



Dogalicious

狗狗鮮食食譜大全

20 個完整均衡的自製鮮食配方 · 香港版

按 NRC (2006) 及 AAFCO 成犬標準編製



關於這本書

你一定想過親手為狗狗煮一餐飯。但上網一查，滿眼都是「營養不均衡」、「鈣磷比例失調」，那團熱情就涼了一半，結果狗糧袋還是原封不動。

其實自製狗狗鮮食一點都不難，只是必須做得正確，而正確的標準，從來沒有人講得清楚。所以我們把它寫下來了。這本狗狗鮮食食譜大全共有 20 個食譜，涵蓋雞、豬、牛、魚、火雞、羊、鴨、鹿 8 種蛋白質，所有材料都是星期日早上在街市或樓下超市就買得到的家常食物：南瓜、番薯、白米、紅蘿蔔、一塊鯖魚柳，完全不用四處張羅。

真正的分別，在於看不見的部分。每個食譜都由我們的營養團隊按 NRC (2006) 及 AAFCO 成犬標準編製，附有完整營養分析、按狗狗每日實際能量消耗計算的餵飼份量表，以及專屬的補充品配量，補足自製鮮食必然存在的營養缺口。星期日煮一次，分好份量，狗狗就能好好吃足一星期。這就是全部。

餵飼方法與份量計算

成犬每日維持能量需求 (NRC 2006) : $MER = 110 \text{ 千卡} \times$

$\text{體重(公斤)}^{0.75}$, 會因應絕育狀態與活動量上下浮動約 15% 。最可靠的做法是每兩星期磅一次 , 再按體態調整 - 摸得到肋骨、看得見腰線 , 就是剛剛好。

本書配方的能量密度約 1.0 至 1.6 千卡/克 , 所以每日食量會因配方而異 , 請以各配方內的專屬份量表為準。

每日能量需求及食量範圍

體重	每日能量需求	每日食量 (視乎食譜)
3 公斤	251 千卡	約 160 至 240 克
5 公斤	368 千卡	約 230 至 350 克
10 公斤	619 千卡	約 390 至 600 克
20 公斤	1,040 千卡	約 660 至 1000 克
30 公斤	1,410 千卡	約 890 至 1360 克

全方位保健粉每餐份量 (各配方通用)

狗狗體重	每餐份量
3 公斤	0.5 克
5 公斤	1 克
10 公斤	1.5 克
20 公斤	2 克
30 公斤	2 克

蛋殼鈣粉的用量因配方而異 (按每個配方的鈣缺口及能量密度計算) , 請依照配方內的專屬配量表。以上以每日兩餐計 ; 如每日只餵一餐 , 把兩餐份量合併即可。

儲存與安全須知

- 肉類和魚類一定要徹底煮熟（中心溫度 75°C 以上），全程不加鹽、糖或任何調味料。你嚐一口會覺得寡淡無味，但對狗狗來說剛剛好。
- 洋蔥、蒜頭、韭菜、葡萄和朱古力對狗狗有毒，無論多少都不要加。這一條沒有例外。
- 煮好後放涼，按每日食量分成一盒盒：三日內要吃的放雪櫃（4°C），其餘直接放冰格，可存放兩星期。
- 前一晚把翌日那盒移到雪櫃解凍，餵之前用暖水坐熱至微溫。請不要用微波爐，受熱不均，很容易外面燙口、裡面還結着冰。
- 補充品要等食物放涼至微溫才拌入，太熱會影響營養成分。
- 換新餐單請給牠一星期慢慢適應，每日把新餐的比例調高一點點，同時留意糞便、皮膚和食慾的變化。急不來的。
- 本書配方為健康成犬而設。幼犬、懷孕或哺乳中的母犬、年長犬，以及有任何疾病的狗狗，請先跟獸醫談一談才開始。

本書營養數值為按食物成分資料庫計算的估算值，內容僅供一般參考，不能取代獸醫的專業意見。© Dogalicious 2026



雞肉 01 / 20

雞肉南瓜飯 - 電飯煲狗狗鮮食食譜

如果你是第一次為狗狗煮飯，就由這裡開始。這個雞肉南瓜飯狗狗食譜只需把材料一層層放進電飯煲，按下開關，一小時後就有一星期的飯。不用看火，不用技巧。南瓜會把整鍋飯染成溫暖的橙黃色，而狗狗似乎特別喜歡這個顏色。

本配方以去皮雞脾肉為單一動物蛋白來源，提供完整必需胺基酸譜；能量比例下蛋白質約 81 克/1000 千卡，脂肪約 36 克/1000 千卡，屬中等脂肪配方，適合大多數健康成犬作日常主糧。白米為高消化率的能量來源，南瓜及紅蘿蔔提供可溶性纖維及 β -胡蘿蔔素。基礎食材鈣質僅 0.09 克/1000 千卡，必須配合下表補充品餵飼，方可達至完整均衡。

材料 (標準批量)

- 去皮雞脾肉 1.8 公斤 (切約 1.5 厘米粒，去除皮及明顯脂肪)
- 南瓜 600 克 (去皮去籽，切粒)
- 紅蘿蔔 300 克 (切細粒)
- 白米 400 克 (洗淨 (約 2 量米杯))
- 橄欖油 20 克 (約 1.5 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.3 公斤 (能量約 4,480 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次煮煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 白米洗淨放入電飯煲，加水約 550 毫升 (略多於平日煮飯水量)。
2. 雞肉切粒；南瓜、紅蘿蔔去皮切粒，平均鋪在米上。
3. 按正常煮飯模式烹煮；跳掣後焗 10 分鐘，確認雞肉中心完全熟透。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，攤凍。
5. 按配量表的每日食量分裝：3 日份量冷藏，其餘冷凍。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	138 千卡	-
粗蛋白質	11.2 克	81 克
脂肪	5 克	36 克
碳水化合物	11.3 克	82 克
膳食纖維	0.6 克	4.3 克
鈣	13 毫克	0.09 克
磷	112 毫克	0.81 克

基礎食譜的鈣質僅 0.09 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.5:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 18 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 270 克	約 12 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 450 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 760 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,020 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 雞皮及皮下脂肪必須切除，否則配方脂肪含量將明顯超出設計值。



雞肉 02 / 20

雞肉番薯西蘭花餐 - 一鍋煮狗狗鮮食食譜

有些狗狗會把碗裡的飯粒一顆顆挑出來，整齊地堆在旁邊。如果你家那位正是這樣，這個雞肉番薯西蘭花狗狗食譜就是答案：以番薯代替米飯，質地更軟、味道更甜，狗狗接受得多。配低脂雞胸肉，清爽不油膩，半小時內完成。

雞胸肉屬高蛋白低脂來源，本配方蛋白質約 110 克/1000 千卡，脂肪約 21 克/1000 千卡，以橄欖油回補必需脂肪酸。番薯與燕麥提供可溶性及不可溶性混合纖維（15.2 克/1000 千卡），有助腸道菌群及糞便質素；配方不含穀米，適合不嗜米飯的狗狗。

材料（標準批量）

- 雞胸肉 1.8 公斤 (切粒)
- 番薯 1 公斤 (去皮切粒)
- 西蘭花 400 克 (切小朵 (莖部去皮切粒亦可用))
- 燕麥片 250 克
- 橄欖油 20 克 (約 1.5 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 3.2 公斤 (能量約 4,058 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 番薯放入大湯鍋，加水蓋過，大火煮 10 分鐘。
2. 加入雞肉粒，轉中火煮 10 分鐘至完全熟透。
3. 加入西蘭花煮 5 分鐘。
4. 熄火，拌入燕麥片焗 3 分鐘至變稠，最後拌入橄欖油。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	125 千卡	-
粗蛋白質	13.8 克	110 克
脂肪	2.6 克	21 克
碳水化合物	11.3 克	90 克
膳食纖維	1.9 克	15.2 克
鈣	22 毫克	0.18 克
磷	138 毫克	1.10 克

基礎食譜的鈣質僅 0.18 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 2.8 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.1:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 200 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 290 克	約 11 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 490 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 830 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,120 克	約 3 日	2 克	2.0 克 (約 3/4 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 十字花科蔬菜 (西蘭花) 過量可能引致腸胃氣脹，維持配方比例即可；莖部去皮後同樣可用。



雞肉 03 / 20

雞肉雞肝紅蘿蔔粥 - 易消化狗狗鮮食食譜

香港人家裡有人不舒服，總會煮一鍋粥，這是有原因的：溫暖、軟身、易入口、易消化。狗狗的感受也一樣。這個雞肉雞肝紅蘿蔔粥狗狗食譜，最適合年紀大的狗狗、腸胃剛剛不適過的狗狗，或者食慾一般、需要哄一哄的挑嘴狗。少量雞肝是為了補鐵，也為了那股香味 - 通常一開鍋，狗狗就從床上爬起來了。

粥底令本配方能量密度降至約 1.0

千卡/克，水分含量高，適合牙口欠佳、腸胃較弱或飲水量不足的狗狗。少量雞肝提供鐵、銅及維他命 A；為避免維他命 A 過量，肝臟佔總配方比例控制在約 4% 以內。蛋白質約 87 克/1000 千卡，脂肪約 35 克/1000 千卡，屬中脂易消化設計。

材料 (標準批量)

- 去皮雞腩肉 1.5 公斤 (切約 1 厘米粒，去皮)
- 雞肝 150 克 (切碎)
- 紅蘿蔔 400 克 (切細粒)
- 白米 350 克 (洗淨)
- 雞蛋 3 隻 (最後打入拌勻)
- 清水 約 1.2 公升 (另加，維持粥狀)

本批量煮成後約 3.9 公斤 (能量約 4,009 千卡)，以 10 公斤成犬計約 6 日份量。

製作步驟

1. 白米洗淨，加約 2.5 公升水 (含另加清水)，大火煮滾後轉小火煮 25 分鐘至米開花。
2. 加入紅蘿蔔粒煮 5 分鐘。
3. 加入雞肉粒及雞肝碎，再煮 12 至 15 分鐘至完全熟透。
4. 打入雞蛋拌勻，煮 2 分鐘至熟透，攤凍。
5. 連粥水按配量表分裝餵食。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	104 千卡	-
粗蛋白質	9 克	87 克
脂肪	3.6 克	35 克
碳水化合物	8 克	77 克
膳食纖維	0.4 克	3.8 克
鈣	11 毫克	0.10 克
磷	94 毫克	0.91 克

基礎食譜的鈣質僅 0.10 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 240 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 350 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 600 克	約 6 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 1,000 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,360 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 雞肝份量請勿自行增加；如狗狗有肝病或正服用維他命 A 補充品，請先諮詢獸醫。



豬肉 04 / 20

豬肉薯仔餐 - 簡單狗狗鮮食食譜

豬肉大概是街市裡最被低估的蛋白質。價錢只是牛肉的一半，消化率跟雞肉不相上下，而且大部分狗狗都很受落。這個豬肉薯仔狗狗食譜就是最日常的一款：梅頭瘦肉、薯仔、紅蘿蔔、青豆，一鍋完成，半小時內搞定晚餐。是那種不用動腦筋也煮得出來的餐單 - 而星期日要的，正是這種。

豬肉的胺基酸組成及消化率與雞肉相若，是常被低估的優質蛋白來源；選用去脂梅頭令脂肪維持約 37 克/1000 千卡，屬中等偏上脂肪配方。薯仔提供鉀及易消化澱粉，青豆補充植物蛋白及纖維，全配方不含穀物。

材料 (標準批量)

- 梅頭瘦肉 1.8 公斤 (切粒，切除明顯脂肪)
- 薯仔 1.2 公斤 (去皮切粒)
- 紅蘿蔔 300 克 (切粒)
- 急凍青豆 200 克 (無需解凍)
- 橄欖油 25 克 (約 2 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 2.9 公斤 (能量約 4,013 千卡)，以 10 公斤成犬計約 6 日份量。

製作步驟

1. 薯仔及紅蘿蔔放入大湯鍋，加水蓋過，煮 12 分鐘。
2. 加入豬肉粒，中火煮 10 至 12 分鐘至完全熟透。
3. 加入青豆煮 3 分鐘。
4. 熄火，拌入橄欖油，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	138 千卡	-
粗蛋白質	13.1 克	95 克
脂肪	5 克	37 克
碳水化合物	9.7 克	70 克
膳食纖維	1.4 克	10 克
鈣	15 毫克	0.11 克
磷	130 毫克	0.94 克

基礎食譜的鈣質僅 0.11 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.3:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 270 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 450 克	約 6 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 750 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,020 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 豬肉必須完全熟透方可餵飼；有胰臟炎病史的狗狗請改選低脂配方 (如蒸鱸魚南瓜飯)。



豬肉 05 / 20

豬肉冬瓜薏米餐 - 消暑狗狗鮮食食譜

八月的香港，實在不適合吃得太厚重。這個豬肉冬瓜薏米狗狗食譜就是夏天的答案：冬瓜含水量超過九成，整餐清爽、消暑、熱量低，但份量一點沒少。如果狗狗冬天長了一點肉，而你又不忍心減份量，這一款也很合用。

冬瓜含水量逾 95%，有效降低配方能量密度並增加飽腹感；薏米提供可溶性纖維。蛋白質約 93 克/1000 千卡，適合香港炎夏或體重管理初期的狗狗。基礎鈣質僅 0.12 克/1000 千卡，補充品配量見下表。

材料（標準批量）

- 梅頭瘦肉 1.8 公斤 (切粒，切除明顯脂肪)
- 冬瓜 700 克 (去皮去籽切粒)
- 薏米 (洋薏米亦可) 150 克 (預先浸 1 小時)
- 白米 250 克 (洗淨)

本批量煮成後約 3.0 公斤 (能量約 4,046 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 薏米及白米洗淨，加約 1.2 公升水，煮滾後轉中小火煮 20 分鐘。
2. 加入豬肉粒煮 10 分鐘至完全熟透。
3. 加入冬瓜粒再煮 8 至 10 分鐘至軟身。
4. 拌勻攤凍，按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	133 千卡	-
粗蛋白質	12.4 克	93 克
脂肪	4.1 克	31 克
碳水化合物	11 克	83 克
膳食纖維	0.8 克	6.1 克
鈣	16 毫克	0.12 克
磷	119 毫克	0.89 克

基礎食譜的鈣質僅 0.12 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 190 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 280 克	約 11 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 470 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 780 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,060 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 懷孕狗狗不建議餵薏米，可以等量白米代替。



豬肉 06 / 20

豬肉蘋果燕麥餐 - 狗狗鮮食食譜

在狗碗裡放蘋果，聽起來像噓頭，直到你看見狗狗一顆顆把蘋果粒找出來。這個豬肉蘋果燕麥狗狗食譜正是用上這一點：蘋果最後才拌入，保留爽脆口感與果膠；燕麥則提供水溶性纖維，有助穩定糞便。如果最近狗狗的「出品」時好時壞，可以由這一款開始。

燕麥的β-葡聚醣屬可溶性纖維，有助穩定餐後血糖及腸道健康；蘋果提供果膠及天然嗜口性。整體纖維約 12 克/1000 千卡，屬中脂高纖設計，適合糞便質素不穩定的狗狗。

材料（標準批量）

- 梅頭瘦肉 1.8 公斤 (切粒，切除明顯脂肪)
- 蘋果 400 克 (去皮去核去籽，切細粒)
- 燕麥片 350 克
- 紅蘿蔔 250 克 (切細粒)
- 橄欖油 20 克 (約 1.5 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 2.8 公斤 (能量約 4,327 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 豬肉粒放入鍋中，加水蓋過，煮 12 分鐘至熟透。
2. 加入紅蘿蔔煮 5 分鐘。
3. 拌入燕麥片煮 3 分鐘至變稠。
4. 熄火，待稍涼後拌入蘋果粒及橄欖油。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	155 千卡	-
粗蛋白質	14.2 克	91 克
脂肪	5.9 克	38 克
碳水化合物	11.2 克	72 克
膳食纖維	1.9 克	12 克
鈣	19 毫克	0.12 克
磷	162 毫克	1.04 克

基礎食譜的鈣質僅 0.12 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.2:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 160 克	約 17 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 240 克	約 12 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 400 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 670 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 910 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 蘋果籽及果核含氰苷，必須徹底去除；蘋果生拌可保留口感及果膠。



牛肉 07 / 20

牛肉南瓜糙米餐 - 電飯煲狗狗鮮食食譜

有些狗狗在公園跑足一小時回家，還是一副意猶未盡的樣子。這個牛肉南瓜糙米狗狗食譜就是為牠們而設：牛肉提供血基質鐵、鋅和維他命

B12，糙米則讓能量慢慢釋放，而不是一下子燒完。全部材料放進電飯煲就完成 - 以成品的水準來說，簡直有點不公平。

牛肉提供豐富血基質鐵、鋅及維他命 B12，適合活動量較大的成犬；蛋白質約 83 克/1000 千卡，脂肪約 40 克/1000 千卡。糙米保留麩皮層，纖維及維他命 B 較白米高。

材料 (標準批量)

- 免治牛肉 (脂肪約10%) 1.8 公斤
- 南瓜 600 克 (去皮去籽切粒)
- 糙米 400 克 (預先浸 30 分鐘)
- 西蘭花 250 克 (切小朵)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.2 公斤 (能量約 4,442 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 糙米洗淨浸 30 分鐘，連約 700 毫升水放入電飯煲。
2. 免治牛肉、南瓜及西蘭花鋪在米上，按正常煮飯模式。
3. 跳掣後焗 10 分鐘，確認牛肉完全熟透。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	139 千卡	-
粗蛋白質	11.5 克	83 克
脂肪	5.6 克	40 克
碳水化合物	10.4 克	75 克
膳食纖維	1 克	7.2 克
鈣	14 毫克	0.10 克
磷	124 毫克	0.90 克

基礎食譜的鈣質僅 0.10 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 18 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 270 克	約 12 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 450 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 750 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,020 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 糙米纖維較高，如糞便變軟可改回白米並觀察 3 至 5 日。



牛肉 08 / 20

免治牛肉紅蘿蔔薯仔餐 - 狗狗鮮食食譜

這是為「只剩二十五分鐘、而且沒什麼耐性」的星期日而寫的。免治牛肉是全書最快熟的材料，往往廚房還未收拾好，一鍋就已經完成。這個免治牛肉紅蘿蔔薯仔狗狗食譜沒有任何花巧之處 - 而這正是重點。

免治牛肉受熱面積大、易於熟透，是批量製作中最省時的紅肉選擇；配方澱粉來源為薯仔及青豆，屬無穀物設計，蛋白質約 89 克/1000 千卡。

材料 (標準批量)

- 免治牛肉 (脂肪約10%) 1.8 公斤
- 薯仔 1.1 公斤 (去皮切粒)
- 紅蘿蔔 350 克 (切粒)
- 急凍青豆 200 克 (無需解凍)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 2.9 公斤 (能量約 4,060 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 薯仔及紅蘿蔔放入鍋中，加水蓋過，煮 12 分鐘。
2. 加入免治牛肉，持續撥散至完全變色，煮 8 分鐘至熟透。
3. 加入青豆煮 3 分鐘。
4. 熄火，拌入橄欖油，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	142 千卡	-
粗蛋白質	12.7 克	89 克
脂肪	5.9 克	41 克
碳水化合物	9.4 克	66 克
膳食纖維	1.4 克	9.8 克
鈣	15 毫克	0.11 克
磷	115 毫克	0.81 克

基礎食譜的鈣質僅 0.11 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.5:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 260 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 430 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 730 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 990 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 免治肉落鍋時持續撥散，避免結團而中心未熟。

牛肉節瓜飯 - 街市食材狗狗鮮食食譜

節瓜幾乎不用錢，全香港的街市都有，而且不少人是吃著它長大的。它同樣是很好的狗狗食材：清淡、水分足、易消化。這個牛肉節瓜飯狗狗食譜大概是最地道的一碗狗狗鮮食，跟書中比較厚重的食譜輪流餵飼，配搭得剛剛好。

牛腩肉屬較瘦部位，脂肪約 28 克/1000

千卡；節瓜能量密度低、易消化，是香港街市常見的平價蔬菜。整體屬中低脂配方，適合日常輪換。

材料 (標準批量)

- 牛腩肉 1.8 公斤 (切粒)
- 節瓜 600 克 (去皮切粒)
- 白米 400 克 (洗淨 (約 2 量米杯))
- 紅蘿蔔 250 克 (切粒)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.2 公斤 (能量約 4,158 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 白米洗淨，連約 550 毫升水放入電飯煲。
2. 牛肉、節瓜及紅蘿蔔鋪在米上，按正常煮飯模式。
3. 跳掣後焗 10 分鐘，確認牛肉完全熟透。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值，未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	130 千卡	-
粗蛋白質	12.5 克	96 克
脂肪	3.6 克	28 克
碳水化合物	11 克	85 克
膳食纖維	0.5 克	4.2 克
鈣	11 毫克	0.09 克
磷	101 毫克	0.78 克

基礎食譜的鈣質僅 0.09 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.1 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.6:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 190 克	約 17 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 280 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 480 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 800 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,090 克	約 3 日	2 克	2.2 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。

如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 腸胃敏感狗狗建議節瓜去皮，更易消化。



魚肉 10 / 20

三文魚薯仔餐 - 亮毛狗狗鮮食食譜

如果你想看見一個真的拍得出照片的變化，就餵魚。三文魚的 Omega-3 直接作用於皮膚屏障與毛髮，餵一兩個月後，通常會開始有人問你到底做了什麼。這個三文魚薯仔狗狗食譜本身油脂已經足夠，完全不需另外加油 - 魚自己就帶來了。

三文魚富含 EPA 及 DHA (omega-3 長鏈脂肪酸)，對皮膚屏障、毛髮及關節健康有實證益處；本配方脂肪約 39 克/1000 千卡，全部來自魚類本身，不另加植物油。每週輪換 1 至 2 餐魚類配方已可達到 omega-3 補充效果。

材料 (標準批量)

- 三文魚柳 1.6 公斤 (去皮去骨)
- 薯仔 1 公斤 (去皮切粒)
- 西蘭花 350 克 (切小朵)
- 燕麥片 200 克

本批量煮成後約 3.0 公斤 (能量約 4,173 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 薯仔放入鍋中，加水蓋過，煮 12 分鐘至軟。
2. 三文魚柳隔水蒸 8 至 10 分鐘至全熟。
3. 西蘭花放入薯仔鍋煮 5 分鐘，拌入燕麥片煮 2 分鐘。
4. 三文魚拆成小塊，逐塊檢查並清除魚骨，與其他材料拌勻。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	140 千卡	-
粗蛋白質	10.6 克	76 克
脂肪	5.5 克	39 克
碳水化合物	11.7 克	84 克
膳食纖維	1.6 克	11.6 克
鈣	16 毫克	0.11 克
磷	150 毫克	1.07 克

基礎食譜的鈣質僅 0.11 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.2:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 17 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 260 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 440 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 740 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,010 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 即使購買去骨魚柳，拆肉時仍須逐塊複檢魚骨。



魚肉 11 / 20

蒸鱸魚南瓜飯 - 低脂狗狗鮮食食譜

這是全書最溫和的一碗。白身魚幾乎是純蛋白質，脂肪極低，所以當獸醫叮囑要控制脂肪，或者狗狗腸胃需要休息一下，這個蒸鱸魚南瓜飯狗狗食譜就是首選。買魚時請魚檔代為起肉，唯一麻煩的步驟就省掉了。

白身魚脂肪極低，本配方脂肪僅約 18 克/1000

千卡，屬全書最低脂配方之一，並以少量橄欖油維持必需脂肪酸供應。蛋白質約 86 克/1000

千卡，消化率高，適合需要限制脂肪攝取的狗狗（如胰臟炎康復期，請先經獸醫確認）。

材料（標準批量）

- 鱸魚或桂花魚（起肉）1.5 公斤（可請魚檔代為起肉）
- 南瓜 600 克（去皮去籽切粒）
- 白米 500 克（洗淨（約 2.5 量米杯））
- 菜心葉 150 克（灼熟切碎，只取葉部）
- 橄欖油 30 克（約 2 湯匙）（熄火後拌入）

本批量煮成後約 3.3 公斤（能量約 3,621 千卡），以 10 公斤成犬計約 6 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 白米洗淨，連南瓜及約 680 毫升水放入電飯煲煮飯。
2. 魚柳隔水蒸 10 至 12 分鐘至全熟。
3. 拆肉並徹底清除所有魚骨。
4. 菜心葉灼熟切碎，連同魚肉、橄欖油與南瓜飯拌勻。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	111 千卡	-
粗蛋白質	9.5 克	86 克
脂肪	2 克	18 克
碳水化合物	13.1 克	118 克
膳食纖維	0.4 克	3.9 克
鈣	15 毫克	0.14 克
磷	98 毫克	0.88 克

基礎食譜的鈣質僅 0.14 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 2.9 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 230 克	約 14 日	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 330 克	約 10 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 560 克	約 6 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 940 克	約 3 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,270 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 蒸熟後拆肉須二次檢查魚骨；菜心只取葉部並切碎，維持配方份量。



魚肉 12 / 20

鯖魚番薯餐 - 狗狗鮮食食譜

急凍鯖魚 (saba) 的價錢只是三文魚的零頭，Omega-3 含量卻更高，說起來幾乎有點不合理。代價是這個鯖魚番薯狗狗食譜確實比較高脂，適合體態偏瘦、活動量大，或者毛髮需要改善的狗狗；正在控制體重的狗狗，就要另選一款。

鯖魚的 omega-3 含量在常見食用魚中名列前茅，惟總脂肪偏高 (約 49 克/1000 千卡)，屬高脂配方；適合皮膚毛髮需要加強、體態偏瘦或活動量大的狗狗，不宜長期作唯一主糧。

材料 (標準批量)

- 急凍鯖魚柳 1.4 公斤 (解凍)
- 番薯 900 克 (去皮切粒)
- 紅蘿蔔 300 克 (切粒)
- 燕麥片 150 克

本批量煮成後約 2.6 公斤 (能量約 4,069 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 番薯及紅蘿蔔放入鍋中，加水蓋過，煮 12 分鐘至軟。
2. 鯖魚柳隔水蒸 8 至 10 分鐘至全熟 (或白鑊煎熟，不加油鹽)。
3. 拆肉並逐塊檢查清除魚骨。
4. 鍋中拌入燕麥片煮 2 分鐘，加入魚肉拌勻。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	159 千卡	-
粗蛋白質	11.2 克	70 克
脂肪	7.7 克	49 克
碳水化合物	10.8 克	68 克
膳食纖維	1.8 克	11.1 克
鈣	22 毫克	0.14 克
磷	152 毫克	0.96 克

基礎食譜的鈣質僅 0.14 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 2.9 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.3:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 160 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 230 克	約 11 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 390 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 660 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 890 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 胰臟炎病史、高血脂或超重狗狗不宜此配方，請改選低脂配方。



火雞 13 / 20

火雞南瓜飯 - 低敏狗狗鮮食食譜

如果狗狗一直在抓癢，而雞肉是頭號嫌疑犯，火雞是合理的下一步：處理方式相近、煮法一樣，卻是大部分本地狗狗從未接觸過的蛋白質。這個火雞南瓜飯狗狗食譜刻意做得簡單直接，讓你可以清楚看見痕癢有沒有改善。

火雞屬低敏原性蛋白，本地狗狗過往接觸率低，適合對雞肉出現皮膚痕癢等不良食物反應的狗狗作替代蛋白；脂肪約 33 克/1000 千卡，屬中低脂設計。

材料（標準批量）

- 免治火雞 1.8 公斤
- 南瓜 600 克 (去皮去籽切粒)
- 白米 400 克 (洗淨 (約 2 量米杯))
- 急凍青豆 150 克 (後段加入)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.1 公斤 (能量約 4,349 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 白米洗淨，連約 550 毫升水放入電飯煲。
2. 免治火雞及南瓜鋪在米上，按正常煮飯模式。
3. 跳掣前 10 分鐘加入青豆 (或跳掣後焗熟)。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，確認火雞完全熟透，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	140 千卡	-
粗蛋白質	12.3 克	88 克
脂肪	4.7 克	33 克
碳水化合物	11.8 克	84 克
膳食纖維	0.6 克	4.4 克
鈣	18 毫克	0.13 克
磷	118 毫克	0.85 克

基礎食譜的鈣質僅 0.13 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.5:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 17 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 260 克	約 12 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 440 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 740 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,010 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 如正進行食物排除測試，期間請勿混餵其他蛋白質來源及零食，至少維持 8 星期。



火雞 14 / 20

免治火雞紅蘿蔔燕麥餐 - 狗狗鮮食食譜

減份量這件事，對誰都不好受 - 尤其是十分鐘後就盯著空碗的那一位。這個免治火雞紅蘿蔔燕麥狗狗食譜走的是另一條路：它是全書脂肪最低的食譜之一，而燕麥吸水後份量依然飽滿，看上去、吃起來都仍然是一頓正經的飯。

本配方脂肪約 38 克/1000 千卡，屬全書較低脂之列；燕麥 β -葡聚糖提供可溶性纖維（總纖維 13.9 克/1000 千卡），飽腹感強，適合體重管理中的狗狗。

材料（標準批量）

- 免治火雞 1.8 公斤
- 紅蘿蔔 450 克 (切細粒)
- 燕麥片 400 克
- 西蘭花 250 克 (切小朵)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 2.9 公斤 (能量約 4,401 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。

製作步驟

1. 紅蘿蔔放入鍋中，加水蓋過，煮 8 分鐘。
2. 加入免治火雞撥散，煮 8 分鐘至完全熟透。
3. 加入西蘭花煮 4 分鐘。
4. 拌入燕麥片煮 2 至 3 分鐘至變稠，熄火拌入橄欖油。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	150 千卡	-
粗蛋白質	13.7 克	91 克
脂肪	5.7 克	38 克
碳水化合物	11 克	73 克
膳食纖維	2.1 克	13.9 克
鈣	25 毫克	0.17 克
磷	162 毫克	1.08 克

基礎食譜的鈣質僅 0.17 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 2.8 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.2:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 170 克	約 18 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 250 克	約 12 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 410 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 690 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 940 克	約 3 日	2 克	2.0 克 (約 3/4 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 燕麥吸水後質地變稠，可以熱水調整至合適質地。



羊肉 15 / 20

羊肉番薯餐 - 開胃狗狗鮮食食譜

當其他食譜都打動不了狗狗，就輪到羊肉出場。它的氣味比雞肉、豬肉都要濃，對於整個星期都在挑食的狗狗來說，碗還未放下，那股香味已經說服了大半。這個羊肉番薯狗狗食譜再配上番薯，等於在同一個位置多按一次。

羊肉屬紅肉，鐵與鋅含量豐富，氣味濃郁、嗜口性高，對食慾一般的狗狗特別有效；蛋白質約 92 克/1000 千卡，脂肪約 43 克/1000 千卡，屬中等脂肪配方。

材料（標準批量）

- 羊肩或羊腿肉 2 公斤 (切粒，切除明顯脂肪)
- 番薯 1.2 公斤 (去皮切粒)
- 紅蘿蔔 300 克 (切粒)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 2.8 公斤 (能量約 3,983 千卡)，以 10 公斤成犬計約 6 日份量。

製作步驟

1. 羊肉粒放入鍋中，加水蓋過，煮滾後撇去浮沫及浮油，轉中火煮 15 分鐘。
2. 加入番薯及紅蘿蔔煮 10 至 12 分鐘至軟。
3. 熄火，拌入橄欖油，攤凍。
4. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	140 千卡	-
粗蛋白質	13 克	92 克
脂肪	6 克	43 克
碳水化合物	7.9 克	57 克
膳食纖維	1.3 克	9.3 克
鈣	20 毫克	0.14 克
磷	110 毫克	0.78 克

基礎食譜的鈣質僅 0.14 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 2.9 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.6:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 260 克	約 11 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 440 克	約 6 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 740 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,010 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 羊脂熔點高，冷藏後表面出現白色凝固脂肪屬正常，餵前坐熱即溶；烹煮時撇除浮油可控制脂肪量。



羊肉 16 / 20

羊肉紅蘿蔔糙米餐 - 狗狗鮮食食譜

同樣是羊肉，但這一款更耐餓。糙米保留麩皮，所以這個羊肉紅蘿蔔糙米狗狗食譜纖維更高、消化更慢，比番薯版本更頂肚 - 對於吃完晚飯立刻開始爭取加餐的狗狗，特別有用。

羊肉配糙米及節瓜，纖維約 6.9 克/1000

千卡，飽腹而不油膩；糙米保留麩皮層，微量營養素較白米豐富，適合日常輪換的紅肉選擇。

材料 (標準批量)

- 羊肩或羊腿肉 1.8 公斤 (切粒，切除明顯脂肪)
- 糙米 400 克 (預先浸 30 分鐘)
- 紅蘿蔔 300 克 (切粒)
- 節瓜 300 克 (去皮切粒)
- 橄欖油 15 克 (約 1 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.0 公斤 (能量約 4,245 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 糙米洗淨浸 30 分鐘，連約 700 毫升水放入電飯煲。
2. 羊肉、紅蘿蔔及節瓜鋪在米上，按正常煮飯模式。
3. 跳掣後焗 10 分鐘，確認羊肉完全熟透。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	143 千卡	-
粗蛋白質	11.8 克	82 克
脂肪	5.6 克	39 克
碳水化合物	10.7 克	75 克
膳食纖維	1 克	6.9 克
鈣	11 毫克	0.08 克
磷	124 毫克	0.87 克

基礎食譜的鈣質僅 0.08 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.1 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 180 克	約 17 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 260 克	約 12 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 430 克	約 7 日	1.5 克	1.0 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 730 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 980 克	約 3 日	2 克	2.2 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 如糞便偏軟，下批改用白米並觀察 3 至 5 日。



鴨肉 17 / 20

鴨肉薯仔餐 - 低敏狗狗鮮食食譜

在排除飲食裡，鴨肉是低調而可靠的一員：大部分狗狗從未接觸過，而且去皮之後意外地瘦。最後這一點很重要，因為鴨的脂肪幾乎全藏在皮下。把皮去掉，這個鴨肉薯仔狗狗食譜就成為書中較低脂的一款。

去皮鴨胸脂肪僅約 2.5 克/100 克，屬低敏低脂蛋白；本配方以橄欖油將必需脂肪酸回補至約 21 克/1000 千卡。適合對雞肉或牛肉出現不良食物反應的狗狗作替代蛋白。

材料（標準批量）

- 鴨胸（去皮去脂）2.2 公斤（去皮去脂，切粒）
- 薯仔 1.3 公斤（去皮切粒）
- 西蘭花 300 克（切小朵）
- 紅蘿蔔 200 克（切粒）
- 橄欖油 35 克（約 2.5 湯匙）（熄火後拌入）

本批量煮成後約 3.3 公斤（能量約 3,706 千卡），以 10 公斤成犬計約 6 日份量。

製作步驟

1. 薯仔及紅蘿蔔放入鍋中，加水蓋過，煮 12 分鐘。
2. 加入鴨肉粒煮 10 分鐘至完全熟透。
3. 加入西蘭花煮 4 分鐘。
4. 熄火，拌入橄欖油，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	113 千卡	-
粗蛋白質	13.9 克	123 克
脂肪	2.3 克	21 克
碳水化合物	8.6 克	76 克
膳食纖維	1.1 克	10.1 克
鈣	8 毫克	0.08 克
磷	123 毫克	1.09 克

基礎食譜的鈣質僅 0.08 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.1 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.2:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 220 克	約 15 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 330 克	約 10 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 550 克	約 6 日	1.5 克	1.0 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 920 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,250 克	約 3 日	2 克	2.2 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 鴨皮及皮下脂肪必須完全去除，否則配方脂肪含量將大幅超出設計值。



鴨肉 18 / 20

鴨肉冬瓜飯 - 清爽狗狗鮮食食譜

低敏蛋白質、高水分蔬菜，加上一個炎熱的城市。這個鴨肉冬瓜飯狗狗食譜是七月該煮的那一款；對於平日不太願意喝水的狗狗，它還有一個不張揚的好處 - 相當一部分水分，可以從飯碗裡補回來。

低敏鴨肉配高水分冬瓜，能量密度較低，適合夏季或飲水量偏少的狗狗；脂肪經橄欖油回補後約 16 克/1000 千卡，整體屬中低脂設計。

材料 (標準批量)

- 鴨胸 (去皮去脂) 2 公斤 (去皮去脂，切粒)
- 冬瓜 600 克 (去皮去籽切粒)
- 白米 450 克 (洗淨 (約 2.25 量米杯))
- 紅蘿蔔 200 克 (切粒)
- 橄欖油 25 克 (約 2 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.4 公斤 (能量約 3,960 千卡)，以 10 公斤成犬計約 6 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 白米洗淨，連約 560 毫升水放入電飯煲 (冬瓜出水，水量略減)。
2. 鴨肉、冬瓜及紅蘿蔔鋪在米上，按正常煮飯模式。
3. 跳掣後焗 10 分鐘，確認鴨肉完全熟透。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	115 千卡	-
粗蛋白質	12.3 克	107 克
脂肪	1.9 克	16 克
碳水化合物	11.3 克	98 克
膳食纖維	0.5 克	4 克
鈣	10 毫克	0.08 克
磷	106 毫克	0.92 克

基礎食譜的鈣質僅 0.08 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.1 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 220 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 320 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 540 克	約 6 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 900 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,230 克	約 3 日	2 克	2.2 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 冬瓜煮後大量出水屬正常，拌勻即可；分裝時連汁液一併保存。



鹿肉 19 / 20

鹿肉南瓜餐 - 低敏低脂狗狗鮮食食譜

鹿肉是最後一張牌，也是最有力的一張。香港幾乎沒有狗狗吃過鹿肉，正因如此，當雞、牛、羊都試過而痕癢依舊，它往往能派上用場。鹿肉同時非常瘦，所以這個鹿肉南瓜狗狗食譜會加一湯匙油，補回肉本身沒有的那部分。

鹿肉為新型蛋白（novel protein），本地狗狗過往接觸率極低，是食物過敏排除飲食的首選之一；肉質極瘦且鐵質豐富，配方以橄欖油回補脂肪至約 18 克/1000 千卡。

材料（標準批量）

- 鹿肉 1.8 公斤 (切粒)
- 南瓜 600 克 (去皮去籽切粒)
- 白米 450 克 (洗淨 (約 2.25 量米杯))
- 西蘭花 250 克 (切小朵)
- 橄欖油 30 克 (約 2 湯匙) (起鍋後拌入)

本批量煮成後約 3.4 公斤 (能量約 4,091 千卡)，以 10 公斤成犬計約 7 日份量。需 8 杯或以上容量電飯煲；容量不足請分兩次烹煮，或按比例減半。

製作步驟

1. 白米洗淨，連約 600 毫升水放入電飯煲。
2. 鹿肉、南瓜及西蘭花鋪在米上，按正常煮飯模式。
3. 跳掣後焗 10 分鐘。
4. 加入橄欖油，翻鬆拌勻，攤凍。
5. 按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	122 千卡	-
粗蛋白質	12.6 克	103 克
脂肪	2.3 克	18 克
碳水化合物	11.9 克	98 克
膳食纖維	0.6 克	4.7 克
鈣	12 毫克	0.10 克
磷	111 毫克	0.91 克

基礎食譜的鈣質僅 0.10 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 3.0 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.4:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 210 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 300 克	約 11 日	1 克	0.6 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 510 克	約 7 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 850 克	約 4 日	2 克	1.6 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,160 克	約 3 日	2 克	2.1 克 (約 7/8 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 排除飲食期間，單一蛋白原則同樣適用於所有零食及潔齒骨。



鹿肉 20 / 20

鹿肉番薯西蘭花餐 - 狗狗鮮食食譜

這是全書對敏感狗狗最友善的一碗，也是唯一一個省去燕麥後就完全無穀物的食譜。如果你正在跟獸醫進行食物排除測試，這個鹿肉番薯西蘭花狗狗食譜就是終點站：單一新型蛋白、無穀物，沒有其他變數干擾結果。

新型蛋白配無米設計（省略燕麥即完全無穀物），是全書對食物敏感狗狗最友善的組合；鹿肉極瘦，脂肪經橄欖油回補後約 21 克/1000 千卡，纖維約 15.3 克/1000 千卡。

材料（標準批量）

- 鹿肉 1.8 公斤 (切粒)
- 番薯 1.2 公斤 (去皮切粒)
- 西蘭花 400 克 (切小朵)
- 燕麥片 200 克 (如需完全無穀物可省略，並以 250 克番薯替代)
- 橄欖油 30 克 (約 2 湯匙) (熄火後拌入)

本批量煮成後約 3.3 公斤 (能量約 4,013 千卡)，以 10 公斤成犬計約 6 日份量。

製作步驟

1. 番薯放入鍋中，加水蓋過，煮 10 分鐘。
2. 加入鹿肉粒煮 10 分鐘至剛熟（鹿肉極瘦，避免過度烹煮）。
3. 加入西蘭花煮 5 分鐘。
4. 拌入燕麥片煮 2 分鐘，熄火拌入橄欖油。
5. 攤凍後按配量表分裝。

營養分析 (估算值 , 未計補充品)

項目	每 100 克	每 1000 千卡
代謝能	121 千卡	-
粗蛋白質	13 克	107 克
脂肪	2.6 克	21 克
碳水化合物	11 克	91 克
膳食纖維	1.9 克	15.3 克
鈣	20 毫克	0.16 克
磷	130 毫克	1.07 克

基礎食譜的鈣質僅 0.16 克/1000 千卡，遠低於成犬所需，必須補充。按下表加入 蛋殼鈣粉 (本配方需每 1000 千卡約 2.9 克) 後，鈣質達 1.25 克/1000 千卡 (AAFCO 成犬標準)，鈣磷比約 1.2:1 (理想範圍 1.2 至 2:1)。狗狗全方位保健粉按體重劑量提供 20 種必需維他命及礦物質，兩者配合方為完整均衡。

餵飼及補充品配量表 (每日兩餐)

體重	每日能量需求	每日食量	本批可供	全方位保健粉 (每餐)	蛋殼鈣粉 (每餐)
3 公斤	251 千卡	約 210 克	約 16 日 *	0.5 克	0.4 克 (約 1/8 茶匙)
5 公斤	368 千卡	約 300 克	約 11 日	1 克	0.5 克 (約 1/4 茶匙)
10 公斤	619 千卡	約 510 克	約 6 日	1.5 克	0.9 克 (約 3/8 茶匙)
20 公斤	1,040 千卡	約 860 克	約 4 日	2 克	1.5 克 (約 5/8 茶匙)
30 公斤	1,410 千卡	約 1,160 克	約 3 日	2 克	2.0 克 (約 3/4 茶匙)

* 小型犬一批可供超過 2 星期，超出冷凍建議期限，請按比例減半製作。
如每日只餵一餐，請將兩餐補充品份量合併。補充品須待食物放涼至微溫後拌入。

小貼士 鹿肉過度烹煮會變韌並降低嗜口性，熟透即離火。

準備開始了嗎？

本書所有配方，都必須配合以下兩款補充品才算完整均衡，兩款均可在 dogalicious.com 訂購：

狗狗全方位保健粉 - 20 種必需維他命及礦物質，由動物營養學博士研發，按體重配量。

蛋殼鈣粉 - 95% 天然碳酸鈣，按每個配方的鈣缺口配量。

有些星期就是抽不出時間開爐，這很正常。Dogalicious

狗狗鮮食由營養師配方、即熱即食，新客戶更可申請免費試食：dogalicious.com/free-trial

更多配方與餵飼指南：dogalicious.com/cookbook

本書營養數值為按食物成分資料庫計算的估算值，內容僅供一般參考，不能取代獸醫的專業意見。© Dogalicious 2026