| 食品番号 Item No. | 食品名 Food and description | 水分 Water | 脂質 Lipid | 総量 Total | 飽和 Saturated | 一価不飽和 Monounsaturated | 多価不飽和 Polyunsaturated | n−3系多価不飽和 n-3 Polyunsaturated | n−6系多価不飽和 n-6 Polyunsaturated | 10:0 デカン酸 | 12:0 ラウリン酸 | 14:0 ミリスチン酸 | 15:0 ペンタデカン酸 | 16:0 パルミチン酸 | 17:0 ヘプタデカン酸 | 18:0 ステアリン酸 | 20:0 アラキジン酸 | 22:0 ベヘン酸 | 24:0 リグノセリン酸 | 10:1 デセン酸 | 14:1 ミリストレイン酸 | 15:1 ペンタデセン酸 | 16:1 パルミトレイン酸 | 17:1 ヘプタデセン酸 | 18:1 オレイン酸 | 20:1 イコセン酸 | 22:1 ドコセン酸 | 24:1 テトラコセン酸 | 16:2 ヘキサデカジエン酸 | 16:3 トリキサンデカ | 16:4 ヘキサテトラエンデカ | 18:2 n−6 リノール酸 | 18:3 n−3 α-リノレン酸 | 18:3 n−6 γ-リノレン酸 | 18:4 n−3 オクタデカテトラエン酸 | 20:2 n−6 イコサジエン酸 | 20:3 n−6 イコサトリエン酸 | 20:4 n−3 イコサテトラエン酸 | 20:4 n−6 アラキドン酸 | 20:5 n−3 イコサペンタエン酸 | 21:5 n−3 ヘンイコサペンタエン酸 | 22:2 ドコサジエン酸 | 22:4 n−6 ドコサテトラエン酸 | 22:5 n−3 ドコサペンタエン酸 | 22:5 n−6 ドコサペンタエン酸 | 22:6 n−3 ドコサヘキサエン酸 | 未同定 Unidentified | 備考 Remarks |
|---|---|---

| 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 | | |