

8 きのこと類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン Ile	ロ イ シ ン Leu	（ヘ リ ジ ン ） Lys	含 硫 アミノ酸 SAA			芳 香 族 アミノ酸 AAA			（ト ス レ オ ニ ン ） Thr	ト リ プ ト フ ア ン Trp	バ リ ン Val	ヒ ス テ ジ ン His	ア ル ギ ニ ン Arg	ア ラ ニ ン Ala	ア ス パ ラ ギ ン 酸 Asp	グ ル タ ミ ン 酸 Glu	グ リ シ ン Gly	プ ロ リ ン Pro	セ リ ン Ser	ア ミ ノ 酸 合 計 Total	ア ン モ ニ ア Ammonia	基 準 窒 素 換 算 係 数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備 考 Remarks
					メ チ オ ニ ン Met	シ ス チ ン Cys	合 計 Total	フェ ニ ル アラ ニ ン Phe	チ ロ シ ン Tyr	合 計 Total															
(.....) mg (.....)																									
08001	きのこ類 MUSHROOMS えのきたけ Winter mushrooms 生 Raw	180	290	270	55	59	110	250	190	440	220	78	230	160	200	420	300	610	220	180	210	4,100	150	3.55	栽培品 <sup>1)</sup> 。柄の基部(いしづき)を除いたもの <sup>2)</sup> 剰余アンモニア <sup>3)</sup> 36 mg
08011	しいたけ Shiitake 生しいたけ Nama-shiitake 生 Raw	200	320	290	46	52	98	200	130	330	250	77	250	120	280	300	400	770	230	190	230	4,300	160	3.71	栽培品 <sup>1)</sup> 。柄全体を除いた傘のみ <sup>4)</sup> 剰余アンモニア <sup>3)</sup> 23 mg
08013	乾しいたけ Hoshi-shiitake 乾 Dried	190	330	290	71	77	150	200	130	330	250	77	240	120	250	290	480	1,000	230	200	260	4,700	160	4.06	栽培品 <sup>1)</sup> 。柄全体を除いた傘のみ <sup>4)</sup>
08020	なめこ Nameko 生 Raw	210	340	230	65	52	120	130	67	200	260	40	260	130	270	310	390	660	220	230	240	4,100	140	3.53	栽培品 <sup>1)</sup> 。柄の基部(いしづき)を除いたもの <sup>2)</sup> 剰余アンモニア <sup>3)</sup> 16 mg
08031	マッシュルーム Common mushrooms 生 Raw	210	320	250	60	38	98	190	88	280	220	76	250	110	180	530	300	720	210	250	200	4,200	200	3.58	栽培品 <sup>1)</sup> 。ホワイト種 <sup>5)</sup> 。柄の基部(いしづき)を除いたもの <sup>2)</sup> 剰余アンモニア <sup>3)</sup> 81 mg

1) Cultured product 2) Without stalk base 3) Ammonia derived from non-proteinous compounds 4) Without stalk 5) White type