

Green Onion Pancake 蔥油餅



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

Green Onion Pancake 蔥油餅



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

Green Onion Pancake 蔥油餅

Nutrition Facts/營養標示		
Serv. Size/每一份 105g/克		
Servings per container/份 5		
Amount Per Serving/每份		
Calories/能量	240 kcal /千卡	Fat cal./脂肪卡 20
% Daily Value*/每日攝取量百分比*		
Total Fat/總脂肪	2g/克	3%
Saturated Fat/飽和脂肪	0.5g/克	3%
Trans Fat/反式脂肪	0g/克	0%
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	660mg/毫克	28%
Potassium/鉀	Not Available	
Total Carb./碳水化合物	49g/克	16%
Fiber/纖維	2g/克	8%
Sugars/糖	0g/克	
Protein/蛋白質	7g/克	
Vitamin/維他命 A	0%	• Vitamin/維他命 C 6%
Calcium/鈣	2%	• Iron/鐵 6%
* 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: wheat flour, vegetable oil(palm oil, soybean oil), green onion, salt

Green Onion Pancake 蔥油餅

Nutrition Facts/營養標示		
Serv. Size/每一份 105g/克		
Servings per container/份 5		
Amount Per Serving/每份		
Calories/能量	240 kcal /千卡	Fat cal./脂肪卡 20
% Daily Value*/每日攝取量百分比*		
Total Fat/總脂肪	2g/克	3%
Saturated Fat/飽和脂肪	0.5g/克	3%
Trans Fat/反式脂肪	0g/克	0%
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	660mg/毫克	28%
Potassium/鉀	Not Available	
Total Carb./碳水化合物	49g/克	16%
Fiber/纖維	2g/克	8%
Sugars/糖	0g/克	
Protein/蛋白質	7g/克	
Vitamin/維他命 A	0%	• Vitamin/維他命 C 6%
Calcium/鈣	2%	• Iron/鐵 6%
* 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: wheat flour, vegetable oil(palm oil, soybean oil), green onion, salt