

5 種実類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	（ヘ リ ジ シ ン ）	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			（ト ス レ オ オ ニ ン ）	トリ プト ファン	バ リ ン	ヒ ス チ ジ ン	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	基準窒素-たんぱく質 換算係数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備考 Remarks
					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															
(.....) mg (.....)																									
種実類 NUTS AND SEEDS																									
アーモンド Almonds																									
05001	乾 Dried	220	380	170	49	85	130	270	160	430	160	56	260	150	580	240	600	1,400	360	240	210	5,800	160	4.85	輸入品 ¹⁾
カシューナッツ Cashew nuts																									
05005	フライ、味付け Oil-roasted and salted	250	440	280	110	130	240	280	180	460	210	97	340	140	620	240	540	1,200	260	230	280	5,900	120	5.06	輸入品 ¹⁾
ぎんなん Ginkgo nuts																									
05008	生 Raw	210	380	210	120	93	210	190	160	350	270	88	300	110	680	290	600	940	250	250	290	5,400	100	4.68	殻及び薄皮を除いたもの ²⁾
(くり類) (Chestnuts)																									
日本ぐり Japanese chestnuts																									
05010	生 Raw	180	310	270	66	83	150	210	120	330	190	68	240	130	400	330	1,200	750	230	190	200	5,200	170	4.47	殻(鬼皮)及び渋皮を除いたもの ³⁾
くるみ Walnuts																									
05014	いり Roasted	230	400	150	95	100	200	250	180	430	190	74	270	140	810	230	570	1,100	260	210	270	5,500	110	4.75	輸入原料を含む ⁴⁾
ごま Sesame seeds																									
05017	乾 Dried	220	400	170	190	140	330	270	210	480	210	98	290	160	730	270	480	1,100	290	220	250	5,700	120	4.90	洗いごま ⁵⁾
ピスタチオ Pistachio nuts																									
05026	いり、味付け Roasted and salted	250	410	290	85	100	190	280	150	440	180	82	340	140	530	240	520	1,200	250	240	310	5,800	130	4.82	輸入原料 ⁶⁾
ひまわり Sunflower seeds																									
05038	乾 Dried	260	380	210	140	110	250	280	150	440	210	83	310	160	540	240	560	1,200	310	280	240	5,700	150	4.92	輸入品 ¹⁾
ヘーゼルナッツ Hazel nuts																									
05039	いり Roasted	190	360	140	76	98	170	230	140	370	150	75	250	130	680	230	540	1,100	230	190	210	5,000	110	4.29	輸入原料 ⁶⁾ 薄皮付き ⁷⁾
マカダミアナッツ Macadamia nuts																									
05031	いり、味付け Roasted and salted	180	340	220	93	170	270	180	270	450	170	61	230	140	740	220	550	1,300	270	260	220	5,800	120	4.82	輸入原料 ⁶⁾
まつ Pine nuts																									
05033	いり Roasted	210	390	200	140	140	280	200	220	420	170	54	270	140	900	250	520	1,000	250	260	290	5,800	85	4.86	輸入原料 ⁶⁾
らっかせい Peanuts																									
05034	乾 Dried	220	400	210	66	110	180	320	230	560	160	58	260	150	680	240	720	1,200	320	280	270	5,900	120	5.07	薄皮を除いたもの ⁸⁾

1) Imported 2) Without shell and skin 3) Without shell and pellicle 4) Including imported material 5) Washed seeds 6) Imported material 7) With skin 8) Without skin