

## 8きのこ類

| 食品番号  | 索引番号 | 食品名     | イソイソロイシン       | ロイシン | リジン<br>(リジン) | 含硫アミノ酸 |      |     | 芳香族アミノ酸  |      |     | トレオニン<br>(スレオニン) | トリプトファン | バリン | ヒスチジン |  |  |
|-------|------|---------|----------------|------|--------------|--------|------|-----|----------|------|-----|------------------|---------|-----|-------|--|--|
|       |      |         |                |      |              | 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  |                  |         |     |       |  |  |
|       |      | きのこ類    | (.....mg.....) |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
|       |      | えのきたけ   |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08001 | 925  | 生       | 180            | 290  | 270          | 55     | 59   | 110 | 250      | 190  | 440 | 220              | 78      | 230 | 160   |  |  |
| 08003 | 928  | 味付け瓶詰   | 210            | 330  | 270          | 51     | 44   | 95  | 230      | 120  | 350 | 210              | 46      | 260 | 130   |  |  |
|       |      | (きくらげ類) |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
|       |      | あらげきくらげ |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08004 | 929  | 乾       | 190            | 390  | 210          | 55     | 78   | 130 | 280      | 140  | 410 | 310              | 120     | 290 | 120   |  |  |
|       |      | きくらげ    |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08006 | 932  | 乾       | 200            | 400  | 270          | 70     | 72   | 140 | 240      | 170  | 410 | 310              | 110     | 290 | 150   |  |  |
|       |      | しろきくらげ  |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08008 | 934  | 乾       | 200            | 350  | 260          | 73     | 140  | 210 | 220      | 230  | 450 | 290              | 110     | 280 | 110   |  |  |
|       |      | しいたけ    |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
|       |      | 生しいたけ   |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08039 | 937  | 菌床栽培、生  | 200            | 330  | 300          | 55     | 41   | 96  | 200      | 150  | 350 | 250              | 78      | 250 | 120   |  |  |
| 08042 | 940  | 原木栽培、生  | 200            | 320  | 280          | 56     | 67   | 120 | 190      | 150  | 340 | 240              | 74      | 240 | 110   |  |  |
|       |      | 乾しいたけ   |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08013 | 943  | 乾       | 190            | 330  | 290          | 71     | 77   | 150 | 200      | 130  | 330 | 250              | 77      | 240 | 120   |  |  |
|       |      | (しめじ類)  |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
|       |      | ぶなしめじ   |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08016 | 947  | 生       | 190            | 300  | 270          | 37     | 61   | 98  | 190      | 140  | 320 | 230              | 44      | 230 | 110   |  |  |
|       |      | なめこ     |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08020 | 953  | 生       | 210            | 340  | 230          | 65     | 52   | 120 | 130      | 67   | 200 | 260              | 40      | 260 | 130   |  |  |
|       |      | (ひらたけ類) |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
|       |      | エリンギ    |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08025 | 958  | 生       | 210            | 340  | 320          | 67     | 58   | 130 | 210      | 170  | 380 | 250              | 86      | 270 | 110   |  |  |
|       |      | ひらたけ    |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08026 | 962  | 生       | 200            | 320  | 270          | 47     | 52   | 99  | 210      | 180  | 400 | 240              | 72      | 260 | 120   |  |  |
|       |      | まいたけ    |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08028 | 964  | 生       | 180            | 210  | 270          | 42     | 63   | 110 | 190      | 180  | 370 | 260              | 82      | 270 | 130   |  |  |
| 08051 | 966  | 油いため    | 210            | 330  | 270          | 67     | 68   | 140 | 220      | 180  | 400 | 260              | 88      | 270 | 130   |  |  |
|       |      | マッシュルーム |                |      |              |        |      |     |          |      |     |                  |         |     |       |  |  |
| 08031 | 968  | 生       | 210            | 320  | 250          | 60     | 38   | 98  | 190      | 88   | 280 | 220              | 76      | 250 | 110   |  |  |

基準窒素 1g 当たり

| 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 | 窒素換算係数<br>たんぱく質に対する<br>アミノ酸組成による | 備考                   |                        |
|-------|------|---------|--------|------|------|-----|--------|-------|----------------------------------|----------------------|------------------------|
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | (.....mg.....)         |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 200   | 420  | 300     | 610    | 220  | 180  | 210 | 4100   | 150   | 3.55                             | 廃棄部位: 柄の基部(いしづき)     |                        |
| 210   | 330  | 420     | 1100   | 240  | 240  | 220 | 4700   | 190   | 4.04                             | 別名: なめたけ<br>液汁を除いたもの |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 別名: 裏白きくらげ<br>試料: 栽培品  |
| 270   | 360  | 540     | 530    | 240  | 270  | 250 | 4600   | 170   | 3.98                             |                      |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 280   | 370  | 520     | 530    | 250  | 230  | 280 | 4800   | 140   | 4.07                             |                      |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 440   | 300  | 540     | 570    | 290  | 260  | 300 | 5000   | 120   | 4.26                             |                      |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 280   | 340  | 410     | 900    | 220  | 190  | 240 | 4600   | 180   | 3.91                             | 廃棄部位: 柄全体            |                        |
| 270   | 280  | 390     | 870    | 230  | 190  | 240 | 4400   | 150   | 3.76                             | 廃棄部位: 柄全体            |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | どんこ、こうしんを含む<br>試料: 栽培品 |
| 250   | 290  | 480     | 1000   | 230  | 200  | 260 | 4700   | 160   | 4.06                             | 廃棄部位: 柄全体            |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 340   | 350  | 330     | 780    | 220  | 190  | 230 | 4200   | 160   | 3.63                             | 廃棄部位: 柄の基部(いしづき)     |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 別名: なめたけ<br>試料: 栽培品    |
| 270   | 310  | 390     | 660    | 220  | 230  | 240 | 4100   | 140   | 3.53                             | 柄の基部(いしづき)を除いたもの     |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 300   | 370  | 410     | 620    | 260  | 210  | 250 | 4500   | 140   | 3.87                             | 廃棄部位: 柄の基部(いしづき)     |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 別名: かんたけ<br>試料: 栽培品    |
| 300   | 400  | 390     | 750    | 230  | 190  | 230 | 4400   | 170   | 3.81                             | 廃棄部位: 柄の基部(いしづき)     |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 270   | 320  | 420     | 680    | 250  | 210  | 260 | 4300   | 160   | 3.66                             | 廃棄部位: 柄の基部(いしづき)     |                        |
| 280   | 310  | 460     | 670    | 250  | 220  | 260 | 4500   | 140   | 3.89                             | 柄の基部(いしづき)を除いたもの     |                        |
|       |      |         |        |      |      |     |        |       |                                  |                      | 試料: 栽培品                |
| 180   | 530  | 300     | 720    | 210  | 250  | 200 | 4200   | 200   | 3.58                             | 廃棄部位: 柄の基部(いしづき)     |                        |