

表二

第一欄	第二欄	第三欄
營養素	固體（半固體） 100 公克	液體 100 毫升
熱量	40 大卡	20 大卡
脂肪	3 公克	1.5 公克
飽和脂肪	1.5 公克 （且飽和脂肪之熱量須在該食品總熱量之10%以下）	0.75 公克 （且飽和脂肪之熱量須在該食品總熱量之10%以下）
膽固醇	20 毫克 （且飽和脂肪須在1.5公克以下，飽和脂肪之熱量須在該食品總熱量之10%以下）	10 毫克 （且飽和脂肪須在0.75公克以下，飽和脂肪之熱量須在該食品總熱量之10%以下）
鈉	120 毫克	120 毫克
糖	5 公克	2.5 公克
乳糖（僅限乳製品可宣稱）	2 公克	2 公克

註1：糖係指單醣與雙醣之總和。

註2：乳製品係指乳品類及乳品加工食品。