

The results are certified only on the tested sample as indicated in this report.  
The report shall not be reproduced without written approval from Intertek.  
Attention is drawn to the Terms and Conditions for Inspection printed overleaf.

TESTING  
No.0111

**Test Report**

Number: FS1914424

**THAI NUTRITION LABELING (Thai-English)**

Sample Description: โยเกิร์ต รสหวาน กลิ่นมะพร้าว ตราгурูแม่  
Sweet Yoghurt Coconut Flavour Gourmet Brand  
Sample No.: 1914424  
Serving size: 150 g., Container: 300 g.

ข้อมูลโภชนาการ (Nutrition Information)			
หนึ่งหน่วยบริโภค : 1/2 ขวด	( 150	ก.)	
(Serving size : 1/2 bottle	( 150	g))	
จำนวนหน่วยบริโภคต่อขวด :	2		
(Servings per bottle)			
คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค (Amount per serving)			
พลังงานทั้งหมด	120	กิโลแคลอรี	(พลังงานจากไขมัน 40 กิโลแคลอรี)
(Total energy)	(kcal)		((Energy from fat (kcal))
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*(Percent Thai RDI)			
ไขมันทั้งหมด (Total fat)	4.5	ก. (g)	7 %
ไขมันอิ่มตัว (Saturated fat)	3	ก. (g)	15 %
โคเลสเตอรอล (Cholesterol)	20	มก. (mg)	7 %
โปรตีน (Protein)	4	ก. (g)	
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (Total carbohydrate)	15	ก. (g)	5 %
ใยอาหาร (Dietary fiber)	น้อยกว่า 1 ( Less than 1 )	ก. (g)	2 %
น้ำตาล (Sugars)	13	ก. (g)	
โซเดียม (Sodium)	65	มก. (mg)	3 %
ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน * (Percent Thai RDI)			
วิตามินเอ (Vitamin A)	15 %	วิตามินบี 1 (Vitamin B1)	0 %
วิตามินบี 2 (Vitamin B2)	20 %	แคลเซียม (Calcium)	20 %
เหล็ก (Iron)	15 %		
* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี			
(Percent Thai Recommended Daily Intakes for population over 6 years of age are based on a 2,000 kcal diet.)			
ความต้องการพลังงานของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ผู้ที่ต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี ควรได้รับสารอาหารต่าง ๆ ดังนี้			
(Energy needs vary by individuals. If your activities require energy of 2,000 kcal per day, your daily diet should provide the following nutrients.)			
ไขมันทั้งหมด (Total fat)	น้อยกว่า (less than)	65	ก. (g)
ไขมันอิ่มตัว (Saturated fat)	น้อยกว่า (less than)	20	ก. (g)
โคเลสเตอรอล (Cholesterol)	น้อยกว่า (less than)	300	มก. (mg)
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (Total carbohydrate)		300	ก. (g)
ใยอาหาร (Dietary fiber)		25	ก. (g)
โซเดียม (Sodium)	น้อยกว่า (less than)	2,000	มก. (mg)
พลังงาน (กิโลแคลอรี) ต่อกรัม : ไขมัน = 9 ; โปรตีน = 4 ; คาร์โบไฮเดรต = 4			
(Energy (kcal) per gram : Fat 9 ; Protein 4 ; Carbohydrate 4)			

The results are certified only on the tested sample as indicated in this report.  
The report shall not be reproduced without written approval from Intertek.  
Attention is drawn to the Terms and Conditions for Inspection printed overleaf.

TESTING  
No.0111

## Test Report

Number: FS1914424

### GDA NUTRITION LABELING

Sample Description: โยเกิร์ต รสหวาน กลิ่นมะพร้าว ตราгур์ม่  
Sweet Yoghurt Coconut Flavour Gourmet Brand  
Sample No.: 1914424  
Serving size: 150 g., Container: 300 g.

## คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 ขวด ควรแบ่งกิน 2 ครั้ง

พลังงาน	น้ำตาล	ไขมัน	โซเดียม
<b>240</b> กิโลแคลอรี	<b>26</b> กรัม	<b>9</b> กรัม	<b>130</b> มิลลิกรัม
<b>* 12 %</b>	<b>* 40 %</b>	<b>* 14 %</b>	<b>* 7 %</b>

\*คิดเป็นร้อยละของปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้ต่อวัน