













食品番号 Item No.	食品名 Food and description	可食部 100g 当たり per 100 g edible portion																												備考 Remarks																		
		水 Water	脂 Lipid	脂肪酸 Fatty acids																								未 同 定 Unidentified																				
				総 量 Total	飽 和 Saturated	飽和 Saturated										一 価 不 飽 和 Monounsaturated	多 価 不 飽 和 Polyunsaturated																															
						10:0	12:0	14:0	15:0	16:0	17:0	18:0	20:0	22:0	24:0		10:1	14:1	15:1	16:1	17:1	18:1	20:1	22:1	24:1	16:2	16:3		16:4		18:2 n-6	18:3 n-3	18:3 n-6	18:4 n-3	20:2 n-6	20:3 n-6	20:4 n-3	20:4 n-6	20:5 n-3	21:5 n-3	22:2	22:4 n-6	22:5 n-3	22:5 n-6	22:6 n-3			
g	mg																																															
11107	ビーフジャーキー Beefjerky	24.4	7.8	5.51	2.11	2.70	0.69	0.16	0.50	0	3	100	22	1200	52	710	7	0	0	0	46	0	180	53	2400	18	0	0	34	0	0	390	80	0	0	2	25	11	78	24	0	0	0	45	0	0	0	
11108	スモークタン Smoked tongue	55.9	23.0	20.09	8.97	10.19	0.94	0.14	0.69	9	19	700	120	5000	330	2800	18	0	0	0	180	0	730	260	9000	59	0	0	110	0	0	600	110	0	0	0	21	0	66	0	0	0	0	23	0	0	0	
11109	うま Horse 肉、赤肉、生 Meat, lean, raw	76.1	2.5	2.08	0.80	0.99	0.29	0.09	0.20	1	4	98	5	610	4	76	0	-	-	-	15	0	220	9	740	11	0	0	-	-	-	180	91	-	0	3	1	0	12	0	-	-	-	0	0	0	6 別名：さくら肉 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの ミンクくじら <sup>1)</sup>	
11110	くじら Whale 肉、赤肉、生 Meat, lean, raw	74.3	0.4	0.25	0.08	0.11	0.06	0.04	0.02	Tr	Tr	17	1	40	1	16	Tr	Tr	Tr	0	1	0	15	1	88	3	1	1	1	Tr	Tr	7	1	Tr	1	Tr	1	1	8	25	Tr	0	Tr	5	Tr	12	0 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの	
11111	うねす、生 Ventral groove meat, raw	49.0	31.4	26.82	6.27	13.34	7.21	5.80	1.21	1	36	2500	95	3000	45	510	28	24	14	0	510	0	4000	100	8200	370	150	39	120	12	79	760	170	52	250	43	95	280	210	2200	90	0	27	1000	21	1800	0	
11112	本皮、生 Blubber, raw	21.0	68.8	50.11	12.49	23.88	13.74	11.20	2.18	1	63	4600	180	6300	96	1100	50	42	25	0	720	0	6800	180	15000	640	240	110	210	18	130	1400	310	96	460	71	190	560	380	4300	160	0	56	2100	39	3400	0	
11113	さらしくじら <sup>2)</sup> Sarashi-kujira <sup>2)</sup>	93.7	0.9	0.77	0.11	0.51	0.14	0.11	0.03	0	1	46	2	48	5	8	0	0	0	0	30	0	170	4	290	14	4	1	3	0	1	20	5	0	6	1	2	7	4	38	1	0	1	19	Tr	35	0	
11114	しか Deer 肉、赤肉、生 Meat, lean, raw	74.6	1.5	0.90	0.44	0.26	0.20	0.09	0.11	0	1	31	7	210	7	180	1	0	0	0	12	0	41	7	200	1	0	0	3	0	0	80	41	0	0	Tr	3	1	22	20	0	0	0	20	0	5	0 輸入冷凍品 <sup>4)</sup>	
11115	ぶた Swine 【大型種肉】 [Porks, large type breeds] かた Picnic shoulder 脂身つき、生 Lean and fat, raw	65.7	14.6	13.40	5.25	6.50	1.65	0.10	1.55	11	11	180	6	3200	52	1800	32	0	0	0	0	0	0	310	39	6000	110	0	0	0	0	0	1400	64	0	0	67	16	0	59	0	0	0	13	18	0	13	0 皮下脂肪 <sup>5)</sup> 8.2%、筋間脂肪 <sup>6)</sup> 7.5%
11116	皮下脂肪なし、生 Without subcutaneous fat, raw	69.8	9.3	8.38	3.25	4.10	1.04	0.06	0.98	7	7	110	3	2000	31	1100	19	0	0	0	0	0	0	210	24	3800	88	0	0	0	0	0	860	38	0	0	41	12	0	53	0	0	0	10	13	0	9	0 筋間脂肪 <sup>6)</sup> 8.0%
11117	赤肉、生 Lean, raw	74.0	3.8	3.17	1.17	1.60	0.40	0.02	0.38	3	2	37	0	730	9	390	6	0	0	0	0	0	94	7	1500	24	0	0	0	0	0	300	10	0	0	14	8	0	46	0	0	0	6	8	0	5	0 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの	
11118	脂身、生 Fat, raw	22.0	72.4	68.13	27.09	32.73	8.31	0.49	7.82	54	54	930	41	16000	280	9200	170	0	0	0	0	0	0	1500	210	30000	560	0	0	0	0	0	7200	350	0	0	350	55	0	130	0	0	0	50	76	0	61	0 皮下脂肪及び筋間脂肪 <sup>7)</sup>
11119	かたロース Boston butt 脂身つき、生 Lean and fat, raw	62.6	19.2	17.54	7.26	8.17	2.10	0.12	1.99	16	15	240	8	4300	72	2600	42	0	0	0	0	0	0	390	48	7600	140	0	0	0	0	0	1800	83	0	0	85	18	0	63	0	0	0	16	22	0	11	0 皮下脂肪 <sup>5)</sup> 5.7%、筋間脂肪 <sup>6)</sup> 12.4%
11120	皮下脂肪なし、生 Without subcutaneous fat, raw	65.1	16.0	14.53	6.00	6.82	1.70	0.09	1.61	13	12	200	6	3600	57	2100	35	0	0	0	0	0	0	330	39	6300	120	0	0	0	0	0	1500	66	0	0	68	16	0	59	0	0	0	14	18	0	8	0 筋間脂肪 <sup>6)</sup> 13.1%
11121	赤肉、生 Lean, raw	71.3	7.8	6.80	2.77	3.36	0.67	0.03	0.63	7	6	92	0	1700	19	960	16	0	0	0	0	0	0	180	15	3100	54	0	0	0	0	0	540	22	0	0	26	10	0	48	0	0	0	8	9	0	0	0 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11122	脂身、生 Fat, raw	23.6	70.7	66.06	27.57	29.89	8.60	0.50	8.09	54	57	920	44	16000	310	9800	180	0	0	0	0	0	0	1300	200	28000	530	0	0	0	0	0	7500	360	0	0	350	56	0	130	0	0	0	54	80	0	63	0 皮下脂肪及び筋間脂肪 <sup>7)</sup>
11123	ロース Loin 脂身つき、生 Lean and fat, raw	60.4	19.2	17.73	7.84	7.68	2.21	0.11	2.10	15	25	280	9	4500	73	2900	42	0	0	0	Tr	0	350	44	7100	140	0	0	0	0	0	1900	83	0	0	90	16	0	56	0	0	0	16	18	0	10	0 皮下脂肪 <sup>5)</sup> 11.4%、筋間脂肪 <sup>6)</sup> 7.9%	
11124	脂身つき、焼き Lean and fat, baked	49.1	22.7	21.16	9.32	9.31	2.54	0.12	2.42	18	33	330	10	5400	74	3400	51	0	0	0	0	1	0	420	46	8700	160	0	0	0	0	0	2200	94	0	0	110	18	0	62	0	0	0	0	17	0	9	0
11125	脂身つき、ゆで Lean and fat, boiled	51.0	24.1	22.41	9.90	9.73	2.78	0.14	2.64	19	33	350	11	5700	89	3600	53	0	0	0	0	1	0	440	53	9100	180	0	0	0	0	0	2400	100	0	0	110	19	0	70	0	0	0	18	21	0	12	0
11126	皮下脂肪なし、生 Without subcutaneous fat, raw	65.7	11.9	10.84	4.74	4.82	1.28	0.06	1.22	10	15	170	5	2800	43	1700	25	0	0	0	0	Tr	0	230	26	4500	84	0	0	0	0	0	1100	46	0	0	52	11	0	47	0	0	0	11	12	0	6	0 筋間脂肪 <sup>6)</sup> 8.9%













食品番号 Item No.	食品名 Food and description	可食部 100 g 当たり per 100 g edible portion																												備考 Remarks																		
		水 Water	脂 Lipid	総 量 Total	脂 肪 酸 Fatty acids																								未 同 定 Unidentified																			
					飽 和 Saturated	一 価 不 飽 和 Monounsaturated	多 価 不 飽 和 Polyunsaturated	飽 和 Saturated												一 価 不 飽 和 Monounsaturated						多 価 不 飽 和 Polyunsaturated																						
								10:0	12:0	14:0	15:0	16:0	17:0	18:0	20:0	22:0	24:0	10:1	14:1	15:1	16:1	17:1	18:1	20:1	22:1	24:1	16:2	16:3			16:4	18:2 n-6	18:3 n-3	18:3 n-6	18:4 n-3	20:2 n-6	20:3 n-6	20:4 n-3	20:4 n-6	20:5 n-3	21:5 n-3	22:2	22:4 n-6	22:5 n-3	22:5 n-6	22:6 n-3		
g	mg																																															
11237	[その他] [Others] 焼き鳥缶詰 Roast meat, canned with seasonings	62.8	7.8	7.24	2.08	3.46	1.70	0.10	1.60	1	3	56	12	1600	34	410	4	2	0	0	11	0	430	11	3000	29	2	0	0	0	0	1500	68	18	0	8	10	1	40	7	0	1	8	7	1	12	0	液汁を含んだもの <sup>1)</sup>
11238	はと Pigeon 肉、皮なし、生 Meat, without skin, raw	71.5	5.1	4.23	1.23	1.90	1.09	0.05	1.04	0	0	13	2	790	5	420	4	0	0	0	12	0	300	0	1600	8	0	0	0	0	0	800	10	0	0	15	10	0	180	4	0	0	26	26	0	11	0	輸入冷凍品 <sup>2)</sup> 皮下脂肪を除いたもの <sup>3)</sup>
11239	フォアグラ Foie gras ゆで Boiled	39.7	49.9	46.36	18.31	27.44	0.61	0	0.61	0	0	280	0	11000	0	7000	60	0	0	0	0	0	1000	0	28000	190	0	0	0	0	0	400	0	0	0	0	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0	調味料無添加輸入品 <sup>4)</sup>
11240	ほろほろちょう Guinea fowl 肉、皮なし、生 Meat, without skin, raw	75.2	1.0	0.66	0.21	0.18	0.26	0.02	0.24	0	0	4	1	120	2	90	1	0	0	0	5	0	10	Tr	170	2	0	0	0	0	170	5	0	0	4	3	0	50	1	0	0	8	5	0	11	0	輸入冷凍品 <sup>2)</sup> 皮下脂肪を除いたもの <sup>3)</sup>	
11241	<その他> <OTHERS> いなご Rice hopper つくだ煮 Tsukudani <sup>5)</sup>	33.7	1.4	0.55	0.11	0.12	0.32	0.24	0.08	0	Tr	2	1	44	6	55	1	1	1	0	0	0	5	2	110	2	0	0	0	0	0	77	240	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	うしがえる
11242	かえる Bullfrog 肉、生 Meat, raw	76.3	0.4	0.22	0.07	0.06	0.09	0.06	0.03	0	0	1	1	46	1	17	0	0	0	0	1	0	6	1	47	2	0	0	0	0	21	1	0	0	2	2	1	6	17	0	0	0	8	0	37	0	輸入冷凍品 <sup>2)</sup>	
11243	すっぽん Snapping turtle 肉、生 Meat, raw	69.1	13.4	11.44	2.66	5.43	3.36	2.32	1.02	0	0	250	26	1800	65	530	21	0	0	0	15	0	720	28	3600	600	450	33	22	0	0	910	550	0	64	20	0	43	89	630	31	0	0	140	0	860	0	甲殻、頭部、脚、内臓、皮等を除いたもの <sup>6)</sup>
11244	はち Wasp はちの子缶詰 Maggot, canned with seasoning	44.3	7.2	6.45	2.45	2.61	1.39	0.51	0.88	8	110	240	7	1600	20	400	20	5	0	0	5	0	210	10	2400	16	4	0	0	0	0	870	500	0	0	3	0	0	9	12	0	0	0	0	0	0	0	原材料：主として地ばち（くろすずめばち）の幼虫