

多彩多姿的食用油脂

爲了享受豐富而美味的食生活，各種食用油脂的出現，使消費者有更多的選擇，而配合未來高齡化社會的需要，亦即潛力龐大的銀髮市場，各種健康食品、機能食品、減肥食品、休閒食品、天然食品，呈現百家爭鳴狀態。

本刊以食用油脂爲主題，分期介紹植物油脂、動物油脂、特殊植物油脂、機能性脂質的產地／用途／利用。希望大家健康長壽，也許「人生100歲的時代」不是夢。

近年來經濟成長快速，國人生活水準提升，食用油脂的攝取與消費急增，其重要性爲一般大衆所關心，尤其以健康訴求爲甚。食用油脂諸如紅花籽油、玉米油（或稱玉米胚芽油）、葵花籽油、苦茶油等，不勝枚舉，均因應生產，且朝多元化發展。（

現分別介紹如下：

油脂的機能與營養健康

1. 熱能主要來源：油脂通常具有比其他任何物質更多的熱能，油脂1公克可產生9大卡路里（Kcal）的熱能，確實比碳水化合物及蛋白質（4Kcal）爲高。

2. 保護組織與器官而賦予體

形，並儲藏脂肪。

3. 細胞結構所需的必需脂肪酸（通稱維他命F）及前列腺素（體內重要荷爾蒙之一）的合成源。爲了完成人體組織的正常機能，必需且不可或缺的必需脂肪酸（多元不飽和脂肪酸），不能在體內合成，必須由食物攝取之，而且具有特殊生理作用的前列腺素，則由必需脂肪酸合成之，由此得悉其重要性與必要性。

4. 脂溶性維他命的傳送（如維他命A、D、E及胡蘿蔔素等），並促其吸收。

5. 節省維他命B₁及B₆的需求量。

6. 節省蛋白質的需求量

7. 具有調節血中脂質的機能

栽培高品質果蔬及蘭花

美國原裝進口

漁人牌 福益肥魚精11號 15-6-3

●特點：

- (1)快速生長，效果好。
- (2)適用於葉菜、瓜果類、草坪、觀葉植物。



全氮.....15
內含鉍態氮2.0
水溶性磷鉀.....6
水溶性氧化鉀.....3

請用

福益肥11號 福益肥12號

全氮.....5
水溶性磷鉀.....1
水溶性氧化鉀.....1

漁人牌 福益肥魚精12號 5-1-1

●特點：

- (1)100%高純度有機質。
- (2)促進蘭花生長期快速生長。
- (3)提高蘭花之花朵品質。
- (4)改善果蔬品質、糖度、食味口感。



肥料登記證號碼：北進質字02144號

肥料登記證號碼：北進複字02137號

鄉間小路83.10.

總經銷 台和園藝企業股份有限公司

台北市士林區中正路104巷1弄2號
業務處：台北市士林區大南路347號
台北：(02) 881-3334 台中：(04) 222-3374 嘉義：(05) 276-1033 高雄：(07) 702-3310

油脂的分類：

植物油脂

植物脂：椰子油、棕櫚核油、可口脂

植物油（不乾性油）：橄欖油、菜籽油、花生油

植物油（半乾性油）：棉籽油、胡麻油、玉米油、葵花籽油

植物油（乾性油）：大豆油、紅花籽油

動物油脂

動物脂：奶脂、牛脂、豬脂（豬油）、羊脂

動物油（魚油）：各種魚油

動物油（海產哺乳動物油）：鯨油

世界主要油脂生產量：（單位百萬公噸）

大豆油	17.19
棕櫚油	12.95
葵花籽油	7.54
菜籽油	8.63
棉籽油	3.68
花生油	3.64
椰子油	2.86
橄欖油	1.66
棕櫚核油	1.65
牛脂	6.80
豬油	5.70
魚油	1.54

（1992年）（美國農業部資料）

台灣主要食用油脂生產量或進口供應量（單位：公噸）

大豆油	386,068	本省生產量，另進口加工量718公噸。
棕櫚油	59,024	進口或加工量
葵花籽油	11,642	進口或加工量
米糠油	約8,000	本省生產量
玉米油	2,117	進口或加工量
椰子油	7,408	進口或加工量
棕櫚核油	2,551	進口或加工量
菜籽油	595	進口或加工量
橄欖油	165	進口或加工量
紅花籽油	160	進口或加工量
麻油	275	本省生產量，另進口加工量約8,700公噸
花生油	5,400	本省生產量約估
豬油	8,172	進口或加工量
牛油（牛脂）	396	進口加工量
人造奶油	785	進口量，另生產23,022公噸
酥油	17,026	進口或加工量

（資料來源：台灣植物油公會海關進出口統計月表，1992）

台灣個人油脂消費量（單位：公斤）

食用油脂種類	1990年	1992年
大豆油	14.35	15.51
花生油	0.30	0.26
菜籽油	0.04	0.03
麻油	0.34	0.46
植物油合計	15.02	16.26
豬油	4.85	5.26
牛脂（奶油）	0.44	0.62
動物油合計	5.29	5.88
油脂總計	20.31	22.14

（資料來源：農委會台灣食物平衡表1992）

原 桃園 順隆種子行(順隆種苗園) 順隆鋤簽機、鋤簽刀盤 使用36年理想實用

遷移新址：台北市永吉路348號13樓之1・電話：(02) 763-1891・郵政劃撥：11408612江嵩郊

1.未列種類、價格，請照會2.價格變動時以最低市價計算3.大量訂購價格另有優待4.精選優良品質供應，貨真價實

芽菜蔬果種子 台斤=0.6公斤 價格：新台幣(元)

5.購買種子未達100元，農藝資材未達200元另加掛號郵資24元，由郵局、貨運託運6.服務時間：夜九時前。

品 種 名 稱	每包價格	單位	價格	10台斤以上單價
苜 蓿		台斤	200	180
小 麥		〃	40	36
蘿 蔔		〃	105	95
蘿 蔔 種 子	50	〃	250	200
豆苗專用豌豆		〃	100	90
紅 花 豌 豆	40	〃	100	90
黃 秋 葵	50	〃	400	300
紅 紫 蘇	50	台兩	400	10台兩以上300
青 紫 蘇	50	台兩	400	10台兩以上300
紅 杏 菜	40	台斤	300	240
黃 金 白 菜	40	〃	150	135
油 菜	40	〃	175	160
尖 葉 空 心 菜	40	〃	205	185
清 江 白 菜	40	〃	220	200
台 灣 高 苣	40	〃	360	324

品 種 名 稱	每包價格	單位	價格	10台斤以上單價
四 季 豆	40	台斤	200	180
刈 菜	40	〃	420	380
白 骨 芹 菜	40	〃	200	180
莞 荳	40	〃	120	110
芥 蘭 菜	50	〃	190	170

精選連秀蔬果種子

品 種 名 稱	每包價格	品 種 名 稱	每包價格
改良四號蕃茄	50	60日籽仔蘿蔔	50
改良五號蕃茄	50	大 梅 花 蘿 蔔	50
改良捲心白菜	50	青 皮 大 心 刈 菜	50
銀 金 小 白 菜	40	青 種 芹 菜	50
大頭清江白菜	40	劍 萵 (拔 葉)	50
台農二號木瓜	50	尖 子 菠 蔴	40
青 皮 越 瓜	50	九 子 菠 蔴	40
羊 角 越 瓜	50	白 仁 玉 米	40

品 種 名 稱	每包價格	農藝資材
黃仁玉米	40	芽菜培養箱1個500元 苗木培養袋100個100元 苗木培養盤1個50元 安全性殺蟲劑1包20元・1箱100包 香蘭：1公斤裝250元・1箱24包 有機肥料1包50元 豆餅粉1公斤裝・1包50元
造林園藝種子		茄冬江某、木麻黃、光臘樹、檉、樟、楓香、黑松、濕地松、杜英、檸檬桉、桃花心木、七里香、鵝掌藤等。
相思樹種子		周年供應，貨真價實
雜糧牧草種子		
草坪綠肥種子		
花 類 種 子		土壤酸度測定器1支1500元 土壤酸濕度測定器1支1800元 噴霧器、白色遮光網 PE噴水管4分~1.2吋 PE排水管4分~8吋 PE銀黑覆蓋膜 瓜網、豆網、菊網等