

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	含硫アミノ酸						芳香族アミノ酸													
						イソロイシン	ロイシン	リジン (リジン)	メチオニン	シスチン	合計	フェニルアラニン	チロシン	合計											
															(..... g)									(..... mg)	
		藻類																							
		あおさ																							
09001	974	素干し	16.9	22.1	16.5	790	1400	950	380	350	730	1100	650	1700											
		あおのり																							
09002	975	素干し	6.5	29.4	21.0	950	1800	1200	580	440	1000	1300	710	2000											
		あまのり																							
09003	976	ほしのり	8.4	39.4	30.0	1600	2800	1900	850	650	1500	1400	1200	2700											
09004	977	焼きのり	2.3	41.4	31.2	1500	2800	1900	830	620	1500	1500	1300	2800											
09005	978	味付けのり	3.4	40.0	30.8	1400	2500	1800	690	540	1200	1400	1100	2500											
		あらめ																							
09006	979	蒸し干し	16.7	12.4	(9.9)	(430)	(780)	(550)	(210)	(270)	(480)	(480)	(240)	(720)											
		いわのり																							
09007	980	素干し	8.4	34.8	(26.5)	(1400)	(2400)	(1700)	(750)	(570)	(1300)	(1300)	(1100)	(2400)											
		(こんぶ類)																							
		えながおにこんぶ																							
09013	986	素干し	10.4	11.0	(8.8)	(380)	(690)	(490)	(180)	(240)	(430)	(420)	(210)	(640)											
		がごめこんぶ																							
09014	987	素干し	8.3	7.9	(6.3)	(270)	(500)	(350)	(130)	(170)	(310)	(300)	(150)	(460)											
		ながこんぶ																							
09015	988	素干し	10.0	8.3	(6.7)	(290)	(520)	(370)	(140)	(180)	(320)	(320)	(160)	(480)											
		ほそめこんぶ																							
09016	989	素干し	11.3	6.9	(5.5)	(240)	(430)	(300)	(110)	(150)	(270)	(270)	(130)	(400)											
		まこんぶ																							
09017	990	素干し	9.5	8.2	6.6	280	520	360	140	180	320	320	160	470											
		みつしいこんぶ																							
09018	991	素干し	9.2	7.7	(6.2)	(270)	(490)	(340)	(130)	(170)	(300)	(300)	(150)	(440)											
		りしりこんぶ																							
09019	992	素干し	13.2	8.0	(6.4)	(280)	(500)	(350)	(130)	(180)	(310)	(310)	(150)	(460)											
09020	993	刻み昆布	15.5	5.4	(4.3)	(190)	(340)	(240)	(90)	(120)	(210)	(210)	(100)	(310)											
09021	994	削り昆布	24.4	6.5	(5.2)	(230)	(410)	(290)	(110)	(140)	(250)	(250)	(120)	(380)											
09023	996	つくだ煮	49.6	6.0	4.6	210	340	230	77	56	130	220	79	300											

トレオニン (スレオニン)	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考											
														(..... mg)										
														1000	340	1200	410	1100	1800	2300	2300	1200	890	1100
1300	430	1400	470	1400	2000	3400	3100	1500	1300	1300	24000	670												
1800	480	2400	550	2100	4200	3500	4300	2300	1600	1500	35000	830	別名: のり すき干したのもの											
1900	510	2400	620	2300	4400	3800	4600	2200	1600	1800	37000	660												
1800	440	2200	590	2000	3900	3400	7000	2200	1600	1600	36000	600												
(530)	(140)	(590)	(210)	(400)	(880)	(1500)	(2600)	(610)	(640)	(480)	(12000)	-	09017まこんぶから推計											
(1600)	(430)	(2100)	(480)	(1900)	(3700)	(3100)	(3800)	(2000)	(1400)	(1300)	(31000)	-	すき干したのもの 09003ほしのりから推計											
(470)	(130)	(530)	(190)	(360)	(780)	(1400)	(2300)	(540)	(560)	(420)	(10000)	-	別名: らうすこんぶ、おにこんぶ(和名) 09017まこんぶから推計											
(340)	(91)	(380)	(140)	(260)	(560)	(970)	(1700)	(390)	(410)	(300)	(7400)	-	別名: がごめ(和名) 09017まこんぶから推計											
(360)	(95)	(400)	(140)	(270)	(590)	(1000)	(1800)	(410)	(430)	(320)	(7800)	-	09017まこんぶから推計											
(300)	(79)	(330)	(120)	(230)	(490)	(850)	(1500)	(340)	(350)	(260)	(6500)	-	09017まこんぶから推計											
350	94	390	140	270	580	1000	1700	400	420	310	7700	160												
(330)	(88)	(370)	(130)	(250)	(550)	(950)	(1600)	(380)	(400)	(300)	(7200)	-	別名: 日高こんぶ 09017まこんぶから推計											
(340)	(92)	(380)	(140)	(260)	(570)	(980)	(1700)	(390)	(410)	(310)	(7500)	-	09017まこんぶから推計											
(230)	(62)	(260)	(93)	(180)	(380)	(660)	(1100)	(270)	(280)	(210)	(5100)	-	09017まこんぶから推計											
(280)	(75)	(310)	(110)	(210)	(460)	(800)	(1400)	(320)	(330)	(250)	(6100)	-	別名: おぼろこんぶ、とろろこんぶ 09017まこんぶから推計											
190	30	270	100	250	300	450	1700	380	270	230	5300	140	試料: ごま入り											

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	含硫アミノ酸						芳香族アミノ酸								
						イソロイシン	ロイシン	リジン(リジン)	メチオニン	シスチン	合計	フェニルアラニン	チロシン	合計						
															(..... g)					
		てんぐさ																		
09026	999	ところてん	99.1	0.2	(0.1)	(8.5)	(15)	(3.6)	(2.8)	(0)	(2.8)	(9.6)	(0.9)	(11)						
09027	1000	角寒天	20.5	2.4	(1.0)	(100)	(170)	(43)	(33)	(0)	(33)	(120)	(11)	(130)						
09049	1002	粉寒天	16.7	0.2	0.1	7.7	13	3.3	2.5	0	2.5	8.6	0.8	9.5						
		ひじき																		
		ほしひじき																		
09050	1005	ステンレス釜、乾	6.5	9.2	7.2	430	740	310	230	120	350	480	240	730						
09051	1006	ステンレス釜、ゆで	94.8	0.7	0.5	30	54	23	17	7.8	24	35	22	57						
09052	1007	ステンレス釜、油いため	89.5	0.8	0.6	35	63	26	21	9.5	30	40	26	66						
		ひとえぐさ																		
09033	1012	つくだ煮	56.5	14.4	11.0	550	870	610	160	120	280	530	150	680						
		(もずく類)																		
		おきなわもずく																		
09037	1016	塩蔵、塩抜き	96.7	0.3	0.2	13	24	14	9.0	4.8	14	15	11	27						
		もずく																		
09038	1017	塩蔵、塩抜き	97.7	0.2	0.2	8.6	17	11	6.0	2.8	8.8	10	7.9	18						
		わかめ																		
09039	1018	原藻、生	89.0	1.9	(1.4)	(84)	(160)	(110)	(48)	(19)	(67)	(94)	(48)	(140)						
		乾燥わかめ																		
09040	1019	素干し	12.7	13.6	(10.4)	(600)	(1100)	(760)	(340)	(140)	(480)	(670)	(340)	(1000)						
09041	1020	素干し、水戻し	90.2	2.0	(1.5)	(88)	(160)	(110)	(50)	(20)	(70)	(99)	(51)	(150)						
09042	1021	板わかめ	7.2	16.7	(12.7)	(740)	(1400)	(940)	(420)	(170)	(590)	(830)	(420)	(1200)						
09043	1022	灰干し、水戻し	96.0	1.1	(0.8)	(49)	(90)	(62)	(28)	(11)	(39)	(54)	(28)	(82)						
09044	1023	カットわかめ	8.6	18.0	13.7	790	1500	1000	450	180	630	890	460	1300						
		湯通し塩蔵わかめ																		
09045	1024	塩抜き	93.3	1.7	1.4	78	140	100	50	18	68	87	66	150						
09048	1025	塩蔵	52.6	4.1	3.2	200	350	240	95	49	140	210	99	310						
		くきわかめ																		
09046	1026	湯通し塩蔵、塩抜き	84.9	1.1	(0.8)	(49)	(90)	(62)	(28)	(11)	(39)	(54)	(28)	(82)						

トレオニン(スレオニン)	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考											
														(..... mg)										
														(3.4)	(0.4)	(10)	(0.6)	(2.1)	(9.5)	(9.5)	(12)	(6.5)	(4.3)	(2.8)
(41)	(5.0)	(120)	(6.8)	(25)	(110)	(110)	(140)	(78)	(52)	(34)	(1200)		- 09049粉寒天から推計											
3.1	0.4	9.1	0.5	1.9	8.6	8.6	11	5.9	3.9	2.6	91	11	別名: 棒寒天 細寒天(糸寒天)を含む 09049粉寒天から推計											
													試料: てんぐさ以外の粉寒天も含む 剰余アンモニア: 8.6 mg											
460	160	540	160	420	630	980	1200	500	400	420	8500	170	ステンレス釜で煮熟後乾燥したもの											
33	11	38	12	35	42	64	75	36	29	30	590	9.6	09050ほしひじき乾を水もどし後、ゆで											
38	13	44	14	41	48	75	88	41	35	35	690	12	09050ほしひじき乾を水もどし後、油いため											
480	53	650	270	440	820	930	4400	560	700	560	13000	370	別名: のりのつくだ煮											
15	5.3	17	5.4	16	20	31	33	17	16	14	280	5.9												
10	3.8	12	3.8	11	14	21	22	12	10	10	190	3.6												
(88)	(33)	(110)	(38)	(91)	(130)	(180)	(210)	(110)	(77)	(84)	(1700)		廃棄部位: 茎、中肋及びめかぶ 基部を除いたもの 09044カットわかめから推計											
(630)	(240)	(770)	(280)	(650)	(910)	(1300)	(1500)	(750)	(550)	(600)	(12000)		- 09044カットわかめから推計											
(93)	(35)	(110)	(41)	(96)	(130)	(190)	(220)	(110)	(81)	(89)	(1800)		- 09044カットわかめから推計											
(770)	(290)	(950)	(340)	(800)	(1100)	(1600)	(1800)	(920)	(680)	(740)	(15000)		- 09044カットわかめから推計											
(51)	(19)	(62)	(22)	(53)	(73)	(100)	(120)	(61)	(45)	(49)	(980)		- 09044カットわかめから推計											
830	310	1000	360	860	1200	1700	1900	1000	730	800	16000	240												
82	33	100	36	100	120	170	190	99	77	79	1600	32	別名: 生わかめ											
180	59	260	80	210	280	390	440	240	170	160	3700	83	付着食塩を振り落したものの											
(51)	(19)	(62)	(22)	(53)	(73)	(100)	(120)	(61)	(45)	(49)	(980)		- 09044カットわかめから推計											

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	含硫アミノ酸			芳香族アミノ酸					
						イソロイシン	ロイシン	(リジン)リシン	メチオニン	シスチン	合計	フェニルアラニン	チロシン	合計
						(.....g.....)			(.....mg.....)					
09047	1027	めかぶわかめ 生	94.2	0.9	0.7	30	58	46	20	12	32	35	23	58

トレオニン (スレオニン)	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考													
														(.....mg.....)												
														38	11	46	17	45	94	81	99	52	35	37	780	14