

表四：甚麼是高脂肪、糖及鈉

營養素	甚麼是高	
	每100克計	每100毫升計
總脂肪	超過20克	超過20克
糖	超過15克	超過7.5克
鈉	超過600毫克	超過300毫克

註 參考食物安全中心的資料