



AUSSIE
BEEF & LAMB
澳洲牛羊肉

蛋白質 PROTINE

元素的攝取需求 牛羊肉是你最好的選擇

- 牛羊肉每份所含的蛋白質比其他食物類型更多。
例如：



150 克牛羊肉 = 33 克蛋白質



170 克豆腐 = 15 克蛋白質



2 顆雞蛋 = 12 克蛋白質



牛羊肉尤其適合那些需要在每天有限的攝取量中
得到最大量營養補充的人們



正在進行飲食控制的人，例如：
瘦身、增肌減脂、運動員等。



食量小但營養需求高的人，例如：
兒童或年長者等。

對健康的 益處



幫助生長發育與肌肉修復



保持骨骼健康與生長所需