

杯就過量

「咖啡因含量紅黃綠標示」即日起紅標咖啡時，每日最好不超過二五衛生局抽驗結果，以一〇〇cc計的咖啡，四成以上符合綠標，一成拿紅牌。

局藥物食品管理處長姜郁美表示，咖啡的咖啡因較高，但抽驗發現連鎖星巴克為例，每一〇〇cc咖啡因平均含量約一七四．三毫克，濃含量二二八毫克。

姜郁美解釋，一般咖啡的咖啡，一杯容量多在二cc左右，美式咖啡每一咖啡因平均含量一七一．克算，二〇〇cc就有三．六毫克咖啡因；而濃縮常配上大量牛奶，咖啡因反而比美式少。

姜郁美說，一般民眾對因的認識不多，不少人認天喝一杯就是正常，但是常是要計算咖啡因濃度。

抽驗結果也發現，同一連鎖咖啡業者不同分店的同咖啡，會有咖啡因濃度不形。姜郁美說，可能因為啡的人或流程不同，建議訂定標準作業流程，確保因標示的正確性。

星巴克部份，衛生局抽驗果和公開標示差異甚多，克表示，目前不知衛生局的咖啡項目，以美式咖啡為，該店有「每日精選」和「式」兩種，所含咖啡因和啡豆生產地有關，店內標全依照美國總公司的均值。若怕喝咖啡過量，可選低咖啡因咖啡。

大杯為480cc，濃縮咖啡單份約30cc，雙份有60cc。

65 130
195 260

焦糖瑪奇朵
冰咖啡

單位：毫克/100cc

麥當勞

咖啡

咖啡

咖啡

咖啡

咖啡

