3 砂糖及び甘味類

食品番号	索引番号	食品名	可食部 100 g 当たり																							
											脂肪酸						食物繊維				無機質					
			廃棄率	エネルギー		水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	脂質	トリアシルグリセロール当量	飽和	一価不飽和	多価不飽和	コレステロール	炭水化物	利用可能炭水化物（単糖当量）	水溶性	不溶性	総量	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄
			%	kcal	kJ	(……………g……………)								mg	(……………g……………)						(……………mg……………)					
		砂糖及び甘味類																								
		（砂糖類）																								
03001	224	黒砂糖	0	354	1481	5.0	1.7	-	Tr	-	-	-	-	(0)	89.7	92.7	(0)	(0)	(0)	3.6	27	1100	240	31	31	4.7
03002	225	和三盆糖	0	383	1602	0.5	0.2	-	Tr	-	-	-	-	(0)	98.8	(105.2)	(0)	(0)	(0)	0.5	1	140	27	17	13	0.7
		車糖																								
03003	226	上白糖	0	384	1607	0.8	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	99.2	103.6	(0)	(0)	(0)	0	1	2	1	Tr	Tr	Tr
03004	227	三温糖	0	382	1598	1.2	Tr	-	(0)	-	-	-	-	(0)	98.7	104.8	(0)	(0)	(0)	0.1	7	13	6	2	Tr	0.1
		ざらめ糖																								
03005	228	グラニュー糖	0	387	1619	Tr	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	100.0	(105.0)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	0	(0)	Tr
03006	229	白ざら糖	0	387	1619	Tr	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	100.0	(105.0)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	0	0	(0)	Tr
03007	230	中ざら糖	0	387	1619	Tr	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	100.0	(105.0)	(0)	(0)	(0)	0	2	1	Tr	Tr	Tr	0.1
		加工糖																								
03008	231	角砂糖	0	387	1619	Tr	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	100.0	(105.0)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	0	(0)	0.1
03009	232	氷砂糖	0	387	1619	Tr	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	100.0	(105.0)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	Tr	(0)	0.1
03010	233	コーヒーシュガー	0	387	1619	Tr	0.1	-	(0)	-	-	-	-	(0)	99.9	105.2	(0)	(0)	(0)	0	2	Tr	1	Tr	Tr	0.2
03011	234	粉糖	0	386	1615	0.3	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	99.7	(104.7)	(0)	(0)	(0)	0	1	1	Tr	Tr	0	0.2
		液糖																								
03012	235	しょ糖型液糖	0	271	1134	30.0	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	70.0	-	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr
03013	236	転化型液糖	0	307	1284	20.7	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	79.3	-	(0)	(0)	(0)	0	4	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr
03014	237	氷糖みつ	0	265	1109	31.5	0.2	-	(0)	-	-	-	-	(0)	68.2	-	(0)	(0)	(0)	0.1	10	Tr	Tr	Tr	Tr	0.7
		（でん粉糖類）																								
03015	238	粉あめ	0	381	1594	3.0	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	97.0	-	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1
		水あめ																								
03024	239	酵素糖化	0	328	1372	15.0	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	85.0	91.3	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0	Tr	0	1	0.1
03025	240	酸糖化	0	328	1372	15.0	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	85.0	91.0	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0	Tr	0	1	0.1
		ぶどう糖																								
03017	241	全糖	0	335	1402	9.0	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	91.0	(91.3)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1
03018	242	含水結晶	0	336	1406	8.7	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	91.3	(91.3)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.1
03019	243	無水結晶	0	367	1536	0.3	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	99.7	(99.7)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.1
03020	244	果糖	0	368	1540	0.1	(0)	-	(0)	-	-	-	-	(0)	99.9	(99.9)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr
		異性化液糖																								
03026	245	ぶどう糖果糖液糖	0	276	1154	25.0	0	-	0	-	-	-	-	(0)	75.0	75.5	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1
03027	246	果糖ぶどう糖液糖	0	276	1154	25.0	0	-	0	-	-	-	-	(0)	75.0	75.5	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1
03028	247	高果糖液糖	0	276	1154	25.0	0	-	0	-	-	-	-	(0)	75.0	75.3	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1
		（その他）																								
03029	248	黒蜜	0	199	834	46.5	1.0	-	0	-	-	-	-	0	50.5	(52.2)	0	0	0	2.0	15	620	140	17	17	2.6
03022	249	はちみつ	0	294	1231	20.0	0.2	(0.1)	0	-	-	-	-	(0)	79.7	73.2	(0)	(0)	(0)	0.1	6	18	1	1	4	1.0
03023	250	メープルシロップ	0	257	1075	33.0	0.1	-	0	-	-	-	-	(0)	66.3	(62.1)	(0)	(0)	(0)	0.6	1	230	75	18	1	0.4

食品番号	索引番号	食品名	可食部 100 g 当たり																												備考
			無機質							ビタミン																					
										A							E														
											カロテン						トコフェロール														
			亜鉛	銅	マンガン	ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α	β	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	D	α	β	γ	δ	K	B_1	B_2	ナイアシン	B_6	B_{12}	葉酸	パントテン酸	ビオチン	C	食塩相当量	
			(……mg……)		(……………µg……………)												(……mg……)				µg	(……mg……)				(…µg…)		mg	µg	mg	g	
		砂糖及び甘味類																														
		（砂糖類）																														
03001	224	黒砂糖	0.5	0.24	-	15	4	13	9	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.05	0.07	0.8	0.72	(0)	10	1.38	33.6	(0)	0.1	
03002	225	和三盆糖	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	
		車糖																														
03003	226	上白糖	0	0.01	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
03004	227	三温糖	Tr	0.07	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.01	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
		ざらめ糖																														
03005	228	グラニュー糖	Tr	0	-	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	(0)	0	
03006	229	白ざら糖	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
03007	230	中ざら糖	Tr	0.02	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	別名：黄ざら糖
		加工糖																														
03008	231	角砂糖	0	0.01	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
03009	232	氷砂糖	Tr	0	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	別名：氷糖
03010	233	コーヒーシュガー	1.2	0.01	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
03011	234	粉糖	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
		液糖																														
03012	235	しょ糖型液糖	0	0.01	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	しょ糖：67.7 g
03013	236	転化型液糖	0	Tr	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	しょ糖：37.0 g
03014	237	氷糖みつ	0.1	0	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.02	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	しょ糖：63.3 g
		（でん粉糖類）																														
03015	238	粉あめ	0	Tr	0	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
		水あめ																														
03024	239	酵素糖化	0	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)	(0)	0	(0)	0	
03025	240	酸糖化	0	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)	(0)	0	(0)	0	
		ぶどう糖																														
03017	241	全糖	0	Tr	0	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
03018	242	含水結晶	Tr	0.01	0	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
03019	243	無水結晶	0	Tr	0	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
03020	244	果糖	0	Tr	0	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	0	
		異性化液糖																														
03026	245	ぶどう糖果糖液糖	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)	0	0	0	果糖含有率 50 % 未満のもの
03027	246	果糖ぶどう糖液糖	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)	0	0	0	果糖含有率 50 % 以上 90 % 未満のもの
03028	247	高果糖液糖	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)	0	0	0	果糖含有率 90 % 以上のもの
		（その他）																														
03029	248	黒蜜	0.3	0.14	-	8	2	7	5	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0.03	0.04	0.5	0.41	0	6	0.78	18.9	0	0	
03022	249	はちみつ	1.0	0.05	-	0	0	1	0	0	-	-	-	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.01	0.1	-	(0)	1	0.05	0.5	0	0	
03023	250	メープルシロップ	1.5	0.01	2.01	4	0	5	2	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.02	Tr	Tr	(0)	1	0.13	0.1	(0)	0	別名：かえで糖