



抹茶是超級健康的好茶

數據說明一切



(煎茶是上等的綠茶)



| | | 抹茶 | 煎茶 (茶葉) | 煎茶 (茶湯) | 紅茶 (茶葉) | 紅茶 (茶湯) |
|--------|--------|------|---------|---------|---------|---------|
| 熱量 | (kcal) | 324 | 331 | 86 | 311 | 72 |
| 粗蛋白 | (g) | 30.6 | 24.5 | 8.6 | 20.3 | 7.2 |
| 粗脂肪 | (g) | 5.3 | 4.7 | (0) | 2.5 | 0 |
| 碳水化合物 | (g) | 38.5 | 47.7 | 8.6 | 51.7 | 7.2 |
| 膳食纖維 | (g) | 38.5 | 46.5 | - | 38.1 | - |
| 維生素A效力 | (RE) | 2400 | 1100 | (0) | 75 | (0) |
| 維生素E效力 | (α-TE) | 28.1 | 64.9 | - | 9.8 | - |
| 維生素 B1 | (mg) | 0.60 | 0.36 | 0 | 0.10 | 0 |
| 維生素 B2 | (mg) | 1.35 | 1.43 | <1.43 | 0.80 | 0.72 |
| 維生素 B6 | (mg) | 0.96 | 0.46 | 0.43 | 0.28 | <0.28 |
| 維生素 C | (mg) | 60 | 260 | 258 | 0 | 0 |

下頁續...

(煎茶是上等的綠茶)

| | | 抹茶 | 煎茶 (茶葉) | 煎茶 (茶湯) | 紅茶 (茶葉) | 紅茶 (茶湯) |
|-------|------|-------|---------|---------|---------|---------|
| 鉀 | (mg) | 2700 | 2200 | 1161 | 2000 | 576 |
| 鈣 | (mg) | 420 | 450 | 129 | 470 | 72 |
| 鎂 | (mg) | 230 | 200 | 86 | 220 | 72 |
| 磷 | (mg) | 350 | 290 | 86 | 320 | 144 |
| 鐵 | (mg) | 17.0 | 20.0 | 8.6 | 17.0 | 0 |
| 鋅 | (mg) | 6.3 | 3.2 | Tr | 4.0 | Tr |
| 咖啡因 | (g) | 3.2 | 2.3 | 0.86 | 2.9 | 2.16 |
| 兒茶素 | (g) | 10 | 13 | 3.01 | 11 | 7.2 |
| L-茶胺酸 | (g) | 1.426 | - | 0.3 | - | - |



抹茶 > 綠茶 > 紅茶，是世界最好的茶 <<<數據說明一切

- 抹茶在茶葉本身就具備更多的營養素
- 抹茶是**完全飲用**，煎茶（上等的綠茶）和紅茶則**只喝茶湯**，其中溶出的營養素較少，特別是有些成份並非水溶性
- 一般便宜的綠茶、紅茶茶包營養素更少（抹茶的兒茶素EGCg是綠茶的137倍，2003）

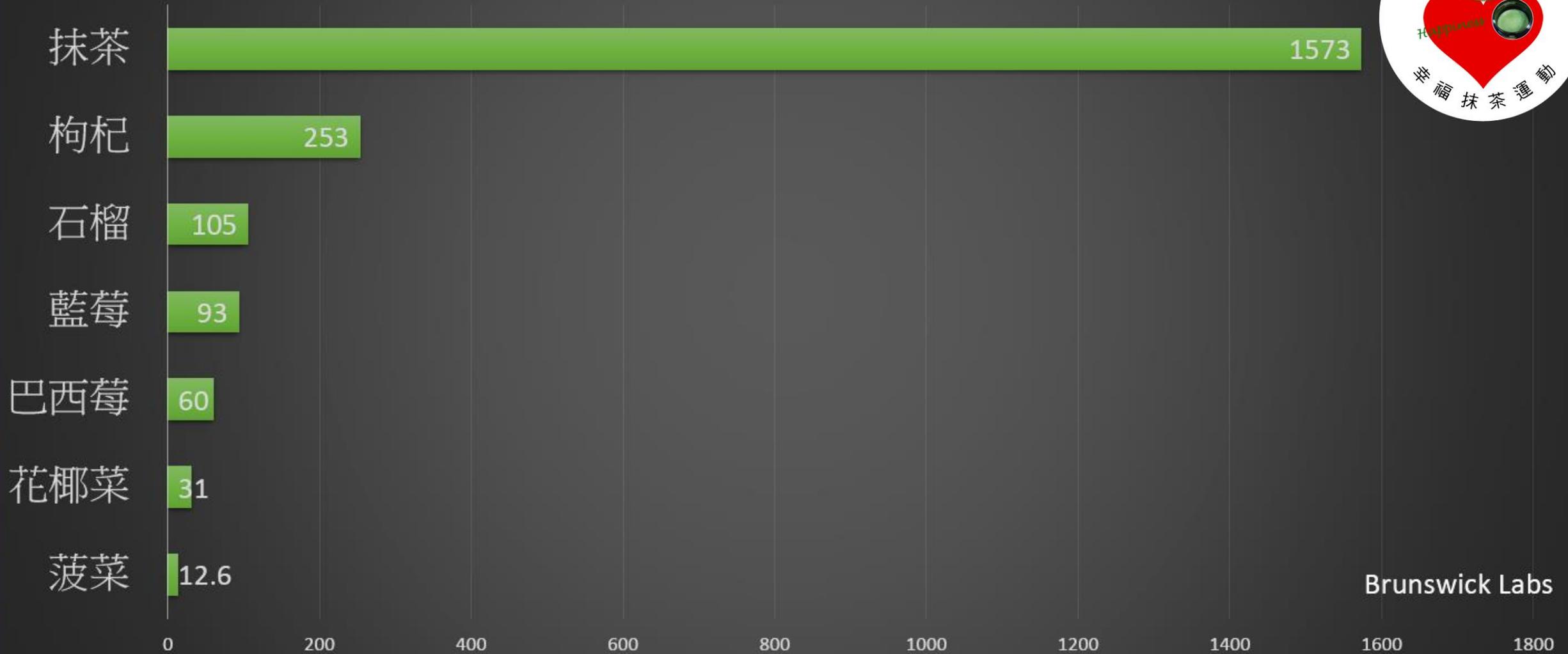
資料說明：

- 茶葉、茶湯中的營養成分均以100g的茶葉為基準計算
- 煎茶和紅茶營養成份溶出率不同的主要原因在於沖泡條件不同，紅茶的水溫更高、水量更多、浸泡更久
- 參考資料：日本食品標準成分表 等



抹茶也是頂尖的超級食物

活氧指數 (ORAC)



抹茶的抗氧化力遠遠超越其它超級食物



800年前的日本僧侶發現抹茶可增加讀經和禪思的成效

提升精神和專注力

• 咖啡因和茶鹼可提神，L-茶胺酸能穩定情緒幫助專注

使心情平靜減少壓力

• L-茶胺酸能平靜心情，抗氧化成分可減輕身體壓力

促進新陳代謝，享受窈窕

• EGCg 可促進新陳代謝，咖啡因可幫助燃燒脂肪

養顏美容、青春美麗

• 兒茶素、維他命A、C、E 和類黃酮素都具高抗氧化作用

調整體質、調節生理機能

• 兒茶素和葉綠素有多種調整體質和調節生理機能的作用

幫助維持消化道機能

• 葉綠素和兒茶素可幫助改變細菌叢生態、使排便順暢

降火氣、使口氣芬芳

• 兒茶素可抑菌中和甲硫醇臭，L-茶胺酸使抹茶氣味芬芳

現在則發現抹茶有更多健康功效 ([免責聲明](#))



翠綠 = 上等抹茶

京都宇治茶道抹茶

然而您喝的是真正的好抹茶嗎？

品名：八女風味熟抹茶奶綠粉包(中) 便利商店茶飲
原料：蔗糖、葡萄糖、抹茶粉、**抹茶香料**、乳糖、丙二醇、二氧化矽、**抹茶香料**、**牛乳香料**、鮮乳香料、麥芽糊精、阿拉伯膠
淨重：20公克

| | | |
|---------------|--|------------|
| 進口商(公司名稱) | ████████████████████ 生物科技股份有限公司 | 衛福部食藥署公開資料 |
| 進口商(公司地址) | 臺北市大安區 ████████████████████ | |
| 貨品分類號列 | 0902.10.00.00.7 | |
| 檢驗方法 | | |
| 不合格原因暨檢出量詳細說明 | 檢出 殘留農藥克凡派6.2 ppm | |
| 法規限量標準 | 依據「殘留農藥安全容許量標準」，農藥克凡派容許量為2.0 ppm，本案 不符合食品安全衛生管理法第15條規定。 | |
| 製造廠或出口商名稱 | KYOTO ██████████ TEA FARM | |
| 製造商代碼 | 京都 | |
| 牌名 | ████████████████████ | |

烘焙抹茶

泛黃 = 下等抹茶

最佳產地

好喝健康



幸福抹茶運動帶給大家好抹茶

每批檢驗

產地直送



親自訪察，京都宇治是世界最好的抹茶產地



營養成分 每 100g 抹茶

| | |
|--------|-----------|
| 總兒茶素 | 10 g |
| EGCG | 6.1 g |
| 總胺基酸 | 3.4 g |
| L-茶胺酸 | 1.426 g |
| 咖啡因 | 3.2 g |
| 膳食纖維 | 38.5 g |
| 維生素 A | 2400 RE |
| 維生素 B1 | 0.6 mg |
| 維生素 B2 | 1.35 mg |
| 維生素 C | 60 mg |
| 維生素 E | 28.1 α-TE |
| 鉀 | 2700 mg |
| 鈣 | 420 mg |
| 鐵 | 17 mg |

.....



爽口健康，不只是幸福的感覺，也是幸福的能力



REPORT NO : FA2015/75383
Date : 2015/07/30



The following sample is tested on behalf of client as:

Type of Product :
Sample condition :
Item No./Lot No. :
Applicant :
Manufacture Date :
Expiry Date :
Country of Origin : Japan
Date of Sample Received : 2015/07/24
Date of Testing : 2015/07/24
Test Requested : Determination of the pesticides
Test Method : With reference to MCHW Food No. 1031900615 Method of Test for Pesticide Residues in Food-Multi-Residue Analysis(5) and AOAC Official Method 2007.01-Pesticide Residues in Foods by Acetonitrile Extraction and Partitioning with Magnesium Sulfate. Analysis were performed by GC/MS/MS and LC/MS/MS.

Test Results : This sample is tested 426 pesticides . The test results over Limit of Quantification (LOQ) are summarized in the following table.

426項農藥檢驗合格

| | |
|-------------------------------|----|
| Number of pesticides | 2 |
| Number of pesticides over LOQ | 20 |

The test result issued by the testing institutions as requested by the consignor. Regarding to the legitimacy of the product, it shall be determined by the authorities according to the law.

- 2. The report is in vain if it is partly reproduced or used.
- 3. The test result over LOQ is summarized in the table. All test items and LOQ are listed in appendix.
- 4. If the testing item belongs to quantitative analysis then this column describes Limit of Quantification(LOQ).
- 5. According to the remark of FDA Ministry of Health and Welfare of Taiwan No. 1031900615 correction announcement (2014_0703) on the test methods: This test method is not suitable for testing Benfuracarb and Pymetrozine inside leaf substrate.

- END -

Sonny Ren
Signed for and on behalf of
SGS Taiwan Ltd

Link to SGS safety information platform
Contact person : Sonny Ren, Ph.D.





產地直送，100%日本原料、日本製造，無中間商，更便宜



歡迎加入幸福抹茶運動!