

兩)，水漬鮑鮭鮑(罐頭)30公克(1台兩)，海參100公克(3台兩)，田雞40公克(1.3台兩)，魚翅(乾)8公克(¼台兩)，干貝(乾)10公克(½台兩)，鯊魚皮40公克(1台兩)，蛤蜊(帶殼)50公克(1.5台兩)，蟹肉50公克(1.5台兩)，龍蝦50公克(1.5台兩)，蝦仁(中、10支)30公克(1台兩)，金鈎蝦(1½湯匙)10公克(½台兩)，牡蠣75公克(2台兩)，明蝦50公克(1.5台兩)，去皮家禽肉類雞胸肉(半隻)30公克(1台兩)，雞腿上部(半隻)30公克(1台兩)，雞腿下部(1隻)30公克(1台兩)，牛里脊肉30公克(1台兩)，豬里脊肉30公克(1台兩)，肉乾15公克(½台兩)，肉鬆15公克(½台兩)，魚鬆15公克(½台兩)，蛋(1個)50公克(1.5台兩)，※豬肉30公克(1台兩)，※羊肉30公克(1台兩)，

※牛肉30公克(1台兩)，※洋火腿30公克(1台兩)，※鴨肉30公克(1台兩)，※鵝肉30公克(1台兩)，※河鰻30公克(1台兩)，內臟類：肝30公克(1台兩)，心30公克(1台兩)，腰30公克(1台兩)，肺30公克(1台兩)，胰30公克(1台兩)，舌30公克(1台兩)，肚30公克(1台兩)，腦40公克(1台兩)，(※記號者，表示此類食物含油脂較高，宜少用)

豆類製品

①豆類製品每份含蛋白質7公克，脂肪5公克，熱量73卡

②食物代換如下：

豆腐(1四方塊)100公克(3台兩)，黃豆乾(½塊)70公克(2台兩)，豆枝20公克(½台兩)，豆皮(乾)(1½張)15公克(½台兩)，臭豆腐(5×5×1

)1塊60公克(1.5台兩)，油煎豆腐(三角形)(2個)85公克(2.5台兩)，豆腐乳(1½塊)25公克(¾台兩)，干絲25公克(¾台兩)，百頁25公克(¾台兩)，素雞50公克(1.5台兩)，豆籮20公克(½台兩)，麵腸(加1茶匙油減5公克醃)40公克(1台兩)，五香豆干(減5公克醃)2½塊45公克(1.5台兩)，油豆腐(減½茶匙油)4個35公克(1台兩)，豆漿(加½茶匙油)1杯240公克(7台兩)，毛豆50公克(1.5台兩)。

蔬菜類

甲種蔬菜

①甲種蔬菜每份100公克含少量的蛋白質及醣類，熱量低於30卡以內，可隨意食用。



(蔡孝思)

男怕選錯行，女怕嫁錯郎

您怕用錯肥嗎？

有了「富一肥」，您不必再為用肥煩惱了！

——泥破天然有機肥料——
(是天然資源，不是廢物利用)

- 改良土壤理化性，減少土壤酸化、硬化。
- 含有豐富的有機質75%(含腐植酸42%)。
- 作物品質提高，產量增加。
- 增加作物的抵抗力，減少病蟲害的發生。
- 唯一外銷東南亞的有機肥料。
- 本產品行銷8年，現有市場基礎。



徵
各地經銷商

營利事業登記證：
中縣中1字第00148號

詳細說明書備索

博利企業有限公司

地址：台北市松山區南京東路二段100號(101) 電話：(02) 27681-421433