



菊芋的日常生活
讓健康變簡單





備受矚目的健康蔬菜 “菊芋”

希望從每天的「飲食」開始，調理身體與心靈——懷抱著這樣的初心，菊芋堂誕生了。

菊芋與牛蒡同屬菊科植物，幾乎不含澱粉是其一大特點。富含水溶性膳食纖維

維——菊粉（Inulin），並可與礦物質、多酚產生協同作用，

是一種近年來備受矚目的「天然健康蔬菜」。

我們推薦將菊芋製成乾燥加工品食用

菊芋的採收期約為每年 11 月至翌年 3 月，屬於有季節性的作物。

菊芋作為生鮮蔬菜較不易保存，但經過

乾燥處理後，全年皆可輕鬆攝取，少量的菊芋即可補充豐富的菊粉（Inulin）。

水溶性膳食纖維含量比較

乾燥菊芋粉末 (小茶匙 1 匙約 5g) 熱量 11.4 kcal
水溶性膳食纖維 2.8 g
不溶性膳食纖維 0.5 g



燙熟西蘭花（花椰菜）
1 顆
(300g)



熱量 90 kcal
水溶性膳食纖維 3.0 g
不溶性膳食纖維 9.9 g

蘋果 2 顆
(中等大小 共 600g)



熱量 336 kcal
水溶性膳食纖維 3.0 g
不溶性膳食纖維 8.4 g

烤地瓜 1 條
(中等大小 200g)



熱量 258 kcal
水溶性膳食纖維 2.0 g
不溶性膳食纖維 5.6 g

※ 資料來源 日本食品標準成分表（八訂）2023年增補（乾燥菊芋數據由菊芋堂合作工廠調查）



阿蘇山麓的 有機菊芋茶

嚴選 100% 有機菊芋原料，口感微甜、香氣濃郁、焙香十足的茶包型菊芋茶。

將菊芋片以直火+遠紅外方式焙炒後，裝入植物由來的茶包。無咖啡因，兒童及睡前也可無需顧慮的飲用。

茶包 (2g×30 包)



用零食輕鬆補充膳食纖維的 菊芋營養豐富餅乾

黃豆粉與菊芋交織出的樸實甜味，搭配酥脆紮實的口感，令人一吃就上癮。

由於製作時不使用小麥粉、雞蛋等混，難以進行機械化大量生產，因此堅持以手工精心塑形、再烘烤完成。

通過無麩質認證 (不含小麥粉·雞蛋·乳製品)

8 個入 (40g)





有機菊芋100% 菊芋萬能錠（錠劑）

以菊芋為主要原料製成的高純度錠劑（菊芋含量99%，添加物不超過1%）。不使用防腐劑與香料，完整保留了有機菊芋的營養成分，是一款天然的營養補充食品。可配水吞服，也可直接咀嚼，口感自然，保留菊芋原味。通過有機JAS認證

錠劑（250mg×150粒）



富含膳食纖維，培育益生菌 菊芋萬用粉末

在焙炒菊芋粉末的基礎上，進一步增加甘蔗來源的菊粉（Inulin）含量。

可加入日常餐飲中，或與優格、牛奶等混合食用。採用單獨小包裝，攜帶方便，使用簡單。

條狀粉末（1.3g×30本）



僅用4種國產原料製成的 植物蛋白粉

將整粒黃豆研磨加工，搭配菊芋、糙米、蓮藕，打造一款兼顧蛋白質與膳食纖維的營養粉末。

具有菊芋與黃豆的自然甘甜，適合每日輕鬆持續食用。

粉末 (250g)



因為希望每天都能堅持，
將安心、安全與美味送到你身邊。



堅持鮮度優先，從栽培到加工一體化生產



菊芋中所含的菊粉 (Inulin) 會隨時間逐漸分解，因此我們在採收後第一時間，於毗鄰工廠內進行加工，以保留其營養價值。



生產工廠已取得國際級食品安全管理標準 FSSC22000 認證，從源頭嚴格把控安全與品質。



KIKUIMODO

菊芋堂

〒362-0031 埼玉縣上尾市東町 2-3-2

TEL 048-783-3391 FAX 048-783-3141

✉ contact@kikuimodo.com

<https://kikuimodo.com/>

