.45毫克NE ⁽³⁾
葉酸	25.5微克	12.75微克	8.5微克
泛酸	0.3毫克	0.15毫克	0.1毫克
生物素	1.35微克	0.68微克	0.45微克
鈣	75毫克	37.5毫克	25毫克
鐵	1.5毫克	0.75毫克	0.5毫克
碘	9.75微克	4.88微克	3.25微克
鎂	12毫克	6毫克	4毫克
鋅	0.75毫克	0.38毫克	0.25毫克

(3)孕乳婦

第一欄	第二欄	第三欄	第四欄
營養素	固體(半固體) 100公克	液體 100毫升	液體 100大卡
蛋白質	6.5公克	3.25公克	3.25公克
膳食纖維	3公克	1.5公克	1.5公克
維生素A	90微克RE ⁽¹⁾	45微克RE ⁽¹⁾	30微克RE ⁽¹⁾
維生素B ₁	0.17毫克	0.08毫克	0.06毫克
維生素B ₂	0.18毫克	0.09毫克	0.06毫克
維生素B ₆	0.29毫克	0.14毫克	0.1毫克
維生素B ₁₂	0.39微克	0.2微克	0.13微克
維生素C	16.5毫克	8.25毫克	5.5毫克
維生素D	1.5微克	0.75微克	0.5微克
維生素E	2.1毫克α-TE ⁽²⁾	1.05毫克α-TE ⁽²⁾	0.7毫克α-TE ⁽²⁾
維生素K	13.5微克	6.75微克	4.5微克
菸鹼素	2.4毫克NE ⁽³⁾	1.2毫克NE ⁽³⁾	0.8毫克NE ⁽³⁾
葉酸	90微克	45微克	30微克
泛酸	0.9毫克	0.45毫克	0.3毫克
生物素	4.5微克	2.25微克	1.5微克
鈣	150毫克	75毫克	50毫克
鐵	6.75毫克	3.38毫克	2.25毫克
碘	30微克	15微克	10微克
鎂	53.25毫克	26.63毫克	17.75毫克
鋅	2.25毫克	1.13毫克	0.75毫克

註1：RE(Retinol Equivalent)即視網醇當量。

1 μg RE = 1 μg 視網醇(Retinol) = 6 μg β-胡蘿蔔素(β-Carotene)

註2：α-TE(α-Tocopherol Equivalent)即生育醇當量。

1 mg α -TE = 1 mg α -Tocopherol

註3：NE(Niacin Equivalent)即菸鹼素當量。

菸鹼素包括菸鹼酸、菸鹼醯胺及菸鹼醯胺先質之色胺酸 (tryptophan)，以菸鹼素當量表示之。

1 mg NE = 60 mg tryptophan