

## Happy Meal® 營養資訊

### 餐組營養資訊

四塊麥克鷄塊Happy Meal®			漢堡Happy Meal®			陽光鱈魚堡Happy Meal®		
麥克鷄塊®(4塊), 玉米杯, 蘋果綜合果汁(盒裝)			漢堡, 玉米杯, 蘋果綜合果汁(盒裝)			陽光鱈魚堡, 玉米杯, 蘋果綜合果汁(盒裝)		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	353.5	18%	熱量 (Kcal)	451.2	23%	熱量 (Kcal)	456.2	23%
蛋白質 (g)	12.9	22%	蛋白質 (g)	15.8	26%	蛋白質 (g)	15.6	26%
脂肪 (g)	12.2	20%	脂肪 (g)	10.9	18%	脂肪 (g)	10	17%
飽和脂肪 (g)	3	17%	飽和脂肪 (g)	4.7	26%	飽和脂肪 (g)	1.7	9%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0.24		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	48.8	16%	碳水化合物 (g)	73.7	25%	碳水化合物 (g)	77.5	26%
糖 (g)	30		糖 (g)	36.5		糖 (g)	36.3	
鈉 (mg)	441.4	22%	鈉 (mg)	588.7	29%	鈉 (mg)	655.5	33%

四塊麥克鷄塊Happy Meal®			漢堡Happy Meal®			陽光鱈魚堡Happy Meal®		
麥克鷄塊®(4塊), 玉米杯, 台灣鮮搾柳丁汁			漢堡, 玉米杯, 台灣鮮搾柳丁汁			陽光鱈魚堡, 玉米杯, 台灣鮮搾柳丁汁		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	384.6	19%	熱量 (Kcal)	482.3	24%	熱量 (Kcal)	487.3	24%
蛋白質 (g)	15.1	25%	蛋白質 (g)	18	30%	蛋白質 (g)	17.8	30%
脂肪 (g)	12.2	20%	脂肪 (g)	10.9	18%	脂肪 (g)	10	17%
飽和脂肪 (g)	3	17%	飽和脂肪 (g)	4.7	26%	飽和脂肪 (g)	1.7	9%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0.24		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	54.2	18%	碳水化合物 (g)	79.1	26%	碳水化合物 (g)	82.9	28%
糖 (g)	33.9		糖 (g)	40.4		糖 (g)	40.2	
鈉 (mg)	423.2	21%	鈉 (mg)	570.5	29%	鈉 (mg)	637.3	32%

四塊麥克鷄塊Happy Meal®			漢堡Happy Meal®			陽光鱈魚堡Happy Meal®		
麥克鷄塊®(4塊), 薯條(小), 蘋果綜合果汁(盒裝)			漢堡, 薯條(小), 蘋果綜合果汁(盒裝)			陽光鱈魚堡, 薯條(小), 蘋果綜合果汁(盒裝)		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	499.5	25%	熱量 (Kcal)	597.2	30%	熱量 (Kcal)	602.2	30%
蛋白質 (g)	14.1	24%	蛋白質 (g)	17	28%	蛋白質 (g)	16.8	28%
脂肪 (g)	22.7	38%	脂肪 (g)	21.4	36%	脂肪 (g)	20.5	34%
飽和脂肪 (g)	5.6	31%	飽和脂肪 (g)	7.3	41%	飽和脂肪 (g)	4.3	24%
反式脂肪 (g)	0.05		反式脂肪 (g)	0.29		反式脂肪 (g)	0.05	
碳水化合物 (g)	60.6	20%	碳水化合物 (g)	85.5	29%	碳水化合物 (g)	89.3	30%
糖 (g)	22.7		糖 (g)	29.2		糖 (g)	29	
鈉 (mg)	483.4	24%	鈉 (mg)	630.7	32%	鈉 (mg)	697.5	35%

四塊麥克鷄塊Happy Meal®			漢堡Happy Meal®			陽光鱈魚堡Happy Meal®		
麥克鷄塊®(4塊), 薯條(小), 台灣鮮搾柳丁汁			漢堡, 薯條(小), 台灣鮮搾柳丁汁			陽光鱈魚堡, 薯條(小), 台灣鮮搾柳丁汁		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	530.6	27%	熱量 (Kcal)	628.3	31%	熱量 (Kcal)	633.3	32%
蛋白質 (g)	16.3	27%	蛋白質 (g)	19.2	32%	蛋白質 (g)	19	32%
脂肪 (g)	22.7	38%	脂肪 (g)	21.4	36%	脂肪 (g)	20.5	34%
飽和脂肪 (g)	5.6	31%	飽和脂肪 (g)	7.3	41%	飽和脂肪 (g)	4.3	24%
反式脂肪 (g)	0.05		反式脂肪 (g)	0.29		反式脂肪 (g)	0.05	
碳水化合物 (g)	66	22%	碳水化合物 (g)	90.9	30%	碳水化合物 (g)	94.7	32%
糖 (g)	26.6		糖 (g)	33.1		糖 (g)	32.9	
鈉 (mg)	465.2	23%	鈉 (mg)	612.5	31%	鈉 (mg)	679.3	34%

## Happy Meal® 營養資訊

### 餐組營養資訊

四塊麥克鷄塊Happy Meal®			漢堡Happy Meal®			陽光鱈魚堡Happy Meal®		
麥克鷄塊(4塊), 水果袋, 蘋果綜合果汁(盒裝)			漢堡, 水果袋, 蘋果綜合果汁(盒裝)			陽光鱈魚堡, 水果袋, 蘋果綜合果汁(盒裝)		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	293.5	15%	熱量 (Kcal)	391.2	20%	熱量 (Kcal)	396.2	20%
蛋白質 (g)	10.9	18%	蛋白質 (g)	13.8	23%	蛋白質 (g)	13.6	23%
脂肪 (g)	11.3	19%	脂肪 (g)	10	17%	脂肪 (g)	9.1	15%
飽和脂肪 (g)	2.8	16%	飽和脂肪 (g)	4.5	25%	飽和脂肪 (g)	1.5	8%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0.24		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	38.9	13%	碳水化合物 (g)	63.8	21%	碳水化合物 (g)	67.6	23%
糖 (g)	27		糖 (g)	33.5		糖 (g)	33.3	
鈉 (mg)	309.2	15%	鈉 (mg)	456.5	23%	鈉 (mg)	523.3	26%

四塊麥克鷄塊Happy Meal®			漢堡Happy Meal®			陽光鱈魚堡Happy Meal®		
麥克鷄塊(4塊), 水果袋, 台灣鮮搾柳丁汁			漢堡, 水果袋, 台灣鮮搾柳丁汁			陽光鱈魚堡, 水果袋, 台灣鮮搾柳丁汁		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	324.6	16%	熱量 (Kcal)	422.3	21%	熱量 (Kcal)	427.3	21%
蛋白質 (g)	13.1	22%	蛋白質 (g)	16	27%	蛋白質 (g)	15.8	26%
脂肪 (g)	11.3	19%	脂肪 (g)	10	17%	脂肪 (g)	9.1	15%
飽和脂肪 (g)	2.8	16%	飽和脂肪 (g)	4.5	25%	飽和脂肪 (g)	1.5	8%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0.24		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	44.3	15%	碳水化合物 (g)	69.2	23%	碳水化合物 (g)	73	24%
糖 (g)	30.9		糖 (g)	37.4		糖 (g)	37.2	
鈉 (mg)	291	15%	鈉 (mg)	438.3	22%	鈉 (mg)	505.1	25%

% daily value for an adult

### 單一品項營養資訊(部分內容無法單點)

麥克鷄塊(4塊)			漢堡			陽光鱈魚堡*不可單點		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	176.3	9%	熱量 (Kcal)	274	14%	熱量 (Kcal)	279	14%
蛋白質 (g)	10.5	18%	蛋白質 (g)	13.4	22%	蛋白質 (g)	13.2	22%
脂肪 (g)	11.3	19%	脂肪 (g)	10	17%	脂肪 (g)	9.1	15%
飽和脂肪 (g)	2.8	16%	飽和脂肪 (g)	4.5	25%	飽和脂肪 (g)	1.5	8%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0.24		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	8.8	3%	碳水化合物 (g)	33.7	11%	碳水化合物 (g)	37.5	13%
糖 (g)	0		糖 (g)	6.5		糖 (g)	6.3	
鈉 (mg)	286.4	14%	鈉 (mg)	433.7	22%	鈉 (mg)	500.5	25%

玉米杯*不可單點			薯條(小)*不可單點			水果袋		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	86	4%	熱量 (Kcal)	232	12%	熱量 (Kcal)	26	1%
蛋白質 (g)	2.4	4%	蛋白質 (g)	3.6	6%	蛋白質 (g)	0.4	1%
脂肪 (g)	0.9	2%	脂肪 (g)	11.4	19%	脂肪 (g)	0	0%
飽和脂肪 (g)	0.2	1%	飽和脂肪 (g)	2.8	16%	飽和脂肪 (g)	0	0%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0.05		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	17	6%	碳水化合物 (g)	28.8	10%	碳水化合物 (g)	7.1	2%
糖 (g)	8		糖 (g)	0.7		糖 (g)	5	
鈉 (mg)	133	7%	鈉 (mg)	175	9%	鈉 (mg)	0.8	0%

台灣鮮搾柳丁汁			蘋果綜合果汁(盒裝)*不可單點		
營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)	營養資訊	每份	每日參考值百分比 (%Daily Value, %DV)
熱量 (Kcal)	122.3	6%	熱量 (Kcal)	91.2	5%
蛋白質 (g)	2.2	4%	蛋白質 (g)	0	0%
脂肪 (g)	0	0%	脂肪 (g)	0	0%
飽和脂肪 (g)	0	0%	飽和脂肪 (g)	0	0%
反式脂肪 (g)	0		反式脂肪 (g)	0	
碳水化合物 (g)	28.4	9%	碳水化合物 (g)	23	8%
糖 (g)	25.9		糖 (g)	22	
鈉 (mg)	3.8	0%	鈉 (mg)	22	1%

% daily value for a 4-year-old above adult