

新聞稿附件：常見酒類之酒精含量表

若飲酒，男性每日不宜超過 2 杯(每杯酒精 10 公克)，相當於 1 罐 5%、500ml 的啤酒；女性每日不宜超過 1 杯，其他酒類之酒精含量估算，請參照下表。

酒別	酒精含量 (體積比 %)	含 10 g 酒精之體積 (毫升)
各種啤酒、淡酒、汽泡果汁酒	5% (3 ~ 6%)	250
紅葡萄酒(紅酒)、白葡萄酒 (白酒)、甜紅葡萄酒、玫瑰 紅酒、葡萄蜜酒、荔枝酒	12% (10 ~ 14%)	100
紹興酒、陳年紹興酒、花雕 酒、黃酒、紅露酒、烏梅酒、 清酒	17% (16 ~ 18%)	75
米酒	22%	60
麥茸酒	30%	40
白蘭地、威士忌、伏特加、蘭 姆酒、琴酒、高粱酒	~ 40%	30
竹葉青酒、玫瑰露酒、雙鹿五 加皮酒	45% (44 ~ 48%)	30
茅台酒	54.5%	25
(金門) (陳年) 高粱酒	58%	20
大麴酒	65%	20

摘自國民健康署(2017)，國民飲食指標手冊