

ข้อมูลโภชนาการ

หนึ่งหน่วยบริโภค : 1/3 ของ (27 กรัม)
จำนวนหน่วยบริโภคต่อซอง : ประมาณ 3

คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค
พลังงานทั้งหมด 120 กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 25 กิโลแคลอรี)

ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *

ไขมันทั้งหมด 3 ก.	5 %
ไขมันอิ่มตัว 2 ก.	10 %
โคเลสเตอรอล 5 มก.	2 %
โปรตีน น้อยกว่า 2 ก.	
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด 22 ก.	7 %
ใยอาหาร น้อยกว่า 1 ก.	3 %
น้ำตาล 16 ก.	
โซเดียม 200 มก.	10 %

ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*

วิตามินเอ	0 %	วิตามินบี 1	0 %
วิตามินบี 2	0 %	แคลเซียม	0 %
เหล็ก	น้อยกว่า 2 %		

* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี

ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่าง ๆ ดังนี้

ไขมันทั้งหมด	น้อยกว่า	65 ก.
ไขมันอิ่มตัว	น้อยกว่า	20 ก.
โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า	300 มก.
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด		300 ก.
ใยอาหาร		25 ก.
โซเดียม	น้อยกว่า	2,000 มก.

พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อกรัม : ไขมัน = 9 ; โปรตีน = 4 ; คาร์โบไฮเดรต = 4

บริโภคแต่น้อยและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

ส่วนประกอบโดยประมาณ : น้ำตาล 50% ข้าวโพด 35% บัตเตอร์ออยส์ 10.50%
เกลือเสริมไอโอดีน 4% อิมัลซิไฟเออร์

ข้อมูลสำหรับผู้แพ้อาหาร : มีผลิตภัณฑ์จากนม มีผลิตภัณฑ์จากถั่วเหลือง

ผลิตโดย บริษัท ข้าวโพดหอม จำกัด
444 ซอยร่วมสิริ แขวงจอมพล
เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900



10-1-88857-1-0099