


## 特殊低蛋白食品介紹：

胺基酸代謝異常疾病患者需要控制蛋白質的攝取，嚴格飲食控制的患者在食物選擇上受限頗大，可能只能選擇五穀根莖類與蔬果類，面對市售的各種零食，更是「只能遠觀」或是「淺嘗即止」。本會看到患者的需求，自 92 年起向國外購得特殊低蛋白食品，於營養教室活動時讓患者品嚐，也在本會網站上開放索取，希望可以讓患者在食物種類上更有選擇性，也期待國內廠商盡速引進，以嘉惠需要低蛋白飲食的患者。以下為特殊低蛋白食品之介紹：

| 低蛋白主食食品   |   |       |          |     |         |    |         |       |          |
|---|---|-------|----------|-----|---------|----|---------|-------|----------|
| 低蛋白米 1 公斤   |   |       |          |     |         |    |         |       |          |
|  | <p>低蛋白米為澱粉加工後重新塑成米粒狀之食品，口感與一般白米稍有不同。</p> <p><b>用電鍋烹煮方法</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 低蛋白米 100 公克與水 200 毫升混合。(低蛋白米一杯約 115 公克)。</li><li>2. 將低蛋白米放入電鍋煮。不需要長時間的浸泡低蛋白米。</li><li>3. 底部的低蛋白米可能會有仍然白白的現象，在飯鍋內蒸汽冒起或快煮好前請再拌一拌。</li><li>4. 煮好後請再一次的攪拌。蒸氣會把米粒包圍，即使是長時間放置也非常好吃。</li></ol> <p><b>用微波爐烹煮方法</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 用適當量的水浸泡低蛋白米 3 小時以上。浸泡時間若過短，可能不易煮熟。(低蛋白米吸水後約膨脹成重 2.5 倍左右)</li><li>2. 將水過濾掉後，把低蛋白米放入微波爐專用容器置於微波爐中加熱 3 分鐘。</li><li>3. 將容器的蓋子打開輕輕地攪拌一下，再加熱 1~2 分鐘。(如不攪拌則加熱約 4~5 分鐘。容器的邊緣可能會有些許未熟米粒。)</li></ol> <p><b>小叮嚀：</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 低蛋白米不需事先洗。</li><li>2. 一次煮 200~300 克左右的低蛋白米較好。</li><li>3. 電鍋的機種不同，冒蒸氣的時間也會不同，記錄第一次煮的時間，下次煮時將比較方便調整。</li></ol> <p><b>營養成份(100 公克，生重)：</b></p> <table><tbody><tr><td>熱量</td><td>：355 大卡</td><td>蛋白質</td><td>：0.3 公克</td></tr><tr><td>脂肪</td><td>：0.8 公克</td><td>碳水化合物</td><td>：86.7 公克</td></tr></tbody></table> | 熱量    | ：355 大卡  | 蛋白質 | ：0.3 公克 | 脂肪 | ：0.8 公克 | 碳水化合物 | ：86.7 公克 |
| 熱量  | ：355 大卡   | 蛋白質   | ：0.3 公克  |     |         |    |         |       |          |
| 脂肪  | ：0.8 公克   | 碳水化合物 | ：86.7 公克 |     |         |    |         |       |          |

## 低蛋白麵條 300 克



### 煮法：

1. 鍋中放入大量的水（麵可以流動的程度），沸騰後分散地放入麵條。
2. 煮約 8 分鐘後取出，將麵條快速地用冷水洗一下即可。
3. 煮好麵條可以熱炒或煮湯麵，加入喜愛之配料。
4. 若製作涼麵，麵條需煮 10 分鐘，再沖洗冷水。

### 小叮嚀：

1. 麵條煮過久會喪失美味。
2. 沖洗冷水後口感較好，但在水中放置太久味道也會走調。
3. 乾麵 100 克中的 phenylalanine 含量為 130 毫克。

### 營養成份(100 公克，生重)：

|    |         |       |          |
|----|---------|-------|----------|
| 熱量 | ：352 大卡 | 蛋白質   | ： 2.7 公克 |
| 脂肪 | ：1.2 公克 | 碳水化合物 | ：82.5 公克 |

## 低蛋白粉類產品

### 低蛋白麵粉 500 克 (Loprofin Low Protein Mix)



此低蛋白粉類為多用途麵粉（另有 8 公克酵母粉 1 小包），適用於遺傳代謝異常患者、腎臟或肝臟衰竭患者之低蛋白飲食。需遵醫囑使用。

成分：小麥澱粉、糖、安定劑、膨脹劑、菸鹼酸、鐵、維生素 B<sub>1</sub>、B<sub>6</sub>、B<sub>2</sub>

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照。開封之後請置於密封罐中，於 1 個月內用完。

### 營養成份(100 公克，乾粉)：

|    |         |       |          |
|----|---------|-------|----------|
| 熱量 | ：356 大卡 | 蛋白質   | ： 0.3 公克 |
| 脂肪 | ：0.3 公克 | 碳水化合物 | ：88 公克   |

### 內附酵母粉之營養成分: (8 公克)

|    |          |       |          |
|----|----------|-------|----------|
| 熱量 | ：14 大卡   | 蛋白質   | ： 2.8 公克 |
| 脂肪 | ：0.13 公克 | 碳水化合物 | ：0.28 公克 |

資料來源：SHS Loprofin Low Protein Mix 外包裝。(詳細胺基酸成分請洽本會)

## 全蛋代替品 2 x 250 克 (Loprofin Low Protein Egg Replacer)



此低蛋白粉類含有澱粉與膨脹劑，可代替烹調或烘培中的蛋，適用於遺傳性代謝異常患者、腎臟或肝臟衰竭患者之低蛋白飲食。需遵醫囑使用。(本包裝可替代約 100 個蛋之量)

**注意：**本產品營養成分與蛋不同，不能作為蛋的營養補充品。

**使用：**1 茶匙（約 5 公克）的 Low Protein Egg Replacer 可代替食譜中 1 個蛋的用量。

烘焙使用時，1 茶匙（約 5 公克）的 **Low Protein Egg Replacer** 加上 2 湯匙（約 30c.c）的水，為 1 個蛋的用量。

成分：馬鈴薯澱粉、改良樹薯澱粉、增稠劑、酸度調節劑、色素（β-胡蘿蔔素）、膨脹劑。

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照。開封之後請置於密封罐中，於 3 個月內用完。

**營養成份(100 公克，乾粉)：**

|    |          |       |          |
|----|----------|-------|----------|
| 熱量 | : 354 大卡 | 蛋白質   | : 0.2 公克 |
| 脂肪 | : 0.1 公克 | 碳水化合物 | : 88 公克  |

資料來源：SHS Loprofin Low Protein Egg Replacer 外包裝。(詳細胺基酸成分請洽本會)

## 蛋白代替品 100 克 (Loprofin Low Protein Egg White Replacer)



此白色低蛋白粉類為蛋白替代品，來自纖維素。適用於遺傳性代謝異常患者、腎臟或肝臟衰竭患者之低蛋白飲食。需遵醫囑使用。(本包裝可替代約 100 個蛋白之量)

**注意：**本產品營養成分與蛋不同，不能作為蛋的營養補充品。

成分：Hydroxypropylmethylcellulose

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照。開封之後請置於密封罐中，於 6 個月內用完。

**使用：**本產品為蛋白替代品，可以作為蛋白霜及人造鮮奶油。將 1 公克的蛋白粉（1/3 茶匙）與 40 毫升的水（約 2 湯匙的熱開水及 1 湯匙冷開水）混合均勻，待其冷卻。此為最小用量的溶液，依需要增加用量。

**營養成份 (100 公克，乾粉)：**

|    |        |       |        |
|----|--------|-------|--------|
| 熱量 | : 0 大卡 | 蛋白質   | : 0 公克 |
| 脂肪 | : 0 公克 | 碳水化合物 | : 0 公克 |

資料來源：SHS Loprofin Low Protein Egg White Replacer 外包裝。(詳細胺基酸成分請洽本會)

## 低蛋白點心類

### 低蛋白巧克力 150 公克/包 (5 公克 x 30 個)(GUNPUN Chocolate)



以澱粉與可可脂、香料製成之低蛋白巧克力，與市售巧克力不同，請遵醫囑食用。

原料: 可可脂、乳糖、砂糖、澱粉、可可、香料。

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照。開封之後請置於密封罐中。

保存期限：1 年。

#### 營養成份(100 公克)：

|    |          |       |          |
|----|----------|-------|----------|
| 熱量 | ：596 大卡  | 蛋白質   | ：1.4 公克  |
| 脂肪 | ：40.8 公克 | 碳水化合物 | ：47.7 公克 |

資料來源：GUNPUN 公司。(詳細胺基酸成分請洽本會)

### 低蛋白餅乾(醬油) 100 克



小麥澱粉製成之醬油口味低蛋白餅乾，請遵醫囑食用。

原料: 小麥澱粉、減鹽醬油。

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照。開封之後請置於密封罐中。

保存期限：6 個月。

#### 營養成份(100 公克)：

|    |         |       |          |
|----|---------|-------|----------|
| 熱量 | ：380 大卡 | 蛋白質   | ：1.1 公克  |
| 脂肪 | ：1.0 公克 | 碳水化合物 | ：91.8 公克 |

資料來源：GUNPUN 公司。(詳細胺基酸成分請洽本會)

### 低蛋白小餅乾 50 克 (NR Sweet Ball)



馬鈴薯澱粉製成之低蛋白小餅乾，請遵醫囑食用。

原料: 馬鈴薯澱粉、糖、小麥粉、水飴、β-胡蘿蔔素。

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照。開封之後請置於密封罐中。

#### 營養成份(50 公克)：

|    |           |       |          |
|----|-----------|-------|----------|
| 熱量 | ：192.5 大卡 | 蛋白質   | ：0.25 公克 |
| 脂肪 | ：0.05 公克  | 碳水化合物 | ：47.7 公克 |

資料來源：GUNPUN 公司。(詳細胺基酸成分請洽本會)

## 低蛋白日式米花 50 克 (Imitation Rice Crisp)



由 Gunpun 公司獨自開發的"Gunpun 爆米花"，有淡淡的甜味和容易化開的口感，屬於低蛋白質的零食，作為零食或能量補給食用皆宜，請遵醫囑食用。

原料: 小麥澱粉、玉米粉、砂糖、米澱粉。

儲藏：置於涼爽、乾燥的地方，避免日照或高溫潮濕處。開封之後請置於密封罐。

保存期限：9 個月。

**營養成份(50 公克)：**

熱量：195.5 大卡

蛋白質：0.2 公克

脂肪：0.3 公克

碳水化合物：47.9 公克

資料來源：GUNPUN 公司。(詳細胺基酸成分請洽本會)