

鹽加戒備 低鈉多健康



調味料種類選擇及分量添加宜留意，料理也可以美味又低鈉。



山葵醬 27



八角 2



咖哩粉 55.2



七味粉 4



胡椒 12



白醋 1



番茄醬 112



醬油 499



咖哩塊 418



辣椒醬 495



蠔油 585



烏醋 157

※ 每10公克之鈉量 (單位: 毫克)