

附件 I 食物樣本的碘含量

食物類別 / 食品	檢測 樣本 數目	碘含量(微克/公斤) ^{*1}	
		平均值[範圍]	中位數
藻類	18	460 000 [840 至 2 900 000]	38 000
海帶	3	2 600 000 [2 000 000 至 2 900 000]	
其他藻類	3	94 000 [8 900 至 220 000]	
紫菜	3	73 000 [44 000 至 99 000]	
零食紫菜	3	34 000 [26 000 至 38 000]	
紫菜(壽司用) ^{*3}	3	16 000 [6 400 至 28 000]	
大菜	3	1 100 [840 至 1 600]	
調味料及醬油	24	3 900 [4 至 36 000]	94
▪ 碘鹽 ^{*3}	3	30 000 [26 000 至 36 000]	
▪ 餐桌鹽	3	120 [56 至 240]	
▪ 其他	18	110 [4 至 440]	82
白汁	2	230 [130 至 330]	
蠔油	3	220 [96 至 440]	
魚露	3	130 [91 至 170]	
荷蘭酸辣醬	1	130 [130]	
咖喱醬	3	57 [34 至 73]	
生抽	3	21 [10 至 39]	
番茄醬	3	8 [4 至 15]	
甲殼類及軟體動物	39	970 [32 至 6 100]	490
▪ 甲殼類動物	12	1 200 [230 至 6 100]	490
蝦米	3	3 400 [660 至 6 100]	
大花蝦	3	440 [350 至 490]	
花蟹	3	470 [350 至 630]	
三點蟹	3	360 [230 至 490]	
▪ 軟體動物	27	880 [32 至 4 200]	590
蠔豉	3	3 100 [2 400 至 4 200]	
蠔	3	830 [320 至 1 400]	
乾貝	3	700 [280 至 970]	
扇貝/帶子	3	82 [32 至 150]	
青口	3	1 400 [1 000 至 1 800]	
蜆	3	1 100 [590 至 2 100]	
蜆子	3	530 [380 至 790]	
墨魚	3	95 [76 至 121]	
魷魚	3	65 [57 至 74]	

附件 I

食物類別 / 食品	檢測 樣本 數目	碘含量(微克/公斤) ^{*1}	
		平均值[範圍]	中位數
蛋及蛋類製品	12	490 [82 至 2 300]	260
▪ 雞蛋黃	3	1 200 [200 至 2 300]	
▪ 蛋(全隻)	9	250 [82 至 430]	250
雞蛋(全隻)	3	290 [82 至 430]	
皮蛋	3	230 [190 至 250]	
鹹鴨蛋	3	230 [130 至 310]	
奶及奶類製品(包括冰凍甜點)	40	340 [40 至 2 000]	240
▪ 奶	17	420 [55 至 2 000]	280
脫脂奶粉	3	1 300 [730 至 2 000]	
全脂奶粉	3	430 [300 至 580]	
煉奶	3	340 [260 至 420]	
淡奶	2	250 [220 至 280]	
全脂牛奶(脂肪含量≥3.25%)	3	91 [56 至 130]	
脫脂牛奶(脂肪含量≤0.3%)	3	79 [55 至 120]	
▪ 芝士	9	420 [160 至 1 400]	240
帕爾馬芝士	3	790 [430 至 1 400]	
車打芝士	3	250 [170 至 350]	
蒙莎莉芝士	3	210 [160 至 240]	
▪ 其他	14	180 [40 至 300]	190
乳酪	3	290 [280 至 300]	
酸忌廉	3	190 [40 至 290]	
雪條(有牛奶成分)	2	180 [68 至 300]	
雪糕	3	140 [57 至 220]	
攪用忌廉(脂肪含量≥35%)	3	91 [40 至 150]	
魚類	78	190 [4 至 830]	130
▪ 鹹水魚	54	170 [50 至 600]	130
紅衫	3	360 [310 至 420]	
馬頭	3	350 [290 至 430]	
鱈魚	3	280 [120 至 600]	
鮫魚	3	270 [240 至 290]	
多春魚	3	230 [170 至 280]	
罐頭沙甸魚 ^{*2}	3	190 [100 至 340]	
大眼雞	3	180 [150 至 200]	
撻沙	3	150 [120 至 220]	
黃花魚	3	130 [130]	
泥鯔	3	130 [130]	
黃魴鯇	3	120 [100 至 160]	

附件 I

食物類別 / 食品	檢測 樣本 數目	碘含量(微克/公斤) ^{*1}	
		平均值[範圍]	中位數
九肚魚	3	120 [84 至 150]	
牙帶	3	110 [94 至 140]	
沙魷	3	110 [91 至 130]	
罐頭吞拿魚 ^{*2}	3	98 [74 至 120]	
鱈魚	3	94 [77 至 110]	
紅魷	3	92 [86 至 100]	
黃腳魷	3	90 [50 至 120]	
<hr/>			
▪ 淡水魚	9	12 [4 至 30]	9
桂花魚	3	23 [16 至 30]	
大頭魚	3	8 [5 至 9]	
鮫魚	3	4 [4 至 5]	
<hr/>			
▪ 其他	15	360 [11 至 830]	360
鹹魚	3	640 [450 至 830]	
魚子/魚子醬	3	490 [360 至 710]	
花膠/魚肚	3	370 [250 至 530]	
魚蛋/魚片	3	300 [100 至 680]	
魚滑/絞鯪魚肉	3	14 [11 至 17]	
<hr/>			
刺身及壽司 ^{*2}	12	86 [28 至 140]	91
吞拿魚刺身	3	120 [100 至 140]	
蝦刺身	3	110 [94 至 130]	
三文魚刺身	3	63 [28 至 87]	
八爪魚刺身	3	50 [48 至 52]	
<hr/>			
肉類及家禽	12	42 [檢測不到至 480]	3
火腿	3	160 [3 至 480]	
豬肉(瘦)	3	3 [3]	
雞肉	3	2 [檢測不到至 3]	
牛肉(瘦)	3	1 [檢測不到至 2]	
<hr/>			
穀物及穀物製品	12	13 [3 至 68]	6
即食麵 ^{*2}	3	29 [5 至 68]	
白麵包	3	13 [7 至 17]	
米粉/米線	3	7 [5 至 12]	
白飯	3	3 [3 至 4]	
<hr/>			
豆類及蔬菜	12	8 [檢測不到至 28]	3
菜心	3	25 [21 至 28]	
青豆角	3	6 [4 至 7]	
西蘭花	3	1 [檢測不到至 2]	
西生菜	3	1 [檢測不到]	

附件 I

食物類別 / 食品	檢測 樣本 數目	碘含量(微克/公斤) ^{*1}	
		平均值[範圍]	中位數
不含酒精飲品	12	6 [檢測不到至 13]	5
自來水	3	10 [8 至 13]	
豆漿	3	9 [6 至 13]	
樽裝礦泉水	3	3 [檢測不到至 4]	
樽裝蒸餾水	3	1 [檢測不到]	
合計	271	31 000 [檢測不到至 2 900 000]	130

*1 檢測樣本數目 ≤ 3，不提供中位數。

*2 不包括醬油和調味料。

*3 食物消費量調查沒有消費量數據的食品。