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 ヘトリキサンデカ	16:4 ヘト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 ヘンペンタエンコ酸サ	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
		(g)								(mg)																																									
	いも及びでん粉類 **POTATOES AND STARCHES**																																																	
	＜いも類＞ ＜POTATOES＞																																																	
	さつまいも **Sweet potatoes**																																																	別名 ：かんしょ（甘藷）
02006	塊根、生 **Tuberous root, raw**	66.1	0.2	0.09	0.03	Tr	0.06	0.01	0.05	1	2	Tr	0	23	Tr	4	1	Tr	0	–	–	–	Tr	0	1	0	–	–	–	–	–	51	7	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0	表層及び両端を除いたもの[1]
02007	塊根、蒸し **Tuberous root, steamed**	66.4	0.2	0.09	0.03	Tr	0.06	0.01	0.05	1	2	Tr	Tr	23	Tr	4	1	Tr	0	–	–	–	Tr	Tr	1	0	–	–	–	–	–	51	7	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0	表皮及び両端を除いたもの[1]
02008	塊根、焼き **Tuberous root, baked**	58.1	0.2	0.09	0.03	Tr	0.06	0.01	0.05	1	2	Tr	Tr	23	Tr	4	1	Tr	0	–	–	–	Tr	Tr	1	0	–	–	–	–	–	51	7	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0	市販品[2]。石焼き芋 表層を除いたもの[1]
	（さといも類） **(Taros)**																																																	
	さといも ***Satoimo***																																																	
02010	球茎、生 **Corm, raw**	84.1	0.1	0.05	0.01	Tr	0.03	Tr	0.03	0	0	0	0	13	Tr	1	Tr	Tr	0	–	–	–	0	0	4	Tr	–	–	–	–	–	26	5	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	Tr	輸入品を含む[3] 表層を除いたもの[1]
02011	球茎、水煮 **Corm, boiled**	84.0	0.1	0.05	0.01	Tr	0.03	Tr	0.03	0	Tr	Tr	Tr	13	Tr	1	Tr	Tr	0	–	–	–	Tr	Tr	4	Tr	–	–	–	–	–	26	5	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	Tr	
	じゃがいも **Potatoes**																																																	別名 ：ばれいしょ（馬鈴薯）
02017	塊茎、生 **Tuber, raw**	79.8	0.1	0.03	0.01	Tr	0.02	0.01	0.01	0	0	Tr	Tr	8	Tr	2	Tr	Tr	0	–	–	–	Tr	0	Tr	0	–	–	–	–	–	13	5	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0	表層を除いたもの[1]
02018	塊茎、蒸し **Tuber, steamed**	78.1	0.1	0.03	0.01	Tr	0.02	0.01	0.01	0	0	Tr	Tr	8	Tr	2	Tr	Tr	0	–	–	–	Tr	0	Tr	0	–	–	–	–	–	13	5	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0	表皮を除いたもの[1]
02019	塊茎、水煮 **Tuber, boiled**	81.0	0.1	0.03	0.01	Tr	0.02	0.01	0.01	0	0	Tr	Tr	8	Tr	2	Tr	Tr	0	–	–	–	Tr	0	Tr	0	–	–	–	–	–	13	5	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	0	
02020	フライドポテト **Fried potato**	52.9	10.6	9.80	1.16	4.32	4.32	0.72	3.60	0	3	8	2	740	Tr	310	50	35	15	0	0	0	15	0	4200	69	7	8	0	0	0	3600	720	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
(15103 ～104)	ポテトチップス→**菓子類・** **＜スナック類＞**																																																	
	（やまのいも類） **(Yams)**																																																	
	やまのいも **Chinese yam**																																																	別名 ：やまいも
	ながいも ***Nagaimo***																																																	
02023	塊根、生 **Tuberous root, raw**	82.6	0.3	0.14	0.04	0.02	0.08	0.01	0.07	0	0	Tr	2	34	Tr	1	Tr	Tr	0	–	–	–	2	0	15	0	–	–	–	–	–	75	9	–	–	0	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	1	表層、ひげ根及び切り口を除いたもの[1]
02024	塊根、水煮 **Tuberous root, boiled**	84.2	0.3	0.14	0.04	0.02	0.08	0.01	0.07	0	Tr	Tr	2	34	Tr	1	Tr	Tr	0	–	–	–	2	0	15	0	–	–	–	–	–	75	9	–	–	Tr	–	–	–	–	–	–	–	–	–	–	1	
	やまといも ***Yamatoimo***																																																	伊勢いも、丹波いもを含む
02025	塊根、生 **Tuberous root, raw**	66.7	0.2	0.12	0.03	0.02	0.07	0.01	0.06	0	Tr	Tr	1	29	Tr	2	Tr	Tr	1	0	0	0	2	Tr	15	Tr	0	0	0	0	0	58	9	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	表層及びひげ根を除いたもの[1]
(06282)	むかご → **野菜類・やまのいも**																																																	