食品番号 Item No.	食品名 Food and description	廃棄率 Refuse	エネルギー Energy		水分 Water	たんぱく質 Protein	脂質 Lipid	炭水化物 Carbohydrate	灰分 Ash	ナトリウム Sodium	カリウム Potassium	カルシウム Calcium	マグネシウム Magnesium	リン Phosphorus	鉄 Iron	亜鉛 Zinc	銅 Copper	マンガン Manganese	レチノール Retinol	カロテン Carotenes α	カロテン Carotenes β	クリプトキサンチン Cryptoxanthin	β-カロテン当量 β-Carotene equivalents	レチノール当量 Retinol activity equivalents	D Vitamin D	トコフェロール Tocopherols α	トコフェロール Tocopherols β	トコフェロール Tocopherols γ	トコフェロール Tocopherols δ	K Vitamin K	B_1 Thiamin	B_2 Riboflavin	ナイアシン Niacin	B_6 Vitamin B_6	B_{12} Vitamin B_{12}	葉酸 Folate	パントテン酸 Pantothenic acid	C Ascorbic acid	飽和 Saturated	一価不飽和 Monounsaturated	多価不飽和 Polyunsaturated	コレステロール Cholesterol	食物繊維 水溶性 Soluble	食物繊維 不溶性 Insoluble	食物繊維 総量 Total	食塩相当量 Salt equivalents	備考 Remarks
		可食部100g当たり per 100 g edible portion								無機質 Minerals									ビタミン Vitamins A							ビタミン Vitamins E													脂肪酸 Fatty acids				食物繊維 Dietary fibers			
		%	kcal	kJ	(g)					(mg)									(μg)							(mg)				μg	(mg)				(μg)	(mg)			(g)			mg	(g)			g	
	砂糖及び甘味類																																															
	SUGARS AND SWEETENERS																																															
	(砂糖類)																																															
	(Sugars)																																															
03001	**黒砂糖**	0	354	1481	5.0	1.7	Tr	89.7	3.6	27	1100	240	31	31	4.7	0.5	0.24	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.05	0.07	0.8	0.72	(0)	10	1.38	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	しょ糖[1]80g
	Brown sugar lump																																															
03002	**和三盆糖**	0	383	1602	0.5	0.2	Tr	98.8	0.5	1	140	27	17	13	0.7	0.2	0.07	0.30	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.03	Tr	0.08	(0)	2	0.37	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]97.4g
	Wasanbonto [2]																																															
	車糖																																															
	Soft sugars																																															
03003	上白糖	0	384	1607	0.8	(0)	(0)	99.2	0	1	2	1	Tr	Tr	Tr	0	0.01	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]97.8g
	White																																															
03004	三温糖	0	382	1598	1.2	Tr	(0)	98.7	0.1	7	13	6	2	Tr	0.1	Tr	0.07	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.01	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]96.4g
	Yellow																																															
	ざらめ糖																																															
	Hard sugars																																															
03005	グラニュー糖	0	387	1619	Tr	(0)	(0)	100.0	0	Tr	Tr	Tr	0	(0)	Tr	Tr	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]99.9g
	Granulated sugar																																															
03006	白ざら糖	0	387	1619	Tr	(0)	(0)	100.0	0	Tr	Tr	0	0	(0)	Tr	0	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	別名：上ざら糖
	Coarse crystal, superior																																														しょ糖[1]99.9g	
03007	中ざら糖	0	387	1619	Tr	(0)	(0)	100.0	0	2	1	Tr	Tr	Tr	0.1	Tr	0.02	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	別名：黄ざら糖
	Coarse crystal, medium																																													しょ糖[1]99.9g	
	加工糖																																															
	Reprocessed sugars																																															
03008	角砂糖	0	387	1619	Tr	(0)	(0)	100.0	0	Tr	Tr	Tr	0	(0)	0.1	0	0.01	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]99.9g
	Cubes																																															
03009	氷砂糖	0	387	1619	Tr	(0)	(0)	100.0	0	Tr	Tr	Tr	Tr	(0)	0.1	Tr	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	別名：氷糖
	Korizato : crystal candy sugar																																													しょ糖[1]99.9g	
03010	コーヒーシュガー	0	387	1619	Tr	0.1	(0)	99.9	0	2	Tr	1	Tr	Tr	0.2	1.2	0.01	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]99.5g
	Candy sugar for coffee																																															
03011	粉糖	0	386	1615	0.3	(0)	(0)	99.7	0	1	1	Tr	Tr	0	0.2	0	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	別名：粉砂糖。か（顆）粒糖を含む[3]
	Powdered sugar																																													しょ糖[1]98.3g	
	液糖																																															
	Liquid sugars																																															
03012	しょ糖型液糖	0	271	1134	30.0	(0)	(0)	70.0	0	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0	0.01	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]67.7g
	Sucrose																																															
03013	転化型液糖	0	307	1284	20.7	(0)	(0)	79.3	0	4	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]37.0g
	Inverted																																															
03014	**氷糖みつ**	0	265	1109	31.5	0.2	(0)	68.2	0.1	10	Tr	Tr	Tr	Tr	0.7	0.1	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.02	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	しょ糖[1]63.3g
	Candy sugar molasses																																															
	(でん粉糖類)																																															
	(Starch sweeteners)																																															
03015	**粉あめ**	0	381	1594	3.0	(0)	(0)	97.0	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	
	Dried glucose syrup																																															
03016	**水あめ**	0	328	1372	15.0	(0)	(0)	85.0	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	
	Glucose syrup																																															

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	廃棄率 Refuse	エネルギー Energy		水分 Water	たんぱく質 Protein	脂質 Lipid	炭水化物 Carbohydrate	灰分 Ash	ナトリウム Sodium	カリウム Potassium	カルシウム Calcium	マグネシウム Magnesium	リン Phosphorus	鉄 Iron	亜鉛 Zinc	銅 Copper	マンガン Manganese	レチノール Retinol	カロテン Carotenes α	カロテン Carotenes β	クリプトキサンチン Cryptoxanthin	β-カロテン当量 β-Carotene equivalents	レチノール当量 Retinol activity equivalents	ビタミンD Vitamin D	トコフェロール Tocopherols α	トコフェロール Tocopherols β	トコフェロール Tocopherols γ	トコフェロール Tocopherols δ	ビタミンK Vitamin K	ビタミンB_1 Thiamin	ビタミンB_2 Riboflavin	ナイアシン Niacin	ビタミンB_6 Vitamin B_6	ビタミンB_{12} Vitamin B_{12}	葉酸 Folate	パントテン酸 Pantothenic acid	ビタミンC Ascorbic acid	脂肪酸 Fatty acids 飽和 Saturated	一価不飽和 Monounsaturated	多価不飽和 Polyunsaturated	コレステロール Cholesterol	食物繊維 Dietary fibers 水溶性 Soluble	不溶性 Insoluble	総量 Total	食塩相当量 Salt equivalents	備考 Remarks
		可食部 100 g 当たり per 100 g edible portion								無機質 Minerals									ビタミン Vitamins A							E																							
		%	kcal	kJ	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	μg	μg	μg	μg	μg	μg		mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	mg	μg	μg	mg	mg	mg	g	g	g	mg	g	g	g	g	
	ぶどう糖																																																
	Dextrose, glucose																																																
03017	全糖	0	335	1402	9.0	(0)	(0)	91.0	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	
	Total sugar type																																																
03018	含水結晶	0	336	1406	8.7	(0)	(0)	91.3	0	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.1	Tr	0.01	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	
	Monohydrate																																																
03019	無水結晶	0	367	1536	0.3	(0)	(0)	99.7	0	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.1	0	Tr	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	
	Anhydrous																																																
03020	**果糖**	0	368	1540	0.1	(0)	(0)	99.9	0	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0	Tr	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	
	Fructose																																																
03021	**異性化液糖**	0	276	1155	25.0	0	0	75.0	0	Tr	Tr	Tr	Tr	1	0.1	Tr	Tr	Tr	0	-	-	-	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	(0)	(0)	(0)	0	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	JASによる「ぶどう糖果糖液糖」、「果糖ぶどう糖液糖」及び「高果糖液糖」[1]
	High fructose syrup																																																
	(その他)																																																
	(Others)								*						**																																		
03022	**はちみつ**	0	294	1230	20.0	0.2	0	79.7	0.1	7	13	2	1	4	0.8	0.3	0.04	-	0	-	-	-	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.01	0.2	-	(0)	1	0.05	3	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	そば、しなのき等をみつ源とする濃色はちみつの場合[2]*0.2g、**5.0mg
	Honey																																																
03023	**メープルシロップ**	0	257	1075	33.0	0.1	0	66.3	0.6	1	230	75	18	1	0.4	1.5	0.01	2.01	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.02	Tr	Tr	(0)	1	0.13	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	別名：かえで糖
	Maple syrup																																																輸入品[3]