




























4-【強尼兄弟健康廚房】強尼兄弟股份有限公司/杏一醫療用品股份有限公司：營養分析表(113.7.3) 食品營養成分資料庫2023版UPDATE1(V1)

類別	項次	品項名稱	售價	食材	每份 (公克)	蛋白質 (公克)	脂肪 (公克)	醣類 (公克)	熱量 (大卡)	資料來源	食藥署資 料編號	販售品項照片
01健康低卡餐盒(16品項)												
01	01	新鮮蔬食菜飯餐盒	75	五樣配菜	300	3.5	1.0	2.0	31.0	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.0	0.4	32.4	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				統計	475.0	11.4	3.5	63.9	332.7			
01	02	油蔥雞肉飯餐盒	89	雞肉	70	21.0	7.2	2.0	156.8	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				統計	425.0	30.7	9.9	72.9	503.5			
01	03	雞胸漢堡排	89	漢堡排	70	18.0	9.0	4.5	171.0	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.0	2.0	0.0	37.0	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				總計	425	27.5	11.5	75.0	520.5			
01	04	紐奧良棒腿餐盒	89	雞腿	70	32.0	4.0	3.0	176.0	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				統計	425.0	41.7	6.7	73.9	522.7			
01	05	蒜泥白切豬	89	豬肉片	100	21.0	18.1	1.9	254.5	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.0	2.0	0.0	37.0	強尼兄弟提供		
				蒜蓉醬	20	1.5	1.4	10.4	60.2	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
總計	475.0	32.0	22.0	82.8	664.2							
01	06	日式豬肉丼餐盒	95	豬肉片	100	13.4	10.1	0.0	144.5	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				統計	455.0	23.1	12.8	70.9	491.2			
01	07	日式牛肉丼餐盒	99	牛肉片	100	16.0	44.0	2.5	470.0	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				統計	455.0	25.7	46.7	73.4	816.7			
01	08	泰式酸辣魚	99	巴沙魚肉	110	16.1	7.7	5.1	154.1	強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供		
				半顆水煮蛋	25	3.0	2.0	0.0	37.0	強尼兄弟提供		
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供		
				泰式醬	20	1.2	1.7	10.4	61.7	強尼兄弟提供		
總計	485.0	26.8	11.9	86.0	565.3							
				雞胸肉片	100	23.0	2.0	0.0	110.0	強尼兄弟提供		


01	09	黑胡椒嫩煎雞胸餐盒	100	高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供	
				統計	455.0	32.7	4.7	70.9	456.7		
01	10	柚香胡麻梅花豬餐盒	115	豬肉片	100	19.0	17.0	3.0	241.0	強尼兄弟提供	
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供	
統計	455.0	28.7	19.7	73.9	587.7						
01	11	泰式打拋豬餐盒	109	豬肉	90	5.0	14.3	9.0	184.7	強尼兄弟提供	
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供	
統計	445.0	14.7	17.0	79.9	531.4						
01	12	柚香胡麻雪花牛餐盒	125	牛肉片	100	16.0	44.0	3.0	472.0	強尼兄弟提供	
				胡麻醬汁	15				0.0	強尼兄弟提供	
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供					
統計	470.0	25.7	46.7	73.9	818.7						
01	13	照燒風味雞胸餐盒	109	雞胸肉片	100	36.0	6.0	8.0	230.0	強尼兄弟提供	
				照燒醬	15				0.0	強尼兄弟提供	
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供					
統計	470.0	45.7	8.7	78.9	576.7						
01	14	蒜香椒鹽雞胸餐盒	109	雞胸肉片	100	23.0	2.0	0.0	110.0	強尼兄弟提供	
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供	
統計	455.0	32.7	4.7	70.9	456.7						
01	15	香蔥雞胸餐盒	109	雞腿塊	100	19.0	13.0	0.0	193.0	強尼兄弟提供	
				油蔥醬	15				強尼兄弟提供		
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供					
統計	470.0	28.7	15.7	70.9	539.7						
01	16	檸香松阪豬餐盒	139	松板豬肉	90	19.0	5.0	0.0	121.0	強尼兄弟提供	
				高麗菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				油菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				鵝白菜	60	0.6	0.0	3.0	14.4	強尼兄弟提供	
				半顆水煮蛋	25	3.2	2.2	0.4	34.2	強尼兄弟提供	
				飯	150	4.7	0.5	61.5	269.3	強尼兄弟提供	
統計	445.0	28.7	7.7	70.9	467.7						

02單點 (11品項)


02	01	雞胸漢堡排	45	漢堡排	70.0	18.0	9.0	4.5	171.0	強尼兄弟提供	
----	----	-------	----	-----	------	------	-----	-----	-------	--------	---

02	02	紐奧良棒腿	49	雞腿塊	70	32.1	3.6	3.2	174.0	強尼兄弟提供	
02	03	黑胡椒嫩煎雞胸	49	雞胸肉片	100	23.3	2.0	0.0	119.0	強尼兄弟提供	
02	04	蒜泥白切豬	49	豬肉片	100.0	21.1	18.1	1.9	233.2	強尼兄弟提供	
02	05	泰式酸辣魚	49	巴沙魚肉	110.0	16.1	3.6	5.1	264.3	強尼兄弟提供	
02	06	照燒風味雞胸	59	雞胸肉片	100	23.0	2.0	0.0	119.0	強尼兄弟提供	
				照燒醬	15					強尼兄弟提供	
				統計	115.0					23.0	
02	07	蒜香椒鹽雞胸	59	雞胸肉片	100	23.0	2.0	0.0	119.0	強尼兄弟提供	
02	08	香蔥雞胸	59	雞腿塊	100	9.0	14.0	0.0	194.0	強尼兄弟提供	
				蔥	15					強尼兄弟提供	
				統計	115.0					9.0	
02	09	柚香胡麻梅花豬	65	豬肉片	100	19.0	18.0	3.0	248.0	強尼兄弟提供	
				胡麻醬汁	15					強尼兄弟提供	
				統計	115.0					19.2	
02	10	柚香胡麻雪花牛	75	牛肉片	100	16.0	44.0	3.0	800.0	強尼兄弟提供	
				胡麻醬汁	15					強尼兄弟提供	
				統計	115.0					16.0	
02	11	檸香松阪豬肉	79	松阪豬肉	90	19.0	5.0	0.0	132.0	強尼兄弟提供	

03飲品(1品項)

03	01	無糖豆漿	30	豆漿	420	15.1	8.0	1.6	146.0	強尼兄弟提供	
----	----	------	----	----	-----	------	-----	-----	-------	--------	---

04加購(1品項)

04	01	油蔥雞肉飯	45	雞肉	70	27.0	8.0	46.0	366.0	強尼兄弟提供	
				蔥	3					強尼兄弟提供	
				滷汁	30					強尼兄弟提供	
				飯	150					強尼兄弟提供	
				統計	253.0					強尼兄弟提供	