

Dried Almond Seed 南杏仁



Photo by: Wing Shan Li, Hunter College, Dietetic Intern

Dried Almond Seed 南杏仁



Photo by: Wing Shan Li, Hunter College, Dietetic Intern

Dried Almond Seed 南杏仁

Nutrition Facts/營養標示	
Serv. Size/每一份 50g/克	
Servings per container/份 4	
Amount Per Serving/每份	
Calories/能量 335 kcal /千卡	Fat cal./脂肪卡 33
% Daily Value* /每日攝取量百分比*	
Total Fat/總脂肪 33.5g/克	51%
Saturated Fat/飽和脂肪 3.5 g/克	18%
Trans Fat/反式脂肪 0 g/克	
Polyunsat. Fat/多不飽和脂肪	Not Available
Monounsat. Fat/單不飽和脂肪	Not Available
Cholesterol/膽固醇 0 mg/毫克	0%
Sodium/鈉 7mg/毫克	0%
Potassium/鉀	Not Available
Total Carb./碳水化合物 8.8g/克	3%
Fiber/纖維 0g/克	0%
Sugars/糖 0 g/克	
Protein/蛋白質 7g/克	
Vitamin/維他命 A 0%	• Vitamin/維他命 C 0%
Calcium/鈣 3%	• Iron/鐵 8%
* 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: : dried almond seed

Dried Almond Seed 南杏仁

Nutrition Facts/營養標示	
Serv. Size/每一份 50g/克	
Servings per container/份 4	
Amount Per Serving/每份	
Calories/能量 335 kcal /千卡	Fat cal./脂肪卡 33
% Daily Value* /每日攝取量百分比*	
Total Fat/總脂肪 33.5g/克	51%
Saturated Fat/飽和脂肪 3.5 g/克	18%
Trans Fat/反式脂肪 0 g/克	
Polyunsat. Fat/多不飽和脂肪	Not Available
Monounsat. Fat/單不飽和脂肪	Not Available
Cholesterol/膽固醇 0 mg/毫克	0%
Sodium/鈉 7mg/毫克	0%
Potassium/鉀	Not Available
Total Carb./碳水化合物 8.8g/克	3%
Fiber/纖維 0g/克	0%
Sugars/糖 0 g/克	
Protein/蛋白質 7g/克	
Vitamin/維他命 A 0%	• Vitamin/維他命 C 0%
Calcium/鈣 3%	• Iron/鐵 8%
* 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: : dried almond seed