



## NUTRITION FACTS 營養資料 FAKTA-FAKTA PEMAKANAN

Amount 數量 Kuantiti	Per 100g Per Serving 每次食用100克 Setiap 100g setiap bahagian makanan
Energy 能量 Tenaga	347.6 Kcal 千卡 1455.3 kJ 千焦耳
Protein 蛋白質 Protein	8.3 g 克
Total Carbohydrate 總碳水化合物	
Jumlah Karbohidrat	72.2 g 克
Dietary Fiber	3.6 g 克
Sugars 糖類 Gula	1.8 g 克
Total Fat 總脂肪 Jumlah Lemak	2.9 g 克
Sodium 鈉 Sodium	5.59 mg 毫克

Nutrients may vary depending on crop. Nutrien mungkin berbeza antara tuaian.

Serving Size 食量 Bahagian makanan : 100 g 克  
 Serving per package 每包食量  
 Bahagian makanan setiap bungkus : 1 kg 公斤

Potassium 鉀 Kalium	254.00 mg 毫克
Calcium 鈣 Kalsium	12.23 mg 毫克
Iron 鐵 Besi	1.96 mg 毫克
Zinc	1.91 mg 毫克
Phosphorus 磷 Fosforus	0.29 g 克
Vitamin 維生素 Vitamin B1	7.94 mg 毫克
Vitamin 維生素 Vitamin B2	0.92 mg 毫克
Vitamin 維生素 Vitamin B3	0.93 mg 毫克
Vitamin 維生素 Vitamin B6	0.53 mg 毫克
Vitamin 維生素 Vitamin E	0.28 mg 毫克

Calories per gram 每克卡路里 Kalori setiap gram :	
Fat 脂肪 Lemak	9
Carbohydrate 碳水化合物 Karbohidrat	4
Protein 蛋白質 Protein	4