

Sesame Pancake 芝麻燒餅



Photo by: Ellen Chang, Queens College, Dietetic Intern

Sesame Pancake 芝麻燒餅



Photo by: Ellen Chang, Queens College, Dietetic Intern

Sesame Pancake 燒餅

Sesame Pancake 燒餅

Nutrition Facts/營養標示	
Serv. Size/每一份 1 pieces/片	
Servings per container/份 6	
Amount Per Serving/每份	
Calories/能量 180kcal/千卡	Fat cal./脂肪卡 47
% Daily Value*/每日攝取量百分比*	
Total Fat/總脂肪 5.1 g/克	8%
Saturated Fat/飽和脂肪 0.6 g/克	3%
Trans Fat/反式脂肪 0 g/克	
Polyunsat. Fat/多不飽和脂肪 0 g/克	
Monounsat. Fat/單不飽和脂肪 0 g/克	
Cholesterol/膽固醇 0 mg/毫克	0%
Sodium/鈉 324.8 mg/毫克	14%
Potassium/鉀 0 mg/毫克	0%
Total Carb./碳水化合物 29.1 g/克	10%
Fiber/纖維 10 g/克	40%
Sugars/糖 0 g/克	
Protein/蛋白質 4 g/克	
Vitamin/維他命 A 0%	• Vitamin/維他命 C 0%
Calcium/鈣 2%	• Iron/鐵 10%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet.	
* 每日建議攝取量的百分比是基於2,000卡路里熱量的食物要求	

Ingredients / 成分: Enriched flour (wheat flour, malted barley flour: niacin, iron, thiamine, mononitrate, riboflavin, folic acid), water, soy bean oil, sesame seeds, sugar, salt and yeast.

Nutrition Facts/營養標示	
Serv. Size/每一份 1 pieces/片	
Servings per container/份 6	
Amount Per Serving/每份	
Calories/能量 180kcal/千卡	Fat cal./脂肪卡 47
% Daily Value*/每日攝取量百分比*	
Total Fat/總脂肪 5.1 g/克	8%
Saturated Fat/飽和脂肪 0.6 g/克	3%
Trans Fat/反式脂肪 0 g/克	
Polyunsat. Fat/多不飽和脂肪 0 g/克	
Monounsat. Fat/單不飽和脂肪 0 g/克	
Cholesterol/膽固醇 0 mg/毫克	0%
Sodium/鈉 324.8 mg/毫克	14%
Potassium/鉀 0 mg/毫克	0%
Total Carb./碳水化合物 29.1 g/克	10%
Fiber/纖維 10 g/克	40%
Sugars/糖 0 g/克	
Protein/蛋白質 4 g/克	
Vitamin/維他命 A 0%	• Vitamin/維他命 C 0%
Calcium/鈣 2%	• Iron/鐵 10%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet.	
* 每日建議攝取量的百分比是基於2,000卡路里熱量的食物要求	

Ingredients / 成分: Enriched flour (wheat flour, malted barley flour: niacin, iron, thiamine, mononitrate, riboflavin, folic acid), water, soy bean oil, sesame seeds, sugar, salt and yeast.