

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【藍莓】**  
Graneberry

● 藍莓才剛剛上市  
● 藍莓大都是巴西的

● 什麼樣的人不吃藍莓？  
▲ 睡眠不好的人

● 藍莓和荔枝不能一起吃  
▲ 藍莓和楊梅不能一起吃

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【哈密瓜】**  
Honeydew

● 哈密瓜有三種  
▲ 甜瓜(不甜) ● 網紋(不甜) ● 脆甜

● 什麼樣的人不吃哈密瓜？  
▲ 甜瓜(不甜) ● 網紋(不甜) ● 脆甜

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【葡萄柚】**  
Grapefruit

● 葡萄柚含有大量維生素C  
▲ 維生素C能增強免疫力

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【西瓜】**  
Watermelon

● 西瓜含有大量水分  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【桃子】**  
Not Just Fruit  
Peach

● 桃子含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【草莓】**  
Strawberry

● 草莓含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【檸檬】**  
Lime

● 檸檬含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【枇杷】**  
Loquat

● 枇杷含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【奇異果】**  
Kiwi

● 奇異果含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【蘋果】**  
Apple

● 蘋果含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【櫻桃】**  
Not Just Fruit  
Cherry

● 櫻桃含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【檸檬】**  
Lemon

● 檸檬含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【荔枝】**  
Bell fruit

● 荔枝含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【芭樂】**  
Guava

● 芭樂含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【鳳梨】**  
Pineapple

● 鳳梨含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【柳橙】**  
Orange

● 柳橙含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【桃子】**  
Not Just Fruit  
Honey peach

● 桃子含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【番茄】**  
Tomato

● 番茄含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【香蕉】**  
Banana

● 香蕉含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【梨子】**  
PEAR

● 梨子含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【楊梅】**  
Starfruit

● 楊梅含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【葡萄】**  
Grapes

● 葡萄含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【藍莓】**  
Not Just Fruit  
Blueberry

● 藍莓含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴

紅心 葡萄柚 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子 柳橙 蜜柚 荔枝 葡萄 藍莓 草莓 西瓜 哈密瓜 鳳梨 蘋果 檸檬 楊梅 芭樂 椰子

**【柿子】**  
Persimmon

● 柿子含有大量維生素C  
▲ 能消暑解渴