

# 表二：運動能量棒及小食棒的每條平均淨重、能量、糖、總脂肪和膳食纖維含量

項目		運動能量棒	小食棒
功能		運動營養食品，於運動前、中或後期提供身體所需的能量	正餐之間的小食
樣本編號		#1至#12	#13至#38
平均淨重 (克)		54	35
能量 (千卡)	平均	218	154
	最高	290	229
	最低	111	64
糖 (克)	平均	15.3 (16.7 <sup>△</sup> )	9.0
	最高	21.1	20.0
	最低	0	4.4
總脂肪 (克)	平均	8.0	7.2
	最高	13	17.0
	最低	2.3	0.8
膳食纖維 (克)	平均	不適用	不適用
	最高	11	7.0
	最低	不適用	不適用



△ 不包括每100克含0克糖的樣本〔「Think!」(#12)〕。