

Hong Kong's Action on
Salt and Sugar Reduction

全城減鹽減糖

少點鹽糖 多點健康

Less salt and sugar for better health



減少使用鹽糖
Use less salt and sugar



選用天然食材調味
Choose natural ingredients for seasoning

Nutrition Information 營養資料	
	Per 100g / 每100g
Energy / 能量	470kcal / 千卡
Protein / 蛋白質	8.4g / 克
Total fat / 總脂肪	19.9g / 克
- Saturated fat / 飽和脂肪	10.2g / 克
- Trans fat / 反式脂肪	0g / 克
Carbohydrates / 碳水化合物	64.3g / 克
- Sugars / 糖	2g / 克
Sodium / 鈉	548mg / 毫克

細閱營養標籤
Read nutrition labels



外出用膳時要求「少鹽少糖」
Ask for "less salt and sugar"
when dining out