

Analytical result of sodium, total fat and trans fat contents of non-prepackaged bread samples and prepackaged bread samples exempted from nutrition labelling

No.	Shop details		Product description [2]	Approx. retail price [3]	Weight per unit / piece (g)	Test Result [4]					
	Name	Address				Sodium (mg)		Total Fat (g)		Trans Fat (g)	
						per 100g	per unit / piece	per 100g	per unit / piece	per 100g	per unit / piece
White bread											
1	車厘哥夫餅店	旺角彌敦道 760 號聯合廣場地下 G29 號舖	方包	\$14 (每磅)	48	310	150	4.4	2.1	0.017	0.008
2	豆豆麵包西餅	荃灣眾安街 1 號地下	方包	\$10 (8 片)	49	380	190	7.5	3.7	0.038	0.019
3	榮怡餅屋	粉嶺一鳴路 23 號牽晴間購物廣場地下 G6 舖	鮮奶方包	\$16 (8 片)	41	390	160	7.0	2.9	0.054	0.022
4	迪斯餅店	天水圍天慈邨商場地下 6 號	方包	\$10 (每磅)	46	420	190	7.5	3.5	0.015	0.007
5	麵包先生	荃灣曹公坊 12 號地舖	方包	\$10 (8 片)	43	420	180	7.7	3.3	0.015	0.007
6	金雅餅店	沙田大圍富嘉花園 2 座地下	方包	\$12 (每磅)	43	420	180	8.3	3.6	0.025	0.011
7	凱施餅店	尖沙咀加連威老道 98 號東海商業中心地下 G01-G02 號舖	方包	\$7.5 (4 片)	47	430	200	6.3	3.0	0.036	0.017
8	安妮麵包西餅	大角咀埃華街 75 號地下	方包	\$8 (每磅)	36	450	160	8.3	3.0	0.046	0.017
9	富華麵包餅店	大角咀晏架街 4 號地下	白方包	\$9 (每磅)	49	470	230	7.4	3.6	0.062	0.030
10	櫻桃麵包西餅	旺角廣東道 1061 號地舖	方包	\$9 (8 片)	44	500	220	7.9	3.5	0.016	0.007
Average					45	420	190	7.2	3.2	0.032	0.014
Wholemeal bread											
11	紅車厘麵包西餅	北角糖水道 16 號益漢洋樓地下 F 舖	麥方包	\$8 (4片)	45	280	130	7.4	3.3	0.026	0.012
12	天樂烘培	灣仔天樂里 15 號	麥方包	\$14 (8片)	53	330	170	7.7	4.1	0.016	0.009
13	貝嘉餅屋	荃灣街市街 166 號地下	麥方包	\$9.5 (8片)	49	350	170	7.4	3.6	0.13	0.064
14	占美餅店	石硤尾石硤尾邨 20 座 124 號地下	健康麥方包	\$12 (每磅)	44	380	170	8.3	3.7	0.031	0.014
15	超羣麵包西餅	大埔運頭塘邨商場 26 號 A	麥方包	\$13 (8片)	47	400	190	7.8	3.7	0.035	0.016
16	櫻島麵包餅店	美孚美孚新邨第二期吉利徑 1-2 號 50 號舖	麥方包	\$11 (8片)	47	430	200	7.9	3.7	0.019	0.009
17	喜利餅店	上環禧利街 3 號地下	麥方包	\$6.5 (4片)	48	440	210	4.2	2.0	0.012	0.006
18	麵包城	馬鞍山恆安邨商場 3 樓 311 號舖	鮮奶麥皮方包	\$11 (8片)	40	450	180	10	4.0	0.035	0.014
19	麥香田	油麻地新填地街 141 號恆運樓地下 C 舖	麥方包	\$10 (8片)	46	470	220	7.8	3.6	0.056	0.026
20	三田飽餅料理	樂富橫頭壩邨宏輝中心第 2 層	麥方包	\$10 (8片)	44	500	220	8.5	3.7	0.038	0.017
Average					46	400	190	7.7	3.5	0.040	0.019
Croissant											
21	Paper Stone Bakery	上環德輔道中 308 號富衛金融中心地下 4 及 5 號舖	牛角酥	\$15.0	63	230	140	31	20	0.83	0.52
22	A-1 Bakery	西灣河成安街 18 號港島東 18 地下 1 號舖	牛角酥	\$11.0	73	340	250	30	22	0.26	0.19
23	美心西餅	荃灣楊屋道 1 號萬景峰荃新天地地下 G17 號舖	牛角酥	\$7.0	65	350	230	26	17	1.1	0.72
24	惠康超級市場	西貢親民街西貢花園 1 樓 A,B 舖	牛角包	\$8.5	70	380	270	23	16	0.97	0.68
25	Eric Kayser	灣仔皇后大道東 248 號地舖	牛角酥	\$20.0	65	380	250	25	16	0.48	0.31
26	DONQ	銅鑼灣軒尼詩道 555 號崇光百貨 B2 樓 30 號舖	牛角酥	\$12.0	56	420	240	27	15	0.98	0.55
27	麵包新語	將軍澳唐賢街 9 號 PopCorn 商場地下 G25 號舖	牛角 1 牛角!	\$11.5	63	440	280	24	15	0.66	0.42
28	Panash	將軍澳寶業路 8 號新都城中心 2 期 1 樓 1079 號舖	牛角酥	\$11.0	54	440	240	28	15	0.71	0.38
29	Market place by Jasons	旺角亞皆老街 8 號朗豪坊地庫 B2 8 號舖	皇牌法國牛角酥	\$16.0	61	490	300	25	15	0.46	0.28
30	A La Bakery	中環干諾道中 68 號 華懋廣場第二期 地舖	牛角包	\$15.0	54	490	260	29	16	0.51	0.28
Average					62	400	250	27	17	0.70	0.43
Wheat bread with raisin											
31	新鳳凰餅店	北角七姊妹道 206-208 號昌利大廈地下	提子包	\$5.0	78	21	16	7.6	5.9	0.012	0.009
32	喜利餅店	上環禧利街 3 號地下	小麥包	\$6.0	85	25	21	8.9	7.6	0.024	0.020
33	佳記餐廳	屯門屯隆街 2 號屯門時代廣場北翼地下 8-19 號舖	提子麥包	\$7.0	92	69	63	8.5	7.8	0.047	0.043
34	櫻島麵包餅店	美孚美孚新邨第二期吉利徑 1-2 號 50 號舖	小提子麥包	\$4.0	68	91	62	8.7	5.9	0.032	0.022
35	快甜美麵包西餅	荃灣路德園 51-63 昌華大廈 1 座地下	小麥包	\$4.0	64	100	64	8.7	5.6	0.020	0.013
36	麥香田	油麻地新填地街 141 號恆運樓地下 C 舖	小麥包	\$5.0	68	130	88	9.5	6.5	0.058	0.039
37	悅揚麵包西餅	大埔翠怡街 3 號翠怡花園地下 3 號舖	提子小麥包	\$4.5	53	140	74	10	5.3	0.038	0.020
38	大班麵包西餅	香港仔中心第 4 期 5 號地舖	小麥包	\$6.5	69	240	170	7.8	5.4	0.034	0.023
39	奇華餅家	大埔南運路 9 號新達廣場 L-1 層 091 號舖	提子小麥包	\$6.0	80	250	200	8.5	6.8	0.22	0.18
40	西廊麵包	九龍灣德福花園平台 P8	小麥包	\$5.5	64	330	210	9.7	6.2	0.12	0.077
Average					72	140	97	8.8	6.3	0.061	0.045
Sweet plain roll / bun											
41	安樂麵包公司	石硤尾南山邨南樂樓地下 110 號舖	餐包	\$4.0	85	21	18	8.5	7.2	0.028	0.024
42	貝嘉餅屋	荃灣街市街 166 號地下	甜餐包	\$3.0	58	35	20	9.2	5.3	0.051	0.030
43	麵包城	馬鞍山恆安邨商場 3 樓 311 號舖	甜餐包	\$4.0	63	35	22	11	6.9	0.024	0.015
44	東京麵包餅食	彩虹彩虹邨金漢樓地下 35 號	甜餐包	\$4.5	61	54	33	8.9	5.4	0.027	0.016
45	新龍珠餅店	筲箕灣筲箕灣東大街 105 號	甜餐包	\$3.5	68	110	75	9.4	6.4	0.057	0.039
46	豆豆麵包西餅	荃灣眾安街 1 號地下	甜餐包	\$4.0	64	120	77	8.2	5.2	0.043	0.028
47	新創記茶餐廳	北角渣華道 90 號地下	甜餐包	\$4.0	100	140	140	8.6	8.6	0.027	0.027
48	悅揚麵包西餅	大埔翠怡街 3 號翠怡花園地下 3 號舖	甜餐包	\$4.5	54	150	81	9.5	5.1	0.031	0.017
49	超羣麵包西餅	大埔運頭塘邨商場 26 號 A	甜餐包	\$5.5	53	170	90	9.5	5.0	0.23	0.12
50	協香麵包西餅	粉嶺聯和墟和隆街 24 號地下	餐包	\$4.0	66	260	170	12	7.9	0.046	0.030
Average					67	110	73	9.5	6.3	0.056	0.035

Analytical result of sodium, total fat and trans fat contents of non-prepackaged bread samples and prepackaged bread samples exempted from nutrition labelling (continued)

No	Shop details		Product description [2]	Approx. retail price [3]	Test Result [4]							
	Name	Address			Weight per unit / piece (g)	Sodium (mg)		Total Fat (g)		Trans Fat (g)		
						per 100g	per unit / piece	per 100g	per unit / piece	per 100g	per unit / piece	
Sesame roll / bun												
51	聖安娜餅屋	屯門屯隆街 1 號錦普坊商場地下 108-109 號舖	咸芝麻卷	\$5.8	58	350	200	9.6	5.6	0.18	0.10	
52	金雅餅店	沙田大圍富嘉花園 2 座地下	芝麻包	\$4.5	80	420	340	6.3	5.0	0.024	0.019	
53	翠河餐廳	美孚美孚新邨 4 期百老匯街 69-119 號地下 101A 舖	芝麻包	\$4.5	66	430	280	9.2	6.1	0.023	0.015	
54	華樂麵飽西餅	彩虹彩虹邨金華樓 S5 號地下	芝麻包	\$4.0	65	440	290	8.6	5.6	0.025	0.016	
55	迪斯餅店	天水圍天慈邨商場地下 6 號	咸卷	\$5.0	69	480	330	8.7	6.0	0.049	0.034	
56	富華麵包餅店	大角咀晏架街 4 號地下	芝麻豬	\$3.0	61	490	300	8.5	5.2	0.064	0.039	
57	寶貝星餅店	紅磡機利士南路 63 號地下 A 舖	咸卷	\$4.0	53	500	270	8.8	4.7	0.039	0.021	
58	君蘭餅店	九龍塘港鐵東鐵綫九龍塘站 207 號	芝麻包	\$5.5	61	530	320	9.8	6.0	0.038	0.023	
59	百佳超級市場	沙田橫壙街 1-15 號好運中心 3 樓	芝麻包	\$5.0	56	540	300	9.1	5.1	0.020	0.011	
60	加利年餅屋	上環皇后大道中 378 號福陞閣 1 號地下	芝麻包	\$5.0	64	630	400	7.2	4.6	0.024	0.015	
					Average	63	480	300	8.6	5.4	0.049	0.029
“Pineapple” bun												
61	金華冰廳	太子弼街 47 號地下	招牌菠蘿包	\$6.0	150	29	44	12	18	0.084	0.13	
62	永興冰室	太子彌敦道 776-778 號地舖	菠蘿包	\$6.0	95	53	50	13	12	0.031	0.029	
63	佳記餐廳	屯門屯隆街 2 號屯門時代廣場北翼地下 8-19 號舖	脆皮菠蘿包	\$7.0	110	55	61	12	13	0.13	0.14	
64	太子餅店	太古太古城道 24 號太古城第五期夏宮閣地下 G408 號舖	菠蘿包	\$6.0	83	80	66	13	11	0.037	0.031	
65	翠河餐廳	美孚美孚新邨 4 期百老匯街 69-119 號地下 101A 舖	菠蘿包	\$4.5	97	100	97	14	14	0.073	0.071	
66	翠華餐廳	沙田沙田正街 21-27 號沙田廣場 3 樓 50 號舖	菠蘿包	\$7.0	98	130	130	14	14	0.054	0.053	
67	船品堂 Fresh Fresh	荃灣青山公路荃灣段 264-298 號南豐中心 1 樓 A02 號舖	菠蘿包	\$5.0	78	140	110	13	10	0.063	0.049	
68	泰昌餅家	尖沙咀天星碼頭 KP31-32 號舖	港式菠蘿包	\$7.0	99	210	210	14	14	0.078	0.077	
69	百樂麵包製造店	沙田瀝源邨富裕樓地下 1 號	菠蘿包	\$3.5	66	270	180	12	7.9	0.099	0.065	
70	美心西餅	荃灣楊屋道 1 號萬景峰荃新天地地下 G17 號舖	菠蘿包	\$5.5	95	330	310	12	11	0.071	0.067	
					Average	97	140	130	13	12	0.072	0.071
Cocktail bun												
71	金華冰廳	太子弼街 47 號地下	出爐雞尾包	\$6.0	120	110	130	14	17	0.30	0.36	
72	車厘哥夫餅店	旺角彌敦道 760 號聯合廣場地下 G29 號舖	雞尾包	\$5.5	96	140	130	16	15	0.47	0.45	
73	加利年餅屋	上環皇后大道中 378 號福陞閣 1 號地下	雞尾包	\$5.0	90	190	170	17	15	0.26	0.23	
74	名都餅店	大埔安泰路 1 號大埔廣場 L1 地下 9 號舖	雞尾包	\$4.0	95	210	200	22	21	0.32	0.30	
75	大同老餅家	沙田港鐵沙田站大堂 20 號舖	椰絲雞尾包	\$5.5	110	240	260	20	22	0.35	0.39	
76	安妮麵包西餅	大角咀埃華街 75 號地下	雞尾包	\$4.0	90	240	220	21	19	0.50	0.45	
77	麵包先生	荃灣曹公坊 12 號地舖	雞尾包	\$4.2	130	250	330	20	26	0.31	0.40	
78	凱旋餅店	尖沙咀加連威老道 98 號東海商業中心地下 G01-G02 號舖	雞尾包	\$7.5	86	260	220	18	15	0.41	0.35	
79	天樂烘焙	灣仔天樂里 15 號	雞尾包	\$7.0	120	340	410	22	26	0.56	0.67	
80	明珠餅店	柴灣翠灣邨商場 4 號舖	雞尾包	\$4.0	96	360	350	19	18	0.62	0.60	
					Average	103	230	240	19	19	0.41	0.42
Tuna fish bun												
81	鐘意麵包	柴灣小西灣道 9 號富欣花園地下 52 號舖	吞拿魚包	\$6.0	100	180	180	8.8	8.8	0.042	0.042	
82	占美餅店	石硤尾石硤尾邨 20 座 124 號地下	吞拿魚包	\$8.0	110	190	210	8.8	9.7	0.057	0.063	
83	快甜美麵包西餅	荃灣路德園 51-63 昌華大廈 1 座地下	吞拿魚包	\$7.5	98	240	240	6.9	6.8	0.092	0.090	
84	新龍珠餅店	筲箕灣筲箕灣東大街 105 號	吞拿魚包	\$5.5	110	240	260	9.5	10	0.044	0.048	
85	船品堂 Fresh Fresh	荃灣青山公路荃灣段 264-298 號南豐中心 1 樓 A02 號舖	吞拿魚包	\$8.0	78	250	200	8.9	6.9	0.032	0.025	
86	永興冰室	太子彌敦道 776-778 號地舖	吞拿魚包	\$8.0	110	260	290	10	11	0.066	0.073	
87	Taste	九龍塘達之路 80 號又一城 MTR 層 MTR05 號舖	吞拿魚包	\$10.0	110	290	320	7.7	8.5	0.14	0.15	
88	翠華餐廳	沙田沙田正街 21-27 號沙田廣場 3 樓 50 號舖	吞拿魚包	\$9.0	130	290	380	11	14	0.056	0.073	
89	明珠餅店	柴灣翠灣邨商場 4 號舖	吞拿魚包	\$6.5	130	300	390	7.9	10	0.035	0.046	
90	東海堂	太古港鐵太古站 TAK10 號舖	吞拿魚包	\$8.5	85	420	360	12	10	0.11	0.094	
					Average	106	270	280	9.2	9.6	0.067	0.070
Sausage bun												
91	櫻桃麵飽西餅	旺角廣東道 1061 號地舖	腸仔包	\$4.0	88	220	190	12	11	0.029	0.026	
92	新鳳凰餅店	北角七姊妹道 206-208 號昌利大廈地下	香腸包	\$7.0	120	330	400	9.8	12	0.028	0.034	
93	名都餅店	大埔安泰路 1 號大埔廣場 L1 地下 9 號舖	腸仔包	\$6.5	100	330	330	12	12	0.055	0.055	
94	寶貝星餅店	紅磡機利士南路 63 號地下 A 舖	腸仔包	\$6.5	90	350	320	12	11	0.042	0.038	
95	安樂麵飽公司	石硤尾南山邨南樂樓地下 110 號舖	腸仔包	\$6.5	92	380	350	12	11	0.029	0.027	
96	百樂麵包製造店	沙田瀝源邨富裕樓地下 1 號	腸仔包	\$5.5	94	430	400	15	14	0.045	0.042	
97	三田飽餅料理	樂富橫頭磡邨宏暉中心第 2 層	腸仔包	\$7.0	98	440	430	13	13	0.031	0.030	
98	大同老餅家	沙田港鐵沙田站大堂 20 號舖	腸仔包	\$8.0	110	490	540	12	13	0.040	0.044	
99	Clrice K	葵涌景荔徑 8 號盈輝薈地下 G-04 號舖	腸仔包	\$8.0	88	550	480	16	14	0.062	0.055	
100	山崎麵包	尖沙咀港鐵尖東站 ETS11 號舖	腸仔卷	\$9.5	84	640	540	13	11	0.080	0.067	
					Average	96	420	400	13	12	0.044	0.042
					Overall average	76	300	210	12	9.5	0.15	0.12

Note:
[1] Arranged in ascending order of sodium content per 100g. If the sodium contents per 100g are the same, then arranged in ascending order of total fat content per 100g. Test results could not be provided to shops selling samples #69 and #96 as the names of the shops had been changed.
[2] Product description was provided according to the names on the receipt / menu.
[3] Price is for reference only, which was provided according to the retail price when samples were bought in February to March 2018. Exact price may be varied due to different shops and districts.
[4] The figures were organised with significant figures and rounding rules applied.