食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	備考
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN	
01001	1	アマランサス 玄穀	0	1452	343	13.5	(11.3)	12.7	5.0	(0)	6.0	63.5 *	57.8	59.9	7.4	-	64.9	-	2.9	1	600	160	270	540	9.4	5.8	0.92	6.14	
01002	2	あわ 精白粒	0	1466	346	13.3	10.2	11.2	4.1	(0)	4.4	69.6 *	63.3	67.6	3.3	0	69.7	-	1.4	1	300	14	110	280	4.8	2.5	0.49	0.88	うるち、もちを含む 歩留り： 70～80 %
01003	3	あわ あわもち	0	890	210	48.0	(4.5)	5.1	(1.2)	0	1.3	(44.5)	(40.5)	44.6 *	1.5	-	45.3	-	0.3	0	62	5	12	39	0.7	1.1	0.20	0.46	原材料配合割合： もちあわ50、もち米50
01004	4	えんばく オートミール	0	1479	350	10.0	12.2	13.7	(5.1)	(0)	5.7	63.1 *	57.4	61.8	9.4	-	69.1	-	1.5	3	260	47	100	370	3.9	2.1	0.28	-	別名： オート、オーツ
01005	5	おおむぎ 七分つき押麦	0	1454	343	14.0	(9.7)	10.9	1.8	(0)	2.1	(71.3) *	(64.9)	63.3	10.3	-	72.1	-	0.9	2	220	23	46	180	1.3	1.4	0.32	0.85	歩留り： 玄皮麦60～65 %、玄裸麦65～70 %
01006	6	おおむぎ 押麦 乾	0	1395	329	12.7	5.9	6.7	1.2	(0)	1.5	72.4 *	65.8	67.2	12.2	-	78.3	-	0.7	2	210	21	40	160	1.1	1.1	0.22	0.86	歩留り： 玄皮麦45～55 %、玄裸麦55～65 % 食物繊維：AOAC2011.25法
01170	7	おおむぎ 押麦 めし	0	500	118	68.6	2.0	2.2	0.4	(0)	0.5	24.2	22.0	24.6 *	4.2	-	28.5	-	0.2	Tr	38	6	10	46	0.4	0.4	0.08	0.24	乾35 g相当量を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01007	8	おおむぎ 米粒麦	0	1407	333	14.0	(6.2)	7.0	(1.8)	(0)	2.1	68.8	62.5	68.6 *	8.7	-	76.2	-	0.7	2	170	17	25	140	1.2	1.2	0.37	-	別名： 切断麦 白麦を含む 歩留り： 玄皮麦40～50 %、玄裸麦50～60 %
01008	9	おおむぎ 大麦めん 乾	0	1457	343	14.0	(11.7)	12.9	(1.4)	(0)	1.7	(72.2) *	(65.7)	63.2	6.3	-	68.0	-	3.4	1100	240	27	63	200	2.1	1.5	0.33	0.90	原材料配合割合： 大麦粉 50、小麦粉 50
01009	10	おおむぎ 大麦めん ゆで	0	516	121	70.0	(4.4)	4.8	(0.5)	(0)	0.6	(25.2) *	(22.9)	22.3	2.5	-	24.3	-	0.3	64	10	12	18	61	0.9	0.6	0.13	0.27	原材料配合割合： 大麦粉 50、小麦粉 50
01010	11	おおむぎ 麦こがし	0	1553	368	3.5	(11.1)	12.5	(4.2)	(0)	5.0	(80.1)	(72.8)	63.8 *	15.5	-	77.1	-	1.9	2	490	43	130	340	3.1	3.8	0.41	1.81	別名： こうせん、はったい粉
01167	12	キヌア 玄穀	0	1455	344	12.2	9.7	13.4	2.7	0	3.2	60.7	55.4	67.1 *	6.2	-	69.0	-	2.2	35	580	46	180	410	4.3	2.8	0.47	2.45	
01011	13	きび 精白粒	0	1496	353	13.8	10.0	11.3	2.9	(0)	3.3	71.5	65.0	70.9 *	1.6	0.1	70.9	-	0.7	2	200	9	84	160	2.1	2.7	0.38	-	うるち、もちを含む 歩留り： 70～80 %
01012	14	こむぎ ［玄穀］ 国産 普通	0	1391	329	12.5	9.5	10.8	2.5	(0)	3.1	64.3 *	58.5	59.8	14.0	-	72.1	-	1.6	2	440	26	82	350	3.2	2.6	0.38	3.90	食物繊維：AOAC2011.25法
01013	15	こむぎ ［玄穀］ 輸入 軟質	0	1457	344	10.0	-	10.1	2.7	(0)	3.3	68.4 *	62.2	64.6	11.2	-	75.2	-	1.4	2	390	36	110	290	2.9	1.7	0.32	3.79	
01014	16	こむぎ ［玄穀］ 輸入 硬質	0	1406	332	13.0	-	13.0	2.5	(0)	3.0	62.6 *	57.0	58.5	11.4	-	69.4	-	1.6	2	340	26	140	320	3.2	3.1	0.43	4.09	
01015	17	こむぎ ［小麦粉］ 薄力粉 1等	0	1485	349	14.0	7.7	8.3	1.3	(0)	1.5	80.3 *	73.1	74.1	2.5	-	75.8	-	0.4	Tr	110	20	12	60	0.5	0.3	0.08	0.43	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01016	18	こむぎ ［小麦粉］ 薄力粉 2等	0	1467	345	14.0	8.3	9.3	(1.6)	(0)	1.9	77.7 *	70.7	72.9	2.6	-	74.3	-	0.5	Tr	130	23	30	77	0.9	0.7	0.18	0.77	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01018	19	こむぎ ［小麦粉］ 中力粉 1等	0	1435	337	14.0	8.3	9.0	1.4	(0)	1.6	76.4 *	69.5	73.2	2.8	-	75.1	-	0.4	1	100	17	18	64	0.5	0.5	0.11	0.43	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01019	20	こむぎ ［小麦粉］ 中力粉 2等	0	1466	346	14.0	8.9	9.7	(1.6)	(0)	1.8	73.1	66.5	73.0 *	2.1	-	74.0	-	0.5	1	110	24	26	80	1.1	0.6	0.14	0.77	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01020	21	こむぎ ［小麦粉］ 強力粉 1等	0	1432	337	14.5	11.0	11.8	1.3	(0)	1.5	73.5 *	66.8	70.1	2.7	-	71.7	-	0.4	Tr	89	17	23	64	0.9	0.8	0.15	0.32	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01021	22	こむぎ ［小麦粉］ 強力粉 2等	0	1455	343	14.5	11.9	12.6	(1.5)	(0)	1.7	70.0	63.6	69.5 *	2.1	-	70.6	-	0.5	Tr	86	21	36	86	1.0	1.0	0.19	0.58	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01023	23	こむぎ ［小麦粉］ 強力粉 全粒粉	0	1356	320	14.5	(11.7)	12.8	(2.4)	(0)	2.9	(61.2) *	(55.6)	58.6	11.2	-	68.2	-	1.6	2	330	26	140	310	3.1	3.0	0.42	4.02	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01146	24	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 お好み焼き用	0	1426	335	9.8	9.0	10.1	1.8	1.1	1.9	74.1 *	67.6	72.7	2.8	-	73.6	-	3.9	1400	210	64	31	320	1.0	0.7	0.13	0.92	加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.6 g (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01024	25	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 ホットケーキ用	0	1529	360	11.1	(7.1)	7.8	(3.6)	30.6	4.0	(78.6) *	(72.4)	74.2	1.8	-	74.4	Tr	2.1	390	230	100	12	170	0.5	0.3	0.07	-	加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.6 g (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01147	26	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 から揚げ用	0	1325	311	8.3	9.2	10.2	1.0	0	1.2	69.4 *	63.4	68.6	2.6	-	70.0	-	10.3	3800	280	110	39	130	1.2	0.7	0.10	0.96	加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.1 g β-カロテン： 着色料として添加 (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01025	27	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 天ぷら用	0	1434	337	12.4	8.2	8.8	1.1	3.3	1.3	77.1 *	70.1	74.6	2.5	-	76.1	-	1.2	210	160	140	19	120	0.6	0.5	0.12	0.62	β-カロテン及びビタミンB_2無添加のもの 加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.2 g (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01171	28	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 天ぷら用 バッター	0	563	132	65.5	(3.0)	3.3	(0.4)	0.9	0.5	(30.3) *	(27.6)	28.7	1.0	-	30.2	-	0.4	64	67	84	6	51	0.2	0.1	0.04	0.20	天ぷら粉39、水61 加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.1 g 食物繊維：AOAC2011.25法

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
01001	1	アマランサス 玄穀	1	13	7	59	(0)	0	2	0	2	Tr	(0)	1.3	2.3	0.2	0.7	(0)	0.04	0.14	1.0	(3.8)	0.58	(0)	130	1.69	16.0	(0)	-	0	
01002	2	あわ 精白粒	0	2	1	22	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.6	0	2.2	0	(0)	0.56	0.07	2.9	6.4	0.18	(0)	29	1.83	14.0	0	-	0	
01003	3	あわ あわもち	0	1	0	40	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0	1.2	0	0	0.08	0.01	0.3	(1.7)	0.03	0	7	0.61	3.4	0	-	0	原材料配合割合： もちあわ50、もち米50
01004	4	えんばく オートミール	0	18	0	110	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.6	0.1	0	0	(0)	0.20	0.08	1.1	4.5	0.11	(0)	30	1.29	22.0	(0)	-	0	別名： オート、オーツ
01005	5	おおむぎ 七分つき押麦	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	Tr	0.1	0	(0)	0.22	0.07	3.2	(5.8)	0.14	(0)	17	0.43	-	(0)	-	0	歩留り： 玄皮麦60～65 %、玄裸麦65～70 %
01006	6	おおむぎ 押麦 乾	0	1	0	11	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.11	0.03	3.4	5.0	0.13	(0)	10	0.40	2.7	(0)	-	0	歩留り： 玄皮麦45～55 %、玄裸麦55～65 % 食物繊維：AOAC2011.25法
01170	7	おおむぎ 押麦 めし	(0)	Tr	(0)	3	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	0.02	Tr	0.8	1.3	0.03	(0)	3	0.13	0.8	(0)	-	0	乾35 g相当量を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01007	8	おおむぎ 米粒麦	Tr	1	Tr	9	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.19	0.05	2.3	(4.0)	0.19	(0)	10	0.64	3.5	(0)	-	0	別名： 切断麦 白麦を含む 歩留り： 玄皮麦40～50 %、玄裸麦50～60 %
01008	9	おおむぎ 大麦めん 乾	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.21	0.04	3.5	(6.3)	0.09	(0)	19	0.64	-	(0)	-	2.8	原材料配合割合： 大麦粉 50、小麦粉 50
01009	10	おおむぎ 大麦めん ゆで	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.04	0.01	1.0	(2.0)	0.01	(0)	5	0.26	-	(0)	-	0.2	原材料配合割合： 大麦粉 50、小麦粉 50
01010	11	おおむぎ 麦こがし	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.5	0.1	0.2	0	(0)	0.09	0.10	7.6	(11.0)	0.09	(0)	24	0.28	-	(0)	-	0	別名： こうせん、はったい粉
01167	12	キヌア 玄穀	2	3	3	23	0	0	11	1	12	1	(0)	2.6	0.1	4.0	0.1	Tr	0.45	0.24	1.2	4.0	0.39	Tr	190	0.95	23.0	0	-	0.1	
01011	13	きび 精白粒	0	2	1	16	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0.5	0.3	(0)	0.34	0.09	3.7	6.2	0.20	(0)	13	0.95	7.9	0	-	0	うるち、もちを含む 歩留り： 70～80 %
01012	14	こむぎ ［玄穀］ 国産 普通	1	3	1	29	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.2	0.6	0	0	(0)	0.41	0.09	6.3	8.9	0.35	(0)	38	1.03	7.5	(0)	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
01013	15	こむぎ ［玄穀］ 輸入 軟質	0	5	1	19	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.2	0.6	0	0	(0)	0.49	0.09	5.0	6.7	0.34	(0)	40	1.07	9.6	(0)	-	0	
01014	16	こむぎ ［玄穀］ 輸入 硬質	0	54	1	47	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.2	0.6	0	0	(0)	0.35	0.09	5.8	8.0	0.34	(0)	49	1.29	11.0	(0)	-	0	
01015	17	こむぎ ［小麦粉］ 薄力粉 1等	Tr	4	2	12	0	-	-	-	(0)	(0)	0	0.3	0.2	0	0	(0)	0.11	0.03	0.6	2.4	0.03	0	9	0.53	1.2	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01016	18	こむぎ ［小麦粉］ 薄力粉 2等	0	3	2	14	0	-	-	-	(0)	(0)	0	1.0	0.5	0	0	(0)	0.21	0.04	1.0	2.9	0.09	0	14	0.62	2.5	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01018	19	こむぎ ［小麦粉］ 中力粉 1等	0	7	Tr	9	0	-	-	-	(0)	(0)	0	0.3	0.2	0	0	(0)	0.10	0.03	0.6	2.4	0.05	0	8	0.47	1.5	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01019	20	こむぎ ［小麦粉］ 中力粉 2等	0	7	2	10	0	-	-	-	(0)	(0)	0	0.8	0.4	0	0	(0)	0.22	0.04	1.2	3.1	0.07	0	12	0.66	2.6	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01020	21	こむぎ ［小麦粉］ 強力粉 1等	0	39	1	26	0	-	-	-	(0)	(0)	0	0.3	0.2	0	0	(0)	0.09	0.04	0.8	3.1	0.06	0	16	0.77	1.7	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01021	22	こむぎ ［小麦粉］ 強力粉 2等	0	49	1	30	0	-	-	-	(0)	(0)	0	0.5	0.2	0	0	(0)	0.13	0.04	1.1	3.6	0.08	0	18	0.93	2.6	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01023	23	こむぎ ［小麦粉］ 強力粉 全粒粉	0	47	3	44	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.0	0.5	0	0	(0)	0.34	0.09	5.7	(8.5)	0.33	(0)	48	1.27	11.0	(0)	-	0	(100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01146	24	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 お好み焼き用	1400	8	3	15	0	Tr	7	1	8	1	0.1	0.6	0.3	0.2	Tr	1	0.21	0.03	1.5	3.3	0.07	0.1	17	0.41	2.4	Tr	-	3.7	加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.6 g (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01024	25	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 ホットケーキ用	0	3	5	11	9	-	-	-	3	9	0.1	0.5	0.1	0.3	0.1	1	0.10	0.08	0.5	(2.2)	0.04	0.1	10	0.48	1.5	0	-	1.0	加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.6 g (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01147	26	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 から揚げ用	1	6	6	23	0	2	39	31	56	5	0	0.3	0.2	0.1	0	2	0.15	0.07	1.3	2.8	0.12	Tr	26	0.33	4.3	0	-	9.7	加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.1 g β-カロテン： 着色料として添加 (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01025	27	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 天ぷら用	1	3	2	10	Tr	Tr	3	2	4	1	0	0.3	0.2	0	0	0	0.12	0.99	0.9	2.7	0.06	0	12	0.35	1.3	0	-	0.5	β-カロテン及びビタミンB_2無添加のもの 加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.2 g (100 g： 182 mL、100 mL：55 g)
01171	28	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 天ぷら用 バッター	1	1	1	3	0	0	39	0	39	3	(0)	0.1	0.1	(0)	(0)	(0)	0.04	0.16	0.4	(1.0)	0.02	(0)	3	0.19	0.5	(0)	-	0.2	天ぷら粉39、水61 加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.1 g 食物繊維：AOAC2011.25法

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
01172	29	こむぎ ［小麦粉］ プレミックス粉 天ぷら用 バッター 揚げ	0	2439	588	10.2	(3.9)	4.3	-	1.9	47.7	-	-	34.3 *	3.3	-	37.0	-	0.6	79	93	100	8	63	0.3	0.1	0.04	0.26
01026	30	こむぎ ［パン類］ 角型食パン 食パン	0	1051	248	39.2	7.4	8.9	3.7	0	4.1	48.2 *	44.2	44.1	4.2	0	46.4	-	1.4	470	86	22	18	67	0.5	0.5	0.09	0.25
01174	31	こむぎ ［パン類］ 角型食パン 焼き	0	1139	269	33.6	8.3	9.7	4.0	-	4.5	52.1 *	47.8	47.9	4.6	-	50.6	-	1.6	520	93	26	20	77	0.5	0.6	0.10	0.28
01175	32	こむぎ ［パン類］ 角型食パン 耳を除いたもの	45	956	226	44.2	6.9	8.2	3.4	-	3.7	43.9 *	40.2	40.4	3.8	-	42.6	-	1.3	440	78	20	16	61	0.4	0.4	0.08	0.23
01176	33	こむぎ ［パン類］ 角型食パン 耳	55	1152	273	(33.5)	-	(9.7)	-	-	(4.5)	-	-	(46.1) *	(4.7)	-	(50.8)	-	(1.5)	(510)	(92)	(23)	(18)	(73)	(0.5)	(0.6)	(0.10)	(0.27)
01206	34	こむぎ ［パン類］ 食パン リーンタイプ	0	1043	246	(39.2)	(7.2)	(7.8)	(3.3)	(0.3)	(3.5)	(49.0) *	(44.7)	(46.8)	(1.8)	-	(47.9)	(Tr)	(1.6)	(490)	(76)	(18)	(16)	(51)	(0.6)	(0.6)	(0.10)	(0.21)
01207	35	こむぎ ［パン類］ 食パン リッチタイプ	0	1045	246	(39.2)	(7.4)	(8.0)	(3.5)	(0.1)	(3.7)	(48.5) *	(44.1)	(46.4)	(2.0)	-	(47.5)	0	(1.6)	(520)	(67)	(12)	(16)	(46)	(0.6)	(0.6)	(0.10)	(0.21)
01205	36	こむぎ ［パン類］ 山形食パン 食パン	0	1078	255	(39.2)	(7.2)	(7.8)	(5.3)	(32.2)	(5.9)	(46.6) *	(42.7)	(45.1)	(1.7)	-	(45.6)	(Tr)	(1.5)	(440)	(88)	(25)	(15)	(62)	(0.6)	(0.7)	(0.09)	(0.18)
01028	37	こむぎ ［パン類］ コッペパン	0	1066	251	37.0	7.3	8.5	(3.6)	(Tr)	3.8	(49.6) *	(45.3)	48.5	2.0	0	49.1	Tr	1.6	520	95	37	24	75	1.0	0.7	0.12	0.39
01030	38	こむぎ ［パン類］ 乾パン	0	1639	386	5.5	(8.7)	9.5	(4.0)	(Tr)	4.4	(82.2) *	(74.9)	76.8	3.1	0	78.8	Tr	1.8	490	160	30	27	95	1.2	0.6	0.18	0.82
01031	39	こむぎ ［パン類］ フランスパン	0	1231	289	30.0	8.6	9.4	(1.1)	(0)	1.3	63.9 *	58.2	55.8	2.7	-	57.5	-	1.8	620	110	16	22	72	0.9	0.8	0.14	0.39
01032	40	こむぎ ［パン類］ ライ麦パン	0	1066	252	35.0	6.7	8.4	(2.0)	(0)	2.2	-	-	49.0 *	5.6	-	52.7	-	1.7	470	190	16	40	130	1.4	1.3	0.18	0.87
01208	41	こむぎ ［パン類］ 全粒粉パン	0	1059	251	39.2	7.2	7.9	5.4	0.2	5.7	(43.7) *	(39.9)	41.9	4.5	-	45.5	0	1.7	410	140	14	51	120	1.3	0.4	0.18	1.35
01033	42	こむぎ ［パン類］ ぶどうパン	0	1113	263	35.7	(7.3)	8.2	(3.3)	(Tr)	3.5	-	-	50.0 *	2.2	-	51.1	-	1.5	400	210	32	23	86	0.9	0.6	0.15	0.32
01034	43	こむぎ ［パン類］ ロールパン	0	1273	302	30.7	8.5	10.1	8.5	(Tr)	9.0	49.7 *	45.7	48.6	2.0	Tr	48.6	-	1.6	490	110	44	22	97	0.7	0.8	0.12	0.29
01209	44	こむぎ ［パン類］ クロワッサン レギュラータイプ	0	1664	397	(20.0)	(5.9)	(6.5)	(19.2)	(27.7)	(20.4)	(52.4) *	(47.9)	(51.4)	(1.9)	-	(51.5)	(Tr)	(1.6)	(510)	(110)	(27)	(14)	(65)	(0.4)	(0.5)	(0.08)	(0.26)
01035	45	こむぎ ［パン類］ クロワッサン リッチタイプ	0	1828	438	(20.0)	(7.2)	(7.9)	(25.4)	(Tr)	(26.8)	-	-	(44.2) *	(1.8)	-	(43.9)	-	(1.4)	(470)	(90)	(21)	(17)	(67)	(0.6)	(0.6)	(0.10)	(0.29)
01210	46	こむぎ ［パン類］ くるみパン	0	1224	291	(39.2)	(7.5)	(8.2)	(12.5)	(11.6)	(12.6)	(38.4) *	(34.8)	(37.1)	(2.4)	-	(38.7)	(Tr)	(1.3)	(310)	(150)	(35)	(33)	(88)	(0.8)	(0.9)	(0.23)	(0.61)
01036	47	こむぎ ［パン類］ イングリッシュマフィン	0	946	224	46.0	(7.4)	8.1	(3.2)	(Tr)	3.6	(40.1)	(36.7)	40.6 *	1.2	-	40.8	-	1.5	480	84	53	19	96	0.9	0.8	0.12	0.28
01037	48	こむぎ ［パン類］ ナン	0	1086	257	37.2	(9.5)	10.3	3.1	(0)	3.4	(45.6)	(41.6)	46.7 *	2.0	-	47.6	-	1.5	530	97	11	22	77	0.8	0.7	0.11	0.30
01148	49	こむぎ ［パン類］ ベーグル	0	1142	270	32.3	8.2	9.6	1.9	-	2.0	50.3	46.0	53.6 *	2.5	Tr	54.6	-	1.4	460	97	24	24	81	1.3	0.7	0.11	0.45
01038	50	こむぎ ［うどん・そうめん類］ うどん 生	0	1058	249	33.5	5.2	6.1	(0.5)	(0)	0.6	55.0	50.1	54.2 *	3.6	Tr	56.8	-	3.0	1000	90	18	13	49	0.3	0.3	0.08	0.39
01039	51	こむぎ ［うどん・そうめん類］ うどん ゆで	0	402	95	75.0	2.3	2.6	(0.3)	(0)	0.4	21.4 *	19.5	20.7	1.3	0	21.6	-	0.4	120	9	6	6	18	0.2	0.1	0.04	0.12
01186	52	こむぎ ［うどん・そうめん類］ うどん 半生うどん	0	1258	296	23.8	(6.6)	(7.8)	(2.9)	(0)	(3.4)	(63.0) *	(57.4)	(60.0)	4.1	(0.1)	(62.5)	-	(2.5)	(1200)	(98)	(22)	(15)	(64)	(0.6)	(0.3)	(0.09)	(0.45)
01041	53	こむぎ ［うどん・そうめん類］ 干しうどん 乾	0	1420	333	13.5	8.0	8.5	(1.0)	(0)	1.1	(76.8) *	(69.9)	70.2	2.4	-	71.9	-	5.0	1700	130	17	19	70	0.6	0.4	0.11	0.50
01042	54	こむぎ ［うどん・そうめん類］ 干しうどん ゆで	0	497	117	70.0	(2.9)	3.1	(0.4)	(0)	0.5	(26.7) *	(24.2)	25.4	0.7	-	25.8	-	0.6	210	14	7	4	24	0.2	0.1	0.04	0.14
01043	55	こむぎ ［うどん・そうめん類］ そうめん・ひやむぎ 乾	0	1413	333	12.5	8.8	9.5	(1.0)	(0)	1.1	71.5	65.1	71.0 *	2.5	0	72.7	-	4.2	1500	120	17	22	70	0.6	0.4	0.12	0.44
01044	56	こむぎ ［うどん・そうめん類］ そうめん・ひやむぎ ゆで	0	487	114	70.0	(3.3)	3.5	(0.3)	(0)	0.4	25.6 *	23.3	25.1	0.9	0	25.8	-	0.3	85	5	6	5	24	0.2	0.2	0.05	0.12
01045	57	こむぎ ［うどん・そうめん類］ 手延そうめん・手延ひやむぎ 乾	0	1329	312	14.0	8.6	9.3	1.4	(0)	1.5	69.7 *	63.5	67.9	1.8	-	68.9	-	6.3	2300	110	20	23	70	0.6	0.4	0.14	0.43
01046	58	こむぎ ［うどん・そうめん類］ 手延そうめん・手延ひやむぎ ゆで	0	506	119	70.0	(3.2)	3.5	(0.6)	(0)	0.6	(24.3)	(22.2)	24.9 *	1.0	-	25.5	-	0.4	130	5	6	4	23	0.2	0.1	0.05	0.12
01047	59	こむぎ ［中華めん類］ 中華めん 生	0	1057	249	33.0	8.5	8.6	(1.0)	(0)	1.2	52.2 *	47.6	50.4	5.4	0.1	55.7	-	1.5	410	350	21	13	66	0.5	0.4	0.09	0.35
01048	60	こむぎ ［中華めん類］ 中華めん ゆで	0	564	133	65.0	(4.8)	4.9	(0.5)	(0)	0.6	27.7 *	25.2	26.5	2.8	Tr	29.2	-	0.3	70	60	20	7	29	0.3	0.2	0.05	0.18
01187	61	こむぎ ［中華めん類］ 半生中華めん	0	1293	305	23.7	(9.8)	(9.9)	(3.5)	(0)	(4.0)	(59.5) *	(54.2)	(55.4)	6.2	(0.2)	(61.2)	-	(1.3)	(470)	(430)	(21)	(15)	(72)	(0.7)	(0.4)	(0.10)	(0.40)
01049	62	こむぎ ［中華めん類］ 蒸し中華めん 蒸し中華めん	0	687	162	57.4	4.8	4.9	(1.4)	0.3	1.7	(33.6) *	(30.6)	32.5	3.1	0.2	35.6	-	0.5	110	80	10	9	40	0.4	0.2	0.06	0.23
01188	63	こむぎ ［中華めん類］ 蒸し中華めん ソテー	0	892	211	50.4	(5.1)	5.2	(4.3)	1.3	4.9	39.4 *	35.9	35.8	3.6	0.2	38.9	-	0.6	130	87	10	10	43	0.4	0.2	0.06	0.25
01050	64	こむぎ ［中華めん類］ 干し中華めん 乾	0	1434	337	14.7	(11.5)	11.7	(1.4)	(0)	1.6	(71.4) *	(65.0)	64.5	6.0	0.1	70.2	-	1.9	410	300	21	23	82	1.1	0.5	0.15	0.44

食品番号	可食部100g当たり 無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
01172	0	1	2	4	0	0	1	0	1	0	-	7.6	0.1	17.0	0.5	81	0.05	0.14	0.5	(1.3)	0.03	(0)	4	0.21	0.7	(0)	-	0.2	別名： 揚げ玉、天かす 植物油（なたね油） 増加した脂質量： 第1章表13参照 加熱によりベーキングパウダーから発生する二酸化炭素等： 0.2 g 食物繊維：AOAC2011.25法
01026	1	22	1	15	0	0	4	0	4	0	0	0.4	0.1	0.3	0.1	0	0.07	0.05	1.1	2.6	0.03	Tr	30	0.42	2.3	0	-	1.2	食物繊維：AOAC2011.25法
01174	1	25	1	17	-	-	-	-	-	-	-	0.4	0.1	0.3	0.1	-	0.07	0.05	1.2	2.9	0.03	-	30	0.45	2.2	0	-	1.3	食物繊維：AOAC2011.25法
01175	1	20	1	12	-	1	4	-	5	Tr	-	0.3	Tr	0.3	0.1	-	0.06	0.05	1.1	2.5	0.04	-	17	0.30	2.2	0	-	1.1	※ 耳の割合： 45 %、耳以外の割合：55 % 別名：サンドイッツ用食パン 食物繊維：AOAC2011.25法
01176	(1)	(22)	(1)	(14)	-	(1)	(6)	-	(7)	(1)	-	(0.4)	(0.1)	(0.3)	(0.1)	-	(0.06)	(0.06)	(1.1)	(2.7)	(0.05)	-	(27)	(0.37)	(2.2)	(Tr)	-	(1.3)	※ 耳の割合： 45 %、耳以外の割合：55 % 食物繊維：AOAC2011.25法
01206	(1)	(24)	(1)	(16)	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(0.4)	(0.1)	(0.3)	(0.1)	0	(0.08)	(0.06)	(0.8)	(2.1)	(0.05)	(Tr)	(34)	(0.54)	(2.4)	0	-	(1.3)	
01207	0	(25)	(1)	(17)	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(0.4)	(0.1)	(0.3)	(0.1)	0	(0.10)	(0.05)	(0.6)	(1.9)	(0.04)	0	(28)	(0.54)	(2.5)	0	-	(1.3)	
01205	(3)	(23)	(1)	(15)	(39)	0	(10)	(1)	(10)	(28)	(0.1)	(0.3)	(0.1)	(Tr)	0	(2)	(0.09)	(0.09)	(0.8)	(2.1)	(0.05)	(0.1)	(42)	(0.51)	(2.8)	0	-	(1.1)	別名：イギリスパン
01028	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.4	0.1	0.8	0.2	(Tr)	0.08	0.08	0.7	2.2	0.04	(Tr)	45	0.63	-	(0)	-	1.3	
01030	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.1	0.3	0.7	0.1	(Tr)	0.14	0.06	0.9	(2.8)	0.06	(0)	20	0.41	-	(0)	-	1.2	
01031	Tr	29	1	20	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0.1	Tr	(0)	0.08	0.05	1.1	2.9	0.04	(0)	33	0.45	1.9	(0)	-	1.6	
01032	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	Tr	0.3	0.1	0.2	0.1	(0)	0.16	0.06	1.3	2.7	0.09	(0)	34	0.46	-	(0)	-	1.2	主原料配合： ライ麦粉 50 %
01208	0	27	1	22	0	0	0	0	0	0	Tr	0.8	0.2	0.5	0.2	0	0.17	0.07	2.4	3.7	0.13	0	49	0.67	5.4	0	-	1.0	
01033	-	-	-	-	Tr	0	1	0	1	Tr	Tr	0.4	0.1	0.4	0.2	(Tr)	0.11	0.05	1.2	(2.8)	0.07	(Tr)	33	0.42	-	(Tr)	-	1.0	
01034	-	-	-	-	(0)	0	15	0	15	1	0.1	0.5	0.1	0.7	0.2	(Tr)	0.10	0.06	1.3	3.1	0.03	(Tr)	38	0.61	-	(0)	-	1.2	
01209	(3)	(5)	(Tr)	(6)	(62)	0	(34)	(1)	(34)	(59)	(0.9)	(2.1)	(0.2)	(3.5)	(0.8)	(6)	(0.11)	(0.09)	(0.9)	(1.9)	(0.05)	(0.1)	(46)	(0.42)	(3.9)	0	-	(1.3)	
01035	-	-	-	-	(0)	(5)	(66)	0	(69)	(6)	(0.1)	(1.9)	(0.2)	(5.3)	(1.2)	(Tr)	(0.08)	(0.03)	(1.0)	(2.6)	0.03	(Tr)	33	0.44	-	(0)	-	1.2	
01210	(2)	(18)	(1)	(12)	(15)	0	(3)	(Tr)	(6)	(11)	(0.1)	(0.4)	(0.1)	(3.3)	(0.4)	(2)	(0.11)	(0.09)	(0.8)	(2.2)	(0.11)	(Tr)	(45)	(0.55)	(2.9)	0	-	(0.8)	
01036	-	-	-	-	(0)	Tr	1	0	1	Tr	(0)	0.3	0.1	0.3	0.1	(Tr)	0.15	0.08	1.2	(2.8)	0.05	(0)	23	0.32	-	(0)	-	1.2	
01037	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.6	0.1	0.7	0	(0)	0.13	0.06	1.3	(3.4)	0.05	(0)	36	0.55	-	(0)	-	1.3	
01148	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.2	0.1	Tr	0	-	0.19	0.08	2.0	3.7	0.06	-	47	0.28	-	-	-	1.2	
01038	2	6	2	7	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0.2	0	0	-	0.09	0.03	0.6	1.7	0.03	(0)	5	0.36	0.8	(0)	-	2.5	きしめん、ひもかわを含む
01039	Tr	2	1	2	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	-	0.02	0.01	0.2	0.7	0.01	(0)	2	0.13	0.3	(0)	-	0.3	きしめん、ひもかわを含む
01186	(2)	(6)	(2)	(8)	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(0.2)	(0.2)	0	0	-	(0.10)	(0.03)	(0.7)	(2.1)	(0.03)	(0)	(6)	(0.41)	(0.9)	(0)	-	(3.0)	
01041	0	10	1	12	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.3	0.2	0	0	(0)	0.08	0.02	0.9	2.5	0.04	(0)	9	0.45	1.3	(0)	-	4.3	
01042	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	(0)	0.02	0.01	0.2	(0.8)	0.01	(0)	2	0.14	-	(0)	-	0.5	
01043	0	16	1	14	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.3	0.2	0	0	(0)	0.08	0.02	0.9	2.8	0.03	(0)	8	0.70	1.3	(0)	-	3.8	
01044	0	6	1	3	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	(0)	0.02	0.01	0.2	(0.9)	Tr	(0)	2	0.25	0.4	(0)	-	0.2	
01045	1	22	1	16	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0.1	0	(0)	0.06	0.02	0.9	2.7	0.03	(0)	10	0.52	1.1	(0)	-	5.8	
01046	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.03	0.01	0.2	(0.9)	0	(0)	2	0.16	-	(0)	-	0.3	
01047	Tr	33	1	20	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0.1	0	0	-	0.02	0.02	0.6	2.3	0.02	(0)	8	0.55	1.0	(0)	-	1.0	
01048	0	17	Tr	5	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	-	0.01	0.01	0.2	(1.2)	0	Tr	3	0.25	0.5	(0)	-	0.2	
01187	(1)	(35)	(1)	(23)	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	(0.7)	-	-	(0.07)	(0.03)	(0.7)	(2.6)	(0.02)	(0)	(9)	(0.63)	(1.3)	(0)	-	(1.2)	
01049	Tr	9	1	6	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	-	0	0.16	0.3	1.4	0.02	(0)	4	0.19	0.7	(0)	-	0.3	
01188	0	10	1	7	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.1	0.1	0	0	-	0	0	0.3	(1.5)	0.02	Tr	4	0.21	0.8	(0)	-	0.3	
01050	0	24	1	18	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0.1	0	0	-	0.02	0.03	0.8	(3.1)	0.05	(0)	11	0.76	1.4	(0)	-	1.0	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
01051	65	こむぎ ［中華めん類］ 干し中華めん ゆで	0	559	132	66.8	(4.8)	4.9	(0.4)	(0)	0.5	(28.0) *	(25.4)	25.1	2.6	0	27.5	-	0.3	66	42	13	10	29	0.4	0.2	0.05	0.18
01052	66	こむぎ ［中華めん類］ 沖縄そば 生	0	1128	266	32.3	(9.1)	9.2	(1.7)	(0)	2.0	(52.8)	(48.1)	52.5 *	2.1	-	54.2	-	2.3	810	340	11	50	65	0.7	1.1	0.18	0.69
01053	67	こむぎ ［中華めん類］ 沖縄そば ゆで	0	561	132	65.5	(5.1)	5.2	(0.7)	(0)	0.8	(27.3) *	(24.8)	26.7	1.5	-	28.0	-	0.5	170	80	9	28	28	0.4	0.6	0.10	0.37
01054	68	こむぎ ［中華めん類］ 干し沖縄そば 乾	0	1349	317	13.7	(11.9)	12.0	(1.5)	(0)	1.7	(67.3) *	(61.3)	66.1	2.1	-	67.8	-	4.8	1700	130	23	22	100	1.5	0.4	0.11	0.38
01055	69	こむぎ ［中華めん類］ 干し沖縄そば ゆで	0	561	132	65.0	(5.1)	5.2	(0.5)	(0)	0.6	(27.7) *	(25.2)	27.2	1.5	-	28.6	-	0.6	200	10	11	8	36	0.5	0.1	0.05	0.16
01056	70	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ味付け	0	1785	424	2.0	9.0	10.1	16.3	7.0	16.7	63.0 *	57.3	62.5	2.5	0.1	63.5	-	7.7	2500	260	430	29	110	1.0	0.5	0.13	0.82
01057	71	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ 乾 （添付調味料等を含むもの）	0	1892	451	3.0	-	10.1	18.6	3.0	19.1	-	-	59.5 *	2.4	-	61.4	-	6.4	2200	150	230	25	110	0.9	0.5	0.16	0.53
01144	72	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ 乾 （添付調味料等を含まないもの）	0	1938	461	3.7	8.2	8.9	-	3.7	19.6	65.2 *	59.3	60.7	5.5	0	65.5	-	2.3	580	150	220	20	97	0.6	0.4	0.09	0.42
01198	73	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	0	421	100	(78.5)	-	(2.3)	(4.4)	(0.7)	(4.4)	(13.4) *	(12.2)	(12.8)	(0.5)	(0.1)	(13.4)	-	(1.3)	(430)	(33)	(28)	(6)	(20)	(0.2)	(0.1)	(0.03)	(0.12)
01189	74	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ ゆで （添付調味料等を含まないもの）	0	793	189	59.8	3.5	3.9	7.1	2.1	7.7	28.7 *	26.1	26.4	2.6	0	27.9	-	0.7	150	34	95	8	40	0.2	0.2	0.05	0.17
01145	75	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ 乾 （添付調味料等を含まないもの）	0	1432	337	10.7	7.9	8.5	-	0.8	1.9	74.4 *	67.7	69.4	6.5	0	75.2	-	3.7	1200	310	230	21	130	0.6	0.4	0.08	0.50
01058	76	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ 乾 （添付調味料等を含むもの）	0	1481	350	10.0	-	10.3	4.9	2.0	5.2	-	-	65.1 *	2.3	-	67.1	-	7.4	2700	260	110	25	110	0.8	0.4	0.11	0.66
01199	77	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	0	392	93	(76.2)	-	(3.0)	(0.8)	(0.6)	(0.8)	(17.4)	(15.8)	(18.0) *	(0.6)	(0.1)	(18.7)	-	(1.2)	(430)	(68)	(6)	(6)	(26)	(0.2)	(0.1)	(0.03)	(0.17)
01190	78	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ ゆで （添付調味料等を含まないもの）	0	588	139	63.9	3.3	3.4	0.6	0.8	0.8	29.2	26.6	28.7 *	2.7	0	31.0	-	0.9	230	64	94	8	46	0.2	0.2	0.04	0.17
01193	79	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 塩味 乾 （添付調味料等を含むもの）	0	1772	422	5.3	9.5	10.9	17.7	16.6	18.5	57.0 *	52.1	54.7	5.8	0.2	58.6	-	6.7	2300	190	190	25	110	0.7	0.5	0.09	0.41
01201	80	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 塩味 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	0	386	92	(79.8)	(2.1)	(2.5)	(4.0)	(3.7)	(4.2)	(3.8)	(3.5)	(11.2) *	(1.3)	(Tr)	(13.2)	-	(1.5)	(520)	(43)	(43)	(6)	(24)	(0.2)	(0.1)	(0.02)	(0.09)
01194	81	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 塩味 調理後のめん （スープを残したもの）	0	736	175	62.0	3.3	3.8	7.2	1.4	7.7	24.9 *	22.7	24.0	2.2	0	25.2	-	1.3	440	37	76	7	34	0.3	0.2	0.04	0.14
01191	82	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ しょうゆ味 乾 （添付調味料等を含むもの）	0	1748	417	9.7	8.3	10.0	18.6	9.6	19.1	54.7 *	49.8	50.5	6.1	0.2	54.6	-	6.6	2500	180	200	26	110	0.8	0.5	0.07	0.40
01200	83	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ しょうゆ味 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	0	374	90	(80.8)	(2.0)	(2.3)	(4.4)	(2.2)	(4.5)	(6.6)	(6.0)	(9.8) *	(1.4)	(Tr)	(12.9)	-	(1.6)	(590)	(43)	(46)	(6)	(27)	(0.2)	(0.1)	(0.02)	(0.09)
01192	84	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ しょうゆ味 調理後のめん （スープを残したもの）	0	596	142	69.1	2.6	3.0	5.6	1.2	5.8	18.3	16.7	19.4 *	1.9	0	20.7	-	1.4	450	33	74	6	28	0.2	0.1	0.04	0.13
01060	85	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 焼きそば 乾 （添付調味料等を含むもの）	0	1687	401	11.1	6.9	8.2	15.6	1.9	18.6	59.4 *	54.5	56.1	5.7	0	57.5	-	4.5	1500	180	180	27	89	1.0	0.4	0.12	0.56
01202	86	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 焼きそば 調理後全体 （添付調味料等含むもの）	0	929	222	(53.6)	(4.2)	(5.0)	(10.6)	(3.2)	(11.3)	(14.7)	(13.5)	(25.8) *	(3.3)	(Tr)	(34.2)	-	(2.5)	(910)	(100)	(94)	(14)	(54)	(0.4)	(0.3)	(0.06)	(0.30)
01061	87	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 非油揚げ 乾 （添付調味料を含むもの）	0	1326	314	15.2	7.7	9.2	5.4	6.1	5.8	59.5 *	54.3	58.0	6.4	0	62.6	-	7.2	2800	250	48	26	100	1.2	0.4	0.10	0.66
01203	88	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 非油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	0	277	66	(83.5)	(2.1)	(2.5)	(2.0)	(1.7)	(2.1)	(13.3)	(12.2)	(9.2) *	(1.5)	(Tr)	(10.2)	-	(1.7)	(560)	(77)	(44)	(7)	(34)	(0.2)	(0.1)	(0.02)	(0.12)

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
01051	65	こむぎ ［中華めん類］ 干し中華めん ゆで	0	9	Tr	4	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	-	0	0	0.1	(1.1)	0.01	Tr	3	0.25	0.5	(0)	-	0.2	
01052	66	こむぎ ［中華めん類］ 沖縄そば 生	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.3	0.2	0	0	(0)	0.02	0.04	0.8	(2.6)	0.11	(0)	15	0.63	-	(0)	-	2.1	別名：沖縄めん
01053	67	こむぎ ［中華めん類］ 沖縄そば ゆで	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0.1	0	0	(0)	0.01	0.02	0.2	(1.2)	0.03	(0)	6	0.23	-	(0)	-	0.4	別名：沖縄めん
01054	68	こむぎ ［中華めん類］ 干し沖縄そば 乾	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	(0)	0.12	0.05	1.1	(3.5)	0.05	(0)	8	0.49	-	(0)	-	4.3	別名：沖縄めん
01055	69	こむぎ ［中華めん類］ 干し沖縄そば ゆで	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.02	0.02	0.2	(1.2)	0.01	(0)	3	0.18	-	(0)	-	0.5	別名：沖縄めん
01056	70	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ味付け	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	3.1	0.3	3.1	2.5	1	1.46	1.67	1.0	2.5	0.06	0	12	0.41	-	0	-	6.4	別名： インスタントラーメン 添付調味料等を含む
01057	71	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ 乾 （添付調味料等を含むもの）	2	16	7	16	0	0	13	1	14	1	0	2.2	0.3	2.3	2.5	3	0.55	0.83	0.9	2.6	0.05	Tr	10	0.44	1.8	Tr	-	5.6	別名： インスタントラーメン 調理前のもの、添付調味料等を含む
01144	72	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ 乾 （添付調味料等を含まないもの）	1	24	5	18	0	0	1	0	1	0	0	2.2	0.4	5.8	3.0	1	0.16	0.19	1.1	2.8	0.05	Tr	9	0.26	1.6	0	-	1.5	調理前のもの、添付調味料等を除く 食物繊維：AOAC2011.25法
01198	73	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	(Tr)	(4)	(2)	(4)	0	0	(3)	0	(3)	0	0	(0.5)	(Tr)	(0.5)	(0.6)	(1)	(0.02)	(0.13)	(0.2)	(0.6)	(0.01)	0	(2)	(0.10)	(0.4)	0	-	(1.1)	添付調味料等を含む 01057即席中華めん、油揚げ、乾より推計
01189	74	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 油揚げ ゆで （添付調味料等を含まないもの）	1	9	2	6	0	0	1	0	1	0	0	0.8	0.1	1.9	0.9	0	0.05	0.06	0.3	1.1	0.01	Tr	3	0.11	0.7	0	-	0.4	添付調味料等を含まない
01145	75	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ 乾 （添付調味料等を含まないもの）	3	14	6	15	0	19	53	0	62	5	0	1.7	0.4	9.4	4.0	Tr	0.01	0.01	1.1	2.8	0.05	Tr	8	0.34	1.5	0	-	3.0	調理前のもの、添付調味料等を除く
01058	76	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ 乾 （添付調味料等を含むもの）	13	8	3	16	Tr	0	5	0	5	1	0	1.3	0.3	3.8	2.2	3	0.21	0.04	1.0	2.7	0.05	Tr	14	0.37	2.2	0	-	6.9	別名： インスタントラーメン 調理前のもの、添付調味料等を含む
01199	77	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	(4)	(2)	(1)	(4)	0	0	(2)	0	(2)	0	0	(0.2)	(0.1)	(0.9)	(0.7)	(1)	(0.01)	(0.01)	(0.2)	(0.7)	(0.01)	0	(4)	(0.10)	(0.6)	0	-	(1.1)	添付調味料等を含む 01058即席中華めん、非油揚げ、乾より推計
01190	78	こむぎ ［即席めん類］ 即席中華めん 非油揚げ ゆで （添付調味料等を含まないもの）	1	5	2	4	0	10	27	0	31	3	0	0.7	0.2	3.9	1.7	0	Tr	Tr	0.4	1.1	0.01	0	3	0.12	0.6	0	-	0.6	添付調味料等を含まない 食物繊維：AOAC2011.25法
01193	79	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 塩味 乾 （添付調味料等を含むもの）	5	22	9	15	2	49	260	7	290	26	0.2	3.1	0.4	7.5	4.0	17	0.90	0.61	1.2	2.9	0.07	0.1	16	0.30	2.3	2	-	5.8	調理前のもの、添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01201	80	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 塩味 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	(1)	(5)	(2)	(3)	(Tr)	(11)	(59)	(1)	(65)	(6)	(Tr)	(0.7)	(0.1)	(1.7)	(0.9)	(4)	(0.20)	(0.14)	(0.3)	(0.7)	(0.02)	(Tr)	(4)	(0.07)	(0.5)	(1)	-	(1.3)	添付調味料等を含む 01193中華スタイル即席カップめん、油揚げ、塩味、乾より推計 食物繊維：AOAC2011.25法
01194	81	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 塩味 調理後のめん （スープを残したもの）	1	9	3	5	0	12	59	0	65	6	0	1.2	0.2	3.2	1.7	1	0.19	0.14	0.3	0.9	0.02	Tr	4	0.10	0.6	0	-	1.1	添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01191	82	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ しょうゆ味 乾 （添付調味料等を含むもの）	12	19	7	17	1	25	120	0	130	12	0	2.7	0.4	7.9	4.3	10	0.61	0.52	1.2	2.7	0.06	0.1	14	0.20	2.4	2	-	6.3	調理前のもの、添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01200	83	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ しょうゆ味 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	(3)	(4)	(2)	(4)	0	(6)	(28)	0	(31)	(3)	0	(0.6)	(0.1)	(1.9)	(1.0)	(2)	(0.14)	(0.12)	(0.3)	(0.6)	(0.01)	(Tr)	(3)	(0.05)	(0.6)	(1)	-	(1.5)	添付調味料等を含む 01191中華スタイル即席カップめん、油揚げ、しょうゆ味、乾より推計 食物繊維：AOAC2011.25法
01192	84	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ しょうゆ味 調理後のめん （スープを残したもの）	3	7	2	4	0	3	8	0	9	1	0	0.9	0.1	2.3	1.3	1	0.15	0.14	0.3	0.8	0.01	Tr	3	0.07	0.6	0	-	1.1	添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01060	85	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 焼きそば 乾 （添付調味料等を含むもの）	6	16	4	15	0	1	50	1	51	4	0	3.1	0.5	4.4	3.2	14	0.48	0.66	0.8	2.1	0.06	Tr	13	0.38	1.9	1	-	3.8	別名： カップ焼きそば 調理前のもの、添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01202	86	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 油揚げ 焼きそば 調理後全体 （添付調味料等含むもの）	(3)	(9)	(3)	(9)	0	(1)	(18)	(1)	(19)	(2)	0	(1.8)	(0.3)	(4.9)	(2.5)	(11)	(0.28)	(0.30)	(0.6)	(1.4)	(0.04)	(Tr)	(9)	(0.15)	(1.1)	(2)	-	(2.3)	添付調味料等を含む 01060中華スタイル即席カップめん、油揚げ、焼きそば、乾より推計 食物繊維：AOAC2011.25法
01061	87	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 非油揚げ 乾 （添付調味料を含むもの）	58	14	7	18	Tr	14	130	9	140	12	0	1.1	0.1	3.5	1.7	9	0.16	0.13	0.8	2.2	0.07	Tr	21	0.35	2.9	1	-	7.1	別名： カップラーメン 調理前のもの、添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01203	88	こむぎ ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 非油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	(14)	(3)	(2)	(4)	0	(2)	(27)	(3)	(30)	(3)	(Tr)	(0.3)	(Tr)	(0.9)	(0.4)	(3)	(0.10)	(0.10)	(0.4)	(0.7)	(0.02)	(Tr)	(4)	(0.08)	(0.7)	(2)	-	(1.4)	添付調味料等を含む 01061中華スタイル即席カップめん、非油揚げ、乾より推計 食物繊維：AOAC2011.25法

DRAFT

可食部100 g当たり

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率 REFUSE (%)	エネルギー ENERC (kJ)	エネルギー ENERC_KCAL (kcal)	水分 WATER (g)	アミノ酸組成によるたんぱく質 PROTCAA (g)	たんぱく質 PROT- (g)	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量 FATNLEA (g)	コレステロール CHOLE (mg)	脂質 FAT- (g)	利用可能炭水化物（単糖当量） CHOAVLM (g)	利用可能炭水化物（質量計） CHOAVL (g)	差引き法による利用可能炭水化物 CHOAVLDF- (g)	食物繊維総量 FIB- (g)	糖アルコール POLYL (g)	炭水化物 CHOCDF- (g)	有機酸 OA (g)	灰分 ASH (g)	ナトリウム NA (mg)	カリウム K (mg)	カルシウム CA (mg)	マグネシウム MG (mg)	リン P (mg)	鉄 FE (mg)	亜鉛 ZN (mg)	銅 CU (mg)	マンガン MN (mg)	ヨウ素 ID (µg)	セレン SE (µg)	クロム CR (µg)	モリブデン MO (µg)	レチノール RETOL (µg)	α-カロテン CARTA (µg)	β-カロテン CARTB (µg)	β-クリプトキサンチン CRYPXB (µg)	β-カロテン当量 CARTBEQ (µg)	レチノール活性当量 VITA_RAE (µg)	ビタミンD VITD (µg)	α-トコフェロール TOCPHA (mg)	β-トコフェロール TOCPHB (mg)	γ-トコフェロール TOCPHG (mg)	δ-トコフェロール TOCPHD (mg)	ビタミンK VITK (µg)	ビタミンB1 THIA (mg)	ビタミンB2 RIBF (mg)	ナイアシン NIA (mg)	ナイアシン当量 NE (mg)	ビタミンB6 VITB6A (mg)	ビタミンB12 VITB12 (µg)	葉酸 FOL (µg)	パントテン酸 PANTAC (mg)	ビオチン BIOT (µg)	ビタミンC VITC (mg)	アルコール ALC (g)	食塩相当量 NACL_EQ (g)	備考
01195	89	こむぎ［即席めん類］ 中華スタイル即席カップめん 非油揚げ 調理後のめん （スープを残したもの）	0	514	121	68.8	2.9	3.4	1.1	1.2	1.3	25.7 *	23.4	23.5	2.5	0	25.3	-	1.2	380	53	76	7	42	0.3	0.1	0.03	0.17	10	5	2	3	0	0	4	1	5	Tr	0	0.3	0.1	0.9	0.4	1	0.05	0.06	0.3	0.8	0.01	0	3	0.07	0.6	0	-	1.0	添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01062	90	こむぎ［即席めん類］ 和風スタイル即席カップめん 油揚げ 乾 （添付調味料等を含むもの）	0	1843	439	6.2	9.6	10.9	19.1	3.5	19.8	58.1 *	53.0	51.9	6.0	0.3	56.1	-	7.0	2600	150	170	26	160	1.3	0.5	0.11	0.54	430	13	5	19	0	0	52	2	53	4	0	2.6	0.3	5.4	2.8	5	0.11	0.05	1.0	2.9	0.05	0.2	12	0.25	2.0	1	-	6.7	別名： カップうどん 調理前のもの、添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01204	91	こむぎ［即席めん類］ 和風スタイル即席カップめん 油揚げ 調理後全体 （添付調味料等を含むもの）	0	382	91	(80.5)	(1.9)	(2.2)	(4.4)	(0.8)	(4.7)	(7.3)	(6.7)	(10.3) *	(1.4)	(Tr)	(11.2)	-	(1.5)	(550)	(34)	(41)	(6)	(38)	(0.2)	(0.1)	(0.02)	(0.10)	(99)	(3)	(1)	(4)	0	(1)	(5)	(1)	(6)	(Tr)	0	(0.6)	(0.1)	(1.5)	(0.9)	(1)	(0.19)	(0.08)	(0.3)	(0.6)	(0.01)	(Tr)	(2)	(0.06)	(0.5)	(2)	-	(1.4)	添付調味料等を含む 01062和風スタイル即席カップめん、油揚げ、乾より推計 食物繊維：AOAC2011.25法
01196	92	こむぎ［即席めん類］ 和風スタイル即席カップめん 油揚げ 調理後のめん （スープを残したもの）	0	683	163	64.4	2.4	2.7	7.0	1.5	7.2	(23.3) *	(21.2)	22.6	2.4	0	24.4	-	1.2	420	26	78	6	48	0.2	0.1	0.02	0.13	77	4	2	3	0	0	1	0	1	0	0	1.0	0.1	2.3	1.3	1	0.15	0.06	0.3	0.7	0.01	Tr	3	0.07	0.4	1	-	1.1	添付調味料等を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01063	93	こむぎ［マカロニ・スパゲッティ類］ マカロニ・スパゲッティ 乾	0	1476	347	11.3	12.0	12.9	1.5	(0)	1.8	73.4 *	66.9	68.9	5.4	-	73.1	-	0.8	1	200	18	55	130	1.4	1.5	0.28	0.82	0	63	1	53	(0)	-	-	-	9	1	(0)	0.3	0.2	0	0	(0)	0.19	0.06	2.3	4.9	0.11	(0)	13	0.65	4.0	(0)	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
01064	94	こむぎ［マカロニ・スパゲッティ類］ マカロニ・スパゲッティ ゆで	0	636	150	60.0	5.3	5.8	0.7	(0)	0.9	31.3 *	28.5	29.7	3.0	-	32.2	-	1.2	460	14	8	20	53	0.7	0.7	0.14	0.35	0	32	1	13	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0.1	0	0	(0)	0.06	0.03	0.6	1.7	0.02	(0)	4	0.28	1.6	(0)	-	1.2	1.5 %食塩水でゆでた場合 食物繊維：AOAC2011.25法
01173	95	こむぎ［マカロニ・スパゲッティ類］ マカロニ・スパゲッティ ソテー	0	784	186	(57.0)	(5.1)	(5.5)	(5.6)	(0.1)	(5.8)	(29.7) *	(27.0)	(28.4)	(2.9)	-	(30.5)	-	(1.2)	(440)	(13)	(8)	(19)	(50)	(0.7)	(0.7)	(0.13)	(0.33)	0	(31)	(1)	(12)	0	0	0	0	0	0	0	(0.9)	(0.1)	(1.6)	(0.1)	(6)	(0.06)	(0.03)	(0.6)	(1.7)	(0.02)	0	(4)	(0.27)	(1.5)	0	-	(1.1)	原材料配合割合： マカロニ・スパゲッティゆで95、なたね油5 食物繊維：AOAC2011.25法
01149	96	こむぎ［マカロニ・スパゲッティ類］ 生パスタ 生	0	982	232	42.0	7.5	7.8	1.7	(0)	1.9	46.1	42.2	45.9 *	1.5	0	46.9	-	1.4	470	76	12	18	73	0.5	0.5	0.12	0.32	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0.1	Tr	0.2	Tr	(0)	0.05	0.04	1.1	2.6	0.05	(0)	9	0.27	-	(0)	-	1.2	デュラム小麦100 %以外のものも含む ビタミンB_2無添加のもの
01065	97	こむぎ［ふ類］ 生ふ	0	684	161	60.0	(11.7)	12.7	(0.7)	(0)	0.8	-	-	26.8 *	0.5	-	26.2	-	0.3	7	30	13	18	60	1.3	1.8	0.25	1.04	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	0.1	Tr	Tr	(0)	0.08	0.03	0.5	(2.9)	0.02	(0)	7	0.12	-	(0)	-	0	
01066	98	こむぎ［ふ類］ 焼きふ 釜焼きふ	0	1511	357	11.3	26.8	28.5	(2.3)	(0)	2.7	-	-	55.2 *	3.7	-	56.9	-	0.6	6	120	33	43	130	3.3	2.2	0.32	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.5	0.4	2.6	2.3	(0)	0.16	0.07	3.5	9.0	0.08	(0)	16	0.58	-	(0)	-	0	平釜焼きふ（小町ふ、切りふ、おつゆふ等）及び型釜焼きふ（花ふ等）
01067	99	こむぎ［ふ類］ 焼きふ 板ふ	0	1488	351	12.5	(23.6)	25.6	(2.9)	(0)	3.3	-	-	55.9 *	3.8	-	57.3	-	1.3	190	220	31	90	220	4.9	2.9	0.49	1.54	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.6	0.5	0.6	0.6	(0)	0.20	0.08	3.6	(8.5)	0.16	(0)	22	0.79	-	(0)	-	0.5	
01068	100	こむぎ［ふ類］ 焼きふ 車ふ	0	1528	361	11.4	(27.8)	30.2	(2.9)	(0)	3.4	-	-	54.4 *	2.6	-	54.2	-	0.8	110	130	25	53	130	4.2	2.7	0.42	1.23	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.4	0.4	0	0	(0)	0.12	0.07	2.9	(8.7)	0.07	(0)	11	0.47	-	(0)	-	0.3	
01177	101	こむぎ［ふ類］ 油ふ	0	2279	547	7.1	-	22.7	-	0.7	35.3	-	-	34.4 *	-	-	34.4	-	0.4	22	71	19	28	95	1.7	1.4	0.21	0.94	Tr	38	3	19	-	0	1	0	1	0	0	3.9	0.6	13.0	5.8	65	0.07	0.03	1.8	5.6	0.06	0.1	17	0.22	4.6	-	-	0.1	
01070	102	こむぎ［その他］ 小麦はいが	0	1642	391	3.6	26.5	32.0	10.4	(0)	11.6	29.6	27.5	40.7 *	14.3	-	48.3	-	4.5	3	1100	42	310	1100	9.4	16.0	0.89	-	-	-	-	-	(0)	0	61	4	63	5	(0)	28.0	11.0	0	0	2	1.82	0.71	4.2	10	1.24	(0)	390	1.34	-	(0)	-	0	試料： 焙焼品
01071	103	こむぎ［その他］ 小麦たんぱく 粉末状	0	1682	398	6.5	71.2	72.0	(6.7)	(0)	9.7	-	-	12.0 *	2.4	-	10.6	-	1.2	60	90	75	75	180	6.6	5.0	0.75	2.67	-	-	-	-	(0)	-	-	-	12	1	(0)	1.1	1.1	0	0	(0)	0.03	0.12	3.5	17.0	0.10	(0)	34	0.61	-	0	-	0.2	
01072	104	こむぎ［その他］ 小麦たんぱく 粒状	0	429	101	76.0	(19.4)	20.0	(1.4)	(0)	2.0	-	-	2.6 *	0.4	-	1.8	-	0.2	36	3	14	16	54	1.8	1.4	0.22	0.62	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.5	0.5	0	0	(0)	0.02	0.01	1.2	(4.8)	0.01	(0)	5	0	-	(0)	-	0.1	試料： 冷凍品
01073	105	こむぎ［その他］ 小麦たんぱく ペースト状	0	613	145	66.0	(24.2)	25.0	(2.8)	(0)	4.1	-	-	5.5 *	0.5	-	3.9	-	1.0	230	39	30	54	160	3.0	2.4	0.36	1.57	-	-	-	-	(0)	0	6	0	6	1	(0)	1.7	1.1	0.4	0.1	(0)	0.20	0.03	2.7	(7.2)	0.04	(0)	17	0.45	-	(0)	-	0.6	試料： 冷凍品
01178	106	こむぎ［その他］ かやきせんべい	0	1525	359	9.8	-	10.6	-	-	1.9	-	-	75.1 *	-	-	75.1	-	2.7	970	150	19	27	110	0.8	0.6	0.15	0.76	1	5	1	15	-	0	1	0	1	0	0	0.3	0.2	0	0	0	0.17	0.02	1.2	3.0	0.09	0	16	0.39	2.3	-	-	2.5	別名： おつゆせんべい
01074	107	こむぎ［その他］ ぎょうざの皮 生	0	1172	275	32.0	(8.4)	9.3	(1.2)	0	1.4	(60.4) *	(54.9)	55.9	2.2	-	57.0	-	0.3	2	64	16	18	60	0.8	0.6	0.12	0.28	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0.2	0	0	0	0.08	0.04	0.7	(2.5)	0.06	(0)	12	0.61	-	0	-	0	
01075	108	こむぎ［その他］ しゅうまいの皮 生	0	1169	275	31.1	(7.5)	8.3	(1.2)	(0)	1.4	(61.2) *	(55.7)	57.7	2.2	-	58.9	-	0.3	2	72	16	17	60	0.6	0.5	0.10	0.28	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0.1	0	0	(0)	0.09	0.04	0.6	(2.2)	0.05	(0)	9	0.50	-	0	-	0	
01179	109	こむぎ［その他］ 春巻きの皮 生	0	1218	288	26.7	-	8.3	-	0.5	1.6	-	-	57.7 *	4.5	-	62.2	-	1.2	440	77	13	13	54	0.3	0.3	0.09	0.23	1	18	1	12	-	0	Tr	0	Tr	0	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.03	0.01	0.7	2.0	0.03	Tr	9	0.18	0.9	-	-	1.1	食物繊維：AOAC2011.25法
01180	110	こむぎ［その他］ 春巻きの皮 揚げ	0	2135	512	7.3	-	7.2	-	0.9	30.7	-	-	49.5 *	4.2	-	53.7	-	1.0	370	66	11	11	48	0.3	0.3	0.09	0.20	Tr	16	1	11	-	-	0	-	0	0	0	4.9	0.1	11.0	0.3	47	0.02	0.01	0.6	1.8	0.02	Tr	8	0.18	0.8	-	-	0.9	植物油（なたね油） 増加した脂質量： 第1章表13参照 食物繊維：AOAC2011.25法
01076	111	こむぎ［その他］ ピザ生地	0	1124	265	35.3	-	9.1	2.7	(0)	3.0	(53.2) *	(48.5)	49.1	2.3	-	51.1	-	1.5	510	91	13	22	77	0.8	0.6	0.09	0.50	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.3	0.2	0.4	0.2	(0)	0.15	0.11	1.0	2.5	0.05	(0)	20	0.54	-	(0)	-	1.3	別名： ピザクラスト
01069	112	こむぎ［その他］ ちくわぶ	0	677	160	60.4	(6.5)	7.1	(1.0)	(0)	1.2	-	-	30.3 *	1.5	-	31.1	-	0.2	1	3	8	6	31	0.5	0.2	0.07	0.08	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.01	0.02	0.3	(1.7)	0.01	(0)	4	0.25	-	(0)	-	0	
01077	113	こむぎ［その他］ パン粉 生	0	1173	277	35.0	(9.1)	11.0	(4.6)	(0)	5.1	(51.5) *	(47.2)	47.0	3.0	-	47.6	-	1.3	350	110	25	29	97	1.1	0.7	0.15	0.47	-	-	-	-	(0)	0	3	0	3	Tr	(0)	0.3	0.2	0.4	0.3	(Tr)	0.11	0.02	1.2	(3.1)	0.05	(0)	40	0.41	-	(0)	-	0.9	(100 g：621 mL、100 mL：16.1 g)
01078	114	こむぎ［その他］ パン粉 半生	0	1336	315	26.0	(10.4)	12.5	(5.2)	(0)	5.8	(58.6) *	(53.8)	53.5	3.5	-	54.3	-	1.4	400	130	28	34	110	1.2	0.8	0.17	0.53	-	-	-	-	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.4	0.2	0.4	0.3	(Tr)	0.13	0.03	1.4	(3.5)	0.06	(0)	46	0.47	-	(0)	-	1.0	
01079	115	こむぎ［その他］ パン粉 乾燥	0	1561	369	13.5	(12.1)	14.6	(6.1)	(0)	6.8	(68.5) *	(62.9)	62.5	4.0	-	63.4	-	1.7	460	150	33	39	130	1.4	0.9	0.20	0.62	-	-	-	-	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.4	0.2	0.5	0.4	(0)	0.15	0.03	1.6	(4.1)	0.07	(0)	54	0.54	-	(0)	-	1.2	(100 g：498 mL、100 mL：16 g)
01150	116	こむぎ［その他］ 冷めん 生	0	1058	249	36.4	3.4	3.9	0.6	(0)	0.7	57.6	52.4	57.1 *	1.1	Tr	57.6	-	1.4	530	59	11	12	57	0.3	0.2	0.05	0.21	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	0	Tr	0	(0)	0.04	Tr	0.4	1.2	0.02	(0)	4	0.11	-	(0)	-	1.3	
01080	117	こめ［水稲穀粒］ 玄米	0	1472	346	14.9	6.0	6.8	2.5	(0)	2.7	78.4 *	71.3	72.4	3.0	-	74.3	-	1.2	1	230	9	110	290	2.1	1.8	0.27	2.06	Tr	3	0	65	(0)	0	1	0	1	Tr	(0)	1.2	0.1	0.1	0	(0)	0.41	0.04	6.3	8.0	0.45	(0)	27	1.37	6.0	(0)	-	0	うるち米 (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01081	118	こめ［水稲穀粒］ 半つき米	0	1470	345	14.9	(5.6)	6.5	(1.7)	(0)	1.8	81.5 *	74.1	75.7	1.4	-	75.9	-	0.8	1	150	7	64	210	1.5	1.6	0.24	1.40	Tr	2	0	76	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.8	Tr	0.1	0	(0)	0.30	0.03	3.5	(5.1)	0.28	(0)	18	1.00	3.5	(0)	-	0	うるち米 歩留り： 95～96 % (100 g：120 mL、100 mL：83 g)

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)										(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
01082	119	こめ ［水稲穀粒］ 七分つき米	0	1483	348	14.9	(5.4)	6.3	(1.4)	(0)	1.5	83.3 *	75.8	76.8	0.9	-	76.6	-	0.6	1	120	6	45	180	1.3	1.5	0.23	1.05
01083	120	こめ ［水稲穀粒］ 精白米 うるち米	0	1455	342	14.9	5.3	6.1	0.8	(0)	0.9	83.1 *	75.6	78.1	0.5	-	77.6	-	0.4	1	89	5	23	95	0.8	1.4	0.22	0.81
01151	121	こめ ［水稲穀粒］ 精白米 もち米	0	1455	343	14.9	5.8	6.4	1.0	(0)	1.2	77.6	70.5	77.4 *	(0.5)	0	77.2	-	0.4	Tr	97	5	33	100	0.2	1.5	0.22	1.30
01152	122	こめ ［水稲穀粒］ 精白米 インディカ米	0	1472	347	13.7	6.4	7.4	0.7	(0)	0.9	80.3	73.0	78.3 *	0.5	-	77.7	-	0.4	1	68	5	18	90	0.5	1.6	0.20	0.88
01084	123	こめ ［水稲穀粒］ はいが精米	0	1460	343	14.9	-	6.5	1.9	(0)	2.0	79.4 *	72.2	74.7	1.3	-	75.8	-	0.7	1	150	7	51	150	0.9	1.6	0.22	1.54
01153	124	こめ ［水稲穀粒］ 発芽玄米	0	1440	339	14.9	5.5	6.5	2.8	(0)	3.3	76.2 *	69.3	72.6	3.1	-	74.3	-	1.1	3	160	13	120	280	1.0	1.9	0.23	2.07
01181	125	こめ ［水稲穀粒］ 赤米	0	1460	344	14.6	-	8.5	-	-	3.3	71.6 *	65.2	65.4	6.5	0	71.9	-	1.4	2	290	12	130	350	1.2	2.4	0.27	2.50
01182	126	こめ ［水稲穀粒］ 黒米	0	1447	341	15.2	-	7.8	-	-	3.2	72.3 *	65.7	66.4	5.6	0	72.0	-	1.4	1	270	15	110	310	0.9	1.9	0.22	4.28
01085	127	こめ ［水稲めし］ 玄米	0	647	152	60.0	2.4	2.8	(0.9)	(0)	1.0	35.1 *	32.0	34.7	1.4	-	35.6	-	0.6	1	95	7	49	130	0.6	0.8	0.12	1.04
01086	128	こめ ［水稲めし］ 半つき米	0	654	154	60.0	(2.2)	2.7	(0.5)	(0)	0.6	36.8 *	33.5	36.1	0.8	-	36.4	-	0.3	1	43	4	22	53	0.2	0.7	0.11	0.60
01087	129	こめ ［水稲めし］ 七分つき米	0	681	160	60.0	(2.1)	2.6	(0.5)	(0)	0.5	36.8	33.5	36.7 *	0.5	-	36.7	-	0.2	1	35	4	13	44	0.2	0.7	0.11	0.46
01168	130	こめ ［水稲めし］ 精白米 インディカ米	0	781	184	54.0	3.2	3.8	0.3	(0)	0.4	41.0	37.3	41.9 *	0.4	-	41.5	-	0.2	0	31	2	8	41	0.2	0.8	0.10	0.42
01088	131	こめ ［水稲めし］ 精白米 うるち米	0	663	156	60.0	2.0	2.5	0.2	(0)	0.3	38.1 *	34.6	36.1	1.5	-	37.1	-	0.1	1	29	3	7	34	0.1	0.6	0.10	0.35
01154	132	こめ ［水稲めし］ 精白米 もち米	0	801	188	52.1	3.1	3.5	0.4	(0)	0.5	45.6 *	41.5	43.9	(0.4)	0	43.9	-	0.1	0	28	2	5	19	0.1	0.8	0.11	0.50
01089	133	こめ ［水稲めし］ はいが精米	0	679	159	60.0	-	2.7	(0.6)	(0)	0.6	37.9 *	34.5	35.6	0.8	-	36.4	-	0.3	1	51	5	24	68	0.2	0.7	0.10	0.68
01155	134	こめ ［水稲めし］ 発芽玄米	0	680	161	60.0	2.7	3.0	1.3	(0)	1.4	33.2	30.2	33.7 *	1.8	-	35.0	-	0.5	1	68	6	53	130	0.4	0.9	0.11	0.93
01183	135	こめ ［水稲めし］ 赤米	0	636	150	61.3	-	3.8	-	-	1.3	31.0 *	28.2	29.3	3.4	0	32.7	-	0.6	1	120	5	55	150	0.5	1.0	0.12	1.00
01184	136	こめ ［水稲めし］ 黒米	0	634	150	62.0	-	3.6	-	-	1.4	30.9 *	28.2	28.9	3.3	-	32.2	-	0.6	Tr	130	7	55	150	0.4	0.9	0.11	1.95
01185	137	こめ ［水稲軟めし］ 精白米	0	482	113	(71.5)	-	(1.8)	-	0	(0.3)	(27.1) *	(24.7)	(25.2)	(1.1)	-	(26.4)	-	(0.1)	(1)	(20)	(3)	(5)	(24)	(0.1)	(0.4)	(0.08)	(0.25)
01090	138	こめ ［水稲全かゆ］ 玄米	0	274	64	(83.0)	(1.0)	(1.2)	(0.4)	(0)	(0.4)	(14.9) *	(13.6)	(14.8)	(0.6)	-	(15.2)	-	(0.2)	(1)	(41)	(3)	(21)	(55)	(0.2)	(0.3)	(0.05)	(0.44)
01091	139	こめ ［水稲全かゆ］ 半つき米	0	278	65	(83.0)	(0.9)	(1.1)	(0.3)	(0)	(0.3)	(15.7) *	(14.2)	(15.4)	(0.3)	-	(15.5)	-	(0.1)	(Tr)	(18)	(2)	(9)	(23)	(0.1)	(0.3)	(0.05)	(0.26)
01092	140	こめ ［水稲全かゆ］ 七分つき米	0	289	68	(83.0)	(0.9)	(1.1)	(0.2)	(0)	(0.2)	(15.6)	(14.2)	(15.6) *	(0.2)	-	(15.6)	-	(0.1)	(Tr)	(15)	(2)	(6)	(19)	(0.1)	(0.3)	(0.04)	(0.19)
01093	141	こめ ［水稲全かゆ］ 精白米	0	278	65	(83.0)	(0.9)	(1.1)	(0.1)	(0)	(0.1)	(16.2) *	(14.7)	(15.8)	(0.1)	-	(15.7)	-	(0.1)	(Tr)	(12)	(1)	(3)	(14)	(Tr)	(0.3)	(0.04)	(0.15)

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							アルコール	食塩相当量	備考
							ビタミンA						ビタミンE																			
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC			
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)					(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
01082	119	こめ ［水稲穀粒］ 七分つき米	0	2	Tr	73	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.4	Tr	0	0	(0)	0.24	0.03	1.7	(3.2)	0.20	(0)	15	0.84	2.9	(0)	-	0	うるち米 歩留り： 92～94 % (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01083	120	こめ ［水稲穀粒］ 精白米 うるち米	0	2	0	69	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	Tr	0	0	0	0.08	0.02	1.2	2.6	0.12	(0)	12	0.66	1.4	(0)	-	0	うるち米 歩留り： 90～91 % (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01151	121	こめ ［水稲穀粒］ 精白米 もち米	0	2	0	79	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0.2)	0	(0)	(0)	(0)	0.12	0.02	1.6	3.1	(0.12)	(0)	(12)	(0.67)	(1.4)	(0)	-	0	歩留り： 90～91 % (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01152	122	こめ ［水稲穀粒］ 精白米 インディカ米	0	7	2	62	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	0	0	0	(0)	0.06	0.02	1.1	2.9	0.08	(0)	16	0.61	2.0	(0)	-	0	うるち米。歩留り： 90～91 % (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01084	123	こめ ［水稲穀粒］ はいが精米	0	2	Tr	57	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.9	Tr	0.1	0	(0)	0.23	0.03	3.1	4.2	0.22	(0)	18	1.00	3.3	(0)	-	0	うるち米 歩留り： 91～93 % (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01153	124	こめ ［水稲穀粒］ 発芽玄米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1.2	0.1	0.2	0	0	0.35	0.02	4.9	6.4	0.34	(0)	18	0.75	-	(0)	-	0	うるち米 試料： ビタミンB_1強化品含む (100 g：120 mL、100 mL：83 g)
01181	125	こめ ［水稲穀粒］ 赤米	Tr	3	1	55	-	0	3	0	3	0	0	1.5	0.1	0.2	Tr	-	0.38	0.05	5.5	6.9	0.50	-	30	1.17	5.6	-	-	0	ポリフェノール：0.4 g 食物繊維：AOAC2011.25法
01182	126	こめ ［水稲穀粒］ 黒米	0	3	3	72	-	0	31	Tr	32	3	0	1.3	0.1	0.3	Tr	-	0.39	0.10	6.9	8.2	0.49	-	49	0.83	5.8	-	-	0	ポリフェノール：0.5 g 食物繊維：AOAC2011.25法
01085	127	こめ ［水稲めし］ 玄米	0	1	0	34	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.5	Tr	0.1	0	(0)	0.16	0.02	2.9	3.6	0.21	(0)	10	0.65	2.5	(0)	-	0	うるち米 玄米47 g相当量を含む
01086	128	こめ ［水稲めし］ 半つき米	0	1	0	34	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.2	Tr	0	0	(0)	0.08	0.01	1.6	(2.2)	0.07	(0)	6	0.35	1.2	(0)	-	0	うるち米 半つき米47 g相当量を含む
01087	129	こめ ［水稲めし］ 七分つき米	0	1	0	35	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.06	0.01	0.8	(1.4)	0.03	(0)	5	0.26	0.9	(0)	-	0	うるち米 七分つき米47 g相当量を含む
01168	130	こめ ［水稲めし］ 精白米 インディカ米	0	3	1	32	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	0.02	Tr	0.3	1.3	0.02	(0)	6	0.24	0.5	(0)	-	0	精白米51 g相当量を含む
01088	131	こめ ［水稲めし］ 精白米 うるち米	0	1	0	30	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.02	0.01	0.2	0.8	0.02	(0)	3	0.25	0.5	(0)	-	0	精白米47 g相当量を含む 食物繊維：AOAC2011.25法
01154	132	こめ ［水稲めし］ 精白米 もち米	0	1	0	48	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.03	0.01	0.2	1.0	(0.02)	(0)	(4)	(0.30)	(0.5)	(0)	-	0	精白米55 g相当量を含む
01089	133	こめ ［水稲めし］ はいが精米	0	1	1	28	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.4	Tr	Tr	0	(0)	0.08	0.01	0.8	1.3	0.09	(0)	6	0.44	1.0	(0)	-	0	うるち米 はいが精白米47 g相当量を含む
01155	134	こめ ［水稲めし］ 発芽玄米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.3	0	0.1	0	0	0.13	0.01	2.0	2.8	0.13	(0)	6	0.36	-	(0)	-	0	うるち米 発芽玄米47 g相当量を含む 試料： ビタミンB_1強化品含む
01183	135	こめ ［水稲めし］ 赤米	-	1	Tr	24	-	-	1	-	1	0	-	0.6	Tr	0.1	-	-	0.15	0.02	2.8	3.4	0.19	-	9	0.47	2.8	-	-	0	ポリフェノール：（0.2） g 食物繊維：AOAC2011.25法
01184	136	こめ ［水稲めし］ 黒米	-	2	1	33	-	-	8	-	8	1	-	0.3	0	0.1	-	-	0.14	0.04	3.0	3.6	0.18	-	19	0.40	2.7	-	-	0	ポリフェノール：（0.2） g 食物繊維：AOAC2011.25法
01185	137	こめ ［水稲軟めし］ 精白米	0	(1)	0	(21)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	0	0	0	(0.02)	(0.01)	(0.1)	(0.4)	(0.01)	0	(2)	(0.18)	(0.3)	0	-	0	別名： なんはん、なんばん、やわらかめし うるち米 食物繊維：AOAC2011.25法
01090	138	こめ ［水稲全かゆ］ 玄米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0.07)	(0.01)	(1.2)	(1.5)	(0.09)	(0)	(4)	(0.28)	-	(0)	-	0	うるち米 5倍かゆ 玄米20 g相当量を含む
01091	139	こめ ［水稲全かゆ］ 半つき米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	(0.03)	(Tr)	(0.7)	(1.0)	(0.03)	(0)	(2)	(0.15)	-	(0)	-	0	うるち米 5倍かゆ 半つき米20 g相当量を含む
01092	140	こめ ［水稲全かゆ］ 七分つき米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	0	0	(0.03)	(Tr)	(0.3)	(0.6)	(0.01)	(0)	(2)	(0.11)	-	(0)	-	0	うるち米 5倍かゆ 七分つき米20 g相当量を含む
01093	141	こめ ［水稲全かゆ］ 精白米	0	0	0	13	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	0	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.1)	(0.4)	(0.01)	(0)	(1)	(0.11)	0.3	(0)	-	0	うるち米 5倍かゆ 精白米20 g相当量を含む

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
01094	142	こめ［水稲五分かゆ］玄米	0	137	32	(91.5)	(0.5)	(0.6)	(0.2)	(0)	(0.2)	(7.5) *	(6.8)	(7.4)	(0.3)	-	(7.6)	-	(0.1)	(Tr)	(20)	(1)	(10)	(28)	(0.1)	(0.2)	(0.03)	(0.22)
01095	143	こめ［水稲五分かゆ］半つき米	0	138	32	(91.5)	(0.5)	(0.6)	(0.1)	(0)	(0.1)	(7.8) *	(7.1)	(7.7)	(0.1)	-	(7.7)	-	(0.1)	(Tr)	(9)	(1)	(5)	(11)	(Tr)	(0.2)	(0.02)	(0.13)
01096	144	こめ［水稲五分かゆ］七分つき米	0	138	32	(91.5)	(0.5)	(0.6)	(0.1)	(0)	(0.1)	(7.8) *	(7.1)	(7.7)	(0.1)	-	(7.7)	-	(0.1)	(Tr)	(8)	(1)	(3)	(9)	(Tr)	(0.1)	(0.02)	(0.10)
01097	145	こめ［水稲五分かゆ］精白米	0	141	33	(91.5)	(0.4)	(0.5)	(0.1)	(0)	(0.1)	(8.1) *	(7.4)	(7.9)	(0.1)	-	(7.9)	-	0	(Tr)	(6)	(1)	(1)	(7)	(Tr)	(0.1)	(0.02)	(0.08)
01098	146	こめ［水稲おもゆ］玄米	0	81	19	(95.0)	(0.3)	(0.4)	(0.1)	(0)	(0.1)	(4.4) *	(4.0)	(4.3)	(0.2)	-	(4.4)	-	(0.1)	(Tr)	(12)	(1)	(6)	(16)	(0.1)	(0.1)	(0.01)	(0.13)
01099	147	こめ［水稲おもゆ］半つき米	0	82	19	(95.0)	(0.2)	(0.3)	(0.1)	(0)	(0.1)	(4.6) *	(4.2)	(4.6)	(0.1)	-	(4.6)	-	0	(Tr)	(5)	(1)	(3)	(7)	(Tr)	(0.1)	(0.01)	(0.08)
01100	148	こめ［水稲おもゆ］七分つき米	0	87	20	(95.0)	(0.2)	(0.3)	(0.1)	(0)	(0.1)	(4.6)	(4.2)	(4.7) *	(Tr)	-	(4.6)	-	0	(Tr)	(4)	(1)	(2)	(5)	(Tr)	(0.1)	(0.01)	(0.06)
01101	149	こめ［水稲おもゆ］精白米	0	80	19	(95.0)	(0.2)	(0.3)	(0)	(0)	0	(4.8) *	(4.3)	(4.8)	(Tr)	-	(4.7)	-	0	(Tr)	(4)	(Tr)	(1)	(4)	(Tr)	(0.1)	(0.01)	(0.04)
01102	150	こめ［陸稲穀粒］玄米	0	1517	357	14.9	(8.7)	10.1	(2.5)	(0)	2.7	(78.4) *	(71.3)	69.7	3.0	-	71.1	-	1.2	1	230	9	110	290	2.1	1.8	0.27	1.53
01103	151	こめ［陸稲穀粒］半つき米	0	1514	356	14.9	(8.1)	9.6	(1.7)	(0)	1.8	(81.5) *	(74.1)	73.1	1.4	-	72.9	-	0.8	1	150	7	64	210	1.5	1.6	0.24	1.04
01104	152	こめ［陸稲穀粒］七分つき米	0	1528	359	14.9	(8.0)	9.5	(1.4)	(0)	1.5	(83.3) *	(75.8)	74.1	0.9	-	73.4	-	0.7	1	120	6	45	180	1.3	1.5	0.23	0.78
01105	153	こめ［陸稲穀粒］精白米	0	1409	331	14.9	(7.8)	9.3	(0.8)	(0)	0.9	(77.6) *	(70.5)	75.6	0.5	-	74.5	-	0.4	1	89	5	23	95	0.8	1.4	0.22	0.59
01106	154	こめ［陸稲めし］玄米	0	665	156	60.0	(3.5)	4.1	(0.9)	(0)	1.0	(35.1) *	(32.0)	33.6	1.4	-	34.3	-	0.6	1	95	7	49	130	0.6	0.8	0.12	0.77
01107	155	こめ［陸稲めし］半つき米	0	669	157	60.0	(3.1)	3.8	(0.5)	(0)	0.6	(36.8) *	(33.5)	35.2	0.8	-	35.3	-	0.3	1	43	4	22	53	0.2	0.7	0.11	0.45
01108	156	こめ［陸稲めし］七分つき米	0	660	155	60.0	(2.9)	3.6	(0.5)	(0)	0.5	(36.8) *	(33.5)	35.9	0.5	-	35.7	-	0.2	1	35	4	13	44	0.2	0.7	0.11	0.34
01109	157	こめ［陸稲めし］精白米	0	670	157	60.0	(2.8)	3.5	(0.3)	(0)	0.3	(38.1) *	(34.6)	36.5	0.3	-	36.1	-	0.1	1	29	3	7	34	0.1	0.6	0.10	0.26
01110	158	こめ［うるち米製品］アルファ化米　一般用	0	1527	358	7.9	5.0	6.0	0.8	(0)	1.0	87.6 *	79.6	84.7	1.2	-	84.8	-	0.3	5	37	7	14	71	0.1	1.6	0.22	0.60
01156	159	こめ［うるち米製品］アルファ化米　学校給食用強化品	0	1527	358	7.9	(5.0)	6.0	0.8	(0)	1.0	(87.6) *	(79.6)	84.7	1.2	-	84.8	-	0.3	5	37	7	14	71	0.1	1.6	0.22	0.60
01111	160	こめ［うるち米製品］おにぎり	0	723	170	57.0	2.4	2.7	(0.3)	(0)	0.3	39.7	36.1	39.3 *	0.4	-	39.4	-	0.6	200	31	3	7	37	0.1	0.6	0.10	0.38
01112	161	こめ［うるち米製品］焼きおにぎり	0	709	166	56.0	(2.7)	3.1	(0.3)	0	0.3	(40.6) *	(36.9)	39.5	0.4	-	39.5	-	1.1	380	56	5	11	46	0.2	0.7	0.10	0.37
01113	162	こめ［うるち米製品］きりたんぽ	0	850	200	50.0	(2.8)	3.2	(0.4)	0	0.4	(46.1)	(41.9)	46.2 *	0.4	-	46.2	-	0.2	1	36	4	9	43	0.1	0.7	0.12	0.40
01114	163	こめ［うるち米製品］上新粉	0	1464	343	14.0	5.4	6.2	(0.8)	(0)	0.9	83.5 *	75.9	78.8	0.6	-	78.5	-	0.4	2	89	5	23	96	0.8	1.0	0.19	0.75
01157	164	こめ［うるち米製品］玄米粉	0	1572	370	4.6	5.4	7.1	2.5	(0)	2.9	84.8 *	77.1	82.6	3.5	-	84.1	-	1.3	3	230	12	110	290	1.4	2.4	0.30	2.49
01158	165	こめ［うるち米製品］米粉	0	1512	356	11.1	5.1	6.0	0.6	(0)	0.7	81.7	74.3	82.2 *	0.6	-	81.9	-	0.3	1	45	6	11	62	0.1	1.5	0.23	0.60
01211	166	こめ［うるち米製品］米粉パン　食パン	0	1043	247	(41.2)	(10.2)	(10.7)	(4.6)	(0.4)	(5.1)	(38.3)	(35.0)	(40.9) *	(0.7)	(1.0)	(41.6)	(Tr)	(1.4)	(420)	(57)	(22)	(14)	(61)	(0.8)	(1.3)	(0.18)	(0.54)
01212	167	こめ［うるち米製品］米粉パン　ロールパン	0	1080	256	(41.2)	(8.2)	(8.8)	(6.2)	(18.1)	(6.7)	(39.4)	(36.1)	(41.6) *	(0.6)	(0.9)	(42.0)	(Tr)	(1.3)	(370)	(66)	(26)	(12)	(65)	(0.6)	(1.2)	(0.16)	(0.43)
01159	168	こめの［うるち米製品］米粉パン　小麦グルテン不使用のもの	0	1048	247	41.2	2.8	3.4	2.8	-	3.1	55.6 *	50.8	51.3	0.9	0	51.3	-	1.0	340	92	4	11	46	0.2	0.9	0.12	0.38

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
01094	142	こめ［水稲五分かゆ］玄米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	(0.03)	(Tr)	(0.6)	(0.7)	(0.05)	(0)	(2)	(0.14)	-	(0)	-	0
01095	143	こめ［水稲五分かゆ］半つき米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	0	0	(0.02)	(Tr)	(0.3)	(0.4)	(0.01)	(0)	(1)	(0.07)	-	(0)	-	0
01096	144	こめ［水稲五分かゆ］七分つき米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	0	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.2)	(0.3)	(0.01)	(0)	(1)	(0.05)	-	(0)	-	0
01097	145	こめ［水稲五分かゆ］精白米	0	Tr	0	7	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(Tr)	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(0.1)	(Tr)	(0)	(1)	(0.05)	0.1	(0)	-	0
01098	146	こめ［水稲おもゆ］玄米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	(0.02)	(Tr)	(0.4)	(0.5)	(0.03)	(0)	(1)	(0.08)	-	(0)	-	0
01099	147	こめ［水稲おもゆ］半つき米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.2)	(0.3)	(0.01)	(0)	(1)	(0.04)	-	(0)	-	0
01100	148	こめ［水稲おもゆ］七分つき米	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(Tr)	0	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.1)	(0.2)	(Tr)	(0)	(1)	(0.03)	-	(0)	-	0
01101	149	こめ［水稲おもゆ］精白米	0	1	0	8	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(Tr)	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(0.1)	(Tr)	(0)	(Tr)	(0.03)	0.1	(0)	-	0
01102	150	こめ［陸稲穀粒］玄米	-	-	-	-	(0)	0	1	0	1	Tr	(0)	1.2	0.1	0.1	0	(0)	0.41	0.04	6.3	(8.8)	0.45	(0)	27	1.37	-	(0)	-	0
01103	151	こめ［陸稲穀粒］半つき米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.8	Tr	0.1	0	(0)	0.30	0.03	4.9	(7.2)	0.28	(0)	18	1.00	-	(0)	-	0
01104	152	こめ［陸稲穀粒］七分つき米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	Tr	0	0	(0)	0.24	0.03	3.4	(5.6)	0.20	(0)	15	0.84	-	(0)	-	0
01105	153	こめ［陸稲穀粒］精白米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	Tr	0	0	(0)	0.08	0.02	1.2	(3.3)	0.12	(0)	12	0.66	-	(0)	-	0
01106	154	こめ［陸稲めし］玄米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.5	Tr	0.1	0	(0)	0.16	0.02	2.9	(3.9)	0.21	(0)	10	0.65	-	(0)	-	0
01107	155	こめ［陸稲めし］半つき米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	Tr	0	0	(0)	0.08	0.01	1.6	(2.5)	0.07	(0)	6	0.35	-	(0)	-	0
01108	156	こめ［陸稲めし］七分つき米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.06	0.01	0.8	(1.7)	0.03	(0)	5	0.26	-	(0)	-	0
01109	157	こめ［陸稲めし］精白米	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	(0)	0.02	0.01	0.2	(1.0)	0.02	(0)	3	0.25	-	(0)	-	0
01110	158	こめ［うるち米製品］アルファ化米　一般用	0	2	1	69	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	0	0.04	Tr	0.5	1.9	0.04	(0)	7	0.19	1.0	(0)	-	Tr
01156	159	こめ［うるち米製品］アルファ化米　学校給食用強化品	0	2	1	69	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	0	0.41	Tr	0.5	(1.9)	0.04	(0)	7	0.19	1.0	(0)	-	Tr
01111	160	こめ［うるち米製品］おにぎり	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	0	0.02	0.01	0.2	0.9	0.02	(0)	3	0.27	-	0	-	0.5
01112	161	こめ［うるち米製品］焼きおにぎり	25	4	1	43	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	0	0.03	0.02	0.3	(1.1)	0.03	0	5	0.29	1.1	0	-	1.0
01113	162	こめ［うるち米製品］きりたんぽ	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	0	0.03	0.01	0.3	(1.1)	0.02	(0)	4	0.31	-	0	-	0
01114	163	こめ［うるち米製品］上新粉	1	4	1	77	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.09	0.02	1.3	2.7	0.12	(0)	12	0.67	1.1	(0)	-	0
01157	164	こめ［うるち米製品］玄米粉	1	2	6	120	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	1.2	Tr	0.1	0	(0)	0	0.03	4.6	6.1	0.08	(0)	9	0.12	5.1	(0)	-	0
01158	165	こめ［うるち米製品］米粉	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	0	0	0	(0)	0.03	0.01	0.3	1.7	0.04	(0)	9	0.20	-	(0)	-	0
01211	166	こめ［うるち米製品］米粉パン　食パン	(1)	(Tr)	0	(Tr)	-	0	0	0	-	-	-	(0.5)	(0.1)	(0.5)	(0.2)	-	(0.05)	(0.06)	(0.8)	(2.6)	(0.04)	(Tr)	(32)	(0.22)	(1.5)	0	-	(1.1)
01212	167	こめ［うるち米製品］米粉パン　ロールパン	(3)	(2)	0	(1)	-	0	(8)	(1)	-	-	-	(0.8)	(0.1)	(1.4)	(0.3)	-	(0.05)	(0.08)	(0.7)	(2.2)	(0.04)	(0.1)	(35)	(0.27)	(2.8)	0	-	(0.9)
01159	168	こめの［うるち米製品］米粉パン　小麦グルテン不使用のもの	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.5	0	0.5	0	-	0.05	0.03	0.7	1.5	0.04	-	30	0.23	-	-	-	0.9

備考

食品番号	備考
01094	うるち米 10倍かゆ 玄米10 g相当量を含む
01095	うるち米 10倍かゆ 半つき米10 g相当量を含む
01096	うるち米 10倍かゆ 七分つき米10 g相当量を含む
01097	うるち米 10倍かゆ 精白米10 g相当量を含む
01098	うるち米 弱火で加熱、ガーゼでこしたもの 玄米6 g相当量を含む
01099	うるち米 弱火で加熱、ガーゼでこしたもの 半つき米6 g相当量を含む
01100	うるち米 弱火で加熱、ガーゼでこしたもの 七分つき米6 g相当量を含む
01101	うるち米 弱火で加熱、ガーゼでこしたもの 精白米6 g相当量を含む
01102	うるち、もちを含む
01103	うるち、もちを含む 歩留り： 95～96 %
01104	うるち、もちを含む 歩留り： 93～94 %
01105	うるち、もちを含む 歩留り： 90～92 %
01106	うるち、もちを含む 玄米47 g相当量を含む
01107	うるち、もちを含む 半つき米47 g相当量を含む
01108	うるち、もちを含む 七分つき米47 g相当量を含む
01109	うるち、もちを含む 精白米47 g相当量を含む
01110	Tr
01156	Tr
01111	塩むすび（のり、具材なし） 食塩0.5 gを含む
01112	こいくちしょうゆ6.5 gを含む
01113	(100 g：154 mL、100 mL：65 g)
01114	(100 g：154 mL、100 mL：65 g)
01157	焙煎あり
01158	(100 g：169 mL、100 mL：59 g)
01211	
01212	
01159	試料： 小麦アレルギー対応食品（米粉100 %）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
01160	169	こめ ［うるち米製品］ 米粉めん	0	1069	252	37.0	3.2	3.6	0.6	(0)	0.7	56.6	51.5	57.9 *	0.9	0.2	58.4	-	0.3	48	43	5	11	56	0.1	1.1	0.15	0.48
01115	170	こめ ［うるち米製品］ ビーフン	0	1526	360	11.1	5.8	7.0	(1.5)	(0)	1.6	(79.9)	(72.7)	80.3 *	0.9	-	79.9	-	0.4	2	33	14	13	59	0.7	0.6	0.06	0.33
01169	171	こめ ［うるち米製品］ ライスペーパー	0	1442	339	13.2	0.4	0.5	0.2	0	0.3	85.7	77.9	83.7 *	0.8	-	84.3	-	1.7	670	22	21	21	12	1.2	0.1	0.03	0.14
01116	172	こめ ［うるち米製品］ 米こうじ	0	1106	260	33.0	4.6	5.8	1.4	(0)	1.7	60.3 *	55.9	59.3	1.4	-	59.2	-	0.3	3	61	5	16	83	0.3	0.9	0.16	0.74
01117	173	こめ ［もち米製品］ もち	0	947	223	44.5	3.6	4.0	(0.5)	(0)	0.6	50.0	45.5	50.8 *	0.5	-	50.8	-	0.1	0	32	3	6	22	0.1	0.9	0.13	0.58
01118	174	こめ ［もち米製品］ 赤飯	0	790	186	53.0	(3.6)	4.3	(0.5)	0	0.6	(41.0)	(37.3)	41.1 *	1.6	-	41.9	-	0.2	0	71	6	11	34	0.4	0.9	0.13	0.45
01119	175	こめ ［もち米製品］ あくまき	0	555	131	69.5	(2.0)	2.3	(1.5)	(0)	1.8	(29.0) *	(26.4)	26.1	0.2	-	25.7	-	0.7	16	300	6	6	10	0.1	0.7	0.05	0.39
01120	176	こめ ［もち米製品］ 白玉粉	0	1477	347	12.5	5.5	6.3	(0.8)	(0)	1.0	84.2 *	76.5	80.4	0.5	-	80.0	-	0.2	2	3	5	6	45	1.1	1.2	0.17	0.55
01121	177	こめ ［もち米製品］ 道明寺粉	0	1489	349	11.6	(6.1)	7.1	0.5	(0)	0.7	(85.1) *	(77.3)	80.9	0.7	-	80.4	-	0.2	4	45	6	9	41	0.4	1.5	0.22	0.90
01161	178	こめ ［その他］ 米ぬか	0	1556	374	10.3	10.9	13.4	17.5	(0)	19.6	27.5	25.3	32.9 *	20.5	-	48.8	-	7.9	7	1500	35	850	2000	7.6	5.9	0.48	15.00
01122	179	そば そば粉 全層粉	0	1438	339	13.5	10.2	12.0	2.9	(0)	3.1	70.2 *	63.9	67.3	4.3	-	69.6	-	1.8	2	410	17	190	400	2.8	2.4	0.54	1.09
01123	180	そば そば粉 内層粉	0	1455	342	14.0	(5.1)	6.0	(1.5)	(0)	1.6	81.2 *	73.8	76.8	1.8	-	77.6	-	0.8	1	190	10	83	130	1.7	0.9	0.37	0.49
01124	181	そば そば粉 中層粉	0	1417	334	13.5	(8.7)	10.2	(2.5)	(0)	2.7	71.3 *	64.9	68.9	4.4	-	71.6	-	2.0	2	470	19	220	390	3.0	2.2	0.58	1.17
01125	182	そば そば粉 表層粉	0	1425	337	13.0	(12.8)	15.0	(3.3)	(0)	3.6	45.5	41.5	60.5 *	7.1	-	65.1	-	3.3	2	750	32	340	700	4.2	4.6	0.91	2.42
01126	183	そば そば米	0	1471	347	12.8	(8.0)	9.6	(2.3)	(0)	2.5	(70.8)	(64.4)	71.8 *	3.7	-	73.7	-	1.4	1	390	12	150	260	1.6	1.4	0.38	0.76
01127	184	そば そば 生	0	1149	271	33.0	8.2	9.8	(1.7)	(0)	1.9	(56.4) *	(51.3)	50.3	6.0	-	54.5	-	0.8	1	160	18	65	170	1.4	1.0	0.21	0.86
01128	185	そば そば ゆで	0	552	130	68.0	(3.9)	4.8	(0.9)	(0)	1.0	(27.0) *	(24.5)	24.1	2.9	-	26.0	-	0.2	2	34	9	27	80	0.8	0.4	0.10	0.38
01197	186	そば そば 半生そば	0	1378	325	23.0	(8.7)	(10.5)	-	(0)	(3.8)	(64.9) *	(59.0)	(56.5)	6.9	(0.1)	(61.8)	-	(0.9)	(3)	(190)	(20)	(74)	(180)	(1.3)	(1.2)	(0.24)	(0.99)
01129	187	そば 干しそば 乾	0	1463	344	14.0	11.7	14.0	(2.1)	(0)	2.3	(72.4) *	(65.9)	65.6	3.7	-	66.7	-	3.0	850	260	24	100	230	2.6	1.5	0.34	1.11
01130	188	そば 干しそば ゆで	0	479	113	72.0	(3.9)	4.8	(0.6)	(0)	0.7	(23.6) *	(21.5)	21.6	1.5	-	22.1	-	0.4	50	13	12	33	72	0.9	0.4	0.10	0.33
01131	189	とうもろこし 玄穀 黄色種	0	1503	355	14.5	(7.4)	8.6	(4.5)	(0)	5.0	71.2 *	64.8	63.3	9.0	-	70.6	-	1.3	3	290	5	75	270	1.9	1.7	0.18	-
01162	190	とうもろこし 玄穀 白色種	0	1503	355	14.5	(7.4)	8.6	4.5	(0)	5.0	(71.2) *	(64.8)	63.3	9.0	-	70.6	-	1.3	3	290	5	75	270	1.9	1.7	0.18	-
01132	191	とうもろこし コーンミール 黄色種	0	1440	341	14.0	(7.0)	8.3	(3.6)	(0)	4.0	(79.7)	(72.5)	66.1 *	8.0	-	72.4	-	1.3	2	220	5	99	130	1.5	1.4	0.16	0.38
01163	192	とうもろこし コーンミール 白色種	0	1440	341	14.0	(7.0)	8.3	3.6	(0)	4.0	(79.7)	(72.5)	66.1 *	8.0	-	72.4	-	1.3	2	220	5	99	130	1.5	1.4	0.16	0.38
01133	193	とうもろこし コーングリッツ 黄色種	0	1498	352	14.0	7.6	8.2	0.9	(0)	1.0	82.3 *	74.8	74.7	2.4	-	76.4	-	0.4	1	160	2	21	50	0.3	0.4	0.07	-
01164	194	とうもろこし コーングリッツ 白色種	0	1498	352	14.0	(7.6)	8.2	0.9	(0)	1.0	(82.3) *	(74.8)	74.7	2.4	-	76.4	-	0.4	1	160	2	21	50	0.3	0.4	0.07	-
01134	195	とうもろこし コーンフラワー 黄色種	0	1478	347	14.0	(5.7)	6.6	(2.5)	(0)	2.8	(79.7) *	(72.5)	75.6	1.7	-	76.1	-	0.5	1	200	3	31	90	0.6	0.6	0.08	0.13
01165	196	とうもろこし コーンフラワー 白色種	0	1478	347	14.0	(5.7)	6.6	2.5	(0)	2.8	(79.7) *	(72.5)	75.6	1.7	-	76.1	-	0.5	1	200	3	31	90	0.6	0.6	0.08	0.13
01135	197	とうもろこし ジャイアントコーン フライ 味付け	0	1718	409	4.3	(5.2)	5.7	10.6	(0)	11.8	-	-	67.8 *	10.5	-	76.6	-	1.6	430	110	8	88	180	1.3	1.6	0.07	0.30
01136	198	とうもろこし ポップコーン	0	1979	472	4.0	(8.7)	10.2	(21.7)	(0)	22.8	(59.5) *	(54.1)	52.8	9.3	-	59.6	-	3.4	570	300	7	95	290	4.3	2.4	0.20	-
01137	199	とうもろこし コーンフレーク	0	1618	380	4.5	6.8	7.8	(1.2)	(0)	1.7	(89.9) *	(82.2)	82.7	2.4	-	83.6	-	2.4	830	95	1	14	45	0.9	0.2	0.07	-
01138	200	はとむぎ 精白粒	0	1496	353	13.0	12.5	13.3	-	(0)	1.3	-	-	72.4 *	0.6	-	72.2	-	0.2	1	85	6	12	20	0.4	0.4	0.11	0.81
01139	201	ひえ 精白粒	0	1534	361	12.9	8.4	9.4	3.0	(0)	3.3	77.9 *	70.8	70.2	4.3	-	73.2	-	1.3	6	240	7	58	280	1.6	2.2	0.15	1.37
01140	202	もろこし 玄穀	0	1454	344	12.0	(9.0)	10.3	(4.7)	(0)	4.7	65.6 *	59.7	62.7	9.7	-	71.1	-	1.9	2	590	16	160	430	3.3	2.7	0.44	1.63
01141	203	もろこし 精白粒	0	1473	348	12.5	(8.0)	9.5	(2.3)	(0)	2.6	72.0	65.4	71.5 *	4.4	-	74.1	-	1.3	2	410	14	110	290	2.4	1.3	0.21	1.12

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
01160	169	こめ ［うるち米製品］ 米粉めん	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	Tr	0	0	0	(0)	0.03	Tr	0.5	1.4	0.05	(0)	4	0.31	-	(0)	-	0.1	試料： 小麦アレルギー対応食品（米粉100 %）
01115	170	こめ ［うるち米製品］ ビーフン	5	3	4	25	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	0.06	0.02	0.6	2.4	0	(0)	4	0.09	0.6	(0)	-	0	
01169	171	こめ ［うるち米製品］ ライスペーパー	6	Tr	18	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.01	0	0.1	0.2	0.01	0.3	3	0.02	0.2	0	-	1.7	別名： 生春巻きの皮
01116	172	こめ ［うるち米製品］ 米こうじ	0	2	0	48	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.11	0.13	1.5	2.8	0.11	(0)	71	0.42	4.2	(0)	-	0	
01117	173	こめ ［もち米製品］ もち	0	2	0	56	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	0	0	0	0	0.03	0.01	0.2	1.2	0.03	(0)	4	0.34	0.6	(0)	-	0	
01118	174	こめ ［もち米製品］ 赤飯	0	2	0	61	(0)	0	1	0	1	0	(0)	Tr	0	0.3	0.5	1	0.05	0.01	0.2	(1.2)	0.03	(0)	9	0.30	1.0	0	-	0	別名： おこわ、こわめし 原材料配合割合： もち米100、ささげ10
01119	175	こめ ［もち米製品］ あくまき	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	0	0	0	(0)	Tr	Tr	Tr	(0.6)	0.01	(0)	1	0	-	(0)	-	0	
01120	176	こめ ［もち米製品］ 白玉粉	3	3	1	56	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	0.03	0.01	0.4	1.8	0.01	(0)	14	0	1.0	(0)	-	0	別名：寒晒し粉（かんざらし）
01121	177	こめ ［もち米製品］ 道明寺粉	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	0	0	0	(0)	0.04	0.01	0.4	(2.0)	0.04	(0)	6	0.22	-	(0)	-	0	(100 g：125 mL、100 mL：80 g)
01161	178	こめ ［その他］ 米ぬか	3	5	5	65	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	10.0	0.5	1.2	0.1	(0)	3.12	0.21	35.0	38.0	3.27	(0)	180	4.43	38.0	(0)	-	Tr	
01122	179	そば そば粉 全層粉	1	7	4	47	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0	6.8	0.3	0	0.46	0.11	4.5	7.7	0.30	(0)	51	1.56	17.0	(0)	-	0	表層粉の一部を除いたもの 別名： 挽きぐるみ
01123	180	そば そば粉 内層粉	0	7	2	12	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0	2.7	0.2	(0)	0.16	0.07	2.2	(3.8)	0.20	(0)	30	0.72	4.7	(0)	-	0	別名： さらしな粉、ごぜん粉
01124	181	そば そば粉 中層粉	0	13	3	43	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0	7.2	0.4	(0)	0.35	0.10	4.1	(6.8)	0.44	(0)	44	1.54	18.0	(0)	-	0	
01125	182	そば そば粉 表層粉	2	16	6	77	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.4	Tr	11.0	0.7	(0)	0.50	0.14	7.1	(11.0)	0.76	(0)	84	2.60	38.0	(0)	-	0	
01126	183	そば そば米	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0	1.9	0.1	(0)	0.42	0.10	4.3	(6.9)	0.35	(0)	23	1.53	-	0	-	0	別名： そばごめ、むきそば
01127	184	そば そば 生	4	24	3	25	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0.1	1.9	0.1	-	0.19	0.09	3.4	5.4	0.15	(0)	19	1.09	5.5	(0)	-	0	別名： そば切り 小麦製品を原材料に含む
01128	185	そば そば ゆで	Tr	12	2	11	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	Tr	0.8	Tr	-	0.05	0.02	0.5	(1.5)	0.04	(0)	8	0.33	2.7	(0)	-	0	別名： そば切り
01197	186	そば そば 半生そば	(4)	(27)	(4)	(28)	0	0	0	0	0	0	(0)	(0.2)	(0.1)	(2.2)	(0.1)	-	(0.22)	(0.10)	(2.3)	(4.5)	(0.16)	(0)	(22)	(1.25)	(6.3)	(0)	-	0	
01129	187	そば 干しそば 乾	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.3	0.2	1.3	0.1	(0)	0.37	0.08	3.2	6.1	0.24	(0)	25	1.15	-	(0)	-	2.2	原材料配合割合： 小麦粉65、そば粉35
01130	188	そば 干しそば ゆで	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0.1	0.5	0	(0)	0.08	0.02	0.6	(1.6)	0.05	(0)	5	0.22	-	(0)	-	0.1	
01131	189	とうもろこし 玄穀 黄色種	0	6	Tr	20	(0)	11	99	100	150	13	(0)	1.0	0.1	3.9	0.1	(0)	0.30	0.10	2.0	(3.0)	0.39	(0)	28	0.57	8.3	(0)	-	0	別名： とうきび
01162	190	とうもろこし 玄穀 白色種	0	6	Tr	20	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	1.0	0.1	3.9	0.1	(0)	0.30	0.10	2.0	(3.0)	0.39	(0)	28	0.57	8.3	(0)	-	0	別名： とうきび
01132	191	とうもろこし コーンミール 黄色種	-	-	-	-	(0)	11	100	100	160	13	(0)	1.1	0.1	4.1	0.2	(0)	0.15	0.08	0.9	(1.6)	0.43	(0)	28	0.57	-	(0)	-	0	別名： とうきび 歩留り： 75～80 %
01163	192	とうもろこし コーンミール 白色種	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	1.1	0.1	4.1	0.2	(0)	0.15	0.08	0.9	(1.6)	0.43	(0)	28	0.57	-	(0)	-	0	別名： とうきび 歩留り： 75～80 %
01133	193	とうもろこし コーングリッツ 黄色種	Tr	6	0	10	(0)	15	110	130	180	15	(0)	0.2	Tr	0.5	0	(0)	0.06	0.05	0.7	1.4	0.11	(0)	8	0.32	3.1	(0)	-	0	別名： とうきび 歩留り： 44～55 %
01164	194	とうもろこし コーングリッツ 白色種	Tr	6	0	10	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	0.2	Tr	0.5	0	(0)	0.06	0.05	0.7	(1.4)	0.11	(0)	8	0.32	3.1	(0)	-	0	別名： とうきび 歩留り： 44～55 %
01134	195	とうもろこし コーンフラワー 黄色種	-	-	-	-	(0)	14	69	100	130	11	(0)	0.2	Tr	0.8	0	(0)	0.14	0.06	1.3	(2.1)	0.20	(0)	9	0.37	-	(0)	-	0	別名： とうきび 歩留り： 4～12 %
01165	196	とうもろこし コーンフラワー 白色種	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	0.2	Tr	0.8	0	(0)	0.14	0.06	1.3	(2.1)	0.20	(0)	9	0.37	-	(0)	-	0	別名： とうきび 歩留り： 4～12 %
01135	197	とうもろこし ジャイアントコーン フライ 味付け	-	-	-	-	(0)	0	0	-	0	(0)	(0)	1.4	0.1	2.4	0.3	1	0.08	0.02	1.9	(2.4)	0.11	(0)	12	0.12	-	(0)	-	1.1	別名： とうきび
01136	198	とうもろこし ポップコーン	-	-	-	-	(0)	3	91	170	180	15	(0)	3.0	0.1	8.3	0.4	-	0.13	0.08	2.0	(3.2)	0.27	(0)	22	0.46	-	(0)	-	1.4	別名： とうきび
01137	199	とうもろこし コーンフレーク	Tr	5	3	15	(0)	10	72	80	120	10	(0)	0.3	0.1	3.1	2.0	(0)	0.03	0.02	0.3	1.0	0.04	(0)	6	0.22	1.6	(0)	-	2.1	別名： とうきび
01138	200	はとむぎ 精白粒	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0	0	0.1	0	(0)	0.02	0.05	0.5	1.7	0.07	(0)	16	0.16	-	(0)	-	0	歩留り： 42～45 %
01139	201	ひえ 精白粒	0	4	2	10	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	0	1.2	0	(0)	0.25	0.02	0.4	2.3	0.17	(0)	14	1.50	3.6	0	-	Tr	歩留り： 55～60 %
01140	202	もろこし 玄穀	1	1	1	34	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.5	0	2.3	0	(0)	0.35	0.10	6.0	(8.0)	0.31	(0)	54	1.42	15.0	(0)	-	0	別名： こうりゃん、ソルガム、たかきび、マイロ
01141	203	もろこし 精白粒	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0	1.5	0	(0)	0.10	0.03	3.0	(5.0)	0.24	(0)	29	0.66	-	(0)	-	0	別名： こうりゃん、ソルガム、たかきび、マイロ 歩留り： 70～80 %

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸の一価不飽和脂肪酸	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)						mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
01142	204	ライむぎ 全粒粉	0	1342	317	12.5	10.8	12.7	(2.0)	(0)	2.7	61.2 *	55.7	60.0	13.3	-	70.7	-	1.4	1	400	31	100	290	3.5	3.5	0.44	2.15
01143	205	ライむぎ ライ麦粉	0	1368	324	13.5	7.8	8.5	1.2	(0)	1.6	64.4	58.6	64.0 *	12.9	-	75.8	-	0.6	1	140	25	30	140	1.5	0.7	0.11	-
02068	206	＜いも類＞ アメリカほどいも 塊根 生	20	616	146	56.5	3.5	5.9	0.2	-	0.6	33.3	30.5	26.8 *	11.1	-	35.6	0.4	1.5	5	650	73	39	120	1.1	0.6	0.13	0.26
02069	207	＜いも類＞ アメリカほどいも 塊根 ゆで	15	610	144	57.1	3.7	6.0	0.3	-	0.8	30.4 *	27.9	28.5	8.4	-	34.5	0.4	1.5	5	650	78	42	120	1.0	0.7	0.14	0.34
02001	208	＜いも類＞ きくいも 塊茎 生	20	278	66	81.7	-	1.9	-	(0)	0.4	(2.8)	(2.7)	12.2 *	1.9	-	14.7	0.5	1.3	1	610	14	16	66	0.3	0.3	0.17	0.08
02041	209	＜いも類＞ きくいも 塊茎 水煮	0	215	51	85.4	-	1.6	-	(0)	0.5	(2.2)	(2.1)	8.7 *	2.1	-	11.3	0.4	1.2	1	470	13	13	56	0.3	0.3	0.14	0.07
02002	210	＜いも類＞ こんにゃく 精粉	0	786	194	6.0	-	3.0	-	(0)	0.1	-	-	5.4 *	79.9	-	85.3	-	5.6	18	3000	57	70	160	2.1	2.2	0.27	0.41
02003	211	＜いも類＞ こんにゃく 板こんにゃく 精粉こんにゃく	0	21	5	97.3	-	0.1	-	(0)	Tr	-	-	0.1 *	2.2	-	2.3	-	0.3	10	33	43	2	5	0.4	0.1	0.02	0.02
02004	212	＜いも類＞ こんにゃく 板こんにゃく 生いもこんにゃく	0	35	8	96.2	-	0.1	-	(0)	0.1	-	-	0.3 *	3.0	-	3.3	-	0.3	2	44	68	5	7	0.6	0.2	0.04	0.05
02042	213	＜いも類＞ こんにゃく 赤こんにゃく	0	24	6	97.1	-	0.1	-	(0)	Tr	-	-	0.2 *	2.3	-	2.5	-	0.3	11	48	46	3	5	78.0	0.1	0.03	0.02
02043	214	＜いも類＞ こんにゃく 凍みこんにゃく 乾	0	777	192	12.0	-	3.3	-	(0)	1.4	-	-	5.8 *	71.3	-	77.1	-	6.2	52	950	1600	110	150	12.0	4.4	0.86	1.22
02044	215	＜いも類＞ こんにゃく 凍みこんにゃく ゆで	0	169	42	80.8	-	0.7	-	(0)	0.3	-	-	1.3 *	15.5	-	16.8	-	1.4	11	210	340	23	32	2.7	1.0	0.19	0.27
02005	216	＜いも類＞ こんにゃく しらたき	0	28	7	96.5	-	0.2	-	(0)	Tr	-	-	0.1 *	2.9	-	3.0	-	0.3	10	12	75	4	10	0.5	0.1	0.02	0.03
02045	217	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮つき 生	2	539	127	64.6	0.8	0.9	0.1	(0)	0.5	31.0 *	28.4	30.5	2.8	-	33.1	0.4	0.9	23	380	40	24	46	0.5	0.2	0.13	0.37
02046	218	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮つき 蒸し	4	548	129	64.2	0.7	0.9	0.1	(0)	0.2	31.1 *	28.9	29.7	3.8	-	33.7	0.5	1.0	22	390	40	23	47	0.5	0.2	0.13	0.39
02047	219	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮つき 天ぷら	0	866	205	52.4	1.2	1.4	6.3	-	6.8	36.3 *	33.5	35.6	3.1	-	38.4	0.5	1.0	36	380	51	25	57	0.5	0.2	0.14	0.63
02006	220	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮なし 生	9	536	126	65.6	1.0	1.2	0.1	(0)	0.2	30.9 *	28.3	29.7	2.2	-	31.9	0.4	1.0	11	480	36	24	47	0.6	0.2	0.17	0.41
02007	221	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮なし 蒸し	5	559	131	65.6	1.0	1.2	(0.1)	(0)	0.2	32.6 *	30.3	30.0	2.3	-	31.9	-	1.0	11	480	36	24	47	0.6	0.2	0.17	0.41
02008	222	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮なし 焼き	10	643	151	58.1	1.2	1.4	(0.1)	(0)	0.2	36.7 *	34.4	35.3	3.5	-	39.0	0.5	1.3	13	540	34	23	55	0.7	0.2	0.20	0.32
02009	223	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 蒸し切干	0	1176	277	22.2	2.7	3.1	0.2	(0)	0.6	66.5 *	62.5	65.8	5.9	-	71.9	1.0	2.2	18	980	53	45	93	2.1	0.5	0.30	0.40
02048	224	＜いも類＞（さつまいも類）むらさきいも 塊根 皮なし 生	15	522	123	66.0	0.9	1.2	0.1	(0)	0.3	29.9 *	27.5	29.2	2.5	-	31.7	0.4	0.8	30	370	24	26	56	0.6	0.2	0.21	0.50
02049	225	＜いも類＞（さつまいも類）むらさきいも 塊根 皮なし 蒸し	6	519	122	66.2	1.0	1.2	0.1	(0)	0.3	29.2 *	27.2	28.3	3.0	-	31.4	0.5	0.9	28	420	34	26	55	0.6	0.3	0.22	0.44
02010	226	＜いも類＞（さといも類）さといも 球茎 生	15	227	53	84.1	1.2	1.5	0.1	(0)	0.1	11.2 *	10.3	10.5	2.3	-	13.1	0.6	1.2	Tr	640	10	19	55	0.5	0.3	0.15	0.19
02011	227	＜いも類＞（さといも類）さといも 球茎 水煮	0	221	52	84.0	1.3	1.5	(0.1)	(0)	0.1	11.1 *	10.2	11.3	2.4	-	13.4	-	1.0	1	560	14	17	47	0.4	0.3	0.13	0.17
02012	228	＜いも類＞（さといも類）さといも 球茎 冷凍	0	274	65	80.9	1.8	2.2	0.1	(0)	0.1	13.7 *	12.5	13.9	2.0	-	16.1	0.6	0.7	3	340	20	20	53	0.6	0.4	0.13	0.57
02050	229	＜いも類＞（さといも類）セレベス 球茎 生	25	338	80	76.4	1.7	2.2	0.2	(0)	0.3	17.1 *	15.6	17.3	2.3	-	19.8	0.8	1.3	0	660	18	29	97	0.6	0.7	0.15	0.32
02051	230	＜いも類＞（さといも類）セレベス 球茎 水煮	0	326	77	77.5	1.7	2.1	0.2	(0)	0.3	16.6 *	15.2	16.8	2.2	-	19.1	0.6	1.0	0	510	17	24	82	0.6	0.8	0.12	0.31
02052	231	＜いも類＞（さといも類）たけのこいも 球茎 生	10	411	97	73.4	1.3	1.7	0.2	(0)	0.4	20.4	18.6	20.6 *	2.8	-	23.5	0.6	1.0	1	520	39	32	70	0.5	1.5	0.11	0.55
02053	232	＜いも類＞（さといも類）たけのこいも 球茎 水煮	0	363	86	75.4	1.3	1.6	0.2	(0)	0.4	19.2 *	17.6	19.3	2.4	-	21.8	0.5	0.8	1	410	37	28	63	0.5	1.5	0.09	0.53
02013	233	＜いも類＞（さといも類）みずいも 球茎 生	15	470	111	70.5	0.5	0.7	0.2	(0)	0.4	25.3	23.1	25.3 *	2.2	-	27.6	0.5	0.8	6	290	46	23	35	1.0	0.2	0.05	0.56

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
		可食部 100 g 当たり					ビタミンA						ビタミンE																		
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
01142	204	ライむぎ 全粒粉	0	2	1	65	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.0	0.3	0	0	(0)	0.47	0.20	1.7	4.2	0.22	(0)	65	0.87	9.5	0	-	0	別名：黒麦（くろむぎ）
01143	205	ライむぎ ライ麦粉	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.7	0.3	0	0	(0)	0.15	0.07	0.9	2.6	0.10	(0)	34	0.63	-	(0)	-	0	別名黒麦（くろむぎ） 歩留り： 65～75 %
02068	206	＜いも類＞ アメリカほどいも 塊根 生	0	Tr	0	54	-	0	3	Tr	3	0	-	0.8	0	Tr	0	3	0.12	0.03	1.4	2.9	0.16	-	47	0.69	3.1	15	-	Tr	別名： アピオス 廃棄部位： 表層及び両端 食物繊維：AOAC2011.25法
02069	207	＜いも類＞ アメリカほどいも 塊根 ゆで	0	1	0	46	-	0	3	Tr	3	0	-	0.9	0	0.1	0	-	0.15	0.03	1.6	3.1	0.15	-	49	0.75	3.2	9	-	Tr	別名： アピオス 廃棄部位： 表皮、剥皮の際に表皮に付着する表層及び両端 食物繊維：AOAC2011.25法
02001	208	＜いも類＞ きくいも 塊茎 生	1	Tr	Tr	2	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.2	Tr	0	0	(0)	0.08	0.04	1.6	1.9	0.09	(0)	20	0.37	3.7	10	-	0	廃棄部位： 表層
02041	209	＜いも類＞ きくいも 塊茎 水煮	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.06	0.03	1.2	1.5	0.06	(0)	19	0.29	-	6	-	0	
02002	210	＜いも類＞ こんにゃく 精粉	4	1	5	44	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0.5)	1.20	(0)	65	1.52	4.5	(0)	-	0	こんにゃく製品の原料
02003	211	＜いも類＞ こんにゃく 板こんにゃく 精粉こんにゃく	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	0.02	(0)	1	0	-	(0)	-	0	突きこんにゃく、玉こんにゃくを含む
02004	212	＜いも類＞ こんにゃく 板こんにゃく 生いもこんにゃく	93	0	1	1	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	0	0	0	(0)	0	0	Tr	Tr	0.02	(0)	2	0	0.1	0	-	0	突きこんにゃく、玉こんにゃくを含む
02042	213	＜いも類＞ こんにゃく 赤こんにゃく	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	0	(0)	(0)	(Tr)	0.02	(0)	1	0	-	(0)	-	Tr	三酸化二鉄を加え、赤色に着色したもの
02043	214	＜いも類＞ こんにゃく 凍みこんにゃく 乾	-	(0)	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0	0	0.3	0.9	0.48	(0)	61	0	-	0	-	0.1	
02044	215	＜いも類＞ こんにゃく 凍みこんにゃく ゆで	-	(0)	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0	0	0.1	0.2	0.10	(0)	13	0	-	0	-	Tr	水戻し後、ゆでたもの
02005	216	＜いも類＞ こんにゃく しらたき	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	0.01	(0)	0	0	-	(0)	-	0	別名： 糸こんにゃく
02045	217	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮つき 生	1	0	0	5	(0)	0	40	0	40	3	(0)	1.0	0	Tr	0	(0)	0.10	0.02	0.6	0.8	0.20	(0)	49	0.48	4.8	25	-	0.1	別名： かんしょ（甘藷） 廃棄部位： 両端 同一試料の皮むき、生の分析値： 第2章別表参照
02046	218	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮つき 蒸し	1	Tr	0	4	(0)	0	45	0	45	4	(0)	1.4	0	Tr	0	(0)	0.10	0.02	0.7	0.9	0.20	(0)	54	0.56	4.9	20	-	0.1	別名： かんしょ（甘藷） 廃棄部位： 両端
02047	219	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮つき 天ぷら	1	Tr	0	5	(0)	0	58	0	58	5	(0)	2.6	Tr	2.7	0	11	0.11	0.04	0.7	1.0	0.20	0	57	0.60	5.3	21	-	0.1	別名： かんしょ（甘藷） 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
02006	220	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮なし 生	1	0	1	4	(0)	0	28	0	28	2	(0)	1.5	Tr	Tr	0	(0)	0.11	0.04	0.8	1.1	0.26	(0)	49	0.90	4.1	29	-	Tr	別名： かんしょ（甘藷） 廃棄部位： 表層及び両端（表皮の割合： 2 %）
02007	221	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮なし 蒸し	1	Tr	Tr	4	(0)	0	29	1	29	2	(0)	1.5	Tr	Tr	0	(0)	0.11	0.04	0.8	1.1	0.27	(0)	50	0.90	5.0	29	-	Tr	別名： かんしょ（甘藷） 廃棄部位： 表皮及び両端
02008	222	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 塊根 皮なし 焼き	-	-	-	-	(0)	-	-	-	6	1	(0)	1.3	Tr	0	0	(0)	0.12	0.06	1.0	1.3	0.33	(0)	47	1.30	-	23	-	0	別名： かんしょ（甘藷）、石焼き芋 廃棄部位： 表層
02009	223	＜いも類＞（さつまいも類）さつまいも 蒸し切干	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	1.3	Tr	0	0	(0)	0.19	0.08	1.6	2.4	0.41	(0)	13	1.35	-	9	-	0	別名： かんしょ（甘藷）、乾燥いも、干しいも
02048	224	＜いも類＞（さつまいも類）むらさきいも 塊根 皮なし 生	1	0	0	2	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	1.3	0	Tr	0	(0)	0.12	0.02	1.3	1.5	0.18	(0)	22	0.54	6.1	29	-	0.1	別名： かんしょ（甘藷） 廃棄部位： 表層及び両端
02049	225	＜いも類＞（さつまいも類）むらさきいも 塊根 皮なし 蒸し	Tr	0	0	2	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	1.9	0	Tr	0	(0)	0.13	0.03	1.5	1.8	0.16	(0)	24	0.61	6.0	24	-	0.1	別名： かんしょ（甘藷） 廃棄部位： 表皮及び両端
02010	226	＜いも類＞（さといも類）さといも 球茎 生	Tr	1	0	8	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.6	0	0	0	(0)	0.07	0.02	1.0	1.5	0.15	(0)	30	0.48	3.1	6	-	0	廃棄部位： 表層
02011	227	＜いも類＞（さといも類）さといも 球茎 水煮	0	Tr	0	7	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.5	0	0	0	(0)	0.06	0.02	0.8	1.4	0.14	(0)	28	0.42	2.8	5	-	0	
02012	228	＜いも類＞（さといも類）さといも 球茎 冷凍	-	-	-	-	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.7	0	0	0	(0)	0.07	0.01	0.7	1.5	0.14	(0)	22	0.32	-	5	-	0	
02050	229	＜いも類＞（さといも類）セレベス 球茎 生	1	0	Tr	24	(0)	0	14	2	15	1	(0)	0.6	0	0	0	(0)	0.10	0.03	1.7	2.4	0.21	(0)	28	0.48	3.0	6	-	0	別名： あかめいも 廃棄部位： 表層
02051	230	＜いも類＞（さといも類）セレベス 球茎 水煮	Tr	0	0	20	(0)	0	12	3	13	1	(0)	0.6	0	0	0	(0)	0.08	0.02	1.5	2.1	0.16	(0)	23	0.38	2.7	4	-	0	別名： あかめいも
02052	231	＜いも類＞（さといも類）たけのこいも 球茎 生	Tr	Tr	0	10	(0)	0	12	3	13	1	(0)	0.8	0	0	0	(0)	0.05	0.03	0.7	1.2	0.21	(0)	41	0.31	3.3	6	-	0	別名： 京いも 廃棄部位： 表層
02053	232	＜いも類＞（さといも類）たけのこいも 球茎 水煮	Tr	Tr	0	10	(0)	0	11	3	12	1	(0)	0.7	0	0	0	(0)	0.05	0.02	0.6	1.0	0.14	(0)	39	0.23	2.8	4	-	0	別名： 京いも
02013	233	＜いも類＞（さといも類）みずいも 球茎 生	9	1	0	1	(0)	-	-	-	9	1	(0)	0.6	0	0	0	(0)	0.16	0.02	0.6	0.8	0.21	(0)	27	0.20	2.4	7	-	0	別名： 田芋 廃棄部位： 表層及び両端

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																												
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)	mg	(……g……)													(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
02014	234	＜いも類＞（さといも類）みずいも 球茎 水煮	0	428	101	72.0	0.5	0.7	0.2	(0)	0.4	24.1 *	22.0	23.5	2.5	-	26.1	0.4	0.8	5	270	79	23	35	1.0	0.2	0.05	0.47
02015	235	＜いも類＞（さといも類）やつがしら 球茎 生	20	398	94	74.5	2.5	3.0	0.3	(0)	0.7	20.2 *	18.4	18.6	2.8	-	20.5	-	1.3	1	630	39	42	72	0.7	1.4	0.23	1.30
02016	236	＜いも類＞（さといも類）やつがしら 球茎 水煮	0	392	92	75.6	2.3	2.7	0.3	(0)	0.6	19.9 *	18.2	17.9	2.8	-	20.0	-	1.1	1	520	34	39	56	0.6	1.3	0.21	1.25
02063	237	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮つき 生	1	213	51	81.1	1.4	1.8	Tr	(0)	0.1	15.5	14.2	6.2 *	9.8	0	15.9	0.5	1.0	1	420	4	19	46	1.0	0.2	0.09	0.42
02064	238	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮つき 電子レンジ調理	0	331	78	77.6	1.6	2.1	Tr	(0)	0.2	17.1 *	15.6	15.5	3.9	0	19.2	0.5	0.9	Tr	430	4	23	58	0.9	0.3	0.12	0.45
02065	239	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮つき フライドポテト（生を揚げたもの）	0	641	153	65.2	2.1	2.7	5.3	0.7	5.6	23.6 *	21.6	21.4	4.3	0	25.4	0.7	1.1	1	580	6	29	78	1.6	0.4	0.14	0.55
02017	240	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮なし 生	10	245	59	79.8	1.3	1.8	Tr	(0)	0.1	17.0	15.5	8.5 *	8.9	0	17.3	0.5	1.0	1	410	4	19	47	0.4	0.2	0.09	0.37
02019	241	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮なし 水煮	0	301	71	80.6	1.4	1.7	Tr	(0)	0.1	16.0 *	14.6	13.9	3.1	0	16.9	0.4	0.7	1	340	4	16	32	0.6	0.2	0.10	0.10
02018	242	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮なし 蒸し	5	322	76	78.8	1.5	1.9	(0.1)	(0)	0.3	16.6 *	15.1	14.7	3.5	0	18.1	0.5	0.9	1	420	5	24	38	0.6	0.3	0.08	0.12
02066	243	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮なし 電子レンジ調理	6	329	78	78.0	1.5	1.9	Tr	(0)	0.1	17.4 *	15.9	15.5	3.5	0	19.0	0.5	1.0	1	430	4	20	47	0.4	0.3	0.10	0.40
02067	244	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮なし フライドポテト（生を揚げたもの）	0	668	159	64.2	2.1	2.7	5.5	0.7	5.9	25.1 *	23.0	22.6	3.9	0	26.2	0.6	1.0	1	570	5	29	78	0.5	0.4	0.14	0.48
02020	245	＜いも類＞ じゃがいも 塊茎 皮なし フライドポテト（市販冷凍食品を揚げたもの）	0	958	229	52.9	(2.3)	2.9	(10.3)	Tr	10.6	-	-	30.2 *	3.1	-	32.4	-	1.2	2	660	4	35	48	0.8	0.4	0.15	0.19
02021	246	＜いも類＞ じゃがいも 乾燥マッシュポテト	0	1470	347	7.5	5.3	6.6	0.5	(0)	0.6	73.5	67.1	76.1 *	6.6	0	82.8	1.5	2.5	75	1200	24	71	150	3.1	0.9	0.35	0.51
02054	247	＜いも類＞ ヤーコン 塊根 生	15	221	52	86.3	-	0.6	-	0	0.3	0.5	0.5	11.3 *	1.1	-	12.4	-	0.4	0	240	11	8	31	0.2	0.1	0.07	0.07
02055	248	＜いも類＞ ヤーコン 塊根 水煮	0	177	42	88.8	-	0.6	-	0	0.3	-	-	8.7 *	1.2	-	9.9	-	0.4	0	190	11	7	26	0.2	0.1	0.06	0.07
02022	249	＜いも類＞（やまのいも類）ながいも いちょういも 塊根 生	15	458	108	71.1	3.1	4.5	0.3	(0)	0.5	23.6 *	21.5	22.2	1.4	-	22.6	0.7	1.3	5	590	12	19	65	0.6	0.4	0.20	0.05
02023	250	＜いも類＞（やまのいも類）ながいも ながいも 塊根 生	10	264	62	82.6	1.5	2.2	0.1	(0)	0.3	14.1 *	12.9	13.8	1.0	-	13.9	-	1.0	3	430	17	17	27	0.4	0.3	0.10	0.03
02024	251	＜いも類＞（やまのいも類）ながいも ながいも 塊根 水煮	0	247	58	84.2	1.4	2.0	(0.1)	(0)	0.3	12.9 *	11.8	11.9	1.4	-	12.6	-	0.9	3	430	15	16	26	0.4	0.3	0.09	0.03
02025	252	＜いも類＞（やまのいも類）ながいも やまといも 塊根 生	10	504	119	66.7	2.9	4.5	0.1	(0)	0.2	26.9 *	24.5	26.3	2.5	-	27.1	-	1.5	12	590	16	28	72	0.5	0.6	0.16	0.27
02026	253	＜いも類＞（やまのいも類）じねんじょ 塊根 生	20	498	118	68.8	1.8	2.8	0.3	(0)	0.7	25.7	23.4	25.7 *	2.0	-	26.7	0.4	1.0	6	550	10	21	31	0.8	0.7	0.21	0.12
02027	254	＜いも類＞（やまのいも類）だいじょ 塊根 生	15	434	102	71.2	1.8	2.6	Tr	(0)	0.1	23.7 *	21.6	23.1	2.2	-	25.0	0.5	1.1	20	490	14	18	57	0.7	0.3	0.24	0.03
02070	255	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類）おおうばゆりでん粉	0	1397	328	16.2	-	0.1	-	-	0.1	88.3 *	80.2	82.8	0.8	-	83.6	0	Tr	1	1	5	1	6	0.1	Tr	0.01	0.02
02028	256	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類）キャッサバでん粉	0	1510	354	14.2	-	0.1	-	(0)	0.2	(93.8) *	(85.3)	85.3	(0)	-	85.3	-	0.2	1	48	28	5	6	0.3	Tr	0.03	0.09
02029	257	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類）くずでん粉	0	1517	356	13.9	-	0.2	-	(0)	0.2	(94.2) *	(85.6)	85.6	(0)	-	85.6	-	0.1	2	2	18	3	12	2.0	Tr	0.02	0.02

食品番号	索引番号	無機質				ビタミン																								備考
		可食部 100 g 当たり																												
						ビタミンA						ビタミンE																		
							カロテン																							
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
02014	234	6	1	0	1	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	0.6	0	0	0	(0)	0.16	0.02	0.6	0.8	0.17	(0)	27	0.14	2.1	4	-	0	別名： 田芋
02015	235	1	0	1	1	(0)	-	-	-	7	1	(0)	1.0	0	0	0	(0)	0.13	0.06	0.7	1.6	0.22	(0)	39	0.50	3.1	7	-	0	廃棄部位： 表層
02016	236	Tr	0	0	1	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	1.1	0	0	0	(0)	0.11	0.04	0.5	1.3	0.17	(0)	30	0.49	2.6	5	-	0	
02063	237	1	0	1	3	(0)	0	2	0	2	0	(0)	Tr	0	0	0	1	0.08	0.03	1.6	1.9	0.20	(0)	20	0.49	0.5	28	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 廃棄部位： 損傷部及び芽 食物繊維：AOAC2011.25法
02064	238	1	Tr	1	3	(0)	1	6	Tr	7	1	(0)	0.1	0	0	0	1	0.07	0.02	1.7	2.1	0.19	(0)	15	0.33	0.6	13	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 損傷部及び芽を除いたもの 食物繊維：AOAC2011.25法
02065	239	2	0	2	4	(0)	1	15	1	16	1	(0)	1.1	0	2.2	0.1	11	0.09	0.03	2.3	2.7	0.22	(0)	26	0.45	0.8	16	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 損傷部及び芽を除いたもの 植物油（なたね油） 増加した脂質量： 第1章表13参照 食物繊維：AOAC2011.25法
02017	240	1	0	4	3	(0)	Tr	2	0	3	0	(0)	Tr	0	0	0	1	0.09	0.03	1.5	1.8	0.20	(0)	20	0.50	0.4	28	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 廃棄部位： 表層 食物繊維：AOAC2011.25法
02019	241	0	0	2	3	(0)	Tr	2	Tr	3	0	(0)	0.1	Tr	Tr	Tr	(0)	0.07	0.03	1.0	1.3	0.18	(0)	18	0.41	0.3	18	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 表層を除いたもの 食物繊維：AOAC2011.25法
02018	242	Tr	Tr	1	4	(0)	1	4	1	5	Tr	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.08	0.03	1.0	1.3	0.22	(0)	21	0.50	0.4	11	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 廃棄部位： 表皮 食物繊維：AOAC2011.25法
02066	243	1	0	Tr	3	(0)	0	2	0	2	0	(0)	Tr	0	0	0	1	0.09	0.03	1.4	1.7	0.20	(0)	17	0.47	0.4	23	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 廃棄部位： 表皮 食物繊維：AOAC2011.25法
02067	244	1	0	Tr	4	(0)	1	13	1	14	1	(0)	1.2	0	2.3	0.1	11	0.10	0.02	2.2	2.6	0.24	(0)	24	0.50	0.7	16	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 表層を除いたもの 植物油（なたね油） 増加した脂質量： 第1章表13参照 食物繊維：AOAC2011.25法
02020	245	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	1.5	0.1	5.9	1.1	18	0.12	0.06	1.5	(2.1)	0.35	(0)	35	0.71	-	40	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯）
02021	246	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.2	Tr	Tr	Tr	(0)	0.25	0.05	2.0	3.4	1.01	(0)	100	0.47	-	5	-	0.2	別名： ばれいしょ（馬鈴薯） 酸化防止用としてビタミンC添加品あり
02054	247	-	-	-	-	(0)	0	22	0	22	2	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.04	0.01	1.0	1.1	0.08	(0)	25	0.02	-	3	-	0	廃棄部位： 表層及び両端
02055	248	-	-	-	-	(0)	Tr	27	1	27	2	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.03	0.01	0.7	0.8	0.06	(0)	28	0.01	-	2	-	0	
02022	249	1	1	0	3	(0)	-	-	-	5	Tr	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.15	0.05	0.4	1.5	0.11	(0)	13	0.85	2.6	7	-	0	別名： やまいも、手いも 廃棄部位： 表層
02023	250	1	1	Tr	2	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.10	0.02	0.4	0.9	0.09	(0)	8	0.61	2.2	6	-	0	別名： やまいも 廃棄部位： 表層、ひげ根及び切り口
02024	251	1	0	0	1	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	Tr	0	0	(0)	0.08	0.02	0.3	0.8	0.08	(0)	6	0.50	1.6	4	-	0	別名： やまいも
02025	252	1	1	0	4	(0)	Tr	6	-	6	1	(0)	0.2	0.1	Tr	Tr	(0)	0.13	0.02	0.5	1.5	0.14	(0)	6	0.54	4.0	5	-	0	別名： やまいも 伊勢いも、丹波いもを含む 廃棄部位： 表層及びひげ根
02026	253	Tr	Tr	0	1	(0)	-	-	-	5	Tr	(0)	4.1	0	0	0	(0)	0.11	0.04	0.6	1.3	0.18	(0)	29	0.67	2.4	15	-	0	別名： やまいも 廃棄部位： 表層及びひげ根
02027	254	Tr	1	Tr	4	(0)	0	3	0	3	Tr	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.10	0.02	0.4	1.0	0.28	(0)	24	0.45	3.0	17	-	0.1	別名： やまいも、だいしょ 廃棄部位： 表層
02070	255	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0	-	Tr	0.01	0	0	-	0	試料： １番粉 食物繊維： 分析時に加熱処理有り、 AOAC2011.25法
02028	256	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	-	0	別名： タピオカ
02029	257	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： くず粉

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 差引き法による利用可能炭水化物	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
02030	258	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類） 米でん粉	0	1601	375	9.7	-	0.2	-	(0)	0.7	(98.2) *	(89.3)	89.3	(0)	-	89.3	-	0.1	11	2	29	8	20	1.5	0.1	0.06	-
02031	259	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類） 小麦でん粉	0	1536	360	13.1	-	0.2	-	(0)	0.5	(94.6) *	(86.0)	86.0	(0)	-	86.0	-	0.2	3	8	14	5	33	0.6	0.1	0.02	0.06
02032	260	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類） サゴでん粉	0	1524	357	13.4	-	0.1	-	(0)	0.2	(94.7) *	(86.1)	86.1	(0)	-	86.1	-	0.2	7	1	7	3	9	1.8	Tr	Tr	0.37
02033	261	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類） さつまいもでん粉	0	1452	340	17.5	-	0.1	-	(0)	0.2	(90.2) *	(82.0)	82.0	(0)	-	82.0	-	0.2	1	4	50	4	8	2.8	0.1	0.02	-
02034	262	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類） じゃがいもでん粉	0	1442	338	18.0	-	0.1	-	(0)	0.1	(89.8) *	(81.6)	81.6	(0)	-	81.6	-	0.2	2	34	10	6	40	0.6	Tr	0.03	-
02035	263	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉類） とうもろこしでん粉	0	1548	363	12.8	-	0.1	(0.7)	(0)	0.7	(94.9) *	(86.3)	86.3	(0)	-	86.3	-	0.1	1	5	3	4	13	0.3	0.1	0.04	-
02036	264	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） くずきり 乾	0	1452	341	11.8	-	0.2	-	(0)	0.2	89.6 *	81.5	86.8	0.9	-	87.7	-	0.1	4	3	19	4	18	1.4	0.1	0.03	0.05
02037	265	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） くずきり ゆで	0	564	133	66.5	-	0.1	-	(0)	0.1	32.4	29.4	32.5 *	0.8	-	33.3	-	Tr	2	Tr	5	1	5	0.4	Tr	0.01	0.01
02056	266	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） ごま豆腐	0	315	75	84.8	(1.5)	1.5	(3.5)	0	4.3	(7.8)	(7.2)	8.9 *	1.0	-	9.1	-	0.2	Tr	32	6	27	69	0.6	0.4	0.12	0.10
02038	267	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） タピオカパール 乾	0	1494	352	11.9	-	0	-	(0)	0.2	-	-	87.4 *	0.5	-	87.8	-	0.1	5	12	24	3	8	0.5	0.1	0.01	0.13
02057	268	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） タピオカパール ゆで	0	260	61	84.6	-	0	-	(0)	Tr	-	-	15.1 *	0.2	-	15.4	-	Tr	Tr	1	4	0	1	0.1	0	0	0.01
02058	269	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） でん粉めん 生	0	548	129	67.4	-	0.1	-	(0)	0.2	-	-	31.4 *	0.8	-	32.2	-	0.2	8	3	1	0	31	0.1	0	0	0
02059	270	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） でん粉めん 乾	0	1473	347	12.6	-	0.2	-	(0)	0.3	-	-	84.9 *	1.8	-	86.7	-	0.2	32	38	6	5	48	0.2	Tr	0	0.02
02060	271	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） でん粉めん 乾 ゆで	0	350	83	79.2	-	0	-	(0)	0.2	-	-	20.0 *	0.6	-	20.6	-	Tr	5	7	1	1	11	0.1	0	0	0
02039	272	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） はるさめ 緑豆はるさめ 乾	0	1466	344	11.8	-	0.2	-	(0)	0.4	88.5 *	80.4	83.4	4.1	-	87.5	-	0.1	14	13	20	3	10	0.5	0.1	0.01	0.02
02061	273	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） はるさめ 緑豆はるさめ ゆで	0	331	78	79.3	-	Tr	-	(0)	0.1	19.8 *	18.0	19.1	1.5	-	20.6	-	Tr	0	0	3	Tr	3	0.1	Tr	0	0
02040	274	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） はるさめ 普通はるさめ 乾	0	1468	346	12.9	-	0	-	(0)	0.2	86.1	78.2	85.4 *	1.2	-	86.6	-	0.3	7	14	41	5	46	0.4	Tr	0.01	0.05
02062	275	＜でん粉・でん粉製品＞（でん粉製品） はるさめ 普通はるさめ ゆで	0	323	76	80.0	-	0	-	(0)	Tr	19.7 *	17.9	19.1	0.8	-	19.9	-	0.1	1	2	10	1	10	0.1	0	0	0.01
03001	276	（砂糖類） 黒砂糖	0	1504	352	4.4	0.7	1.7	-	(0)	Tr	93.2 *	88.9	91.3	(0)	-	90.3	-	3.6	27	1100	240	31	31	4.7	0.5	0.24	0.93
03030	277	（砂糖類） てんさい含蜜糖	0	1517	357	2.0	-	0.9	-	-	Tr	89.7 *	85.4	88.7	8.3	0	96.9	-	0.1	48	27	Tr	0	1	0.1	Tr	Tr	Tr
03002	278	（砂糖類） 和三盆糖	0	1675	393	0.3	-	0.2	-	(0)	Tr	(104.5) *	(99.6)	99.0	(0)	-	99.0	-	0.5	1	140	27	17	13	0.7	0.2	0.07	0.30
03003	279	（砂糖類） 車糖 上白糖	0	1667	391	0.7	-	(0)	-	(0)	(0)	104.2 *	99.3	99.3	(0)	-	99.3	-	0	1	2	1	Tr	Tr	Tr	0	0.01	0
03004	280	（砂糖類） 車糖 三温糖	0	1662	390	0.9	-	Tr	-	(0)	(0)	103.9 *	99.0	99.0	(0)	-	99.0	-	0.1	7	13	6	2	Tr	0.1	Tr	0.07	0.01
03005	281	（砂糖類） ざらめ糖 グラニュー糖	0	1678	393	Tr	-	(0)	-	(0)	(0)	104.9 *	99.9	100	(0)	0	100	-	0	Tr	Tr	Tr	0	(0)	Tr	Tr	0	0
03006	282	（砂糖類） ざらめ糖 白ざら糖	0	1678	393	Tr	-	(0)	-	(0)	(0)	104.9 *	99.9	100	(0)	-	100	-	0	Tr	Tr	0	0	(0)	Tr	0	0	-
03007	283	（砂糖類） ざらめ糖 中ざら糖	0	1676	393	Tr	-	(0)	-	(0)	(0)	104.8 *	99.8	100	(0)	-	100	-	Tr	2	1	Tr	Tr	Tr	0.1	Tr	0.02	-
03008	284	（砂糖類） 加工糖 角砂糖	0	1679	394	Tr	-	(0)	-	(0)	(0)	104.9 *	99.9	100	(0)	-	100	-	0	Tr	Tr	Tr	0	(0)	0.1	0	0.01	-
03009	285	（砂糖類） 加工糖 氷砂糖	0	1679	394	Tr	-	(0)	-	(0)	(0)	104.9 *	99.9	100	(0)	-	100	-	0	Tr	Tr	Tr	Tr	(0)	0.1	Tr	0	-
03010	286	（砂糖類） 加工糖 コーヒーシュガー	0	1680	394	0.1	-	0.1	-	(0)	(0)	104.9 *	99.9	99.8	(0)	-	99.8	-	Tr	2	Tr	1	Tr	Tr	0.2	1.2	0.01	-
03011	287	（砂糖類） 加工糖 粉糖	0	1675	393	0.3	-	(0)	-	(0)	(0)	(104.7) *	(99.7)	99.7	(0)	-	99.7	-	0	1	1	Tr	Tr	0	0.2	0	0	-
03012	288	（砂糖類） 液糖 しょ糖型液糖	0	1141	267	32.1	-	(0)	-	(0)	(0)	71.3 *	67.9	67.9	(0)	-	67.9	-	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0	0.01	-
03013	289	（砂糖類） 液糖 転化型液糖	0	1256	294	23.4	-	(0)	-	(0)	(0)	78.5 *	76.6	76.6	(0)	-	76.6	-	Tr	4	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	-
03014	290	（砂糖類） 氷糖みつ	0	1163	274	31.5	-	0.2	-	(0)	(0)	-	-	68.2 *	(0)	-	68.2	-	0.1	10	Tr	Tr	Tr	Tr	0.7	0.1	0	-

食品番号	可食部100g当たり 無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
02030	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	-	0	
02031	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	-	0	
02032	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
02033	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	-	0	別名： かんしょ（甘藷）でん粉
02034	0	0	6	0	0	(0)	(0)	(0)	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	-	0	別名： ばれいしょ（馬鈴薯）でん粉、かたくり粉 (100 g：154 mL、100 mL：65 g)
02035	1	Tr	1	2	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	0	-	0	別名： コーンスターチ (100 g：200 mL、100 mL：50 g)
02036	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
02037	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
02056	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2.5	Tr	0	0.10	0.01	0.4	(0.9)	0.03	0	6	0.03	-	0	-	0	
02038	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	Tr	
02057	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
02058	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	Tr	
02059	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0.1	
02060	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	Tr	
02039	2	1	5	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	Tr	主原料： 緑豆でん粉
02061	0	0	1	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
02040	0	0	4	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	Tr	主原材料： じゃがいもでん粉、さつまいもでん粉
02062	0	0	1	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03001	15	4	13	9	(0)	0	13	0	13	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.05	0.07	0.8	0.9	0.72	(0)	10	1.39	34.0	(0)	-	0.1	別名： 黒糖
03030	0	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0.2	0.3	0.01	-	1	0	Tr	-	-	0.1	食物繊維：AOAC2011.25法
03002	0	0	2	Tr	(0)	0	Tr	0	Tr	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.03	Tr	Tr	0.08	(0)	2	0.37	0.9	(0)	-	0	
03003	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	(0)	-	0	別名： ソフトシュガー (100 g：154 mL、100 mL：65 g)
03004	0	0	Tr	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.01	Tr	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.3	(0)	-	Tr	別名： ソフトシュガー (100 g：159 mL、100 mL：63 g)
03005	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	(0)	-	0	別名： ハードシュガー (100 g：111 mL、100 mL：90 g)
03006	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： 上ざら糖 (100 g：100 mL、100 mL：100 g)
03007	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： 黄ざら糖
03008	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03009	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： 氷糖
03010	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03011	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： 粉砂糖 か（粗）粒糖を含む (100 g：257 mL、100 mL：39 g)
03012	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	しょ糖： 67.8 g
03013	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	しょ糖： 38.6 g
03014	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.02	0.1	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	しょ糖： 63.3 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
03031	291（でん粉糖類） 還元麦芽糖		0	873	208	0	-	0	-	-	Tr	(0) *	(0)	0.7	0.3	98.9	100	0	0	0	Tr	Tr	0	0	Tr	0	Tr	0
03032	292（でん粉糖類） 還元水あめ		0	913	218	30.1	-	0	-	-	Tr	20.3 *	18.5	16.6	14.0	39.3	69.9	0	0	0	Tr	Tr	0	1	0	0	Tr	0
03015	293（でん粉糖類） 粉あめ		0	1694	397	3.0	-	(0)	-	(0)	(0)	105.9 *	97.0	97.0	(0)	-	97.0	-	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0
03024	294（でん粉糖類） 水あめ 酵素糖化		0	1461	342	15.0	-	(0)	-	(0)	(0)	91.3 *	85.0	85.0	(0)	-	85.0	-	Tr	Tr	0	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0.01
03025	295（でん粉糖類） 水あめ 酸糖化		0	1456	341	15.0	-	(0)	-	(0)	(0)	91.0 *	85.0	85.0	(0)	-	85.0	-	Tr	Tr	0	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0.01
03017	296（でん粉糖類） ぶどう糖 全糖		0	1460	342	9.0	-	(0)	-	(0)	(0)	(91.3) *	(91.0)	91.0	(0)	-	91.0	-	0	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0
03018	297（でん粉糖類） ぶどう糖 含水結晶		0	1461	342	8.7	-	(0)	-	(0)	(0)	(91.3) *	(91.3)	91.3	(0)	-	91.3	-	0	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.1	Tr	0.01	0
03019	298（でん粉糖類） ぶどう糖 無水結晶		0	1595	374	0.3	-	(0)	-	(0)	(0)	(99.7) *	(99.7)	99.7	(0)	-	99.7	-	0	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.1	0	Tr	0
03020	299（でん粉糖類） 果糖		0	1598	375	0.1	-	(0)	-	(0)	(0)	(99.9) *	(99.9)	99.9	(0)	-	99.9	-	0	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0	Tr	0
03026	300（でん粉糖類） 異性化液糖 ぶどう糖果糖液糖		0	1208	283	25.0	-	0	-	(0)	0	75.5 *	75.0	75.0	(0)	-	75.0	-	Tr	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0
03027	301（でん粉糖類） 異性化液糖 果糖ぶどう糖液糖		0	1208	283	25.0	-	0	-	(0)	0	75.5 *	75.0	75.0	(0)	-	75.0	-	Tr	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0
03028	302（でん粉糖類） 異性化液糖 高果糖液糖		0	1205	282	25.0	-	0	-	(0)	0	75.3 *	75.0	75.0	(0)	-	75.0	-	Tr	Tr	Tr	Tr	0	1	0.1	0	Tr	0
03029	303（その他） 黒蜜		0	851	199	46.5	-	1.0	-	0	0	(52.2) *	(49.7)	50.5	0	-	50.5	-	2.0	15	620	140	17	17	2.6	0.3	0.14	-
03022	304（その他） はちみつ		0	1397	329	17.6	(0.2)	0.3	-	(0)	Tr	81.7	75.2	81.7 *	(0)	-	81.9	0.3	0.1	2	65	4	2	5	0.2	0.1	0.04	0.21
03023	305（その他） メープルシロップ		0	1129	266	33.0	-	0.1	-	(0)	0	-	-	66.3 *	(0)	-	66.3	-	0.6	1	230	75	18	1	0.4	1.5	0.01	2.01
04001	306 あずき 全粒 乾		0	1279	304	14.2	17.8	20.8	0.8	0	2.0	46.5 *	42.3	37.7	24.8	-	59.6	1.2	3.4	1	1300	70	130	350	5.5	2.4	0.68	1.09
04002	307 あずき 全粒 ゆで		0	512	122	63.9	7.4	8.6	(0.3)	(0)	0.8	18.2 *	16.5	14.9	12.1	-	25.6	0.3	1.0	1	430	27	43	95	1.6	0.9	0.30	0.44
04003	308 あずき ゆで小豆缶詰		0	860	202	45.3	3.6	4.4	0.2	(0)	0.4	47.7 *	44.9	46.8	3.4	-	49.2	-	0.7	90	160	13	36	80	1.3	0.4	0.12	0.28
04004	309 あずき あん こし生あん		0	624	147	62.0	8.5	9.8	(0.3)	(0)	0.6	26.0 *	23.6	22.0	6.8	-	27.1	-	0.5	3	60	73	30	85	2.8	1.1	0.23	0.74
04005	310 あずき あん さらしあん（乾燥あん）		0	1413	335	7.8	20.2	23.5	(0.4)	(0)	1.0	52.4 *	47.7	43.8	26.8	-	66.8	-	1.0	11	170	58	83	210	7.2	2.3	0.40	1.33
04101	311 あずき あん こし練りあん（並あん）		0	1085	255	(35.0)	(4.9)	(5.6)	(0.1)	(0)	(0.3)	(60.4) *	(56.8)	(55.8)	(3.9)	-	(58.8)	-	(0.3)	(2)	(35)	(42)	(17)	(49)	(1.6)	(0.6)	(0.14)	(0.42)
04102	312 あずき あん こし練りあん（中割りあん）		0	1115	262	(33.2)	(4.4)	(5.1)	(0.1)	(0)	(0.3)	(63.0) *	(59.3)	(58.5)	(3.5)	-	(61.1)	-	(0.3)	(2)	(32)	(38)	(16)	(44)	(1.5)	(0.6)	(0.12)	(0.38)
04103	313 あずき あん こし練りあん（もなかあん）		0	1241	292	(25.7)	(4.4)	(5.1)	(0.1)	(0)	(0.3)	(70.9) *	(66.9)	(66.0)	(3.5)	-	(68.6)	-	(0.3)	(2)	(32)	(38)	(16)	(44)	(1.5)	(0.6)	(0.12)	(0.38)
04006	314 あずき あん つぶし練りあん		0	1014	239	39.3	4.9	5.6	0.3	0	0.6	54.7 *	51.6	49.4	5.7	-	54.0	-	0.5	56	160	19	23	73	1.5	0.7	0.20	0.40
04007	315 いんげんまめ 全粒 乾		0	1180	280	15.3	17.7	22.1	1.5	(0)	2.5	41.8 *	38.1	42.3	19.6	-	56.4	-	3.7	Tr	1400	140	150	370	5.9	2.5	0.77	1.93
04008	316 いんげんまめ 全粒 ゆで		0	535	127	63.6	(7.3)	9.3	(0.7)	(0)	1.2	17.3 *	15.8	13.5	13.6	-	24.5	-	1.4	Tr	410	62	46	140	2.0	1.0	0.32	0.84
04009	317 いんげんまめ うずら豆		0	908	214	41.4	6.1	6.7	0.6	(0)	1.3	45.9 *	43.2	45.0	5.9	-	49.6	-	1.0	110	230	41	25	100	2.3	0.6	0.14	-
04010	318 いんげんまめ こし生あん		0	568	135	62.3	(7.4)	9.4	(0.5)	(0)	0.9	-	-	20.9 *	8.5	-	27.0	-	0.4	9	55	60	45	75	2.7	0.8	0.09	0.73
04011	319 いんげんまめ 豆きんとん		0	1010	238	37.8	(3.8)	4.9	(0.3)	(0)	0.5	-	-	52.7 *	4.8	-	56.2	-	0.6	100	120	28	23	83	1.0	0.5	0.09	0.50
04012	320 えんどう 全粒 青えんどう 乾		0	1307	310	13.4	17.8	21.7	1.5	(0)	2.3	42.7	38.9	47.8 *	17.4	-	60.4	-	2.2	1	870	65	120	360	5.0	4.1	0.49	-
04013	321 えんどう 全粒 青えんどう ゆで		0	545	129	63.8	(7.4)	9.2	(0.6)	(0)	1.0	18.8	17.2	19.7 *	7.7	-	25.2	-	0.8	1	260	28	40	65	2.2	1.4	0.21	-
04074	322 えんどう 全粒 赤えんどう 乾		0	1307	310	13.4	(17.8)	21.7	1.5	(0)	2.3	(42.7)	(38.9)	47.8 *	17.4	-	60.4	-	2.2	1	870	65	120	360	5.0	4.1	0.49	-
04075	323 えんどう 全粒 赤えんどう ゆで		0	545	129	63.8	(7.4)	9.2	0.6	(0)	1.0	(18.8)	(17.2)	19.7 *	7.7	-	25.2	-	0.8	1	260	28	40	65	2.2	1.4	0.21	-
04014	324 えんどう グリンピース(揚げ豆)		0	1570	375	5.6	(16.6)	20.8	9.8	(0)	11.6	-	-	45.2 *	19.6	-	58.8	-	3.2	350	850	88	110	450	5.4	3.5	0.62	0.90

食品番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)	mg	μg	mg	(……g……)		
	成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
03031	291（でん粉糖類） 還元麦芽糖	0	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0	-	Tr	Tr	0	-	-	0	別名： マルチトール 食物繊維：AOAC2011.25法
03032	292（でん粉糖類） 還元水あめ	0	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0	-	0	0	0	-	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
03015	293（でん粉糖類） 粉あめ	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03024	294（でん粉糖類） 水あめ 酵素糖化	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	(100 g：71 mL、100 mL：140 g)
03025	295（でん粉糖類） 水あめ 酸糖化	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	(100 g：71 mL、100 mL：140 g)
03017	296（でん粉糖類） ぶどう糖 全糖	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03018	297（でん粉糖類） ぶどう糖 含水結晶	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03019	298（でん粉糖類） ぶどう糖 無水結晶	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03020	299（でん粉糖類） 果糖	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	
03026	300（でん粉糖類） 異性化液糖 ぶどう糖果糖液糖	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	-	0	果糖含有率 50 %未満のもの
03027	301（でん粉糖類） 異性化液糖 果糖ぶどう糖液糖	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	-	0	果糖含有率 50 %以上 90 %未満のもの
03028	302（でん粉糖類） 異性化液糖 高果糖液糖	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	-	0	果糖含有率 90 %以上のもの
03029	303（その他） 黒蜜	8	2	7	5	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0.03	0.04	0.5	0.6	0.41	0	6	0.78	19.0	0	-	Tr	(100 g：73 mL、100 mL：138 g)
03022	304（その他） はちみつ	Tr	0	1	0	(0)	0	1	0	1	0	(0)	0	0	0	0	0	Tr	0.01	0.3	(0.4)	0.02	0	7	0.12	0.4	0	-	0	(100 g：71 mL、100 mL：140 g)
03023	305（その他） メープルシロップ	4	0	5	2	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	Tr	0.02	Tr	Tr	Tr	(0)	1	0.13	0.1	(0)	-	0	別名： かえで糖 (100 g：76 mL、100 mL：132 g)
04001	306 あずき 全粒 乾	0	1	2	210	(0)	2	8	1	9	1	(0)	0.1	0.2	3.0	11.0	8	0.46	0.16	2.2	6.2	0.40	(0)	130	1.02	9.6	2	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
04002	307 あずき 全粒 ゆで	0	Tr	1	90	(0)	Tr	4	Tr	4	Tr	(0)	0.1	0.1	1.3	4.2	3	0.15	0.04	0.5	2.2	0.11	(0)	23	0.43	3.3	Tr	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
04003	308 あずき ゆで小豆缶詰	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0	0	0.8	2.0	4	0.02	0.04	0.3	1.1	0.05	(0)	13	0.14	-	Tr	-	0.2	液汁を含む (100 g：81mL、100 mL：124 g)
04004	309 あずき あん こし生あん	Tr	1	1	59	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0	0	1.4	3.8	7	0.02	0.05	0.1	1.8	0	(0)	2	0.07	2.5	Tr	-	0	
04005	310 あずき あん さらしあん（乾燥あん）	2	1	13	150	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0	3.4	3.9	5	0.01	0.03	0.8	5.1	0.03	(0)	2	0.10	7.2	Tr	-	Tr	
04101	311 あずき あん こし練りあん（並あん）	0	0	(1)	(34)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	(0.8)	(2.2)	(4)	(0.01)	(0.03)	(0.1)	(1.1)	0	(0)	(1)	(0.04)	(1.4)	0	-	0	加糖あん 配合割合： こし生あん100、上白糖70、水あめ7
04102	312 あずき あん こし練りあん（中割りあん）	0	0	(1)	(31)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	(0.7)	(2.0)	(4)	(0.01)	(0.03)	(0.1)	(1.0)	0	(0)	(1)	(0.04)	(1.3)	0	-	0	加糖あん 配合割合： こし生あん100、上白糖85、水あめ7
04103	313 あずき あん こし練りあん（もなかあん）	0	0	(1)	(31)	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	(0.7)	(2.0)	(4)	(0.01)	(0.03)	(0.1)	(1.0)	0	(0)	(1)	(0.04)	(1.3)	0	-	0	加糖あん 配合割合： こし生あん100、上白糖100、水あめ7
04006	314 あずき あん つぶし練りあん	0	Tr	1	49	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	Tr	0.9	1.9	6	0.02	0.03	0.1	1.1	0.03	0	8	0.18	1.7	Tr	-	0.1	別名：小倉あん 加糖あん
04007	315 いんげんまめ 全粒 乾	0	1	3	110	(0)	Tr	6	0	6	Tr	(0)	0.1	0	2.0	0.1	8	0.64	0.16	2.0	6.1	0.37	(0)	87	0.65	9.5	Tr	-	0	金時類、白金時類、手亡類、鶉類、大福、虎豆を含む (100 g：130mL、100 mL：77 g)
04008	316 いんげんまめ 全粒 ゆで	0	Tr	Tr	27	(0)	0	3	0	3	0	(0)	0	0	1.3	0.1	3	0.22	0.07	0.6	(2.3)	0.08	(0)	32	0.15	3.7	Tr	-	0	金時類、白金時類、手亡類、鶉類、大福、虎豆を含む
04009	317 いんげんまめ うずら豆	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0.6	0	3	0.03	0.01	0.3	1.7	0.04	(0)	23	0.14	-	Tr	-	0.3	試料（原材料）： 金時類 煮豆
04010	318 いんげんまめ こし生あん	0	5	Tr	6	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	1.5	0.1	3	0.01	0.02	0	(1.7)	0	(0)	14	0.07	2.8	Tr	-	0	
04011	319 いんげんまめ 豆きんとん	-	-	-	-	(0)	Tr	Tr	-	Tr	(0)	(0)	0	Tr	1.3	0.1	1	0.01	0.01	0.1	(1.0)	0.03	(0)	15	0.07	-	Tr	-	0.3	
04012	320 えんどう 全粒 青えんどう 乾	1	11	2	280	(0)	0	89	6	92	8	(0)	0.1	0	6.7	0.2	16	0.72	0.15	2.5	5.8	0.29	(0)	24	1.74	16.0	Tr	-	0	(100 g：136mL、100 mL：74g)
04013	321 えんどう 全粒 青えんどう ゆで	0	5	1	63	(0)	0	43	2	44	4	(0)	0	0	2.3	0.1	7	0.27	0.06	0.8	(2.2)	Tr	(0)	5	0.39	5.7	Tr	-	0	
04074	322 えんどう 全粒 赤えんどう 乾	1	11	2	280	(0)	0	16	4	18	1	(0)	0.1	0	6.7	0.2	16	0.72	0.15	2.5	(5.8)	0.29	(0)	24	1.74	16.0	Tr	-	0	(100 g：136mL、100 mL：74g)
04075	323 えんどう 全粒 赤えんどう ゆで	0	5	1	63	(0)	0	6	1	7	1	(0)	0	0	2.3	0.1	7	0.27	0.06	0.8	(2.2)	Tr	(0)	5	0.39	5.7	Tr	-	0	
04014	324 えんどう グリンピース(揚げ豆)	-	-	-	-	(0)	-	-	-	26	2	(0)	1.1	0.5	5.2	0.4	24	0.52	0.16	1.9	(5.1)	0.17	0	8	0.44	-	Tr	-	0.9	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
04015	325	えんどう 塩豆	0	1355	321	6.3	(18.6)	23.3	1.7	(0)	2.4	-	-	49.0 *	17.9	-	61.5	-	6.5	610	970	1300	120	360	5.6	3.6	0.57	1.03
04016	326	えんどう うぐいす豆	0	965	228	39.7	(4.5)	5.6	0.3	(0)	0.7	-	-	49.1 *	5.3	-	52.9	-	1.1	150	100	18	26	130	2.5	0.8	0.15	-
04017	327	ささげ 全粒 乾	0	1182	280	15.5	19.6	23.9	1.3	(0)	2.0	40.7 *	37.1	41.5	18.4	-	55.0	-	3.6	1	1400	75	170	400	5.6	4.9	0.71	-
04018	328	ささげ 全粒 ゆで	0	547	130	63.9	(8.2)	10.2	(0.6)	(0)	0.9	18.7 *	17.0	15.4	10.7	-	23.8	-	1.2	Tr	400	32	55	150	2.6	1.5	0.23	-
04019	329	そらまめ 全粒 乾	0	1368	323	13.3	20.5	26.0	1.3	(0)	2.0	37.6	34.3	52.8 *	9.3	-	55.9	-	2.8	1	1100	100	120	440	5.7	4.6	1.20	-
04020	330	そらまめ フライビーンズ	0	1820	436	4.0	(19.0)	24.7	(19.6)	-	20.8	-	-	38.4 *	14.9	-	46.4	-	4.1	690	710	90	87	440	7.5	2.6	0.77	-
04021	331	そらまめ おたふく豆	0	1002	237	37.2	(6.1)	7.9	0.6	(0)	1.2	-	-	48.7 *	5.9	-	52.2	-	1.5	160	110	54	27	140	5.3	0.8	0.32	-
04022	332	そらまめ ふき豆	0	1065	251	34.5	(7.4)	9.6	1.1	(0)	1.6	-	-	50.7 *	4.5	-	52.5	-	1.8	320	110	39	20	150	2.7	0.9	0.38	-
04076	333	そらまめ しょうゆ豆	0	731	173	50.2	-	9.8	(0.5)	(0)	0.9	-	-	27.4 *	10.1	-	37.1	-	2.0	460	280	39	38	130	1.9	1.1	0.33	0.43
04104	334	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 青大豆 国産 乾	0	1473	354	12.5	31.4	33.5	16.9	Tr	19.3	8.5 *	8.1	12.9	20.1	-	30.1	1.6	4.6	3	1700	160	200	600	6.5	3.9	0.96	2.11
04105	335	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 青大豆 国産 ゆで	0	605	145	65.5	13.8	15.0	7.5	-	8.2	1.6 *	1.5	3.5	8.0	-	9.9	0.3	1.4	1	440	69	66	230	1.8	1.5	0.39	0.93
04023	336	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 国産 乾	0	1548	372	12.4	32.9	33.8	18.6	0.2	19.7	7.0 *	6.7	8.3	21.5	-	29.5	1.7	4.7	1	1900	180	220	490	6.8	3.1	1.07	2.27
04024	337	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 国産 ゆで	0	679	163	65.4	14.1	14.8	(9.2)	(Tr)	9.8	1.6 *	1.5	0.8	8.5	-	8.4	0.4	1.6	1	530	79	100	190	2.2	1.9	0.23	1.01
04025	338	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 米国産 乾	0	1674	402	11.7	31.0	33.0	(19.9)	Tr	21.7	7.0	6.6	16.7 *	15.9	-	28.8	-	4.8	1	1800	230	230	480	8.6	4.5	0.97	-
04026	339	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 中国産 乾	0	1630	391	12.5	31.2	32.8	(17.9)	Tr	19.5	7.7	7.3	18.4 *	15.6	-	30.8	-	4.4	1	1800	170	220	460	8.9	3.9	1.01	-
04027	340	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 ブラジル産 乾	0	1725	414	8.3	(30.9)	33.6	20.2	(Tr)	22.6	5.2	5.0	18.6 *	17.3	-	30.7	-	4.8	2	1800	250	250	580	9.0	3.5	1.11	2.54
04077	341	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黒大豆 国産 乾	0	1452	349	12.7	31.5	33.9	16.5	Tr	18.8	7.7 *	7.3	11.3	20.6	-	28.9	1.6	4.6	1	1800	140	200	620	6.8	3.7	0.96	2.24
04106	342	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黒大豆 国産 ゆで	0	642	155	65.1	13.8	14.7	8.5	-	8.6	1.7 *	1.6	2.6	7.9	-	9.8	0.3	1.4	Tr	480	55	64	220	2.6	1.4	0.33	0.98
04080	343	だいず ［全粒・全粒製品］ いり大豆 青大豆	0	1774	425	2.7	35.6	37.7	19.1	(Tr)	20.7	9.5	9.0	17.5 *	18.4	-	33.9	1.8	5.0	4	2000	160	250	650	6.7	4.2	1.29	2.90
04078	344	だいず ［全粒・全粒製品］ いり大豆 黄大豆	0	1788	429	2.5	35.0	37.5	20.2	(Tr)	21.6	7.5	7.2	15.9 *	19.4	-	33.3	1.8	5.1	5	2000	160	240	710	7.6	4.2	1.31	3.24
04079	345	だいず ［全粒・全粒製品］ いり大豆 黒大豆	0	1796	431	2.4	33.6	36.4	20.3	(Tr)	22.0	8.8	8.3	17.9 *	19.2	-	34.3	1.6	5.0	4	2100	120	220	640	7.2	3.7	1.06	2.37
04028	346	だいず ［全粒・全粒製品］ 水煮缶詰 黄大豆	0	514	124	71.7	12.5	12.9	(6.3)	(Tr)	6.7	0.9 *	0.8	1.7	6.8	-	7.7	-	1.0	210	250	100	55	170	1.8	1.1	0.28	0.84
04081	347	だいず ［全粒・全粒製品］ 蒸し大豆 黄大豆	0	772	186	57.4	(15.7)	16.6	(9.2)	0	9.8	-	-	4.7 *	10.6	-	13.8	-	2.4	230	810	75	110	290	2.8	1.8	0.51	1.33
04082	348	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 青大豆 全粒大豆	0	1769	424	5.9	34.9	37.0	20.9	(Tr)	22.8	8.7	8.2	14.7 *	16.9	-	29.3	1.8	5.0	1	2000	160	240	690	7.9	4.5	1.32	2.76
04096	349	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 青大豆 脱皮大豆	0	1736	418	5.2	34.6	36.6	23.0	0.9	24.6	6.8 *	6.5	9.2	20.8	-	28.3	1.9	5.3	1	2100	190	220	700	6.7	4.1	1.19	2.63
04029	350	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 黄大豆 全粒大豆	0	1877	451	4.0	34.3	36.7	24.7	(Tr)	25.7	7.1	6.8	13.9 *	18.1	-	28.5	-	5.1	1	2000	190	260	660	8.0	4.1	1.12	2.75
04030	351	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 黄大豆 脱皮大豆	0	1901	456	2.6	34.6	37.5	23.7	(Tr)	25.1	6.8	6.5	18.4 *	15.3	-	29.5	-	5.4	2	2000	180	250	680	6.2	4.0	1.23	2.32
04109	352	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉(砂糖入り) 青きな粉	0	1654	392	(3.3)	(17.5)	(18.5)	(10.4)	0	(11.4)	(56.4) *	(53.8)	(57.9)	(8.4)	-	(64.3)	-	(2.5)	(1)	(980)	(80)	(120)	(340)	(3.9)	(2.3)	(0.67)	(1.38)
04110	353	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉(砂糖入り) きな粉	0	1711	406	(2.3)	(17.2)	(18.3)	(12.3)	0	(12.9)	(55.7) *	(51.4)	(56.6)	(9.0)	-	(63.9)	-	(2.6)	(1)	(1000)	(97)	(130)	(330)	(4.0)	(2.0)	(0.57)	(1.38)
04083	354	だいず ［全粒・全粒製品］ 大豆はいが	0	1689	404	3.9	-	37.8	-	(0)	14.7	-	-	20.7 *	18.8	-	39.5	-	4.1	0	1400	100	200	720	12.0	6.0	1.13	2.86
04031	355	だいず ［全粒・全粒製品］ ぶどう豆	0	1113	265	36.0	13.5	14.1	(8.9)	(Tr)	9.4	31.5 *	30.0	31.8	6.3	-	37.0	-	3.5	620	330	80	60	200	4.2	1.1	0.39	-
04032	356	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 木綿豆腐	0	304	73	85.9	6.7	7.0	4.5	0	4.9	0.8 *	0.8	0.9	1.1	-	1.5	0.2	0.7	9	110	93	57	88	1.5	0.6	0.16	0.41
04097	357	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 木綿豆腐 （凝固剤：塩化マグネシウム）	0	304	73	85.9	6.7	7.0	4.5	0	4.9	0.8 *	0.8	0.9	1.1	-	1.5	0.2	0.7	21	110	40	76	88	1.5	0.6	0.16	0.41

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
04015	325	えんどう 塩豆	-	-	-	-	(0)	0	68	2	69	6	(0)	0.1	0	3.7	0.1	16	0.20	0.10	2.2	(5.7)	0.15	(0)	17	1.25	-	Tr	-	1.5	炭酸カルシウム使用
04016	326	えんどう うぐいす豆	-	-	-	-	(0)	-	-	-	6	Tr	(0)	0	0	2.2	0.1	8	0.02	0.01	0.3	(1.2)	0.04	(0)	4	0.24	-	Tr	-	0.4	煮豆
04017	327	ささげ 全粒 乾	0	6	6	380	(0)	0	18	1	19	2	(0)	Tr	0	6.2	9.7	14	0.50	0.10	2.5	7.2	0.24	(0)	300	1.30	11.0	Tr	-	0	
04018	328	ささげ 全粒 ゆで	0	2	2	150	(0)	0	8	0	8	1	(0)	0	0	2.3	4.7	6	0.20	0.05	0.6	(2.6)	0.06	(0)	48	0.27	4.8	Tr	-	0	
04019	329	そらまめ 全粒 乾	0	3	1	260	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.7	0	5.0	0.1	13	0.50	0.20	2.5	6.2	0.41	(0)	260	0.48	13.0	Tr	-	0	
04020	330	そらまめ フライビーンズ	-	-	-	-	(0)	-	-	-	18	2	(0)	3.3	0	8.4	0.3	38	0.10	0.05	1.0	(4.5)	0.36	(0)	120	0.26	-	Tr	-	1.8	別名： いかり豆 種皮付き
04021	331	そらまめ おたふく豆	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	0.2	0	1.1	0	6	0.01	0.01	0.2	(1.3)	0.06	(0)	30	0.14	-	Tr	-	0.4	煮豆
04022	332	そらまめ ふき豆	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	0.3	0	1.4	0	3	0.02	0.01	0.2	(1.6)	0.07	(0)	36	0.20	-	Tr	-	0.8	煮豆
04076	333	そらまめ しょうゆ豆	-	-	-	-	(0)	(0)	4	(0)	4	Tr	(0)	0.4	0	1.6	0	9	0.06	0.09	0.7	2.3	0.08	(0)	45	0.11	-	0	-	1.2	煮豆 調味液を除いたもの (100 g：155mL、100 mL：64g)
04104	334	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 青大豆 国産 乾	Tr	9	1	450	0	1	8	1	9	1	0	2.3	0.8	12.0	7.0	36	0.74	0.24	2.4	11.0	0.55	0	260	0.83	24.0	2	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法 (100 g：155mL、100 mL：64g)
04105	335	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 青大豆 国産 ゆで	0	3	0	85	-	1	4	1	5	Tr	-	1.5	0.4	7.1	3.6	18	0.13	0.05	0.4	4.0	0.12	-	36	0.08	9.9	0	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
04023	336	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 国産 乾	0	5	3	350	(0)	0	7	1	7	1	(0)	2.3	0.9	13.0	8.6	18	0.71	0.26	2.0	10.0	0.51	(0)	260	1.36	28.0	3	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法 (100 g：155mL、100 mL：64g)
04024	337	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 国産 ゆで	0	2	Tr	77	(0)	0	3	0	3	0	(0)	1.6	0.8	4.2	3.2	7	0.17	0.08	0.4	4.0	0.10	(0)	41	0.26	9.8	Tr	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
04025	338	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 米国産 乾	2	28	1	300	(0)	0	7	0	7	1	(0)	1.7	0.4	15.0	5.6	34	0.88	0.30	2.1	10.0	0.46	(0)	220	1.49	34.0	Tr	-	0	(100 g：155mL、100 mL：64g)
04026	339	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 中国産 乾	0	2	1	41	(0)	0	9	0	9	1	(0)	2.1	0.7	19.0	8.1	34	0.84	0.30	2.2	10.0	0.59	(0)	260	1.64	33.0	Tr	-	0	(100 g：155mL、100 mL：64g)
04027	340	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黄大豆 ブラジル産 乾	0	1	1	660	(0)	0	15	0	15	1	(0)	4.8	0.7	20.0	6.4	36	0.77	0.29	2.2	(11.0)	0.45	(0)	220	1.68	33.0	Tr	-	0	(100 g：155mL、100 mL：64g)
04077	341	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黒大豆 国産 乾	0	3	2	570	0	1	24	3	26	2	0	3.1	1.7	14.0	10.0	36	0.73	0.23	2.5	11.0	0.50	0	350	0.98	26.0	3	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法 ポリフェノール1.1 g (100 g：155mL、100 mL：64g)
04106	342	だいず ［全粒・全粒製品］ 全粒 黒大豆 国産 ゆで	0	1	0	170	-	Tr	11	1	11	1	-	1.8	0.8	7.2	4.8	15	0.14	0.05	0.4	4.0	0.12	-	43	0.17	9.3	Tr	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法 ポリフェノール0.4 g
04080	343	だいず ［全粒・全粒製品］ いり大豆 青大豆	1	5	2	800	(0)	1	9	2	10	1	(0)	1.3	0.5	17.0	11.0	38	0.15	0.27	2.2	11.0	0.45	(0)	250	0.57	25.0	1	-	Tr	
04078	344	だいず ［全粒・全粒製品］ いり大豆 黄大豆	1	5	5	290	(0)	1	5	2	7	1	(0)	2.2	1.1	14.0	9.8	38	0.14	0.26	2.7	12.0	0.39	(0)	260	0.71	27.0	1	-	Tr	
04079	345	だいず ［全粒・全粒製品］ いり大豆 黒大豆	1	3	12	240	(0)	2	12	3	14	1	(0)	3.1	1.3	16.0	11.0	32	0.12	0.27	2.5	11.0	0.41	(0)	280	0.68	27.0	1	-	0	
04028	346	だいず ［全粒・全粒製品］ 水煮缶詰 黄大豆	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.5	0.3	6.2	5.6	5	0.01	0.02	0.1	3.3	0.01	(0)	11	0	-	Tr	-	0.5	液汁を除いたもの
04081	347	だいず ［全粒・全粒製品］ 蒸し大豆 黄大豆	-	-	-	-	0	0	2	1	3	0	0	0.8	0.3	8.0	5.3	11	0.15	0.10	0.9	(4.9)	0.18	0	96	0.34	-	0	-	0.6	試料： レトルト製品
04082	348	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 青大豆 全粒大豆	1	3	5	450	(0)	4	50	3	53	4	(0)	2.4	0.7	15.0	9.0	57	0.29	0.29	2.2	11.0	0.51	(0)	250	0.91	29.0	1	-	0	(100 g：292mL、100 mL：34g)
04096	349	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 青大豆 脱皮大豆	Tr	7	3	380	(0)	9	66	1	71	6	(0)	7.5	1.4	19.0	6.1	81	0.48	0.27	2.1	11.0	0.56	(0)	210	0.93	31.0	0	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法 (100 g：292mL、100 mL：34g)
04029	350	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 黄大豆 全粒大豆	Tr	5	12	380	(0)	0	3	1	4	Tr	(0)	1.7	1.2	11.0	8.6	27	0.07	0.24	2.2	11.0	0.52	(0)	220	1.01	31.0	1	-	0	(100 g：292mL、100 mL：34g)
04030	351	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉 黄大豆 脱皮大豆	Tr	5	7	370	(0)	0	6	1	6	1	(0)	1.9	0.8	15.0	8.6	42	0.07	0.22	2.1	11.0	0.30	(0)	250	0.74	33.0	0	-	0	別名：青大豆きな粉、うぐいす色きな粉あるいはうぐいすきな粉 (100 g：292mL、100 mL：34g)
04109	352	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉(砂糖入り) 青きな粉	0	(2)	(2)	(230)	0	(2)	(25)	(1)	(27)	(2)	0	(1.2)	(0.3)	(7.7)	(4.5)	(28)	(0.14)	(0.14)	(1.1)	(4.2)	(0.26)	0	(130)	(0.46)	(15.0)	(Tr)	-	0	
04110	353	だいず ［全粒・全粒製品］ きな粉(砂糖入り) きな粉	0	(2)	(6)	(190)	0	0	(2)	(Tr)	(2)	0	0	(0.9)	(0.6)	(5.7)	(4.3)	(13)	(0.04)	(0.12)	(1.1)	(4.2)	(0.26)	0	(110)	(0.51)	(16.0)	0	-	0	
04083	354	だいず ［全粒・全粒製品］ 大豆はいが	-	-	-	-	(0)	(0)	19	(0)	19	2	(0)	19.0	1.3	10.0	1.6	190	0.03	0.73	3.4	9.7	0.56	(0)	460	0.59	-	0	-	0	
04031	355	だいず ［全粒・全粒製品］ ぶどう豆	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	2.4	1.4	6.3	4.2	10	0.09	0.05	0.4	3.8	0.07	(0)	48	0.28	-	Tr	-	1.6	煮豆
04032	356	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 木綿豆腐	6	4	4	44	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.2	Tr	2.9	1.3	6	0.09	0.04	0.2	1.9	0.05	(0)	12	0.02	4.1	0	-	Tr	凝固剤の種類は問わないもの 食物繊維：AOAC2011.25法
04097	357	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 木綿豆腐 （凝固剤：塩化マグネシウム）	6	4	4	44	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.2	Tr	2.9	1.3	6	0.09	0.04	0.2	1.9	0.05	(0)	12	0.02	4.1	0	-	0.1	食物繊維：AOAC2011.25法

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸の一価不飽和	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)						mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
04098	358	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 木綿豆腐 （凝固剤：硫酸カルシウム）	0	304	73	85.9	6.7	7.0	4.5	0	4.9	0.8 *	0.8	0.9	1.1	-	1.5	0.2	0.7	3	110	150	34	88	1.5	0.6	0.16	0.41
04033	359	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 絹ごし豆腐	0	235	56	88.5	5.3	5.3	(3.2)	(0)	3.5	1.0 *	0.9	1.1	0.9	-	2.0	0.2	0.7	11	150	75	50	68	1.2	0.5	0.16	0.34
04099	360	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 絹ごし豆腐 （凝固剤：塩化マグネシウム）	0	235	56	88.5	5.3	5.3	3.2	(0)	3.5	1.0 *	0.9	1.1	0.9	-	2.0	0.2	0.7	19	150	30	63	68	1.2	0.5	0.16	0.34
04100	361	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 絹ごし豆腐 （凝固剤：硫酸カルシウム）	0	235	56	88.5	5.3	5.3	3.2	(0)	3.5	1.0 *	0.9	1.1	0.9	-	2.0	0.2	0.7	7	150	120	33	68	1.2	0.5	0.16	0.34
04034	362	だいず ［豆腐・油揚げ類］ ソフト豆腐	0	234	56	88.9	5.0	5.1	(3.0)	(0)	3.3	0.4	0.3	1.9 *	0.4	-	2.0	-	0.7	7	150	91	32	82	0.7	0.5	0.16	0.33
04035	363	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 充てん豆腐	0	234	56	88.6	5.1	5.0	(2.8)	(0)	3.1	0.8	0.8	2.4 *	0.3	-	2.5	-	0.8	10	200	31	68	83	0.8	0.6	0.18	0.43
04036	364	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 沖縄豆腐	0	413	99	81.8	(8.8)	9.1	(6.6)	(0)	7.2	(1.0) *	(1.0)	1.1	0.5	-	0.7	-	1.2	170	180	120	66	130	1.7	1.0	0.19	0.93
04037	365	だいず ［豆腐・油揚げ類］ ゆし豆腐	0	198	47	90.0	(4.1)	4.3	(2.6)	(0)	2.8	(0.6)	(0.5)	1.8 *	0.3	-	1.7	-	1.2	240	210	36	43	71	0.7	0.5	0.14	0.30
04038	366	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 焼き豆腐	0	341	82	84.8	7.8	7.8	(5.2)	(0)	5.7	0.7 *	0.6	1.0	0.5	-	1.0	-	0.7	4	90	150	37	110	1.6	0.8	0.16	0.60
04039	367	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 生揚げ	0	594	143	75.9	10.3	10.7	(10.7)	Tr	11.3	1.2 *	1.1	1.2	0.7	-	0.9	-	1.2	3	120	240	55	150	2.6	1.1	0.22	0.85
04040	368	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油揚げ	0	1564	377	39.9	23.0	23.4	31.2	(Tr)	34.4	0.5 *	0.5	2.8	1.3	-	0.4	-	1.9	4	86	310	150	350	3.2	2.5	0.22	1.55
04084	369	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油抜き 油揚げ	0	1105	266	56.9	17.9	18.2	21.3	(Tr)	23.4	0.3 *	0.3	1.6	0.9	-	Tr	-	1.4	2	51	230	110	280	2.5	2.1	0.16	1.22
04086	370	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油抜き ゆで	0	680	164	72.6	12.3	12.4	12.5	(Tr)	13.8	0.1 *	0.1	1.1	0.6	-	0.3	-	0.9	Tr	12	140	59	180	1.6	1.4	0.07	0.73
04085	371	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油抜き 焼き	0	1499	361	40.2	24.6	24.9	28.8	(Tr)	32.2	0.4 *	0.4	3.2	1.2	-	0.7	-	2.0	4	74	320	150	380	3.4	2.7	0.22	1.65
04095	372	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 甘煮	0	967	231	54.9	10.4	11.2	11.8	0	13.0	17.7	17.2	20.5 *	0.5	-	19.1	0.1	1.7	460	61	120	51	150	1.5	1.1	0.08	0.16
04041	373	だいず ［豆腐・油揚げ類］ がんもどき	0	925	223	63.5	15.2	15.3	(16.8)	Tr	17.8	2.2 *	2.0	1.3	1.4	-	1.6	-	1.8	190	80	270	98	200	3.6	1.6	0.22	1.30
04042	374	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 凍り豆腐 乾	0	2064	496	7.2	49.7	50.5	32.3	(0)	34.1	0.2 *	0.2	4.3	2.5	-	4.2	-	4.0	440	34	630	140	820	7.5	5.2	0.57	4.32
04087	375	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 凍り豆腐 水煮	0	435	104	79.6	10.8	10.7	6.7	(0)	7.3	0.1 *	0.1	1.1	0.5	-	1.1	-	1.3	260	3	150	29	180	1.7	1.2	0.09	1.02
04043	376	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 豆腐よう	0	770	183	60.6	(9.0)	9.5	7.5	(0)	8.3	-	-	19.6 *	0.8	-	19.1	-	2.5	760	38	160	52	190	1.7	1.7	0.22	1.70
04044	377	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 豆腐竹輪 蒸し	0	508	121	71.6	(13.6)	14.9	3.7	12.0	4.4	-	-	7.9 *	0.8	-	6.7	-	2.4	740	140	70	65	150	2.0	1.0	0.13	0.58
04045	378	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 豆腐竹輪 焼き	0	560	133	68.8	(14.4)	16.1	4.1	13.0	4.9	-	-	9.3 *	0.7	-	7.5	-	2.7	900	150	100	73	170	2.3	1.0	0.14	0.61
04088	379	だいず ［豆腐・油揚げ類］ ろくじょう豆腐	0	1384	332	26.5	(33.5)	34.7	(19.6)	(0)	21.5	-	-	3.7 *	3.2	-	3.8	-	13.5	4300	430	660	110	590	6.1	4.6	0.73	3.83
04046	380	だいず ［納豆類］ 糸引き納豆	0	790	190	59.5	14.5	16.5	(9.7)	Tr	10.0	0.3	0.3	7.7 *	6.7	-	12.1	-	1.9	2	660	90	100	190	3.3	1.9	0.61	-
04047	381	だいず ［納豆類］ 挽きわり納豆	0	772	185	60.9	15.1	16.6	(9.7)	(0)	10.0	0.2	0.2	6.4 *	5.9	-	10.5	-	2.0	2	700	59	88	250	2.6	1.3	0.43	1.00
04048	382	だいず ［納豆類］ 五斗納豆	0	900	214	45.8	-	15.3	6.9	(0)	8.1	-	-	20.3 *	4.9	-	24.0	-	6.8	2300	430	49	61	190	2.2	1.1	0.31	0.75
04049	383	だいず ［納豆類］ 寺納豆	0	1043	248	24.4	-	18.6	6.1	(0)	8.1	-	-	25.9 *	7.6	-	31.5	-	17.4	5600	1000	110	140	330	5.9	3.8	0.80	1.70
04051	384	だいず ［その他］ おから 生	0	363	88	75.5	5.4	6.1	(3.4)	(0)	3.6	0.6	0.5	3.2 *	11.5	-	13.8	-	1.0	5	350	81	40	99	1.3	0.6	0.14	0.40
04089	385	だいず ［その他］ おから 乾燥	0	1377	333	7.1	(20.2)	23.1	(12.7)	(0)	13.6	(2.2)	(2.1)	12.6 *	43.6	-	52.3	-	3.8	19	1300	310	150	380	4.9	2.3	0.53	1.52
04052	386	だいず ［その他］ 豆乳 豆乳	0	183	44	90.8	3.4	3.6	(1.8)	(0)	2.0	1.0	0.9	3.3 *	0.2	-	3.1	-	0.5	2	190	15	25	49	1.2	0.3	0.12	0.23
04053	387	だいず ［その他］ 豆乳 調製豆乳	0	262	63	87.9	3.1	3.2	3.4	(0)	3.6	1.9	1.8	4.8 *	0.3	-	4.8	-	0.5	50	170	31	19	44	1.2	0.4	0.12	-
04054	388	だいず ［その他］ 豆乳 豆乳飲料・麦芽コーヒー	0	248	59	87.4	2.1	2.2	2.1	0	2.2	4.3	4.1	8.0 *	0.1	-	7.8	-	0.4	42	110	20	13	36	0.3	0.2	0.07	0.13
04055	389	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 粒状大豆たんぱく	0	1340	318	7.8	(44.1)	46.3	1.9	(0)	3.0	-	-	22.2 *	17.8	-	36.7	-	6.2	3	2400	270	290	730	7.7	4.5	1.41	2.61
04056	390	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 濃縮大豆たんぱく	0	1319	313	6.8	(55.4)	58.2	0.7	(0)	1.7	-	-	10.8 *	20.9	-	27.9	-	5.4	550	1300	280	220	750	9.2	3.1	0.99	2.00
04057	391	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 分離大豆たんぱく 塩分無調整タイプ	0	1422	335	5.9	77.1	79.1	1.6	(0)	3.0	1.1 *	1.0	6.7	4.2	-	7.5	-	4.5	1300	190	57	58	840	9.4	2.9	1.51	0.89
04090	392	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 分離大豆たんぱく 塩分調整タイプ	0	1422	335	5.9	(77.1)	79.1	1.6	(0)	3.0	(1.1) *	(1.0)	6.7	4.2	-	7.5	-	4.5	640	260	890	58	840	9.4	2.9	1.51	0.89
04058	393	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 繊維状大豆たんぱく	0	1544	365	5.8	(56.5)	59.3	3.6	(0)	5.0	-	-	23.8 *	5.6	-	25.2	-	4.7	1400	270	70	55	630	8.2	2.4	1.13	1.02

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																									備考
		可食部 100 g 当たり					ビタミンA						ビタミンE																			
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
04098	358	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 木綿豆腐 （凝固剤：硫酸カルシウム）	6	4	4	44	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.2	Tr	2.9	1.3	6	0.09	0.04	0.2	1.9	0.05	(0)	12	0.02	4.1	0	-	0	食物繊維：AOAC2011.25法
04033	359	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 絹ごし豆腐	1	1	1	69	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.1	Tr	2.3	1.0	9	0.11	0.04	0.2	1.6	0.06	(0)	12	0.09	3.5	0	-	Tr	凝固剤の種類は問わないもの 食物繊維：AOAC2011.25法
04099	360	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 絹ごし豆腐 （凝固剤：塩化マグネシウム）	1	1	1	69	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.1	Tr	2.3	1.0	9	0.11	0.04	0.2	1.6	0.06	(0)	12	0.09	3.5	0	-	Tr	食物繊維：AOAC2011.25法
04100	361	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 絹ごし豆腐 （凝固剤：硫酸カルシウム）	1	1	1	69	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.1	Tr	2.3	1.0	9	0.11	0.04	0.2	1.6	0.06	(0)	12	0.09	3.5	0	-	Tr	食物繊維：AOAC2011.25法
04034	362	だいず ［豆腐・油揚げ類］ ソフト豆腐	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0.1	2.2	1.0	10	0.07	0.03	0.1	1.4	0.07	(0)	10	0.10	-	Tr	-	0	
04035	363	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 充てん豆腐	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.3	0.1	2.4	0.8	11	0.15	0.05	0.3	1.6	0.09	(0)	23	0.12	-	Tr	-	0	
04036	364	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 沖縄豆腐	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.4	0.1	4.8	1.8	16	0.10	0.04	0.2	(2.5)	0.06	(0)	14	Tr	-	Tr	-	0.4	別名： 島豆腐
04037	365	だいず ［豆腐・油揚げ類］ ゆし豆腐	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.1	0.1	2.0	1.2	9	0.10	0.04	0.2	(1.3)	0.07	0	13	0.20	-	Tr	-	0.6	
04038	366	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 焼き豆腐	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.2	0.1	3.5	1.5	14	0.07	0.03	0.1	2.2	0.05	(0)	12	0.06	-	Tr	-	0	
04039	367	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 生揚げ	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.8	0.1	5.6	2.0	25	0.07	0.03	0.1	2.8	0.08	(0)	23	0.17	-	Tr	-	0	別名： 厚揚げ
04040	368	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油揚げ	1	8	5	97	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.3	0.2	12.0	5.6	67	0.06	0.04	0.2	6.2	0.07	(0)	18	0.07	7.1	0	-	0	
04084	369	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油抜き 油揚げ	Tr	6	4	68	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.9	0.2	9.6	4.5	48	0.04	0.02	0.1	4.8	0.04	(0)	12	0.04	4.8	0	-	0	
04086	370	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油抜き ゆで	0	4	3	22	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.5	0.1	5.0	2.4	26	0.01	0.01	0	3.2	0.01	(0)	3	0.02	3.3	0	-	0	
04085	371	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 油抜き 焼き	Tr	8	6	92	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.1	0.3	12.0	5.8	65	0.04	0.03	0.2	6.6	0.06	(0)	14	0.04	6.8	0	-	0	
04095	372	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 油揚げ 甘煮	Tr	3	3	25	0	0	2	0	2	0	(0)	0.6	0.1	5.4	2.2	22	0.01	0.02	0.1	2.6	0.02	0	3	0.03	3.7	0	-	1.2	
04041	373	だいず ［豆腐・油揚げ類］ がんもどき	32	4	8	60	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.5	0.2	8.1	2.5	43	0.03	0.04	0.2	4.0	0.08	(0)	21	0.20	7.6	Tr	-	0.5	
04042	374	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 凍り豆腐 乾	1	19	5	67	(0)	1	7	3	9	1	(0)	1.9	0.8	20.0	11.0	60	0.02	0.02	Tr	13.0	0.02	0.1	6	0.10	21.0	0	-	1.1	別名： 高野豆腐 試料： 炭酸水素ナトリウム処理製品
04087	375	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 凍り豆腐 水煮	Tr	5	1	3	(0)	0	1	1	2	0	(0)	0.3	0.2	4.0	2.2	13	0	0	0	2.7	0	(0)	0	0.02	3.1	0	-	0.7	別名： 高野豆腐 湯戻し後、煮たもの
04043	376	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 豆腐よう	1	4	3	45	(0)	-	-	-	2	Tr	(0)	0.6	0.2	7.0	3.1	18	0.02	0.07	0.5	(2.8)	0.05	Tr	7	0.40	4.2	Tr	-	1.9	
04044	377	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 豆腐竹輪 蒸し	63	14	4	43	3	-	-	-	(0)	3	(0)	0.4	0.1	2.8	0.5	12	0.12	0.08	0.5	(3.7)	0.04	0.6	11	0.17	4.2	Tr	-	1.9	原材料配合割合： 豆腐2、すり身1
04045	378	だいず ［豆腐・油揚げ類］ 豆腐竹輪 焼き	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.4	0.1	3.0	0.6	10	0.13	0.08	0.5	(3.8)	0.04	0.8	17	0.21	-	Tr	-	2.3	原材料配合割合： 豆腐2、すり身1
04088	379	だいず ［豆腐・油揚げ類］ ろくじょう豆腐	-	-	-	-	(0)	(0)	3	(0)	3	0	(0)	2.5	0.5	15.0	5.1	41	0.10	0.06	0.5	(9.1)	0.11	(0)	23	0.14	-	0	-	11.0	
04046	380	だいず ［納豆類］ 糸引き納豆	Tr	16	1	290	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.5	0.2	5.9	3.3	600	0.07	0.56	1.1	5.2	0.24	Tr	120	3.60	18.0	Tr	-	0	ビタミンK： メナキノン-7を含む
04047	381	だいず ［納豆類］ 挽きわり納豆	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.8	0.3	9.0	5.4	930	0.14	0.36	0.9	5.0	0.29	0	110	4.28	-	Tr	-	0	ビタミンK： メナキノン-7を含む
04048	382	だいず ［納豆類］ 五斗納豆	1	8	2	75	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.6	0.2	6.2	1.7	590	0.08	0.35	1.1	3.7	0.19	-	110	2.90	15.0	Tr	-	5.8	別名： こうじ納豆 ビタミンK： メナキノン-7を含む
04049	383	だいず ［納豆類］ 寺納豆	1	14	2	110	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.9	0.3	7.6	2.6	190	0.04	0.35	4.1	7.2	0.17	-	39	0.81	19.0	Tr	-	14.2	別名： 塩辛納豆、浜納豆 ビタミンK： メナキノン-7を含む
04051	384	だいず ［その他］ おから 生	1	1	1	45	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	0.1	2.8	0.4	8	0.11	0.03	0.2	1.6	0.06	(0)	14	0.31	4.1	Tr	-	0	
04089	385	だいず ［その他］ おから 乾燥	4	4	4	170	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	1.5	0.4	11.0	1.5	30	0.42	0.11	0.8	(5.9)	0.23	(0)	53	1.18	16.0	Tr	-	Tr	
04052	386	だいず ［その他］ 豆乳 豆乳	Tr	1	0	54	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.1	0	2.0	1.0	4	0.03	0.02	0.5	1.4	0.06	(0)	28	0.28	3.9	Tr	-	0	
04053	387	だいず ［その他］ 豆乳 調製豆乳	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	2.2	0.1	3.1	0.5	6	0.07	0.02	0.2	1.0	0.05	(0)	31	0.24	-	Tr	-	0.1	
04054	388	だいず ［その他］ 豆乳 豆乳飲料・麦芽コーヒー	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0.3	0	1.8	0.6	3	0.01	0.01	0.4	0.9	0.03	0	15	0.12	-	Tr	-	0.1	
04055	389	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 粒状大豆たんぱく	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0.5	0.3	1	0.67	0.30	2.2	(13.0)	0.64	(0)	370	1.89	-	Tr	-	0	
04056	390	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 濃縮大豆たんぱく	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0.1	0.1	0	0.37	0.11	0.6	(15.0)	0.16	(0)	210	0.40	-	Tr	-	1.4	
04057	391	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 分離大豆たんぱく 塩分無調整タイプ	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0.3	0.2	Tr	0.11	0.14	0.4	20.0	0.06	(0)	270	0.37	-	Tr	-	3.3	
04090	392	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 分離大豆たんぱく 塩分調整タイプ	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0.3	0.2	Tr	0.11	0.14	0.4	(20.0)	0.06	(0)	270	0.37	-	Tr	-	1.6	
04058	393	だいず ［その他］ 大豆たんぱく 繊維状大豆たんぱく	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.3	0.1	1.5	0.6	2	0.62	0.16	0.5	(15.0)	0.08	(0)	170	0.34	-	Tr	-	3.6	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
04059	394	だいず［その他］湯葉 生	0	912	218	59.1	21.4	21.8	12.3	(0)	13.7	1.1	1.0	5.1 *	0.8	-	4.1	-	1.3	4	290	90	80	250	3.6	2.2	0.70	-
04060	395	だいず［その他］湯葉 干し 乾	0	2024	485	6.9	49.7	50.4	30.0	(0)	32.1	2.7 *	2.6	7.0	3.0	-	7.2	-	3.3	12	840	210	220	600	8.3	4.9	3.27	3.43
04091	396	だいず［その他］湯葉 干し 湯戻し	0	631	151	72.8	15.3	15.7	9.6	(0)	10.6	0.4 *	0.4	0.3	1.2	-	0.1	-	0.9	2	140	66	60	170	2.6	1.6	0.57	1.09
04061	397	だいず［その他］金山寺みそ	0	1046	247	34.3	(5.8)	6.9	2.6	(0)	3.2	-	-	48.5 *	3.2	-	50.0	-	5.6	2000	190	33	54	130	1.7	0.7	0.16	0.96
04062	398	だいず［その他］ひしおみそ	0	836	198	46.3	(5.4)	6.5	2.2	(0)	2.7	-	-	37.5 *	2.8	-	38.8	-	5.7	1900	340	56	56	120	1.9	0.9	0.32	0.52
04063	399	だいず［その他］テンペ	0	748	180	57.8	(11.9)	15.8	7.8	(0)	9.0	-	-	10.2 *	10.2	-	15.4	-	2.0	2	730	70	95	250	2.4	1.7	0.52	0.80
04064	400	つるあずき 全粒 乾	0	1252	297	12.0	(17.8)	20.8	1.0	(0)	1.6	39.6	36.1	43.3 *	22.0	-	61.8	-	3.9	1	1400	280	230	320	11.0	3.1	0.73	2.92
04092	401	つるあずき 全粒 ゆで	0	540	129	60.5	(8.4)	9.7	(0.6)	(0)	1.0	-	-	15.8 *	13.4	-	27.5	-	1.3	0	370	130	77	120	3.3	1.2	0.30	0.57
04065	402	ひよこまめ 全粒 乾	0	1413	336	10.4	(16.7)	20.0	4.3	(0)	5.2	41.3	37.7	49.4 *	16.3	-	61.5	-	2.9	17	1200	100	140	270	2.6	3.2	0.84	-
04066	403	ひよこまめ 全粒 ゆで	0	624	149	59.6	(7.9)	9.5	2.1	(0)	2.5	20.0 *	18.2	17.8	11.6	-	27.4	-	1.0	5	350	45	51	120	1.2	1.8	0.29	1.10
04067	404	ひよこまめ 全粒 フライ 味付け	0	1533	366	4.6	(15.7)	18.8	8.1	(0)	10.4	-	-	47.0 *	21.0	-	62.6	-	3.6	700	690	73	110	370	4.2	2.7	0.78	2.20
04068	405	べにばないんげん 全粒 乾	0	1146	273	15.4	(13.8)	17.2	1.2	(0)	1.7	36.2	33.1	38.4 *	26.7	-	61.2	-	4.5	1	1700	78	190	430	5.4	3.4	0.74	1.50
04069	406	べにばないんげん 全粒 ゆで	0	435	103	69.7	(5.0)	6.2	0.4	(0)	0.6	13.3	12.1	16.1 *	7.6	-	22.3	-	1.2	1	440	28	50	140	1.6	0.8	0.17	0.58
04108	407	やぶまめ 乾	0	1614	383	13.1	-	23.4	-	-	10.1	-	-	49.5 *	-	-	49.5	-	3.9	5	1700	55	63	230	2.4	1.4	0.31	1.03
04070	408	らいまめ 全粒 乾	0	1287	306	11.7	(18.8)	21.9	1.3	(0)	1.8	37.2	33.8	44.8 *	19.6	-	60.8	-	3.8	Tr	1800	78	170	250	6.2	2.9	0.70	1.85
04093	409	らいまめ 全粒 ゆで	0	514	122	62.3	(8.3)	9.6	(0.7)	(0)	0.9	(16.4) *	(14.9)	16.7	10.9	-	26.0	-	1.1	0	490	27	52	95	2.3	1.1	0.25	0.73
04071	410	りょくとう 全粒 乾	0	1346	319	10.8	20.7	25.1	1.0	(0)	1.5	45.4	41.4	49.4 *	14.6	-	59.1	-	3.5	0	1300	100	150	320	5.9	4.0	0.91	-
04072	411	りょくとう 全粒 ゆで	0	528	125	66.0	(8.2)	10.2	(0.4)	(0)	0.6	17.7	16.1	19.5 *	5.2	-	22.5	-	0.7	1	320	32	39	75	2.2	0.8	0.21	0.31
04073	412	レンズまめ 全粒 乾	0	1319	313	12.0	(19.7)	23.2	1.0	(0)	1.5	45.2	41.1	47.9 *	16.7	-	60.7	-	2.7	Tr	1000	57	100	430	9.0	4.8	0.95	1.57
04094	413	レンズまめ 全粒 ゆで	0	629	149	57.9	(9.5)	11.2	(0.5)	(0)	0.8	(23.3) *	(21.2)	21.7	9.4	-	29.1	-	1.1	0	330	27	44	190	4.3	2.5	0.44	0.81
05001	414	アーモンド 乾	0	2516	609	4.7	18.7	19.6	51.9	-	51.8	5.5	5.2	11.5 *	10.1	-	20.9	-	3.0	1	760	250	290	460	3.6	3.6	1.17	2.45
05002	415	アーモンド フライ 味付け	0	2587	626	1.8	21.1	21.3	53.2	0	55.7	4.9	4.6	10.6 *	10.1	-	17.9	-	3.2	100	760	240	270	490	3.5	3.1	0.87	2.24
05040	416	アーモンド いり 無塩	0	2513	608	1.8	(19.0)	20.3	(54.2)	-	54.1	(5.9) *	(5.6)	10.9	11.0	-	20.7	-	3.1	Tr	740	260	310	480	3.7	3.7	1.19	2.46
05003	417	あさ 乾	0	1867	450	4.6	25.7	29.9	27.3	(0)	28.3	2.6	2.5	14.0 *	23.0	-	31.7	-	5.5	2	340	130	400	1100	13.0	6.1	1.32	9.97
05041	418	あまに いり	0	2230	540	0.8	20.3	21.8	41.1	1.6	43.3	1.2	1.2	10.2 *	23.8	-	30.4	-	3.7	70	760	210	410	710	9.0	6.1	1.26	2.97
05004	419	えごま 乾	0	2162	523	5.6	16.9	17.7	40.6	(0)	43.4	2.5	2.4	12.2 *	20.8	-	29.4	-	3.9	2	590	390	230	550	16.0	3.8	1.93	3.09
05005	420	カシューナッツ フライ 味付け	0	2452	591	3.2	19.3	19.8	47.9	(0)	47.6	(18.6) *	(17.2)	20.2	6.7	-	26.7	-	2.7	220	590	38	240	490	4.8	5.4	1.89	-
05006	421	かぼちゃ いり 味付け	35	2444	590	4.5	(25.3)	26.5	(48.7)	(0)	51.8	(2.1)	(2.0)	9.0 *	7.3	-	12.0	-	5.2	47	840	44	530	1100	6.5	7.7	1.26	4.39
05007	422	かや いり	0	2595	629	1.2	-	8.7	56.2	(0)	64.9	-	-	13.1 *	18.2	-	22.6	-	2.6	6	470	58	200	300	3.3	3.7	0.92	2.62
05008	423	ぎんなん 生	25	710	168	57.4	4.2	4.7	1.3	(0)	1.6	33.4	30.4	33.9 *	1.6	-	34.8	-	1.5	Tr	710	5	48	120	1.0	0.4	0.25	0.26
05009	424	ぎんなん ゆで	0	715	169	56.9	(4.0)	4.6	(1.2)	(0)	1.5	33.6	30.6	34.3 *	2.4	-	35.8	-	1.2	1	580	5	45	96	1.2	0.4	0.23	0.25
05010	425	（くり類） 日本ぐり 生	30	625	147	58.8	2.4	2.8	(0.4)	(0)	0.5	33.5 *	30.6	33.2	4.2	-	36.9	-	1.0	1	420	23	40	70	0.8	0.5	0.32	3.27
05011	426	（くり類） 日本ぐり ゆで	20	646	152	58.4	(2.9)	3.5	0.5	(0)	0.6	32.8 *	30.0	30.8	6.6	-	36.7	-	0.8	1	460	23	45	72	0.7	0.6	0.37	1.07
05012	427	（くり類） 日本ぐり 甘露煮	0	984	232	40.8	(1.5)	1.8	(0.3)	(0)	0.4	-	-	54.4 *	2.8	-	56.8	-	0.2	7	75	8	8	25	0.6	0.1	0.15	0.75
05013	428	（くり類） 中国ぐり 甘ぐり	20	875	207	44.4	(4.3)	4.9	(0.9)	(0)	0.9	(43.9) *	(40.2)	40.6	8.5	-	48.5	-	1.3	2	560	30	71	110	2.0	0.9	0.51	1.59
05014	429	くるみ いり	0	2940	713	3.1	13.4	14.6	70.5	(0)	68.8	2.8 *	2.6	3.7	7.5	-	11.7	-	1.8	4	540	85	150	280	2.6	2.6	1.21	3.44
05015	430	けし 乾	0	2291	555	3.0	(20.2)	19.3	47.6	(0)	49.1	3.3 *	3.2	5.8	16.5	-	21.8	-	6.8	4	700	1700	350	820	23.0	5.1	1.48	6.88
05016	431	ココナッツ ココナッツパウダー	0	2785	676	2.5	(5.6)	6.1	(64.3)	(0)	65.8	(6.4)	(2.7)	11.5 *	14.1	-	23.7	-	1.9	10	820	15	110	140	2.8	1.4	0.80	1.41
05017	432	ごま 乾	0	2494	604	4.7	19.3	19.8	53.0	(0)	53.8	1.0	0.9	7.0 *	10.8	-	16.5	-	5.2	2	400	1200	370	540	9.6	5.5	1.66	2.24

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
04059	394	だいず［その他］湯葉 生	1	3	1	100	(0)	-	-	-	10	1	(0)	0.9	0.1	4.0	0.3	22	0.17	0.09	0.3	5.4	0.13	(0)	25	0.34	14.0	Tr	-	0	
04060	395	だいず［その他］湯葉 干し 乾	3	7	4	270	(0)	1	7	2	8	1	(0)	2.4	0.6	12.0	5.2	55	0.35	0.12	1.4	13.0	0.32	(0)	38	0.55	37.0	0	-	Tr	
04091	396	だいず［その他］湯葉 干し 湯戻し	0	2	1	14	(0)	0	2	Tr	3	0	(0)	0.7	0.2	3.7	1.6	16	0.05	0.01	0.1	3.7	0.03	(0)	3	0.12	11.0	0	-	0	
04061	397	だいず［その他］金山寺みそ	1	1	1	34	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0.9	0.2	16	0.12	0.18	2.3	(3.2)	0.10	(0)	34	0.74	8.1	Tr	-	5.1	ビタミンK： メナキノン-7を含む
04062	398	だいず［その他］ひしおみそ	1	2	4	37	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.6	0	0.6	1.9	17	0.11	0.27	2.6	(3.4)	0.08	(0)	12	0.36	7.1	Tr	-	4.8	ビタミンK： メナキノン-7を含む
04063	399	だいず［その他］テンペ	1	3	1	76	(0)	-	-	-	1	Tr	(0)	0.8	0.2	8.5	4.0	11	0.07	0.09	2.4	(4.9)	0.23	0	49	1.08	20.0	Tr	-	0	丸大豆製品
04064	400	つるあずき 全粒 乾	0	3	4	220	(0)	1	20	3	22	2	(0)	0.1	0.1	5.4	8.1	50	0.50	0.13	2.0	(5.9)	0.28	(0)	210	0.75	9.7	3	-	0	別名： たけあずき
04092	401	つるあずき 全粒 ゆで	-	-	-	-	(0)	1	9	1	10	1	(0)	0.1	Tr	2.5	3.7	24	0.16	0.04	0.5	(2.3)	0.06	(0)	48	0.14	-	Tr	-	0	
04065	402	ひよこまめ 全粒 乾	1	11	1	150	(0)	0	17	3	19	2	(0)	2.5	0.1	7.7	0.6	9	0.37	0.15	1.5	(4.8)	0.64	(0)	350	1.77	21.0	Tr	-	0	別名： チックピー、ガルバンゾー
04066	403	ひよこまめ 全粒 ゆで	Tr	5	1	56	(0)	-	-	-	17	1	(0)	1.7	0	6.5	0.2	6	0.16	0.07	0.4	(1.9)	0.18	(0)	110	0.48	8.9	Tr	-	0	別名： チックピー、ガルバンゾー
04067	404	ひよこまめ 全粒 フライ 味付け	-	-	-	-	(0)	0	4	-	4	Tr	(0)	1.9	0.1	9.2	1.1	23	0.21	0.10	0.7	(3.8)	0.50	(0)	100	0.35	-	Tr	-	1.8	別名： チックピー、ガルバンゾー
04068	405	べにばないんげん 全粒 乾	0	1	2	41	(0)	-	-	-	4	Tr	(0)	0.1	0.1	3.2	0.2	8	0.67	0.15	2.5	(5.7)	0.51	0	140	0.81	8.4	Tr	-	0	別名： はなまめ
04069	406	べにばないんげん 全粒 ゆで	0	Tr	1	21	(0)	-	-	-	1	Tr	(0)	Tr	Tr	1.9	0.1	3	0.14	0.05	0.4	(1.6)	0.11	Tr	23	0.18	3.0	Tr	-	0	別名： はなまめ
04108	407	やぶまめ 乾	0	1	0	460	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.9	-	-	-	-	-	-	-	Tr	
04070	408	らいまめ 全粒 乾	Tr	17	3	380	(0)	0	5	3	6	Tr	(0)	0.1	0	4.8	0.2	6	0.47	0.16	1.9	(5.7)	0.40	(0)	120	1.05	9.2	0	-	0	別名： ライマビーン、バタービーン
04093	409	らいまめ 全粒 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	2	1	3	0	(0)	Tr	0	2.3	0.1	3	0.10	0.04	0.5	(2.2)	0.08	(0)	25	0.23	-	0	-	0	別名： ライマビーン、バタービーン
04071	410	りょくとう 全粒 乾	0	2	3	410	(0)	0	150	2	150	13	(0)	0.3	0	6.4	0.6	36	0.70	0.22	2.1	6.2	0.52	(0)	460	1.66	11.0	Tr	-	0	別名： やえなり
04072	411	りょくとう 全粒 ゆで	0	1	1	140	(0)	-	-	-	85	7	(0)	0.2	0.2	4.4	0.3	16	0.19	0.06	0.4	(2.1)	0.05	(0)	80	0.34	3.3	Tr	-	0	別名： やえなり
04073	412	レンズまめ 全粒 乾	0	54	2	180	(0)	0	29	2	30	3	(0)	0.8	0.1	5.2	Tr	17	0.52	0.17	2.5	(5.3)	0.55	0	77	1.58	23.0	1	-	0	別名： ひらまめ (100 g：126mL、100 mL：80g)
04094	413	レンズまめ 全粒 ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	14	1	15	1	(0)	0.4	0.1	2.6	0	9	0.20	0.06	0.7	(2.1)	0.16	(0)	22	0.57	-	0	-	0	別名： ひらまめ
05001	414	アーモンド 乾	-	-	-	-	(0)	0	10	3	11	1	(0)	30.0	0.3	0.8	0	0	0.20	1.06	3.6	7.2	0.09	(0)	65	0.49	-	0	-	0	
05002	415	アーモンド フライ 味付け	0	1	6	32	0	0	7	1	7	1	0	22.0	0.2	0.8	0.1	0	0.05	1.07	4.4	8.0	0.10	0	49	0.50	60.0	0	-	0.3	
05040	416	アーモンド いり 無塩	-	-	-	-	(0)	0	7	2	9	1	(0)	29.0	0.3	0.7	0	0	0.03	1.04	3.9	(7.5)	0.08	(0)	48	0.26	-	0	-	0	
05003	417	あさ 乾	0	4	9	45	(0)	1	25	0	25	2	(0)	1.8	0.1	22.0	1.1	51	0.35	0.19	2.3	8.2	0.40	(0)	82	0.57	28.0	Tr	-	0	
05041	418	あまに いり	0	3	25	13	0	0	14	2	16	1	0	0.4	0	10.0	0.2	7	0.01	0.17	2.6	9.4	0.40	Tr	45	0.24	33.0	0	-	0.2	
05004	419	えごま 乾	Tr	3	2	48	(0)	Tr	23	1	24	2	(0)	1.3	0.3	24.0	0.5	1	0.54	0.29	7.6	12.0	0.55	(0)	59	1.65	35.0	Tr	-	0	別名： あぶらえ
05005	420	カシューナッツ フライ 味付け	0	27	1	30	(0)	-	-	-	10	1	(0)	0.6	Tr	5.4	0.6	28	0.54	0.18	0.9	7.0	0.36	(0)	63	1.32	19.0	0	-	0.6	
05006	421	かぼちゃ いり 味付け	Tr	5	13	42	(0)	2	29	2	31	3	(0)	0.6	0.1	15.0	0.5	2	0.21	0.19	4.4	(13.0)	0.16	(0)	79	0.65	13.0	Tr	-	0.1	廃棄部位： 種皮
05007	422	かや いり	-	-	-	-	(0)	-	-	-	75	6	(0)	8.5	68.0	1.1	0.8	3	0.02	0.04	1.5	3.0	0.17	(0)	55	0.62	-	2	-	0	廃棄率： 殻つきの場合35%
05008	423	ぎんなん 生	2	0	0	3	(0)	-	-	-	290	24	(0)	2.5	0.1	0.6	0	3	0.28	0.08	1.2	2.5	0.07	(0)	45	1.27	6.2	23	-	0	廃棄部位： 殻及び薄皮
05009	424	ぎんなん ゆで	Tr	1	5	Tr	(0)	-	-	-	290	24	(0)	1.6	0.1	0.3	0	3	0.26	0.07	1.0	(2.3)	0.02	(0)	38	1.02	2.8	23	-	0	薄皮を除いたもの
05010	425	（くり類） 日本ぐり 生	0	3	0	2	(0)	26	24	0	37	3	(0)	0	0	3.0	0	1	0.21	0.07	1.0	1.6	0.27	(0)	74	1.04	3.9	33	-	0	廃棄部位： 殻（鬼皮）及び渋皮（包丁むき）
05011	426	（くり類） 日本ぐり ゆで	-	-	-	-	(0)	26	24	0	37	3	(0)	0	0	3.3	0	0	0.17	0.08	1.0	(1.7)	0.26	(0)	76	1.06	-	26	-	0	廃棄部位： 殻（鬼皮）及び渋皮
05012	427	（くり類） 日本ぐり 甘露煮	-	-	-	-	(0)	15	24	0	32	3	(0)	0	0	1.8	0	Tr	0.07	0.03	0.3	(0.7)	0.03	(0)	8	0.18	-	0	-	0	液汁を除いたもの
05013	428	（くり類） 中国ぐり 甘ぐり	0	1	0	1	(0)	33	52	0	68	6	(0)	0.1	Tr	12.0	0.2	0	0.20	0.18	1.3	(2.2)	0.37	(0)	100	0.57	6.0	2	-	0	別名： あまぐり 廃棄部位： 殻（鬼皮）及び渋皮
05014	429	くるみ いり	-	-	-	-	(0)	-	-	-	23	2	(0)	1.2	0.1	24.0	2.6	7	0.26	0.15	1.0	4.4	0.49	(0)	91	0.67	-	0	-	0	廃棄率： 殻つきの場合 55 %
05015	430	けし 乾	0	8	7	120	(0)	0	6	0	6	Tr	(0)	1.5	Tr	9.4	0.1	Tr	1.61	0.20	1.0	(4.3)	0.45	(0)	180	0.81	47.0	0	-	0	別名： ポピーシード
05016	431	ココナッツ ココナッツパウダー	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.03	1.0	(1.9)	0.09	(0)	10	0.25	-	0	-	0	
05017	432	ごま 乾	Tr	10	4	92	(0)	0	8	1	9	1	(0)	0.1	0.2	22.0	0.3	7	0.95	0.25	5.1	11.0	0.60	(0)	93	0.56	12.0	Tr	-	0	試料： 洗いごま

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
05018	433	ごま いり	0	2499	605	1.6	19.6	20.3	51.6	(0)	54.2	0.8	0.7	9.3 *	12.6	-	18.5	-	5.4	2	410	1200	360	560	9.9	5.9	1.68	2.52
05019	434	ごま むき	0	2360	570	4.1	19.0	19.3	44.8	(0)	54.9	0.6	0.5	16.2 *	13.0	-	18.8	-	2.9	2	400	62	340	870	6.0	5.5	1.53	1.23
05042	435	ごま ねり	0	2667	646	0.5	(18.3)	19.0	57.1	(0)	61.0	(0.8)	(0.8)	9.0 *	11.2	-	15.6	-	3.8	6	480	590	340	670	5.8	5.3	1.50	1.80
05020	436	しい 生	35	1033	244	37.3	(2.6)	3.2	(0.8)	(0)	0.8	-	-	54.9 *	3.3	-	57.6	-	1.1	1	390	62	82	76	0.9	0.1	0.36	2.72
05021	437	すいか いり 味付け	60	2193	528	5.9	(28.7)	29.6	36.9	(0)	46.4	2.3	2.2	16.7 *	7.1	-	13.4	-	4.7	580	640	70	410	620	5.3	3.9	1.49	1.43
05046	438	チアシード 乾	0	1836	446	6.5	18.0	19.4	32.7	0.5	33.9	0.9 *	0.9	0	36.9	-	34.5	0.8	4.7	0	760	570	360	820	7.6	5.9	1.79	4.80
05022	439	とち 蒸し	0	621	148	58.0	(1.5)	1.7	-	(0)	1.9	-	-	27.8 *	6.6	-	34.2	-	4.2	250	1900	180	17	27	0.4	0.5	0.44	1.46
05023	440	はす 未熟 生	55	346	82	77.5	(5.8)	5.9	0.4	(0)	0.5	-	-	12.5 *	2.6	-	14.9	-	1.2	2	410	53	57	190	0.6	0.8	0.22	1.33
05024	441	はす 成熟 乾	0	1383	327	11.2	(18.0)	18.3	1.6	(0)	2.3	52.1	47.4	54.9 *	10.3	-	64.3	-	3.9	6	1300	110	200	690	2.9	2.8	1.12	8.25
05043	442	はす 成熟 ゆで	0	501	118	66.1	(7.2)	7.3	(0.5)	(0)	0.8	(19.9) *	(18.1)	20.3	5.0	-	25.0	-	0.9	1	240	42	67	190	1.1	0.2	0.30	2.92
05025	443	（ひし類）ひし 生	50	776	183	51.8	(5.5)	5.8	0.3	(0)	0.5	15.6	14.3	38.3 *	2.9	-	40.6	-	1.3	5	430	45	84	150	1.1	1.3	0.06	0.60
05047	444	（ひし類）とうびし 生	50	513	122	64.3	2.6	2.7	0.2	-	0.4	30.5	27.8	23.2 *	8.2	-	31.4	0.4	1.1	13	470	27	49	140	0.7	0.9	0.07	0.35
05048	445	（ひし類）とうびし ゆで	45	512	121	65.5	2.5	2.7	0.1	-	0.3	28.2 *	25.7	25.4	5.1	-	30.5	0.4	1.0	12	410	25	45	130	0.5	0.8	0.05	0.27
05026	446	ピスタチオ いり 味付け	45	2549	617	2.2	16.2	17.4	55.9	(0)	56.1	(8.2) *	(7.7)	13.1	9.2	-	20.9	-	3.4	270	970	120	120	440	3.0	2.5	1.15	-
05027	447	ひまわり フライ 味付け	0	2431	587	2.6	(18.7)	20.1	49.0	(0)	56.3	(15.4) *	(14.0)	19.1	6.9	-	17.2	-	3.8	250	750	81	390	830	3.6	5.0	1.81	2.33
05028	449	ブラジルナッツ フライ 味付け	0	2896	703	2.8	(14.1)	14.9	68.9	(0)	69.1	(3.1) *	(2.9)	3.4	7.2	-	9.6	-	3.6	78	620	200	370	680	2.6	4.0	1.95	1.29
05029	450	ヘーゼルナッツ フライ 味付け	0	2888	701	1.0	(11.0)	13.6	69.3	(0)	69.3	(4.9) *	(4.6)	9.1	7.4	-	13.9	-	2.2	35	610	130	160	320	3.0	2.0	1.64	5.24
05030	452	ペカン フライ 味付け	0	2948	716	1.9	(8.0)	9.6	71.9	(0)	73.4	(5.9) *	(5.6)	9.3	7.1	-	13.3	-	1.8	140	370	60	120	270	2.7	3.6	0.84	4.37
05031	453	マカダミアナッツ いり 味付け	0	3093	751	1.3	7.7	8.3	76.6	(0)	76.7	(4.8) *	(4.5)	6.7	6.2	-	12.2	-	1.5	190	300	47	94	140	1.3	0.7	0.33	-
05032	454	まつ 生	0	2672	645	2.5	(14.5)	15.8	55.0	(0)	68.2	(4.0)	(3.8)	21.0 *	4.1	-	10.6	-	2.9	2	730	14	290	680	5.6	6.9	1.44	9.78
05033	455	まつ いり	0	2760	668	1.9	13.7	14.6	60.2	(0)	72.5	5.4	5.1	14.4 *	6.9	-	8.1	-	2.9	4	620	15	250	550	6.2	6.0	1.30	-
05034	456	らっかせい 大粒種 乾	30	2368	572	6.0	24.0	25.2	46.4	(0)	47.0	10.7 *	10.0	12.4	8.5	-	19.4	0.3	2.3	2	740	49	170	380	1.6	2.3	0.59	1.56
05035	457	らっかせい 大粒種 いり	30	2537	613	1.7	23.6	25.0	50.5	(0)	49.6	10.8 *	10.1	10.1	11.4	-	21.3	0.4	2.4	2	760	50	200	390	1.7	3.0	0.69	2.15
05044	458	らっかせい 小粒種 乾	30	2376	573	6.0	(24.2)	25.4	46.9	(0)	47.5	(10.7) *	(10.0)	13.2	7.4	-	18.8	-	2.3	2	740	50	170	380	1.6	2.3	0.59	1.56
05045	459	らっかせい 小粒種 いり	30	2515	607	2.1	(25.0)	26.5	(50.3)	(0)	49.4	(10.7) *	(10.0)	13.0	7.2	-	19.6	-	2.4	2	770	50	200	390	1.7	3.0	0.69	-
05036	460	らっかせい バターピーナッツ	0	2521	609	2.4	22.6	23.3	51.8	(0)	53.2	8.9 *	8.3	10.6	9.5	-	18.3	0.3	2.8	120	700	50	190	380	2.0	3.1	0.64	2.81
05037	461	らっかせい ピーナッツバター	0	2484	599	1.2	19.7	20.6	47.8	(0)	50.4	19.8 *	18.6	20.5	7.6	-	24.9	0.3	2.9	350	650	47	180	370	1.6	2.7	0.65	1.45
06001	462	アーティチョーク 花らい 生	75	159	39	85.1	(1.9)	2.3	(0.1)	(0)	0.2	(1.0)	(0.9)	3.1 *	8.7	-	11.3	-	1.1	21	430	52	50	61	0.8	0.2	0.05	0.19
06002	463	アーティチョーク 花らい ゆで	80	145	35	85.9	(1.7)	2.1	(0.1)	(0)	0.1	(0.9)	(0.9)	2.6 *	8.6	-	10.8	-	1.1	12	380	47	46	55	0.7	0.2	0.05	0.15
06003	464	あさつき 葉 生	0	145	34	89.0	(2.9)	4.2	(0.1)	(0)	0.3	-	-	3.8 *	3.3	-	5.6	-	0.9	4	330	20	16	86	0.7	0.8	0.09	0.40

食品番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
05018	Tr	27	4	110	(0)	0	7	1	7	1	(0)	0.1	0.2	23.0	0.4	12	0.49	0.23	5.3	11.0	0.64	(0)	150	0.51	15.0	Tr	-	0	（100 g：154mL、100 mL：65g）
05019	1	43	1	120	(0)	Tr	2	1	2	0	(0)	0.1	Tr	32.0	0.5	1	1.25	0.14	5.3	11.0	0.44	(0)	83	0.39	11.0	(0)	-	0	
05042	Tr	22	5	150	(0)	0	7	1	8	1	(0)	0.1	0	29.0	0.4	0	0.32	0.15	6.8	(12.0)	0.51	(0)	99	0.24	13.0	0	-	Tr	（100 g：95mL、100 mL：105g）
05020	-	-	-	-	(0)	-	-	-	7	1	(0)	0.1	0	8.7	0.1	16	0.28	0.09	1.3	(1.9)	0.19	(0)	8	0.59	-	110	-	0	別名： こじい 廃棄部位： 殻及び渋皮
05021	24	11	1	90	(0)	0	9	1	9	1	(0)	0.6	0.1	20.0	0.6	1	0.10	0.16	0.8	(7.6)	0.71	(0)	120	1.04	9.1	Tr	-	1.5	廃棄部位： 種皮
05046	0	11	8	44	(0)	0	3	0	3	0	(0)	0.3	0	14.0	0.5	1	0.97	0.25	9.8	15.0	0.42	(0)	84	0.53	24.0	1	-	0	ポリフェノール： 0.4 g 食物繊維：AOAC2011.25法
05022	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	1.5	0	1	Tr	0	0.1	(0.4)	Tr	(0)	1	0	-	0	-	0.6	試料： あく抜き冷凍品
05023	-	-	-	-	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.6	0	1.2	0	1	0.18	0.09	1.4	(2.8)	0.16	(0)	230	0.85	-	27	-	0	廃棄部位： 殻及び薄皮
05024	10	8	Tr	14	(0)	0	6	Tr	6	1	(0)	1.0	0	2.9	0	0	0.44	0.11	4.2	(8.6)	0.60	(0)	200	2.58	27.0	1	-	Tr	殻、薄皮及び幼芽を除いたもの
05043	-	-	-	-	(0)	(0)	3	Tr	3	0	(0)	0.4	0	1.3	0	0	0.08	0.02	0.7	(2.4)	0.12	(0)	36	0.32	-	0	-	0	幼芽を除いたもの
05025	Tr	Tr	0	2	(0)	-	-	-	7	1	(0)	1.6	Tr	8.1	0.2	2	0.42	0.08	1.2	(3.1)	0.32	(0)	430	0.71	11.0	12	-	0	廃棄部位： 果皮
05047	Tr	1	0	2	-	0	3	1	3	0	-	1.4	0.1	8.5	0.4	1	0.25	0.03	2.2	3.0	0.18	-	110	0.36	8.7	7	-	Tr	廃棄部位： 皮 食物繊維：AOAC2011.25法
05048	Tr	1	0	1	-	-	2	1	3	0	-	1.2	Tr	8.7	0.5	-	0.19	0.03	1.9	2.7	0.12	-	71	0.37	7.3	5	-	Tr	廃棄部位： 皮 食物繊維：AOAC2011.25法
05026	-	-	-	-	(0)	0	120	0	120	10	(0)	1.4	Tr	26.0	0.6	29	0.43	0.24	1.0	5.5	1.22	(0)	59	1.06	-	(0)	-	0.7	廃棄部位： 殻
05027	0	95	1	28	(0)	Tr	9	-	9	1	(0)	12.0	1.5	0.4	0.1	0	1.72	0.25	6.7	(12.0)	1.18	(0)	280	1.66	80.0	0	-	0.6	
05028	-	-	-	-	(0)	-	-	-	12	1	(0)	4.1	Tr	16.0	0.3	Tr	0.88	0.26	1.5	(3.8)	0.25	(0)	1	0.23	-	0	-	0.2	
05029	0	1	1	6	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	18.0	0.7	9.4	0.4	4	0.26	0.28	1.0	(4.2)	0.39	(0)	54	1.07	82.0	0	-	0.1	別名： ヘイゼルナッツ、西洋はしばみ、フィルバート 薄皮を除いたもの
05030	-	-	-	-	(0)	0	36	17	45	4	(0)	1.7	0.8	25.0	0.6	4	0.19	0.19	0.8	(2.4)	0.19	(0)	43	1.49	-	0	-	0.4	
05031	0	13	2	5	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	Tr	0	0	0	5	0.21	0.09	2.1	3.7	0.21	(0)	16	0.50	6.5	(0)	-	0.5	
05032	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	11.0	0.6	4.4	0	1	0.63	0.13	3.6	(6.3)	0.17	(0)	79	0.59	-	Tr	-	0	
05033	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	12.0	Tr	12.0	0.6	27	0.61	0.21	3.6	6.1	0.10	(0)	73	0.42	-	(0)	-	0	廃棄率： 殻つきの場合 40 %
05034	1	20	4	88	0	0	6	3	8	1	0	11.0	0.3	7.1	0.3	0	0.41	0.10	20.0	24.0	0.49	(0)	76	2.56	92.0	0	-	0	別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄率： 殻 26 % 及び種皮 4 % 食物繊維：AOAC2011.25法
05035	1	2	0	96	(0)	0	5	3	6	1	(0)	10.0	0.3	7.0	0.3	Tr	0.24	0.13	23.0	28.0	0.46	(0)	58	2.20	110.0	0	-	0	別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄率： 殻 27 % 及び種皮 3 % 食物繊維：AOAC2011.25法
05044	1	20	4	88	(0)	-	-	-	6	1	(0)	10.0	0.4	6.0	0.3	Tr	0.85	0.10	17.0	(22.0)	0.46	(0)	76	2.56	92.0	(0)	-	0	別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄率： 殻 27 % 及び種皮 3 %
05045	-	-	-	-	(0)	-	-	-	7	1	(0)	11.0	0.3	7.1	0.3	Tr	0.23	0.10	17.0	(22.0)	0.46	(0)	57	2.19	-	(0)	-	0	別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄率： 殻 27 % 及び種皮 3 %
05036	1	5	1	68	(0)	0	4	2	5	Tr	(0)	1.9	0.2	3.3	0.4	Tr	0.20	0.10	17.0	21.0	0.48	(0)	98	2.42	96.0	0	-	0.3	食物繊維：AOAC2011.25法
05037	1	5	3	92	(0)	0	3	2	4	Tr	(0)	4.8	0.3	7.1	0.5	0	0.10	0.09	16.0	20.0	0.36	(0)	86	1.87	79.0	(0)	-	0.9	食物繊維：AOAC2011.25法
06001	-	-	-	-	(0)	0	6	0	6	1	(0)	0.4	0	0	0	2	0.08	0.10	1.2	(1.9)	0.08	(0)	81	0.51	-	15	-	0.1	別名： ちょうせんあざみ 廃棄部位： 花床の基部及び総包の一部 硝酸イオン： Tr
06002	-	-	-	-	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.4	0	0	0	2	0.07	0.08	1.1	(1.7)	0.06	(0)	76	0.51	-	11	-	0	別名： ちょうせんあざみ 廃棄部位： 花床の基部及び総包の一部 硝酸イオン： Tr
06003	-	-	-	-	(0)	0	740	12	750	62	(0)	0.9	Tr	1.6	0	50	0.15	0.16	0.8	(1.8)	0.36	(0)	210	0.62	-	26	-	0	硝酸イオン： 0 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06004	465	あさつき 葉 ゆで	0	173	41	87.3	(2.9)	4.2	(0.1)	(0)	0.3	-	-	5.4 *	3.4	-	7.3	-	0.9	4	330	21	17	85	0.7	0.8	0.09	0.43
06005	466	あしたば 茎葉 生	2	123	30	88.6	(2.4)	3.3	-	(0)	0.1	-	-	2.0 *	5.6	-	6.7	-	1.3	60	540	65	26	65	1.0	0.6	0.16	1.05
06006	467	あしたば 茎葉 ゆで	0	118	28	89.5	(2.1)	2.9	-	(0)	0.1	-	-	2.1 *	5.3	-	6.6	-	0.9	43	390	58	20	51	0.5	0.3	0.13	0.92
06007	468	アスパラガス 若茎 生	20	87	21	92.6	1.8	2.6	(0.2)	Tr	0.2	2.1 *	2.1	2.7	1.8	-	3.9	0.2	0.7	2	270	19	9	60	0.7	0.5	0.10	0.19
06008	469	アスパラガス 若茎 ゆで	0	107	25	92.0	(1.8)	2.6	(0.1)	Tr	0.1	(2.3)	(2.3)	3.3 *	2.1	-	4.6	-	0.7	2	260	19	12	61	0.6	0.6	0.13	0.23
06327	470	アスパラガス 若茎 油いため	0	225	54	88.3	(2.0)	2.9	(3.7)	(0.1)	3.9	(2.3) *	(2.3)	3.1	2.1	-	4.1	-	0.8	3	310	21	10	66	0.7	0.5	0.11	0.22
06009	471	アスパラガス 水煮缶詰	0	102	24	91.9	(1.6)	2.4	(0.1)	(0)	0.1	(2.3)	(2.3)	3.4 *	1.7	-	4.3	-	1.3	350	170	21	7	41	0.9	0.3	0.07	0.05
06328	472	アロエ 葉 生	30	11	3	99.0	-	0	-	(0)	0.1	-	-	0.3 *	0.4	-	0.7	-	0.3	8	43	56	4	2	0	0	Tr	0.02
06010	473	いんげんまめ さやいんげん 若ざや 生	3	97	23	92.2	1.3	1.8	(0.1)	Tr	0.1	2.2	2.2	3.0 *	2.4	-	5.1	0.3	0.8	1	260	48	23	41	0.7	0.3	0.06	0.33
06011	474	いんげんまめ さやいんげん 若ざや ゆで	0	106	25	91.7	(1.2)	1.8	(0.2)	Tr	0.2	(2.4)	(2.3)	3.2 *	2.6	-	5.5	0.3	0.8	1	270	57	22	43	0.7	0.3	0.06	0.34
06363	475	うるい 葉 生	4	78	19	92.8	1.5	1.9	0.2	(0)	0.4	1.2 *	1.1	1.4	3.3	-	4.0	-	0.9	1	390	40	14	52	0.5	0.5	0.09	0.79
06012	476	（うど類）うど 茎 生	35	78	19	94.4	(0.8)	0.8	-	(0)	0.1	-	-	2.9 *	1.4	-	4.3	-	0.4	Tr	220	7	9	25	0.2	0.1	0.05	0.04
06013	477	（うど類）うど 茎 水さらし	0	54	13	95.7	(0.6)	0.6	-	(0)	0	-	-	1.8 *	1.6	-	3.4	-	0.3	Tr	200	6	8	23	0.1	0.1	0.04	0.03
06014	478	（うど類）やまうど 茎 生	35	79	19	93.9	(1.0)	1.1	-	(0)	0.1	-	-	2.6 *	1.8	-	4.3	-	0.6	1	270	11	13	31	0.3	0.2	0.06	0.09
06015	479	えだまめ 生	45	501	120	71.7	10.3	11.7	5.7	(0)	6.2	4.7 *	4.3	5.7	5.0	-	8.8	-	1.6	1	590	58	62	170	2.7	1.4	0.41	0.71
06016	480	えだまめ ゆで	50	494	118	72.1	(9.8)	11.5	5.8	(0)	6.1	(4.6) *	(4.3)	6.2	4.6	-	8.9	-	1.4	2	490	76	72	170	2.5	1.3	0.36	0.74
06017	481	えだまめ 冷凍	50	597	143	67.1	(11.1)	13.0	7.2	(0)	7.6	5.3 *	4.9	5.6	7.3	-	10.6	-	1.7	5	650	76	76	190	2.5	1.4	0.42	1.12
06018	482	エンダイブ 葉 生	15	56	14	94.6	(0.9)	1.2	(0.1)	(0)	0.2	-	-	1.1 *	2.2	-	2.9	-	0.9	35	270	51	19	30	0.6	0.4	0.05	1.10
06019	483	（えんどう類）トウミョウ 茎葉 生	0	117	28	90.9	(2.2)	3.8	-	(0)	0.4	-	-	2.3 *	3.3	-	4.0	-	1.0	7	350	34	22	61	1.0	0.4	0.08	1.11
06329	484	（えんどう類）トウミョウ 芽ばえ 生	0	113	27	92.2	(2.2)	3.8	-	(0)	0.4	-	-	2.6 *	2.2	-	3.2	-	0.4	1	130	7	13	47	0.8	0.5	0.10	0.23

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06004	465	あさつき 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	710	11	720	60	(0)	0.9	Tr	1.6	0	43	0.17	0.15	0.7	(1.7)	0.27	(0)	200	0.55	-	27	-	0
06005	466	あしたば 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	5300	0	5300	440	(0)	2.6	0.2	1.4	0.1	500	0.10	0.24	1.4	(2.2)	0.16	(0)	100	0.92	-	41	-	0.2
06006	467	あしたば 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	5200	0	5200	440	(0)	2.7	Tr	1.4	0	380	0.07	0.16	0.8	(1.5)	0.10	(0)	75	0.45	-	23	-	0.1
06007	468	アスパラガス 若茎 生	1	0	0	2	(0)	5	370	9	380	31	(0)	1.5	Tr	0.2	0	43	0.14	0.15	1.0	1.4	0.12	(0)	190	0.59	1.8	15	-	0
06008	469	アスパラガス 若茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	2	360	8	370	30	(0)	1.6	0	0.1	0	46	0.14	0.14	1.1	(1.5)	0.08	(0)	180	0.54	-	16	-	0
06327	470	アスパラガス 若茎 油いため	-	-	-	-	(0)	4	370	11	380	31	(0)	2.0	Tr	1.3	0	48	0.15	0.17	1.2	(1.7)	0.11	(0)	220	0.58	-	14	-	0
06009	471	アスパラガス 水煮缶詰	-	-	-	-	(0)	0	7	0	7	1	(0)	0.4	0	0	0	4	0.07	0.06	1.2	(1.6)	0.02	(0)	15	0.12	-	11	-	0.9
06328	472	アロエ 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1	0	1	0	(0)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.01	(0)	4	0.06	-	1	-	Tr
06010	473	いんげんまめ さやいんげん 若ざや 生	0	Tr	1	34	(0)	140	520	0	590	49	(0)	0.2	0	0.4	0	60	0.06	0.11	0.6	0.9	0.07	(0)	50	0.17	3.9	8	-	0
06011	474	いんげんまめ さやいんげん 若ざや ゆで	-	-	-	-	(0)	150	500	0	580	48	(0)	0.2	0	0.4	0	51	0.06	0.10	0.5	(0.8)	0.07	(0)	53	0.16	-	6	-	0
06363	475	うるい 葉 生	1	1	0	4	(0)	58	1900	13	1900	160	(0)	1.3	Tr	0.4	0	160	0.09	0.12	0.5	1.0	0.10	(0)	120	0.31	3.1	50	-	0
06012	476	（うど類）うど 茎 生	Tr	0	0	0	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0	0	2	0.02	0.01	0.5	(0.7)	0.04	(0)	19	0.12	0.5	4	-	0
06013	477	（うど類）うど 茎 水さらし	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	2	0.01	0.02	0.5	(0.6)	0.03	(0)	19	0.08	-	3	-	0
06014	478	（うど類）やまうど 茎 生	-	-	-	-	(0)	0	2	0	2	Tr	(0)	0.2	0	0	0	3	0.03	0.02	0.5	(0.8)	0.05	(0)	20	0.13	-	5	-	0
06015	479	えだまめ 生	0	1	1	240	(0)	42	240	7	260	22	(0)	0.8	0.1	6.5	2.5	30	0.31	0.15	1.6	4.2	0.15	(0)	320	0.53	11.0	27	-	0
06016	480	えだまめ ゆで	-	-	-	-	(0)	48	260	8	290	24	(0)	0.6	0.1	5.8	2.1	33	0.24	0.13	1.0	(3.5)	0.08	(0)	260	0.45	-	15	-	0
06017	481	えだまめ 冷凍	2	2	0	190	(0)	22	170	4	180	15	(0)	1.2	0.2	8.2	3.8	28	0.28	0.13	1.6	(4.5)	0.14	(0)	310	0.51	9.2	27	-	0
06018	482	エンダイブ 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1700	0	1700	140	(0)	0.8	Tr	0.5	0	120	0.06	0.08	0.3	(0.4)	0.08	(0)	90	0.16	-	7	-	0.1
06019	483	（えんどう類）トウミョウ 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	4100	0	4100	340	(0)	3.3	Tr	0.2	0	280	0.24	0.27	1.1	(1.6)	0.19	(0)	91	0.80	-	79	-	Tr
06329	484	（えんどう類）トウミョウ 芽ばえ 生	-	-	-	-	(0)	2	3000	17	3100	250	(0)	1.6	0	Tr	0	210	0.17	0.21	0.8	(1.3)	0.15	(0)	120	0.39	-	43	-	0

食品番号	備考
06004	硝酸イオン： 0 g
06005	別名： あしたぐさ、はちじょうそう 廃棄部位： 基部 硝酸イオン： Tr
06006	別名： あしたぐさ、はちじょうそう 基部を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr
06007	試料： グリーンアスパラガス 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： Tr
06008	試料： グリーンアスパラガス 株元を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06327	試料： グリーンアスパラガス 株元を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g
06009	試料： ホワイトアスパラガス 液汁を除いたもの
06328	試料： アロエベラ及びキダチアロエ 廃棄部位： 皮 硝酸イオン： 0 g
06010	別名： さいとう（菜豆）、さんどまめ 廃棄部位： すじ及び両端 硝酸イオン： Tr
06011	別名： さいとう（菜豆）、さんどまめ すじ及び両端を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06363	別名： ウリッパ、アマナ、ギンポ等 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0 g
06012	軟白栽培品 廃棄部位： 株元、葉及び表皮 硝酸イオン： Tr
06013	軟白栽培品 株元、葉及び表皮を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06014	廃棄部位： 株元、葉及び表皮 硝酸イオン： Tr
06015	廃棄部位： さや 廃棄率： 茎つきの場合60 % 硝酸イオン： 0 g
06016	廃棄部位： さや 硝酸イオン： 0 g
06017	廃棄部位： さや 硝酸イオン： 0 g
06018	別名： きくちしゃ、にがちしゃ、シコレ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06019	硝酸イオン： Tr
06329	硝酸イオン： 0 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質									備考
			可食部100g当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質		利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)										(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN					
06330	485	（えんどう類）トウミョウ 芽ばえ ゆで	0	116	28	91.7	(2.1)	3.6	-	(0)	0.6	-	-	1.8 *	3.5	-	3.8	-	0.3	1	73	8	13	41	0.9	0.3	0.09	0.25					ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06331	486	（えんどう類）トウミョウ 芽ばえ 油いため	0	350	84	84.3	(2.9)	5.0	-	(Tr)	5.9	-	-	3.4 *	3.0	-	4.3	-	0.5	2	170	8	17	62	1.0	0.6	0.13	0.29					植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g
06020	487	（えんどう類）さやえんどう 若ざや 生	9	160	38	88.6	1.8	3.1	(0.2)	0	0.2	4.2	4.1	5.8 *	3.0	-	7.5	-	0.6	1	200	35	24	63	0.9	0.6	0.10	0.40					別名： きぬさやえんどう 廃棄部位： すじ及び両端 硝酸イオン： Tr
06021	488	（えんどう類）さやえんどう 若ざや ゆで	0	152	36	89.1	(1.8)	3.2	(0.2)	(0)	0.2	(4.0)	(3.9)	5.3 *	3.1	-	7.0	-	0.5	1	160	36	23	61	0.8	0.6	0.09	0.39					別名： きぬさやえんどう すじ及び両端を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06022	489	（えんどう類）スナップえんどう 若ざや 生	5	198	47	86.6	(1.6)	2.9	(0.1)	(0)	0.1	(5.9)	(5.7)	8.7 *	2.5	-	9.9	-	0.5	1	160	32	21	62	0.6	0.4	0.08	0.22					別名： スナックえんどう 廃棄部位： すじ及び両端 硝酸イオン： 0 g
06023	490	（えんどう類）グリンピース 生	0	317	76	76.5	5.0	6.9	0.2	0	0.4	12.8	11.8	9.5 *	7.7	-	15.3	0.2	0.9	1	340	23	37	120	1.7	1.2	0.19	0.48					別名： みえんどう さやを除いたもの （さやつきの場合　廃棄率：55%） 硝酸イオン： 0 g
06024	491	（えんどう類）グリンピース ゆで	0	417	99	72.2	(5.9)	8.3	(0.1)	0	0.2	(15.2) *	(13.9)	12.2	8.6	-	18.5	0.2	0.8	3	340	32	39	80	2.2	1.2	0.19	0.68					別名： みえんどう さやを除いたもの 硝酸イオン： (0) g
06025	492	（えんどう類）グリンピース 冷凍	0	334	80	75.7	4.5	5.8	0.5	(0)	0.7	11.4 *	10.5	9.0	9.3	-	17.1	0.2	0.8	9	240	27	31	110	1.6	1.0	0.17	0.38					別名： みえんどう 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06374	493	（えんどう類）グリンピース 冷凍 ゆで	0	344	82	74.6	4.8	6.2	0.5	(0)	0.7	11.6 *	10.7	8.8	10.3	-	17.8	0.2	0.7	8	210	29	32	110	1.7	1.0	0.16	0.39					別名： みえんどう 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06375	494	（えんどう類）グリンピース 冷凍 油いため	0	474	114	70.1	4.8	6.3	4.0	0.2	4.6	11.8 *	10.9	10.7	9.3	-	18.2	0.2	0.8	10	260	28	33	110	1.7	1.0	0.18	0.41					別名： みえんどう 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06026	495	（えんどう類）グリンピース 水煮缶詰	0	344	82	74.9	(2.6)	3.6	(0.2)	(0)	0.4	(11.8)	(10.9)	13.8 *	6.9	-	19.7	0.2	1.4	330	37	33	18	82	1.8	0.6	0.15	0.30					別名： みえんどう 液汁を除いたもの 硝酸イオン： (0) g
06027	496	おおさかしろな 葉 生	6	50	12	94.9	(1.1)	1.4	(0.1)	(0)	0.2	-	-	0.9 *	1.8	-	2.2	-	1.0	22	400	150	21	52	1.2	0.5	0.06	0.29					廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.3 g
06028	497	おおさかしろな 葉 ゆで	6	68	16	94.0	(1.2)	1.6	(0.1)	(0)	0.3	-	-	1.5 *	2.2	-	3.1	-	0.8	20	240	140	15	46	1.0	0.5	0.05	0.29					廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06029	498	おおさかしろな 塩漬	9	78	19	91.0	(1.0)	1.3	(0.1)	(0)	0.3	-	-	1.9 *	3.1	-	4.5	-	2.6	620	380	130	21	52	0.7	0.6	0.06	0.26					廃棄部位： 株元 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06030	499	おかひじき 茎葉 生	6	67	16	92.5	-	1.4	-	(0)	0.2	-	-	0.9 *	2.5	-	3.4	-	2.0	56	680	150	51	40	1.3	0.6	0.10	0.66					別名： みるな 廃棄部位： 茎基部 硝酸イオン： 0.5 g
06031	500	おかひじき 茎葉 ゆで	0	64	16	92.9	-	1.2	-	(0)	0.1	-	-	1.1 *	2.7	-	3.8	-	1.6	66	510	150	48	34	0.9	0.6	0.10	0.59					別名： みるな 茎基部を除いたもの 硝酸イオン： 0.4 g
06032	501	オクラ 果実 生	15	100	24	90.2	1.5	2.1	(0.1)	Tr	0.2	1.9 *	1.9	2.2	5.0	-	6.6	0.1	0.9	4	260	92	51	58	0.5	0.6	0.13	0.48					廃棄部位： へた 硝酸イオン： Tr
06033	502	オクラ 果実 ゆで	15	121	29	89.4	(1.5)	2.1	(0.1)	Tr	0.1	(2.1)	(2.1)	3.0 *	5.2	-	7.6	0.1	0.8	4	280	90	51	56	0.5	0.5	0.11	0.48					廃棄部位： へた 硝酸イオン： 0 g
06034	503	かぶ 葉 生	30	82	20	92.3	(2.0)	2.3	(0.1)	(0)	0.1	-	-	1.4 *	2.9	-	3.9	-	1.4	24	330	250	25	42	2.1	0.3	0.10	0.64					別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 葉柄基部 硝酸イオン： Tr

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																									備考
			可食部100g当たり																													
							ビタミンA						ビタミンE																			
								カロテン																								
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06330	485	（えんどう類）トウミョウ 芽ばえ ゆで	-	-	-	-	(0)	2	4800	23	4800	400	(0)	3.2	0	0.1	0	300	0.10	0.08	0.3	(0.8)	0.07	(0)	51	0.27	-	14	-	0	ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06331	486	（えんどう類）トウミョウ 芽ばえ 油いため	-	-	-	-	(0)	2	4400	23	4400	370	(0)	3.7	0	2.9	0.1	300	0.21	0.26	1.1	(1.8)	0.18	(0)	180	0.60	-	30	-	0	植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g
06020	487	（えんどう類）さやえんどう 若ざや 生	Tr	0	0	24	(0)	0	560	4	560	47	(0)	0.7	0	0.2	0	47	0.15	0.11	0.8	1.2	0.08	(0)	73	0.56	5.1	60	-	0	別名： きぬさやえんどう 廃棄部位： すじ及び両端 硝酸イオン： Tr
06021	488	（えんどう類）さやえんどう 若ざや ゆで	-	-	-	-	(0)	0	580	4	580	48	(0)	0.7	0	0.2	0	40	0.14	0.10	0.6	(1.0)	0.06	(0)	56	0.47	-	44	-	0	別名： きぬさやえんどう すじ及び両端を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06022	489	（えんどう類）スナップえんどう 若ざや 生	-	-	-	-	(0)	2	400	4	400	34	(0)	0.4	0	0.1	0	33	0.13	0.09	0.7	(1.1)	0.09	(0)	53	0.22	-	43	-	0	別名： スナックえんどう 廃棄部位： すじ及び両端 硝酸イオン： 0 g
06023	490	（えんどう類）グリンピース 生	0	1	0	65	(0)	11	410	6	420	35	(0)	0.1	0	2.6	0	27	0.39	0.16	2.7	3.7	0.15	(0)	76	0.63	6.3	19	-	0	別名： みえんどう さやを除いたもの （さやつきの場合　廃棄率：55%） 硝酸イオン： 0 g
06024	491	（えんどう類）グリンピース ゆで	-	-	-	-	(0)	7	430	6	440	36	(0)	0.1	0	3.1	0	31	0.29	0.14	2.2	(3.3)	0.09	(0)	70	0.54	-	16	-	0	別名： みえんどう さやを除いたもの 硝酸イオン： (0) g
06025	492	（えんどう類）グリンピース 冷凍	0	1	1	77	(0)	18	430	1	440	36	(0)	Tr	0	1.6	Tr	27	0.29	0.11	2.1	3.0	0.09	0	77	0.39	5.3	20	-	Tr	別名： みえんどう 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06374	493	（えんどう類）グリンピース 冷凍 ゆで	0	1	1	60	(0)	18	490	2	500	41	(0)	Tr	0	1.7	0	29	0.27	0.09	2.0	2.9	0.08	0	68	0.36	5.2	13	-	Tr	別名： みえんどう 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06375	494	（えんどう類）グリンピース 冷凍 油いため	0	1	1	74	(0)	18	460	2	470	39	(0)	0.8	0	3.1	Tr	34	0.31	0.12	2.1	3.1	0.09	0	81	0.48	5.8	16	-	Tr	別名： みえんどう 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06026	495	（えんどう類）グリンピース 水煮缶詰	-	-	-	-	(0)	0	200	0	200	17	(0)	0	0	2.0	0	19	0.04	0.04	1.2	(1.7)	0.02	(0)	10	0.69	-	0	-	0.8	別名： みえんどう 液汁を除いたもの 硝酸イオン： (0) g
06027	496	おおさかしろな 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1300	0	1300	110	(0)	1.2	Tr	0	0	190	0.06	0.18	0.7	(0.9)	0.13	(0)	150	0.24	-	28	-	0.1	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.3 g
06028	497	おおさかしろな 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	1500	0	1500	130	(0)	1.9	0	0.1	0	240	0.03	0.09	0.3	(0.6)	0.07	(0)	86	0.12	-	24	-	0.1	廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06029	498	おおさかしろな 塩漬	-	-	-	-	(0)	0	1300	0	1300	110	(0)	1.6	0	0.1	0	340	0.06	0.15	0.7	(0.9)	0.16	(0)	88	0.23	-	38	-	1.6	廃棄部位： 株元 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06030	499	おかひじき 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	3300	0	3300	280	(0)	1.0	Tr	0	0	310	0.06	0.13	0.5	0.7	0.04	(0)	93	0.22	-	21	-	0.1	別名： みるな 廃棄部位： 茎基部 硝酸イオン： 0.5 g
06031	500	おかひじき 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	3200	0	3200	260	(0)	1.0	Tr	0	0	360	0.04	0.10	0.4	0.6	0.03	(0)	85	0.22	-	15	-	0.2	別名： みるな 茎基部を除いたもの 硝酸イオン： 0.4 g
06032	501	オクラ 果実 生	Tr	Tr	1	4	(0)	2	670	1	670	56	(0)	1.2	0	0.2	0	71	0.09	0.09	0.8	1.2	0.10	(0)	110	0.42	6.0	11	-	0	廃棄部位： へた 硝酸イオン： Tr
06033	502	オクラ 果実 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	720	0	720	60	(0)	1.2	0	0.1	0	75	0.09	0.09	0.8	(1.2)	0.08	(0)	110	0.42	-	7	-	0	廃棄部位： へた 硝酸イオン： 0 g
06034	503	かぶ 葉 生	6	3	2	16	(0)	0	2800	41	2800	230	(0)	3.1	0.1	0.1	0	340	0.08	0.16	0.9	(1.7)	0.16	(0)	110	0.36	2.7	82	-	0.1	別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 葉柄基部 硝酸イオン： Tr

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								無機質								備考
		可食部 100 g 当たり																												
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06035	504 かぶ 葉 ゆで		30	83	20	92.2	(2.0)	2.3	(0.1)	(0)	0.1	-	-	1.1 *	3.7	-	4.4	-	0.9	18	180	190	14	47	1.5	0.2	0.08	0.41
06036	505 かぶ 根 皮つき 生		9	74	18	93.9	0.6	0.7	(0.1)	(0)	0.1	3.0 *	3.0	3.1	1.5	-	4.6	0.1	0.6	5	280	24	8	28	0.3	0.1	0.03	0.06
06037	506 かぶ 根 皮つき ゆで		0	77	18	93.8	(0.6)	0.7	(0.1)	(0)	0.1	(3.1) *	(3.1)	2.9	1.8	-	4.7	0.2	0.6	6	310	28	10	32	0.3	0.1	0.03	0.07
06038	507 かぶ 根 皮なし 生		15	78	19	93.9	0.5	0.6	(0.1)	(0)	0.1	3.5 *	3.5	3.5	1.4	-	4.8	0	0.5	5	250	24	8	25	0.2	0.1	0.03	0.05
06039	508 かぶ 根 皮なし ゆで		0	82	20	93.7	(0.5)	0.6	(0.1)	(0)	0.1	(3.6) *	(3.6)	3.4	1.7	-	5.0	0	0.5	4	250	28	9	26	0.2	0.1	0.02	-
06040	509 かぶ 漬物 塩漬 葉		20	114	27	87.9	(2.0)	2.3	(0.1)	(0)	0.2	-	-	2.8 *	3.6	-	6.0	-	3.6	910	290	240	32	46	2.6	0.3	0.06	0.33
06041	510 かぶ 漬物 塩漬 根 皮つき		0	90	21	90.5	(0.8)	1.0	(0.1)	(0)	0.2	-	-	3.2 *	1.9	-	4.9	-	3.4	1100	310	48	11	36	0.3	0.1	0.03	0.05
06042	511 かぶ 漬物 塩漬 根 皮なし		0	79	19	89.4	(0.7)	0.8	(0.1)	(0)	0.1	-	-	2.9 *	2.0	-	4.7	-	4.8	1700	400	33	14	38	0.3	0.2	0.04	0.05
06043	512 かぶ 漬物 ぬかみそ漬 葉		20	145	35	83.5	-	3.3	-	(0)	0.1	-	-	3.1 *	4.0	-	7.1	-	6.0	1500	540	280	65	81	2.2	0.4	0.09	0.40
06044	513 かぶ 漬物 ぬかみそ漬 根 皮つき		0	112	27	89.5	-	1.5	-	(0)	0.1	-	-	3.9 *	2.0	-	5.9	-	3.0	860	500	57	29	44	0.3	0.2	0.04	0.09
06045	514 かぶ 漬物 ぬかみそ漬 根 皮なし		0	129	31	83.5	-	1.4	-	(0)	0.1	-	-	5.1 *	1.8	-	6.9	-	7.9	2700	740	26	68	76	0.3	0.2	0.04	-
06046	515（かぼちゃ類）日本かぼちゃ 果実 生		9	175	41	86.7	1.1	1.6	Tr	0	0.1	8.3 *	7.8	8.6	2.8	-	10.9	-	0.7	1	400	20	15	42	0.5	0.3	0.08	0.10
06047	516（かぼちゃ類）日本かぼちゃ 果実 ゆで		0	212	50	84.0	(1.3)	1.9	Tr	0	0.1	(9.9) *	(9.4)	10.3	3.6	-	13.3	-	0.7	1	480	24	15	50	0.6	0.2	0.07	0.09
06048	517（かぼちゃ類）西洋かぼちゃ 果実 生		10	331	78	76.2	1.2	1.9	0.2	0	0.3	(17.0) *	(15.9)	17.6	3.5	-	20.6	0.4	1.0	1	450	15	25	43	0.5	0.3	0.07	0.13
06049	518（かぼちゃ類）西洋かぼちゃ 果実 ゆで		0	338	80	75.7	(1.0)	1.6	(0.2)	(0)	0.3	(17.4) *	(16.2)	17.6	4.1	-	21.3	0.4	1.1	1	430	14	24	43	0.5	0.3	0.07	0.15
06332	519（かぼちゃ類）西洋かぼちゃ 果実 焼き		0	445	105	68.2	(1.5)	2.5	(0.2)	(0)	0.4	(22.8) *	(21.3)	23.1	5.3	-	27.7	0.5	1.2	0	570	19	31	55	0.6	0.4	0.08	0.17
06050	520（かぼちゃ類）西洋かぼちゃ 果実 冷凍		0	317	75	78.1	(1.3)	2.2	(0.2)	(0)	0.3	(15.7) *	(14.6)	14.9	4.2	-	18.5	0.4	0.9	3	430	25	26	46	0.5	0.6	0.05	0.14
06051	521（かぼちゃ類）そうめんかぼちゃ 果実 生		30	105	25	92.4	(0.5)	0.7	(0.1)	(0)	0.1	-	-	4.9 *	1.5	-	6.1	-	0.6	1	260	27	16	35	0.3	0.2	0.05	0.09

食品番号	可食部 100 g 当たり																																							備考
	無機質				ビタミン																																			
					ビタミンA						ビタミンE																												
						カロテン																																		
	ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)					(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06035	-	-	-	-	(0)	0	3200	46	3200	270	(0)	3.3	0.1	0.1	0	370	0.02	0.05	0.2	(1.0)	0.14	(0)	66	0.24	-	47	-	Tr	別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 葉柄基部 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06036	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.03	0.6	0.8	0.08	(0)	48	0.25	-	19	-	0	別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 根端及び葉柄基部 廃棄率： 葉つきの場合 35% 硝酸イオン： 0.1 g
06037	-	-	-	-	(0)	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.03	0.6	(0.8)	0.05	(0)	49	0.22	-	16	-	0	別名： かぶら、すずな 根端及び葉柄基部を除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06038	0	0	0	1	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.03	0.6	0.7	0.07	(0)	49	0.23	1.0	18	-	0	別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 根端、葉柄基部及び皮 廃棄率： 葉つきの場合 40% 硝酸イオン： 0.1 g
06039	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.03	0.5	(0.6)	0.06	(0)	56	0.21	-	16	-	0	別名： かぶら、すずな 根端、葉柄基部及び皮を除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06040	-	-	-	-	(0)	0	1200	38	1200	100	(0)	2.9	0.1	0.1	0	360	0.07	0.19	1.0	(1.8)	1.10	(0)	78	0.49	-	44	-	2.3	別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 葉柄基部 水洗いし、手搾りしたもの
06041	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.02	0.03	0.7	(0.9)	0.08	(0)	48	0.39	-	19	-	2.8	別名： かぶら、すずな 水洗いし、手搾りしたもの
06042	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.04	0.03	0.1	(0.3)	0.10	(0)	58	0.25	-	21	-	4.3	別名： かぶら、すずな 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06043	-	-	-	-	(0)	0	1600	37	1600	140	(0)	4.0	0.1	0.1	0	260	0.31	0.24	4.8	5.4	0.36	(0)	81	0.73	-	49	-	3.8	別名： かぶら、すずな 廃棄部位： 葉柄基部 水洗いし、手搾りしたもの
06044	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	Tr	0.25	0.04	2.8	3.1	0.19	(0)	74	0.46	-	28	-	2.2	別名： かぶら、すずな 水洗いし、水切りしたもの
06045	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.45	0.05	3.2	3.4	0.42	(0)	70	1.11	-	20	-	6.9	別名： かぶら、すずな 水洗いし、水切りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06046	Tr	Tr	0	2	0	49	700	3	730	60	(0)	1.8	0	3.2	0.1	26	0.07	0.06	0.6	0.9	0.12	(0)	80	0.50	1.7	16	-	0	別名： とうなす、ぼうぶら、なんきん 廃棄部位： わた、種子及び両端 硝酸イオン： Tr
06047	-	-	-	-	(0)	45	810	2	830	69	(0)	2.2	0	3.8	0.1	27	0.08	0.07	0.7	(1.1)	0.13	(0)	75	0.50	-	16	-	0	別名： とうなす、ぼうぶら、なんきん わた、種子及び両端を除いたもの 硝酸イオン：（Tr）
06048	Tr	1	0	5	(0)	17	3900	90	4000	330	(0)	4.9	0.1	1.3	0	25	0.07	0.09	1.5	1.9	0.22	(0)	42	0.62	1.7	43	-	0	別名： くりかぼちゃ 廃棄部位： わた、種子及び両端 硝酸イオン： Tr
06049	-	-	-	-	(0)	18	3900	90	4000	330	(0)	4.7	0.1	1.0	0	22	0.07	0.08	1.5	(1.8)	0.19	(0)	38	0.62	-	32	-	0	別名： くりかぼちゃ わた、種子及び両端を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06332	-	-	-	-	(0)	26	5400	130	5500	450	(0)	6.9	0.1	1.8	0	0	0.09	0.12	2.1	(2.5)	0.22	(0)	58	0.77	-	44	-	0	別名： くりかぼちゃ わた、種子及び両端を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06050	-	-	-	-	(0)	0	3700	57	3800	310	(0)	4.2	0.1	1.1	0	17	0.06	0.09	1.3	(1.7)	0.19	(0)	48	0.44	-	34	-	0	別名： くりかぼちゃ 硝酸イオン： Tr
06051	-	-	-	-	(0)	0	49	0	49	4	(0)	0.2	0	Tr	0	Tr	0.05	0.01	0.5	(0.7)	0.10	(0)	25	0.36	-	11	-	0	別名： ぺぽかぼちゃ、きんしうり、そうめんうり、いとかぼちゃ 廃棄部位： わた、種子、皮及び両端 硝酸イオン： 0.1 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物									無機質									備考
			可食部 100 g 当たり																												
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg			(……g……)									(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN		
06052	522	からしな 葉 生	0	106	26	90.3	2.8	3.3	-	(0)	0.1	-	-	1.5 *	3.7	-	4.7	-	1.3	60	620	140	21	72	2.2	0.9	0.08	1.02		別名： 葉がらし、菜がらし 株元を除いたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06053	523	からしな 塩漬	0	149	36	84.5	(3.3)	4.0	-	(0)	0.1	-	-	2.9 *	5.0	-	7.2	-	3.8	970	530	150	23	71	1.8	1.1	0.10	0.76		別名： 葉がらし、菜がらし 株元を除いたもの 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.4 g
06054	524	カリフラワー 花序 生	50	117	28	90.8	2.1	3.0	(0.1)	0	0.1	3.2 *	3.2	2.9	2.9	-	5.2	0.3	0.9	8	410	24	18	68	0.6	0.6	0.05	0.22		別名： はなやさい 廃棄部位： 茎葉 硝酸イオン： Tr
06055	525	カリフラワー 花序 ゆで	0	111	26	91.5	(1.9)	2.7	(0.1)	(0)	0.1	(3.0) *	(2.9)	2.4	3.2	-	5.1	0.3	0.6	8	220	23	13	37	0.7	0.4	0.03	0.17		別名： はなやさい 茎葉を除いたもの 硝酸イオン： (Tr)
06056	526	かんぴょう 乾	0	1002	239	19.8	4.4	6.3	-	(0)	0.2	33.3	33.2	40.0 *	30.1	-	68.1	-	5.0	3	1800	250	110	140	2.9	1.8	0.62	1.60		硝酸イオン： 0.5 g
06057	527	かんぴょう ゆで	0	87	21	91.6	(0.5)	0.7	-	(0)	0	(3.5)	(3.5)	2.1 *	5.3	-	7.2	-	0.4	1	100	34	10	16	0.3	0.2	0.08	0.14		硝酸イオン： 0.1 g
06364	528	かんぴょう 甘煮	0	619	146	57.6	2.0	2.3	-	(0)	0.2	26.7	25.5	31.4 *	5.5	-	36.5	-	3.4	1200	90	44	21	34	0.5	0.3	0.05	0.31		硝酸イオン： 0 g
06058	529	きく 花びら 生	15	104	25	91.5	(1.2)	1.4	-	(0)	0	-	-	3.3 *	3.4	-	6.5	-	0.6	2	280	22	12	28	0.7	0.3	0.04	0.36		別名： 食用ぎく、料理ぎく 廃棄部位： 花床 硝酸イオン： Tr
06059	530	きく 花びら ゆで	0	88	21	92.9	(0.8)	1.0	-	(0)	0	-	-	3.0 *	2.9	-	5.7	-	0.4	1	140	16	9	20	0.5	0.2	0.04	0.24		別名： 食用ぎく、料理ぎく 花床を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr
06060	531	きく 菊のり	0	1188	283	9.5	(9.5)	11.6	-	(0)	0.2	-	-	46.0 *	29.6	-	73.5	-	5.2	14	2500	160	140	250	11.0	2.2	0.62	1.34		別名： 乾燥食用ぎく 硝酸イオン： Tr
06061	532	（キャベツ類） キャベツ 結球葉 生	15	90	21	92.7	0.9	1.3	0.1	(0)	0.2	3.5 *	3.5	3.8	1.8	-	5.2	0.1	0.5	5	200	43	14	27	0.3	0.2	0.02	0.16		別名： かんらん、たまな 廃棄部位： しん 硝酸イオン： 0.1 g
06062	533	（キャベツ類） キャベツ 結球葉 ゆで	0	79	19	93.9	(0.6)	0.9	(0.1)	(0)	0.2	1.9	1.9	2.9 *	2.0	-	4.6	0.1	0.3	3	92	40	9	20	0.2	0.1	0.02	0.14		別名： かんらん、たまな しんを除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06333	534	（キャベツ類） キャベツ 結球葉 油いため	0	324	78	85.7	(1.1)	1.6	(5.7)	(0.2)	6.0	(2.7)	(2.7)	4.3 *	2.2	-	5.9	0.2	0.6	6	250	53	17	33	0.4	0.2	0.03	0.19		別名： かんらん、たまな しんを除いたもの 植物油（なたね油） Tr 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.1 g
06063	535	（キャベツ類） グリーンボール 結球葉 生	15	83	20	93.4	(1.0)	1.4	Tr	(0)	0.1	(3.2) *	(3.2)	3.0	1.6	-	4.3	0.1	0.7	4	270	58	17	41	0.4	0.2	0.03	0.18		廃棄部位： しん 硝酸イオン： 0.1 g
06064	536	（キャベツ類） レッドキャベツ 結球葉 生	10	125	30	90.4	(1.3)	2.0	Tr	(0)	0.1	(3.5)	(3.5)	4.7 *	2.8	-	6.7	-	0.8	4	310	40	13	43	0.5	0.3	0.04	0.20		別名： 赤キャベツ、紫キャベツ 廃棄部位： しん 硝酸イオン： Tr
06065	537	きゅうり 果実 生	2	55	13	95.4	0.7	1.0	Tr	0	0.1	2.0 *	1.9	2.0	1.1	-	3.0	0.3	0.5	1	200	26	15	36	0.3	0.2	0.11	0.07		廃棄部位： 両端 硝酸イオン： Tr
06066	538	きゅうり 漬物 塩漬	2	70	17	92.1	(0.7)	1.0	Tr	(0)	0.1	-	-	2.8 *	1.3	-	3.7	-	3.1	1000	220	26	15	38	0.2	0.2	0.07	0.07		廃棄部位： 両端 水洗いし、水切りしたもの 硝酸イオン： Tr
06067	539	きゅうり 漬物 しょうゆ漬	0	216	51	81.0	-	3.2	(0.1)	(0)	0.4	-	-	7.7 *	3.4	-	10.8	-	4.6	1600	79	39	21	29	1.3	0.2	0.08	0.16		硝酸イオン： Tr
06068	540	きゅうり 漬物 ぬかみそ漬	2	120	28	85.6	-	1.5	Tr	(0)	0.1	-	-	4.8 *	1.5	-	6.2	-	6.6	2100	610	22	48	88	0.3	0.2	0.11	0.14		廃棄部位： 両端 水洗いし、水切りしたもの 硝酸イオン： Tr
06069	541	きゅうり 漬物 ピクルス スイート型	0	297	70	80.0	(0.2)	0.3	Tr	(0)	0.1	(17.4) *	(17.0)	16.7	1.7	-	18.3	-	1.3	440	18	25	6	16	0.3	0.1	0.04	0		酢漬けしたもの 硝酸イオン： (Tr)
06070	542	きゅうり 漬物 ピクルス サワー型	0	54	13	93.4	(1.0)	1.4	-	(0)	Tr	-	-	1.5 *	1.4	-	2.5	-	2.7	1000	11	23	24	5	1.2	0.1	0.04	0.20		乳酸発酵したもの 硝酸イオン： (Tr)

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06052	522	からしな 葉 生	-	-	-	-	0	0	2800	0	2800	230	(0)	3.0	0.1	0.1	0	260	0.12	0.27	1.2	2.2	0.25	(0)	310	0.32	-	64	-	0.2
06053	523	からしな 塩漬	-	-	-	-	(0)	0	3000	0	3000	250	(0)	3.1	0.1	0.1	0	270	0.08	0.28	0.6	(1.8)	0.27	(0)	210	0.37	-	80	-	2.5
06054	524	カリフラワー 花序 生	0	0	0	4	(0)	0	18	0	18	2	(0)	0.2	0	0.4	0	17	0.06	0.11	0.7	1.3	0.23	(0)	94	1.30	8.5	81	-	0
06055	525	カリフラワー 花序 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	16	0	16	1	(0)	0.2	0	0.4	0	31	0.05	0.05	0.2	(0.7)	0.13	(0)	88	0.84	-	53	-	0
06056	526	かんぴょう 乾	2	2	5	13	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	Tr	0	0	Tr	0	0.04	2.7	3.2	0.04	(0)	99	1.75	8.0	0	-	0
06057	527	かんぴょう ゆで	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	0	0	0	0.3	(0.4)	0	(0)	7	0	-	0	-	0
06364	528	かんぴょう 甘煮	8	2	2	8	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	Tr	0	0	0	0	0.01	-	0.3	0.4	0.03	Tr	10	0.07	1.9	0	-	3.1
06058	529	きく 花びら 生	-	-	-	-	(0)	0	67	0	67	6	(0)	4.6	0.1	0.3	0	11	0.10	0.11	0.5	(0.9)	0.08	(0)	73	0.20	-	11	-	0
06059	530	きく 花びら ゆで	-	-	-	-	(0)	0	61	0	61	5	(0)	4.1	0.1	0.3	0	10	0.06	0.07	0.2	(0.5)	0.04	(0)	40	0.15	-	5	-	0
06060	531	きく 菊のり	-	-	-	-	(0)	0	180	0	180	15	(0)	25.0	0.5	0.6	0.1	62	0.73	0.89	3.8	(7.2)	0.69	(0)	370	1.50	-	10	-	0
06061	532	（キャベツ類） キャベツ 結球葉 生	0	Tr	1	4	(0)	0	49	1	50	4	(0)	0.1	0	0	0	78	0.04	0.03	0.2	0.4	0.11	(0)	78	0.22	1.6	41	-	0
06062	533	（キャベツ類） キャベツ 結球葉 ゆで	0	Tr	0	3	(0)	0	57	2	58	5	(0)	0.1	0	0	0	76	0.02	0.01	0.1	(0.2)	0.05	(0)	48	0.11	1.2	17	-	0
06333	534	（キャベツ類） キャベツ 結球葉 油いため	-	-	-	-	(0)	0	77	2	78	7	(0)	1.1	0	1.8	0.1	120	0.05	0.04	0.2	(0.5)	0.15	(0)	130	0.30	-	47	-	Tr
06063	535	（キャベツ類） グリーンボール 結球葉 生	-	-	-	-	(0)	0	110	0	110	9	(0)	0.2	0	0	0	79	0.05	0.04	0.4	(0.6)	0.13	(0)	53	0.31	-	47	-	0
06064	536	（キャベツ類） レッドキャベツ 結球葉 生	-	-	-	-	(0)	0	36	0	36	3	(0)	0.1	0	0	0	29	0.07	0.03	0.3	(0.6)	0.19	(0)	58	0.35	-	68	-	0
06065	537	きゅうり 果実 生	1	1	1	4	(0)	1	330	0	330	28	(0)	0.3	0	0	0	34	0.03	0.03	0.2	0.4	0.05	(0)	25	0.33	1.4	14	-	0
06066	538	きゅうり 漬物 塩漬	-	-	-	-	(0)	4	210	2	210	18	(0)	0.3	Tr	0.1	0	46	0.02	0.03	0.2	(0.4)	0.06	(0)	28	0.34	-	11	-	2.5
06067	539	きゅうり 漬物 しょうゆ漬	-	-	-	-	(0)	12	570	0	580	48	(0)	0.5	0.1	0.1	0	83	0.03	0.02	0.1	0.6	0.01	(0)	5	0.12	-	8	-	4.1
06068	540	きゅうり 漬物 ぬかみそ漬	1	1	1	7	(0)	4	210	0	210	18	(0)	0.2	Tr	0	0	110	0.26	0.05	1.6	1.9	0.20	0	22	0.93	1.2	22	-	5.3
06069	541	きゅうり 漬物 ピクルス スイート型	-	-	-	-	(0)	0	53	0	53	4	(0)	0.1	Tr	0	0	32	Tr	0.01	0.1	(0.2)	0.04	(0)	2	0	-	0	-	1.1
06070	542	きゅうり 漬物 ピクルス サワー型	-	-	-	-	(0)	0	14	0	14	1	(0)	Tr	0	0	0	15	0.02	0.06	0.1	(0.3)	0	(0)	1	0	-	0	-	2.5

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06071	543	ぎょうじゃにんにく 葉 生	10	147	35	88.8	(2.4)	3.5	(0.1)	(0)	0.2	-	-	4.5 *	3.3	-	6.6	-	0.9	2	340	29	22	30	1.4	0.4	0.16	-
06075	544	キンサイ 茎葉 生	8	67	16	93.5	(0.9)	1.1	(0.2)	(0)	0.4	-	-	1.4 *	2.5	-	3.5	-	1.2	27	360	140	26	56	0.5	0.5	0.02	0.52
06076	545	キンサイ 茎葉 ゆで	0	63	15	93.6	(0.9)	1.1	(0.2)	(0)	0.4	-	-	1.0 *	2.9	-	3.5	-	1.0	27	320	140	24	56	0.5	0.5	0.02	0.42
06077	546	クレソン 茎葉 生	15	56	13	94.1	(1.5)	2.1	(0.1)	(0)	0.1	(0.5) *	(0.5)	0.7	2.5	-	2.5	-	1.1	23	330	110	13	57	1.1	0.2	0.05	-
06078	547	くわい 塊茎 生	20	541	128	65.5	-	6.3	-	(0)	0.1	-	-	24.2 *	2.4	-	26.6	-	1.5	3	600	5	34	150	0.8	2.2	0.71	0.13
06079	548	くわい 塊茎 ゆで	0	546	129	65.0	-	6.2	-	(0)	0.1	-	-	24.4 *	2.8	-	27.2	-	1.5	3	550	5	32	140	0.8	2.1	0.59	0.12
06080	549	ケール 葉 生	3	107	26	90.2	(1.6)	2.1	0.1	(0)	0.4	(1.2)	(1.2)	2.7 *	3.7	-	5.6	-	1.5	9	420	220	44	45	0.8	0.3	0.05	0.55
06081	550	コールラビ 球茎 生	7	87	21	93.2	(0.6)	1.0	-	(0)	0	(2.2)	(2.2)	3.6 *	1.9	-	5.1	-	0.6	7	240	29	15	29	0.2	0.1	0.02	0.07
06082	551	コールラビ 球茎 ゆで	0	85	20	93.1	(0.6)	1.0	-	(0)	Tr	(2.2)	(2.2)	3.3 *	2.3	-	5.2	-	0.6	7	210	27	14	28	0.2	0.1	0.02	0.07
06083	552	こごみ 若芽 生	0	102	25	90.7	(2.2)	3.0	-	(0)	0.2	-	-	0.9 *	5.2	-	5.3	-	0.8	1	350	26	31	69	0.6	0.7	0.26	0.33
06084	553	ごぼう 根 生	10	244	58	81.7	1.1	1.8	(0.1)	(0)	0.1	1.1	1.0	10.4 *	5.7	-	15.4	-	0.9	18	320	46	54	62	0.7	0.8	0.21	0.18
06085	554	ごぼう 根 ゆで	0	210	50	83.9	(0.9)	1.5	(0.2)	(0)	0.2	(0.9)	(0.9)	8.2 *	6.1	-	13.7	-	0.6	11	210	48	40	46	0.7	0.7	0.16	0.16
06086	555	こまつな 葉 生	15	55	13	94.1	1.3	1.5	0.1	(0)	0.2	0.3	0.3	0.8 *	1.9	-	2.4	-	1.3	15	500	170	12	45	2.8	0.2	0.06	0.13
06087	556	こまつな 葉 ゆで	9	59	14	94.0	(1.4)	1.6	(0.1)	(0)	0.1	(0.3)	(0.3)	0.9 *	2.4	-	3.0	-	1.0	14	140	150	14	46	2.1	0.3	0.07	0.17
06385	557	コリアンダー 葉 生	10	75	18	92.4	-	1.4	-	-	0.4	-	-	0.1 *	4.2	-	4.6	-	1.2	4	590	84	16	59	1.4	0.4	0.09	0.39
06088	558	ザーサイ 漬物	0	83	20	77.6	(2.0)	2.5	-	(0)	0.1	-	-	0.5 *	4.6	-	4.6	-	15.0	5400	680	140	19	67	2.9	0.4	0.10	0.34
06089	559	さんとうさい 葉 生	6	48	12	94.7	(0.8)	1.0	(0.1)	(0)	0.2	-	-	0.9 *	2.2	-	2.7	-	1.1	9	360	140	14	27	0.7	0.3	0.04	0.16
06090	560	さんとうさい 葉 ゆで	5	58	14	94.3	(1.1)	1.4	(0.1)	(0)	0.3	-	-	0.9 *	2.5	-	2.9	-	0.9	9	240	130	13	30	0.6	0.4	0.04	0.20
06091	561	さんとうさい 塩漬	6	74	18	90.3	(1.1)	1.5	(0.1)	(0)	0.3	-	-	1.5 *	3.0	-	4.0	-	3.6	910	420	190	17	35	0.6	0.4	0.06	0.16
06092	562	しかくまめ 若ざや 生	5	80	19	92.8	(2.0)	2.4	-	(0)	0.1	-	-	1.0 *	3.2	-	3.8	-	0.8	1	270	80	38	48	0.7	0.3	0.09	0.54
06093	563	ししとう 果実 生	10	102	25	91.4	1.3	1.9	(0.1)	(0)	0.3	1.2	1.2	2.6 *	3.6	-	5.7	0.3	0.7	1	340	11	21	34	0.5	0.3	0.10	0.18

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06071	543	ぎょうじゃにんにく 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2000	-	2000	170	0	0.4	0.1	0.4	0	320	0.10	0.16	0.8	(1.7)	0.15	(0)	85	0.39	-	59	-	0
06075	544	キンサイ 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1800	23	1800	150	(0)	1.2	0	0	0	180	0.05	0.11	0.6	(0.8)	0.08	(0)	47	0.35	-	15	-	0.1
06076	545	キンサイ 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	1500	19	1500	130	(0)	1.2	0	0	0	210	0.03	0.06	0.4	(0.6)	0.05	(0)	31	0.34	-	7	-	0.1
06077	546	クレソン 茎葉 生	2	2	1	20	(0)	0	2700	0	2700	230	(0)	1.6	0	0	0	190	0.10	0.20	0.5	(1.0)	0.13	(0)	150	0.30	4.0	26	-	0.1
06078	547	くわい 塊茎 生	1	1	Tr	4	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	3.0	Tr	0	0	1	0.12	0.07	1.9	3.0	0.34	(0)	140	0.78	7.2	2	-	0
06079	548	くわい 塊茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	3.1	Tr	0	0	1	0.10	0.06	1.6	2.6	0.30	(0)	120	0.75	-	0	-	0
06080	549	ケール 葉 生	1	4	1	38	(0)	0	2900	13	2900	240	(0)	2.4	Tr	0.2	0	210	0.06	0.15	0.9	(1.3)	0.16	(0)	120	0.31	4.0	81	-	0
06081	550	コールラビ 球茎 生	-	-	-	-	(0)	0	0	23	12	1	(0)	0	0	0	0	7	0.04	0.05	0.2	(0.3)	0.09	(0)	73	0.20	-	45	-	0
06082	551	コールラビ 球茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	15	0	15	1	(0)	0	0	0	0	8	0.03	0.05	0.2	(0.3)	0.06	(0)	71	0.20	-	37	-	0
06083	552	こごみ 若芽 生	-	-	-	-	(0)	200	1100	29	1200	100	(0)	1.7	0.2	0.1	0.1	120	0	0.12	2.9	(3.5)	0.03	(0)	150	0.60	-	27	-	0
06084	553	ごぼう 根 生	2	1	1	1	(0)	0	1	0	1	Tr	(0)	0.6	0	0	0	Tr	0.05	0.04	0.4	0.6	0.10	(0)	68	0.23	1.3	3	-	0
06085	554	ごぼう 根 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.6	0	0	0	Tr	0.03	0.02	0.2	(0.4)	0.09	(0)	61	0.19	-	1	-	0
06086	555	こまつな 葉 生	2	1	2	10	(0)	0	3100	28	3100	260	(0)	0.9	0	0.1	0	210	0.09	0.13	1.0	1.6	0.12	(0)	110	0.32	2.9	39	-	0
06087	556	こまつな 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	3100	28	3100	260	(0)	1.5	Tr	0.1	0	320	0.04	0.06	0.3	(0.9)	0.06	(0)	86	0.23	-	21	-	0
06385	557	コリアンダー 葉 生	2	Tr	2	23	-	5	1700	34	1700	150	0	1.9	0	0.2	0	190	0.09	0.11	1.3	1.5	0.11	-	69	0.52	6.2	40	-	0
06088	558	ザーサイ 漬物	-	-	-	-	(0)	-	-	-	11	1	(0)	0.2	0	0.1	0	24	0.04	0.07	0.4	(1.1)	0.09	(0)	14	0.35	-	0	-	13.7
06089	559	さんとうさい 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1200	0	1200	96	(0)	0.8	Tr	0	0	100	0.03	0.07	0.5	(0.7)	0.08	(0)	130	0.17	-	35	-	0
06090	560	さんとうさい 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	1500	0	1500	130	(0)	0.9	Tr	0	0	140	0.02	0.05	0.3	(0.5)	0.05	(0)	74	0.12	-	22	-	0
06091	561	さんとうさい 塩漬	-	-	-	-	(0)	0	1700	0	1700	140	(0)	1.0	Tr	0	0	150	0.04	0.12	0.6	(0.9)	0.10	(0)	98	0.21	-	44	-	2.3
06092	562	しかくまめ 若ざや 生	-	-	-	-	(0)	18	430	0	440	36	(0)	0.4	0	1.6	Tr	63	0.09	0.09	0.8	(1.8)	0.10	(0)	29	0.36	-	16	-	0
06093	563	ししとう 果実 生	0	4	1	4	(0)	0	530	0	530	44	(0)	1.3	0	0	0	51	0.07	0.07	1.4	1.8	0.39	(0)	33	0.35	4.2	57	-	0

備考

06071 543 ぎょうじゃにんにく 葉 生
別名： アイヌねぎ、ヒトビロ、やまびる
廃棄部位： 底盤部及び萌芽葉
硝酸イオン： Tr

06075 544 キンサイ 茎葉 生
別名： 中国セロリ、スープセロリ、リーフセロリ
廃棄部位： 株元
硝酸イオン： 0.3 g

06076 545 キンサイ 茎葉 ゆで
別名： 中国セロリ、スープセロリ、リーフセロリ
株元を除いたもの
硝酸イオン： 0.4 g

06077 546 クレソン 茎葉 生
別名： オランダがらし、オランダみずがらし
廃棄部位： 株元
硝酸イオン： 0.1 g

06078 547 くわい 塊茎 生
廃棄部位： 皮及び芽

06079 548 くわい 塊茎 ゆで
皮及び芽を除いたもの

06080 549 ケール 葉 生
別名： 葉キャベツ、はごろもかんらん
廃棄部位： 葉柄基部
硝酸イオン： 0.2 g

06081 550 コールラビ 球茎 生
別名： 球茎かんらん、かぶかんらん
廃棄部位： 根元及び葉柄基部
硝酸イオン： 0.1 g

06082 551 コールラビ 球茎 ゆで
別名： 球茎かんらん、かぶかんらん
根元及び葉柄基部を除いたもの
硝酸イオン： 0.1 g

06083 552 こごみ 若芽 生
別名： くさそてつ、こごめ
硝酸イオン： Tr

06084 553 ごぼう 根 生
廃棄部位： 皮、葉柄基部及び先端
硝酸イオン： 0.1 g

06085 554 ごぼう 根 ゆで
皮、葉柄基部及び先端を除いたもの
硝酸イオン： 0.1 g

06086 555 こまつな 葉 生
廃棄部位： 株元
硝酸イオン： 0.5 g

06087 556 こまつな 葉 ゆで
廃棄部位： 株元
ゆでた後水冷し、手搾りしたもの
硝酸イオン： 0.3 g

06385 557 コリアンダー 葉 生
別名： 香菜（シャンツァイ）、パクチー
廃棄部位： 根、食物繊維：AOAC2011.25法
硝酸イオン：0.3 g

06088 558 ザーサイ 漬物
別名： ダイシンサイ
硝酸イオン： 0.2 g

06089 559 さんとうさい 葉 生
別名： さんとうな、べが菜
廃棄部位： 根及び株元
硝酸イオン： 0.3 g

06090 560 さんとうさい 葉 ゆで
別名： さんとうな、べが菜
根を除いたもの
ゆでた後水冷し、手搾りしたもの
廃棄部位： 株元
硝酸イオン： 0.2 g

06091 561 さんとうさい 塩漬
別名： さんとうな
廃棄部位： 株元
水洗いし、手搾りしたもの
硝酸イオン： 0.3 g

06092 562 しかくまめ 若ざや 生
廃棄部位： さやの両端
硝酸イオン： 0.1 g

06093 563 ししとう 果実 生
別名： ししとうがらし
廃棄部位： へた

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物									無機質									備考
		可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN	
06094	564	ししとう 果実 油いため	0	210	51	88.3	(1.3)	1.9	(2.9)	(0)	3.2	(1.2)	(1.2)	2.8 *	3.6	-	5.8	0.3	0.8	Tr	380	15	21	39	0.6	0.3	0.10	0.18	0	4	1	4	(0)	0	540	0	540	45	(0)	1.3	0	0	0	52	0.07	0.07	1.5	(1.9)	0.40	(0)	34	0.36	3.7	49	-	0	別名： ししとうがらし へたを除いたもの 植物油（調合油）
06095	565	しそ 葉 生	0	130	32	86.7	3.1	3.9	Tr	(0)	0.1	-	-	1.0 *	7.3	-	7.5	-	1.7	1	500	230	70	70	1.7	1.3	0.20	2.01	6	1	2	30	(0)	0	11000	0	11000	880	(0)	3.9	0	0	0	690	0.13	0.34	1.0	2.4	0.19	(0)	110	1.00	5.1	26	-	0	試料： 青じそ（別名 ： 大葉） 廃棄率： 小枝つきの場合40 % 硝酸イオン： 0.1 g
06096	566	しそ 実 生	0	132	32	85.7	(2.7)	3.4	0.1	(0)	0.1	-	-	0.7 *	8.9	-	8.9	-	1.9	1	300	100	71	85	1.2	1.0	0.52	1.35	-	-	-	-	(0)	44	2600	0	2600	220	(0)	3.8	0.1	0.7	0.2	190	0.09	0.16	1.8	(3.0)	0.12	(0)	72	0.80	-	5	-	0	試料： 青じそ 廃棄率： 穂じその場合 35 % 硝酸イオン： Tr
06097	567	じゅうろくささげ 若さや 生	3	90	22	91.9	(1.8)	2.5	-	(0)	0.1	-	-	1.3 *	4.2	-	4.8	-	0.7	1	250	28	36	48	0.5	0.7	0.12	0.66	-	-	-	-	(0)	40	1100	0	1200	96	(0)	0.5	0	1.8	0.3	160	0.08	0.07	0.7	(1.1)	0.11	(0)	150	0.43	-	25	-	0	別名： 長ささげ、三尺ささげ 廃棄部位： へた 硝酸イオン： Tr
06098	568	じゅうろくささげ 若さや ゆで	0	116	28	90.2	(2.0)	2.8	-	(0)	0.1	-	-	2.5 *	4.5	-	6.2	-	0.7	1	270	35	32	57	0.5	0.6	0.11	0.63	-	-	-	-	(0)	28	1100	0	1100	93	(0)	0.3	0	1.3	0.1	170	0.09	0.08	0.8	(1.3)	0.07	(0)	150	0.39	-	16	-	0	別名： 長ささげ、三尺ささげ へたを除いたもの 硝酸イオン： Tr
06099	569	しゅんぎく 葉 生	1	84	20	91.8	1.9	2.3	0.1	(0)	0.3	0.4	0.4	1.3 *	3.2	-	3.9	-	1.4	73	460	120	26	44	1.7	0.2	0.10	0.40	5	2	2	12	(0)	0	4500	0	4500	380	(0)	1.7	0	0.1	0	250	0.10	0.16	0.8	1.5	0.13	(0)	190	0.23	3.5	19	-	0.2	別名： きくな 廃棄部位： 基部 廃棄率： 根つきの場合 15 % 硝酸イオン： 0.3 g
06100	570	しゅんぎく 葉 ゆで	0	102	25	91.1	(2.2)	2.7	(0.2)	(0)	0.5	(0.4)	(0.4)	1.6 *	3.7	-	4.5	-	1.0	42	270	120	24	44	1.2	0.2	0.12	0.49	-	-	-	-	(0)	0	5300	0	5300	440	(0)	2.0	0	0.1	0	460	0.05	0.08	0.4	(1.2)	0.06	(0)	100	0.13	-	5	-	0.1	別名： きくな ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06101	571	じゅんさい 若葉 水煮びん詰	0	15	4	98.6	-	0.4	-	(0)	0	-	-	0 *	1.0	-	1.0	-	Tr	2	2	4	2	5	0	0.2	0.02	0.02	-	-	-	-	(0)	0	29	0	29	2	(0)	0.1	0	0	0	16	0	0.02	0	0.1	0	(0)	3	0	-	0	-	0	液汁を除いたもの
06102	572	（しょうが類）葉しょうが 根茎 生	40	36	9	96.3	(0.4)	0.5	(0.1)	(0)	0.2	-	-	0.7 *	1.6	-	2.1	-	0.7	5	310	15	21	21	0.4	0.4	0.05	4.73	-	-	-	-	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.1	0	0.4	0	Tr	0.02	0.03	0.3	(0.4)	0.08	(0)	14	0.07	-	3	-	0	別名： 盆しょうが、はじかみ 廃棄部位： 葉及び茎 硝酸イオン： 0.2 g
06103	573	（しょうが類）しょうが 根茎 皮なし 生	20	117	28	91.4	0.7	0.9	(0.2)	(0)	0.3	4.2	4.0	4.6 *	2.1	-	6.6	0.1	0.7	6	270	12	27	25	0.5	0.1	0.06	5.01	0	1	1	6	(0)	1	4	0	5	Tr	(0)	0.1	Tr	0.8	0	0	0.03	0.02	0.6	0.8	0.13	(0)	8	0.21	0.7	2	-	0	ひねしょうが 廃棄部位： 皮 硝酸イオン： 0.1 g
06365	574	（しょうが類）しょうが 根茎 皮なし 生 おろし	0	240	58	81.6	(0.5)	0.7	0.5	(0)	0.8	-	-	8.9 *	7.4	-	16.0	-	0.9	4	380	39	27	24	0.8	0.2	0.05	5.12	(0)	Tr	1	12	(0)	2	13	(0)	14	1	(0)	0.3	0	1.8	(0)	(0)	0.02	0.02	0.5	(0.6)	0.12	(0)	5	0.07	0.5	1	-	0	別名： ひねしょうが 全体に対する割合24 % 硝酸イオン： Tr
06366	575	（しょうが類）しょうが 根茎 皮なし 生 おろし汁	0	72	17	95.1	(0.4)	0.4	0.2	(0)	0.3	-	-	3.3 *	0.3	-	3.5	-	0.7	3	300	2	19	24	0.2	0.2	0.04	3.16	(0)	0	Tr	6	(0)	1	4	(0)	5	Tr	(0)	0.1	0	0.6	(0)	(0)	0.02	0.01	0.5	(0.6)	0.12	(0)	6	0.04	0.6	1	-	0	別名： ひねしょうが 全体に対する割合76 % 硝酸イオン： Tr
06104	576	（しょうが類）しょうが 漬物 酢漬	0	69	17	89.2	(0.3)	0.3	(0.1)	(0)	0.2	0	-	1.2 *	2.2	0	3.9	1.2	5.9	1300	25	22	6	5	0.2	Tr	0.02	0.41	0	0	2	0	(0)	0	5	Tr	5	0	(0)	0.1	0	0.4	0	0	0	0.01	0.1	(0.1)	0	0	1	0	0.2	0	-	3.3	ひねしょうが 別名： 紅しょうが 液汁を除いたもの
06105	577	（しょうが類）しょうが 漬物 甘酢漬	0	197	47	86.0	(0.2)	0.2	(0.3)	(0)	0.4	0	-	8.6 *	1.8	0	10.7	1.0	2.1	800	13	39	4	3	0.3	Tr	0.01	0.37	1	3	2	0	(0)	0	3	0	4	0	(0)	0.1	0	0.3	0	0	0.63	0	0	(0.1)	0	0	1	0	0.2	0	-	2.0	ひねしょうが 別名： ガリ 液汁を除いたもの
06386	578	（しょうが類）新しょうが 根茎 生	10	42	10	96.0	(0.2)	0.3	-	-	0.3	0.8 *	0.8	0.7	1.9	-	2.7	-	0.8	3	350	11	15	23	0.5	0.4	0.04	7.65	Tr	0	1	3	-	1	6	0	6	Tr	-	0.1	0	0.7	0	Tr	0.01	0.01	0.2	(0.3)	0.05	-	10	0.05	0.5	2	-	0	廃棄部位： 皮及び茎 食物繊維：AOAC2011.25法 硝酸イオン：0.1 g
06106	579	しろうり 果実 生	25	63	15	95.3	(0.6)	0.9	Tr	(0)	0.1	-	-	2.5 *	1.2	-	3.3	-	0.4	1	220	35	12	20	0.2	0.2	0.03	0.05	5	0	0	2	(0)	0	65	9	70	6	(0)	0.2	0	0.1	0	29	0.03	0.03	0.2	(0.4)	0.04	(0)	39	0.30	1.3	8	-	0	別名： あさうり、つけうり 廃棄部位： わた及び両端
06107	580	しろうり 漬物 塩漬	1	62	15	92.8	(0.7)	1.0	Tr	(0)	0.1	-	-	1.9 *	2.2	-	3.7	-	2.4	790	220	26	13	24	0.2	0.2	0.04	0.05	-	-	-	-	(0)	0	66	15	74	6	(0)	0.2	0	0.1	0	44	0.03	0.03	Tr	(0.2)	0.07	(0)	43	0.30	-	10	-	2.0	別名： あさうり、つけうり 廃棄部位： 両端 水洗いし、手搾りしたもの
06108	581	しろうり 漬物 奈良漬	0	911	216	44.0	-	4.6	-	(0)	0.2	0	-	37.2 *	2.6	0	40.0	0.2	5.3	1900	97	25	12	79	0.4	0.8	0.07	0.51	1	1	1	81	(0)	0	23	9	27	2	(0)	0.1	0	0.1	0	6	0.03	0.11	0.7	1.4	0.39	0.1	52	0.57	1.0	0	5.8	4.8	別名： あさうり、つけうり
06109	582	ずいき 生ずいき 生	30	64	15	94.5	(0.2)	0.5	-	(0)	0	-	-	2.8 *	1.6	-	4.1	-	0.9	1	390	80	6	13	0.1	1.0	0.03	2.24	-	-	-	-	(0)	0	110	0	110	9	(0)	0.4	0	0.1	0	9	0.01	0.02	0.2	(0.3)	0.03	(0)	14	0.28	-	5	-	0	廃棄部位： 株元及び表皮 硝酸イオン： Tr
06110	583	ずいき 生ずいき ゆで	0	41	10	96.1	(0.2)	0.4	-	(0)	0	-	-	1.2 *	2.1	-	3.1	-	0.4	1	76	95	7	9	0.1	0.9	0.02	1.69	-	-	-	-	(0)	3	110	0	110	9	(0)	0.3	0	0.1	0	14	0	0	0	(0.1)	0.01	(0)	10	0.10	-	1	-	0	元及び表皮を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								無機質									備考
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)	mg	(……g……)													(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN	
06111	584	ずいき 干しずいき 乾	0	972	232	9.9	(2.6)	6.6	(0.3)	(0)	0.4	-	-	41.8 *	25.8	-	63.5	-	18.2	6	10000	1200	120	210	9.0	5.4	0.55	25.00	
06112	585	ずいき 干しずいき ゆで	0	38	9	95.5	(0.2)	0.5	-	(0)	0	-	-	0.6 *	3.1	-	3.4	-	0.6	2	160	130	8	5	0.7	0.3	0.05	2.35	
06387	586	すいぜんじな 葉 生	35	65	16	93.1	-	0.6	-	-	0.6	-	-	0 *	4.0	-	3.4	-	1.4	1	530	140	42	42	0.5	0.5	0.07	2.11	
06113	587	すぐきな 葉 生	25	94	23	90.5	(1.7)	1.9	(0.1)	(0)	0.2	-	-	1.7 *	4.0	-	5.4	-	1.8	32	680	150	18	58	2.6	0.3	0.06	0.30	
06114	588	すぐきな 根 生	8	78	19	93.7	(0.5)	0.6	(0.1)	(0)	0.1	-	-	3.1 *	1.7	-	4.7	-	0.7	26	310	26	8	35	0.1	0.1	0.03	0.05	
06115	589	すぐきな すぐき漬	0	123	30	87.4	(2.1)	2.6	(0.5)	(0)	0.7	-	-	1.6 *	5.2	-	6.1	-	3.2	870	390	130	25	76	0.9	0.4	0.08	0.09	
06116	590	ズッキーニ 果実 生	4	66	16	94.9	(0.9)	1.3	(0.1)	(0)	0.1	(2.3) *	(2.3)	1.9	1.3	-	2.8	-	0.8	1	320	24	25	37	0.5	0.4	0.07	0.15	
06117	591	せり 茎葉 生	30	70	17	93.4	(1.9)	2.0	(0.1)	(0)	0.1	-	-	1.0 *	2.5	-	3.3	-	1.2	19	410	34	24	51	1.6	0.3	0.15	1.24	
06118	592	せり 茎葉 ゆで	15	71	17	93.6	(1.9)	2.1	(0.1)	(0)	0.1	-	-	0.8 *	2.8	-	3.4	-	0.8	8	190	38	19	40	1.3	0.2	0.10	1.30	
06119	593	セロリ 葉柄 生	35	49	12	94.7	0.4	0.4	0.1	(0)	0.1	1.4 *	1.3	1.1	1.5	1.0	3.6	Tr	1.0	28	410	39	9	39	0.2	0.2	0.03	0.11	
06120	594	ぜんまい 生ぜんまい 若芽 生	15	111	27	90.9	(1.3)	1.7	-	(0)	0.1	-	-	3.2 *	3.8	-	6.6	-	0.7	2	340	10	17	37	0.6	0.5	0.15	0.40	
06121	595	ぜんまい 生ぜんまい 若芽 ゆで	0	72	17	94.2	(0.8)	1.1	-	(0)	0.4	-	-	0.9 *	3.5	-	4.1	-	0.2	2	38	19	9	20	0.3	0.4	0.10	0.22	
06122	596	ぜんまい 干しぜんまい 干し若芽 乾	0	1161	277	8.5	(10.8)	14.6	-	(0)	0.6	-	-	39.8 *	34.8	-	70.8	-	5.5	25	2200	150	140	200	7.7	4.6	1.20	3.34	
06123	597	ぜんまい 干しぜんまい 干し若芽 ゆで	0	101	25	91.2	(1.3)	1.7	-	(0)	0.1	-	-	2.0 *	5.2	-	6.8	-	0.2	2	19	20	9	16	0.4	0.3	0.14	0.20	
06124	598	そらまめ 未熟豆 生	25	431	102	72.3	8.3	10.9	0.1	(0)	0.2	13.2	12.1	15.6 *	2.6	-	15.5	-	1.1	1	440	22	36	220	2.3	1.4	0.39	0.21	
06125	599	そらまめ 未熟豆 ゆで	25	435	103	71.3	(7.8)	10.5	(0.1)	(0)	0.2	(13.7)	(12.5)	15.7 *	4.0	-	16.9	-	1.1	4	390	22	38	230	2.1	1.9	0.33	0.38	
06126	600	タアサイ 葉 生	6	48	12	94.3	(1.1)	1.3	(0.1)	(0)	0.2	-	-	0.6 *	1.9	-	2.2	-	1.3	29	430	120	23	46	0.7	0.5	0.05	0.38	
06127	601	タアサイ 葉 ゆで	6	44	11	95.0	(0.9)	1.1	(0.1)	(0)	0.2	-	-	0.5 *	2.1	-	2.3	-	0.9	23	320	110	18	43	0.6	0.4	0.04	0.32	
06128	602	（だいこん類） かいわれだいこん 芽ばえ 生	0	88	21	93.4	(1.8)	2.1	(0.2)	(0)	0.5	-	-	2.0 *	1.9	-	3.3	-	0.6	5	99	54	33	61	0.5	0.3	0.03	0.35	

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
		可食部 100 g 当たり					ビタミンA						ビタミンE																		
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06111	584	ずいき 干しずいき 乾	-	-	-	-	(0)	(0)	15	(0)	15	1	(0)	0.4	0	0.2	0	19	0.15	0.30	2.5	(3.6)	0.07	(0)	30	2.00	-	0	-	0	別名： いもがら 硝酸イオン： 1.4 g
06112	585	ずいき 干しずいき ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	3	0	0.01	0	(0.1)	0	(0)	1	0.06	-	0	-	0	別名： いもがら ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr
06387	586	すいぜんじな 葉 生	3	Tr	1	8	-	11	4200	8	4300	350	-	3.8	0.3	Tr	0	270	0.06	0.12	0.5	0.6	0.08	-	66	0.03	4.7	17	-	0	別名： 金時草、式部草 廃棄部位： 葉柄基部 食物繊維：AOAC2011.25法 硝酸イオン：0.3 g
06113	587	すぐきな 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2000	30	2000	170	(0)	3.8	0.1	0.1	0	280	0.08	0.13	1.1	(1.6)	0.05	(0)	200	0.35	-	73	-	0.1	別名： かもな 廃棄部位： 葉柄基部 硝酸イオン： 0.2 g
06114	588	すぐきな 根 生	-	-	-	-	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.03	0.7	(0.8)	0.01	(0)	50	0.26	-	13	-	0.1	別名： かもな 廃棄部位： 根端及び葉柄基部 硝酸イオン： 0.2 g
06115	589	すぐきな すぐき漬	-	-	-	-	(0)	0	3000	0	3000	250	(0)	2.2	0	0	0	270	0.12	0.11	1.3	(1.9)	0.13	(0)	110	0.24	-	35	-	2.2	水洗いし、手搾りしたもの
06116	590	ズッキーニ 果実 生	Tr	Tr	1	6	(0)	0	310	10	320	27	(0)	0.4	0	0.4	0	35	0.05	0.05	0.4	(0.6)	0.09	(0)	36	0.22	2.7	20	-	0	別名： つるなしかぼちゃ 廃棄部位： 両端 硝酸イオン： 0.1 g
06117	591	せり 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1900	20	1900	160	(0)	0.7	0.1	0.8	0	160	0.04	0.13	1.2	(1.7)	0.11	(0)	110	0.42	-	20	-	0	別名： かわな 廃棄部位： 根及び株元 硝酸イオン： 0 g
06118	592	せり 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	1700	19	1700	150	(0)	0.6	0.1	1.0	0	160	0.02	0.06	0.6	(1.1)	0.07	(0)	61	0.32	-	10	-	0	別名： かわな 根を除いたもの 廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06119	593	セロリ 葉柄 生	1	0	0	2	(0)	0	44	0	44	4	(0)	0.2	0	0	0	10	0.03	0.03	Tr	0.1	0.08	(0)	29	0.26	1.2	7	-	0.1	別名： セロリー、セルリー、オランダみつば 廃棄部位： 株元、葉身及び表皮 硝酸イオン： 0.2 g
06120	594	ぜんまい 生ぜんまい 若芽 生	-	-	-	-	(0)	42	500	14	530	44	(0)	0.6	Tr	0.1	0	34	0.02	0.09	1.4	(1.8)	0.05	(0)	210	0.64	-	24	-	0	廃棄部位： 株元及び裸葉 硝酸イオン： 0 g
06121	595	ぜんまい 生ぜんまい 若芽 ゆで	-	-	-	-	(0)	21	420	9	430	36	(0)	0.5	0	0.1	0	34	0.01	0.05	0.7	(0.9)	0	(0)	59	0.12	-	2	-	0	株元及び裸葉を除いたもの ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06122	596	ぜんまい 干しぜんまい 干し若芽 乾	-	-	-	-	(0)	29	680	37	710	59	(0)	1.4	Tr	0.4	0	120	0.10	0.41	8.0	(11.0)	0.02	(0)	99	3.10	-	0	-	0.1	硝酸イオン： 0 g
06123	597	ぜんまい 干しぜんまい 干し若芽 ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	15	(0)	15	1	(0)	0.2	0	0	0	20	0	0.01	0	(0.4)	0	(0)	1	0	-	0	-	0	硝酸イオン： 0 g
06124	598	そらまめ 未熟豆 生	0	Tr	0	150	(0)	2	240	0	240	20	(0)	Tr	0	1.3	0	18	0.30	0.20	1.5	2.9	0.17	(0)	120	0.46	6.9	23	-	0	廃棄部位： 種皮 廃棄率： さや入りの場合 80 % 硝酸イオン： 0 g
06125	599	そらまめ 未熟豆 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	210	0	210	18	(0)	Tr	0	1.2	0	19	0.22	0.18	1.2	(2.5)	0.13	(0)	120	0.39	-	18	-	0	廃棄部位： 種皮 廃棄率： さや入りの場合 80 % 硝酸イオン： (0) g
06126	600	タアサイ 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2200	27	2200	180	(0)	1.5	0	Tr	0	220	0.05	0.09	0.9	(1.4)	0.12	(0)	65	0.19	-	31	-	0.1	別名： ひさごな、ゆきな、タァサイ、ターサイ、ターツァイ、きさらぎな 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.7 g
06127	601	タアサイ 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	2400	32	2400	200	(0)	1.7	Tr	Tr	0	230	0.02	0.03	0.4	(0.8)	0.05	(0)	42	0.09	-	14	-	0.1	別名： ひさごな、ゆきな、タァサイ、ターサイ、ターツァイ、きさらぎな 廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.5 g
06128	602	（だいこん類） かいわれだいこん 芽ばえ 生	12	0	0	6	(0)	0	1900	0	1900	160	(0)	2.1	0.1	0.5	0	200	0.08	0.13	1.3	(2.0)	0.23	(0)	96	0.29	5.6	47	-	0	別名： かいわれ 茎基部約1 cmを除去したもの 硝酸イオン： 0.1 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸の	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)											(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06129	603	（だいこん類）葉だいこん 葉 生	20	71	17	92.6	(1.7)	2.0	(0.1)	(0)	0.2	(1.1) *	(1.1)	1.1	2.6	-	3.3	-	1.5	41	340	170	25	43	1.4	0.4	0.05	0.23
06130	604	（だいこん類）だいこん 葉 生	10	89	21	90.6	1.9	2.2	Tr	(0)	0.1	1.4 *	1.4	1.6	4.0	-	5.3	-	1.6	48	400	260	22	52	3.1	0.3	0.04	0.27
06131	605	（だいこん類）だいこん 葉 ゆで	0	99	24	91.3	(1.9)	2.2	Tr	(0)	0.1	(1.3)	(1.3)	2.2 *	3.6	-	5.4	-	0.9	28	180	220	22	62	2.2	0.2	0.03	0.25
06132	606	（だいこん類）だいこん 根 皮つき 生	10	62	15	94.6	0.4	0.5	Tr	0	0.1	2.7 *	2.6	2.9	1.4	-	4.1	-	0.6	19	230	24	10	18	0.2	0.2	0.02	0.04
06133	607	（だいこん類）だいこん 根 皮つき ゆで	0	62	15	94.4	(0.3)	0.4	-	(0)	Tr	(2.8) *	(2.7)	3.0	1.6	-	4.5	-	0.5	14	210	24	9	18	0.2	0.2	0.02	0.05
06134	608	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生	15	63	15	94.6	0.3	0.4	Tr	0	0.1	2.9 *	2.8	3.0	1.3	-	4.1	-	0.6	17	230	23	10	17	0.2	0.1	0.02	0.04
06367	609	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生 おろし	0	106	25	90.5	(0.5)	0.6	-	(0)	0.2	-	-	3.0 *	5.1	-	8.0	-	0.6	30	190	63	23	19	0.3	0.3	0.02	0.06
06368	610	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生 おろし汁	0	51	12	96.5	(0.2)	0.3	-	(0)	Tr	-	-	2.7 *	0.1	-	2.7	-	0.4	21	140	14	9	13	0.1	0.1	0.01	0.01
06369	611	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生 おろし水洗い	0	94	23	91.4	(0.4)	0.6	-	(0)	0.1	-	-	2.6 *	4.7	-	7.2	-	0.6	25	170	57	21	16	0.2	0.2	0.01	0.06
06135	612	（だいこん類）だいこん 根 皮なし ゆで	0	62	15	94.8	(0.4)	0.5	Tr	(0)	0.1	2.5 *	2.5	2.5	1.7	-	4.0	-	0.5	12	210	25	10	14	0.2	0.1	0.01	0.05
06136	613	（だいこん類）切干しだいこん 乾	0	1178	280	8.4	(7.3)	9.7	(0.3)	(0)	0.8	-	-	51.3 *	21.3	-	69.7	-	8.5	210	3500	500	160	220	3.1	2.1	0.13	0.74
06334	614	（だいこん類）切干しだいこん ゆで	0	54	13	94.6	(0.7)	0.9	Tr	(0)	0.1	-	-	0.7 *	3.7	-	4.1	-	0.3	4	62	60	14	10	0.4	0.2	0.02	0.08
06335	615	（だいこん類）切干しだいこん 油いため	0	320	78	84.5	(1.1)	1.5	(5.7)	(Tr)	6.0	-	-	2.6 *	5.6	-	7.6	-	0.4	8	110	91	22	18	0.7	0.3	0.03	0.14
06388	616	（だいこん類）漬物 いぶりがっこ	0	317	76	73.8	(0.8)	1.1	-	-	0.3	-	-	13.9 *	7.1	-	21.0	-	3.9	1400	350	42	31	77	0.4	0.3	0.03	0.47
06137	617	（だいこん類）漬物 ぬかみそ漬	0	124	29	87.1	(1.0)	1.3	-	(0)	0.1	-	-	5.2 *	1.8	-	6.7	-	4.8	1500	480	44	40	44	0.3	0.1	0.02	0.13
06138	618	（だいこん類）漬物 たくあん漬 塩押しだいこん漬	0	183	43	85.0	(0.5)	0.6	-	(0)	0.3	0	-	8.5 *	2.3	0	10.8	0.2	3.3	1300	56	16	5	12	0.2	0.1	0.03	0.06
06139	619	（だいこん類）漬物 たくあん漬 干しだいこん漬	0	96	23	88.8	(1.4)	1.9	-	(0)	0.1	-	-	2.3 *	3.7	-	5.5	-	3.7	970	500	76	80	150	1.0	0.8	0.05	0.89
06140	620	（だいこん類）漬物 守口漬	0	821	194	46.2	-	5.3	-	(0)	0.2	-	-	41.0 *	3.3	-	44.3	-	4.0	1400	100	26	9	72	0.7	0.8	0.12	0.69
06141	621	（だいこん類）漬物 べったら漬	0	224	53	83.1	(0.3)	0.4	-	(0)	0.2	0	-	11.5 *	1.6	0	13.1	0.2	3.1	1100	190	15	6	24	0.2	0.1	0.02	0.03
06142	622	（だいこん類）漬物 みそ漬	0	219	52	79.0	-	2.1	-	0	0.3	0	-	9.0 *	2.1	0	11.4	0.3	7.3	2800	80	18	12	42	0.3	0.2	0.03	0.13
06143	623	（だいこん類）漬物 福神漬	0	581	137	58.6	-	2.7	-	(0)	0.1	-	-	29.4 *	3.9	-	33.3	-	5.3	2000	100	36	13	29	1.3	0.1	0.05	0.15
06144	624	（たいさい類）つまみな 葉 生	0	80	19	92.3	(1.7)	1.9	0.1	(0)	0.3	-	-	1.7 *	2.3	-	3.6	-	1.6	22	450	210	30	55	3.3	0.4	0.07	0.22
06145	625	（たいさい類）たいさい 葉 生	0	63	15	93.7	(0.8)	0.9	Tr	(0)	0.1	-	-	2.1 *	1.6	-	3.5	-	1.2	38	340	79	22	49	1.1	0.7	0.03	0.76
06146	626	（たいさい類）たいさい 塩漬	0	80	19	90.9	(1.4)	1.6	Tr	(0)	0.1	-	-	2.1 *	2.5	-	4.3	-	3.1	700	330	78	22	45	1.3	1.0	0.05	0.73
06147	627	たかな 葉 生	8	87	21	92.7	(1.5)	1.8	-	(0)	0.2	-	-	2.0 *	2.5	-	4.2	-	0.9	43	300	87	16	35	1.7	0.3	0.04	0.24

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
		可食部 100 g 当たり					ビタミンA						ビタミンE																		
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06129	603	（だいこん類）葉だいこん 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2300	15	2300	190	(0)	1.5	Tr	0	0	220	0.07	0.15	0.5	(1.2)	0.22	(0)	130	0.39	-	49	-	0.1	試料： 水耕栽培品 廃棄部位： 株元及び根 硝酸イオン： 0.4 g
06130	604	（だいこん類）だいこん 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	3900	0	3900	330	(0)	3.8	0	0.1	0	270	0.09	0.16	0.5	1.3	0.18	(0)	140	0.26	-	53	-	0.1	廃棄部位： 葉柄基部 硝酸イオン： 0.2 g
06131	605	（だいこん類）だいこん 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	4400	0	4400	370	(0)	4.9	0	0	0	340	0.01	0.06	0.1	(0.9)	0.10	(0)	54	0.11	-	21	-	0.1	葉柄基部を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06132	606	（だいこん類）だいこん 根 皮つき 生	3	1	0	3	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	Tr	0.02	0.01	0.3	0.4	0.04	(0)	34	0.12	0.3	12	-	0	廃棄部位： 根端及び葉柄基部 硝酸イオン： 0.1 g
06133	607	（だいこん類）だいこん 根 皮つき ゆで	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.02	0.01	0.2	(0.3)	0.03	(0)	38	0.10	-	9	-	0	根端及び葉柄基部を除いたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06134	608	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生	3	1	0	2	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	Tr	0.02	0.01	0.2	0.3	0.05	(0)	33	0.11	0.3	11	-	0	廃棄部位： 根端、葉柄基部及び皮 硝酸イオン： 0.2 g
06367	609	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生 おろし	1	Tr	(0)	2	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.02	0.01	0.2	(0.3)	0.04	(0)	23	0.07	0.4	7	-	0.1	全体に対する割合18 % 硝酸イオン： 0.2 g
06368	610	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生 おろし汁	3	0	(0)	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.02	0.01	0.1	(0.2)	0.03	(0)	21	0.07	0.2	7	-	0.1	全体に対する割合82 % 硝酸イオン： 0.2 g
06369	611	（だいこん類）だいこん 根 皮なし 生 おろし水洗い	1	Tr	(0)	2	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.02	0.01	0.1	(0.2)	0.03	(0)	19	0.05	0.4	6	-	0.1	全体に対する割合20 % 硝酸イオン： 0.2 g
06135	612	（だいこん類）だいこん 根 皮なし ゆで	3	1	0	2	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.02	0.01	0.2	(0.3)	0.04	(0)	33	0.08	0.3	9	-	0	根端、葉柄基部及び皮を除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06136	613	（だいこん類）切干しだいこん 乾	20	2	3	29	(0)	0	2	0	2	0	(0)	0	0	0	0	Tr	0.35	0.20	4.6	(6.1)	0.29	(0)	210	1.24	5.9	28	-	0.5	硝酸イオン： 2.9 g
06334	614	（だいこん類）切干しだいこん ゆで	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	0	0.01	Tr	0.1	(0.2)	0.01	(0)	7	0.04	-	0	-	Tr	水もどし後、ゆでた後湯切りしたもの 硝酸イオン： Tr
06335	615	（だいこん類）切干しだいこん 油いため	-	-	-	-	(0)	0	1	0	1	0	(0)	0.9	0	1.8	0.1	7	0.02	0.02	0.2	(0.4)	0.02	(0)	12	0.07	-	0	-	Tr	水もどし後、油いため 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： Tr
06388	616	（だいこん類）漬物 いぶりがっこ	2	1	0	6	-	0	1	0	1	0	-	Tr	0	0	0	0	0.08	0.02	0.8	(1.0)	0.12	-	10	0.22	0.5	0	-	3.5	食物繊維：AOAC2011.25法 硝酸イオン：0.2 g
06137	617	（だいこん類）漬物 ぬかみそ漬	-	-	-	-	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	1	0.33	0.04	2.7	(2.9)	0.22	0	98	0.43	-	15	-	3.8	根、皮つき 水洗いし、水切りしたもの
06138	618	（だいこん類）漬物 たくあん漬 塩押しだいこん漬	2	0	1	3	(0)	0	1	0	1	(0)	(0)	Tr	0	0	0	0	0.01	0.01	0.1	(0.2)	0.01	0	10	0.03	0.2	40	-	3.3	別名： 新漬たくあん、早漬たくあん ビタミンC： 酸化防止用として添加 硝酸イオン： Tr
06139	619	（だいこん類）漬物 たくあん漬 干しだいこん漬	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.21	0.03	1.6	(1.9)	0.22	(0)	47	0.66	-	12	-	2.5	別名： 本たくあん 硝酸イオン： Tr
06140	620	（だいこん類）漬物 守口漬	-	-	-	-	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.05	0.17	0.7	1.6	0.32	(0)	45	0.19	-	0	-	3.6	
06141	621	（だいこん類）漬物 べったら漬	1	0	Tr	3	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	0	0	0	0	Tr	0.11	Tr	(0.1)	0	12.0	0	0.07	-	49	-	2.8	ビタミンC： 酸化防止用として添加 硝酸イオン：0.1 g
06142	622	（だいこん類）漬物 みそ漬	1	1	6	7	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0	Tr	0	0	3.70	0.01	0.1	0.5	0.01	Tr	9	0.04	0.8	0	-	7.2	硝酸イオン：Tr
06143	623	（だいこん類）漬物 福神漬	5	3	2	12	(0)	0	100	0	100	8	(0)	0.1	0	0	0	7	0.02	0.10	0	0.5	0	(0)	3	0	1.1	0	-	5.1	原材料： だいこん、なす、なたまめ、れんこん、しょうが等
06144	624	（たいさい類）つまみな 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1900	-	1900	160	(0)	1.4	0.1	0.1	0	270	0.06	0.14	1.0	(1.7)	0.10	(0)	65	0.33	-	47	-	0.1	試料： 若採りせっぱくたいさい（雪白体菜） 硝酸イオン： 0.3 g
06145	625	（たいさい類）たいさい 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1500	17	1500	130	(0)	0.9	Tr	0	0	110	0.07	0.07	0.5	(0.8)	0.08	(0)	120	0.14	-	45	-	0.1	別名： しゃくしな 硝酸イオン： 0.6 g
06146	626	（たいさい類）たいさい 塩漬	-	-	-	-	(0)	0	2100	29	2100	180	(0)	1.1	0	0	0	140	0.03	0.07	0.5	(1.1)	0.10	(0)	120	0.19	-	41	-	1.8	別名： しゃくしな 水洗いし、手搾りしたもの
06147	627	たかな 葉 生	2	Tr	4	4	(0)	0	2300	0	2300	190	(0)	0.8	0	0.1	0	120	0.06	0.10	0.4	(0.9)	0.16	(0)	180	0.27	2.1	69	-	0.1	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06148	628	たかな、たかな漬	0	124	30	87.2	(1.5)	1.9	-	(0)	0.6	0	-	2.1 *	4.0	0	6.2	0.5	4.0	1600	110	51	13	24	1.5	0.2	0.06	0.09
06149	629	たけのこ 若茎 生	50	114	27	90.8	2.5	3.6	(0.1)	(0)	0.2	1.4	1.4	2.5 *	2.8	-	4.3	0.1	1.1	Tr	520	16	13	62	0.4	1.3	0.13	0.68
06150	630	たけのこ 若茎 ゆで	0	129	31	89.9	(2.4)	3.5	(0.1)	0	0.2	(1.6)	(1.5)	3.2 *	3.3	-	5.5	0.1	0.9	1	470	17	11	60	0.4	1.2	0.13	0.55
06151	631	たけのこ 水煮缶詰	0	91	22	92.8	(1.9)	2.7	(0.1)	(0)	0.2	(2.3) *	(2.2)	2.6	2.3	-	4.0	-	0.3	3	77	19	4	38	0.3	0.4	0.04	0.68
06152	632	たけのこ めんま 塩蔵 塩抜き	0	62	15	93.9	(0.7)	1.0	(0.4)	(0)	0.5	-	-	0.6 *	3.5	-	3.6	-	1.0	360	6	18	3	11	0.2	Tr	0.02	0.03
06153	633	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 生	6	139	33	90.1	0.7	1.0	Tr	0.7	0.1	7.0 *	6.9	7.1	1.5	-	8.4	0.2	0.4	2	150	17	9	31	0.3	0.2	0.05	0.15
06154	634	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 水さらし	0	103	24	93.0	(0.4)	0.6	Tr	(0)	0.1	(4.0)	(3.9)	4.9 *	1.5	-	6.1	-	0.2	4	88	18	7	20	0.2	0.1	0.04	0.10
06155	635	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 ゆで	0	125	30	91.5	(0.5)	0.8	Tr	(0)	0.1	4.8	4.7	5.9 *	1.7	-	7.3	-	0.3	3	110	18	7	25	0.2	0.1	0.05	0.12
06336	636	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 油いため	0	418	100	80.1	(0.9)	1.4	(5.7)	(0.2)	5.9	(8.0)	(7.9)	10.1 *	2.7	-	12.0	-	0.6	3	210	24	11	47	0.2	0.3	0.08	0.18
06389	637	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 油いため（あめ色たまねぎ）	0	876	208	54.7	(2.1)	3.2	6.4	-	6.8	-	-	35.5 *	-	-	34.1	-	1.3	7	490	47	28	98	0.9	0.5	0.13	0.44
06156	638	（たまねぎ類）赤たまねぎ りん茎 生	8	145	34	89.6	(0.6)	0.9	Tr	(0)	0.1	(7.3) *	(7.2)	7.4	1.7	-	9.0	0.3	0.4	2	150	19	9	34	0.3	0.2	0.04	0.14
06337	639	（たまねぎ類）葉たまねぎ りん茎及び葉 生	1	140	33	89.5	(1.2)	1.8	-	(0)	0.4	(5.1) *	(5.1)	5.2	3.0	-	7.6	-	0.7	3	290	67	14	45	0.6	0.3	0.03	0.35
06157	640	たらのめ 若芽 生	30	114	27	90.2	-	4.2	-	(0)	0.2	-	-	0.1 *	4.2	-	4.3	-	1.1	1	460	16	33	120	0.9	0.8	0.35	0.47
06158	641	たらのめ 若芽 ゆで	0	113	27	90.8	-	4.0	-	(0)	0.2	-	-	0.5 *	3.6	-	4.1	-	0.9	1	260	19	28	92	0.9	0.7	0.30	0.44
06159	642	チコリ 若芽 生	15	73	17	94.7	(0.8)	1.0	-	(0)	Tr	(0.8)	(0.8)	3.0 *	1.1	-	3.9	-	0.4	3	170	24	9	25	0.2	0.2	0.05	0.07
06376	643	ちぢみゆきな 葉 生	15	147	35	88.1	(3.2)	3.6	-	(0)	0.6	-	-	2.2 *	3.9	-	5.7	0	1.7	18	570	180	30	88	3.0	0.9	0.09	0.41
06377	644	ちぢみゆきな 葉 ゆで	15	141	34	89.1	(3.3)	3.8	-	(0)	0.7	-	-	1.4 *	4.3	-	5.2	0	1.0	15	320	130	21	82	1.4	0.7	0.09	0.32
06160	645	チンゲンサイ 葉 生	15	36	9	96.0	0.7	0.6	(0.1)	(0)	0.1	0.4	0.4	0.7 *	1.2	-	2.0	0.1	0.8	32	260	100	16	27	1.1	0.3	0.07	0.12
06161	646	チンゲンサイ 葉 ゆで	20	45	11	95.3	(1.0)	0.9	(0.1)	(0)	0.1	(0.5)	(0.5)	0.7 *	1.5	-	2.4	0.1	0.8	28	250	120	17	27	0.7	0.2	0.06	0.17
06338	647	チンゲンサイ 葉 油いため	0	149	36	92.6	(0.8)	0.8	(3.1)	(0.1)	3.2	(0.5) *	(0.5)	0.7	1.4	-	2.2	0.1	0.7	31	230	92	16	27	0.9	0.3	0.07	0.12
06162	648	つくし 胞子茎 生	15	128	31	86.9	-	3.5	-	(0)	0.1	-	-	0 *	8.1	-	8.1	-	1.4	6	640	50	33	94	2.1	1.1	0.22	0.22

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06148	628	たかな、たかな漬	1	Tr	2	16	(0)	5	2400	52	2400	200	(0)	1.6	Tr	0.1	0	300	0.01	0.03	0.2	(0.8)	0.03	0.1	23	0.08	0.6	Tr	-	4.0
06149	629	たけのこ 若茎 生	4	1	0	2	(0)	0	11	0	11	1	(0)	0.7	0	0.3	0	2	0.05	0.11	0.7	1.2	0.13	(0)	63	0.63	0.8	10	-	0
06150	630	たけのこ 若茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	12	0	12	1	0	1.0	0	0.6	0	2	0.04	0.09	0.6	(1.1)	0.06	(0)	63	0.63	-	8	-	0
06151	631	たけのこ 水煮缶詰	0	0	1	0	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	1.0	0	0.8	0	1	0.01	0.04	0.1	(0.5)	0.02	(0)	36	0.10	0.8	0	-	0
06152	632	たけのこ めんま 塩蔵 塩抜き	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	Tr	0	0	0	(0.1)	0	(0)	1	0	-	0	-	0.9
06153	633	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 生	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	Tr	0	0	0	0	0.04	0.01	0.1	0.3	0.14	0	15	0.17	0.6	7	-	0
06154	634	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 水さらし	-	-	-	-	(0)	0	1	0	1	Tr	(0)	Tr	0	0	0	Tr	0.03	0.01	0.1	(0.2)	0.09	(0)	11	0.14	-	5	-	0
06155	635	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 ゆで	0	0	1	1	(0)	0	1	0	1	Tr	(0)	0	0	0	0	Tr	0.03	0.01	0.1	(0.2)	0.11	(0)	11	0.15	0.5	5	-	0
06336	636	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 油いため	-	-	-	-	(0)	0	2	0	2	0	(0)	0.9	0	1.8	0.1	7	0.04	0.02	0.1	(0.4)	0.22	(0)	21	0.29	-	9	-	0
06389	637	（たまねぎ類）たまねぎ りん茎 油いため（あめ色たまねぎ）	4	Tr	Tr	4	-	0	5	0	5	Tr	-	4.5	Tr	6.3	0.1	0	0.12	0.03	0.4	(1.0)	0.45	-	33	0.62	2.0	0	-	Tr
06156	638	（たまねぎ類）赤たまねぎ りん茎 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	Tr	0.03	0.02	0.1	(0.3)	0.13	(0)	23	0.15	-	7	-	0
06337	639	（たまねぎ類）葉たまねぎ りん茎及び葉 生	-	-	-	-	0	2	1500	17	1500	120	(0)	1.1	0	0.3	0	92	0.06	0.11	0.6	(0.9)	0.16	(0)	120	0.13	-	32	-	0
06157	640	たらのめ 若芽 生	0	1	0	1	(0)	0	570	0	570	48	(0)	2.4	0.1	1.6	0.2	99	0.15	0.20	2.5	3.2	0.22	(0)	160	0.53	6.7	7	-	0
06158	641	たらのめ 若芽 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	600	6	600	50	(0)	2.0	0.1	1.2	0.1	97	0.07	0.11	1.3	2.0	0.11	(0)	83	0.23	-	3	-	0
06159	642	チコリ 若芽 生	1	0	1	1	(0)	0	11	0	11	1	(0)	0.2	0	0.1	0	8	0.06	0.02	0.2	(0.4)	0.03	(0)	41	0.14	1.1	2	-	0
06376	643	ちぢみゆきな 葉 生	-	-	-	-	(0)	12	4200	28	4300	350	(0)	-	-	-	-	390	0.09	0.21	1.6	(2.9)	-	(0)	180	0.29	-	69	-	Tr
06377	644	ちぢみゆきな 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	14	5900	40	5900	500	(0)	-	-	-	-	500	0.06	0.12	0.7	(2.1)	-	(0)	120	0.27	-	39	-	Tr
06160	645	チンゲンサイ 葉 生	Tr	1	1	7	(0)	0	2000	3	2000	170	(0)	0.7	0	0	0	84	0.03	0.07	0.3	0.6	0.08	(0)	66	0.17	1.3	24	-	0.1
06161	646	チンゲンサイ 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	2600	-	2600	220	(0)	0.9	0	0	0	120	0.03	0.05	0.3	(0.7)	0.04	(0)	53	0.12	-	15	-	0.1
06338	647	チンゲンサイ 葉 油いため	-	-	-	-	(0)	0	3000	5	3000	250	(0)	1.4	0	1.0	Tr	110	0.03	0.06	0.3	(0.6)	0.05	(0)	62	0.12	-	21	-	0.1
06162	648	つくし 胞子茎 生	-	-	-	-	(0)	53	1000	49	1100	88	(0)	4.9	Tr	0	0.1	19	0.07	0.14	2.2	2.8	0.35	(0)	110	0.90	-	33	-	0

食品番号	備考
06148	硝酸イオン：0 g
06149	廃棄部位： 竹皮及び基部 廃棄率： はちく、まだけ等の小型の場合 60 % 硝酸イオン： Tr
06150	竹皮及び基部を除いたもの 硝酸イオン：（Tr）
06151	液汁を除いたもの 硝酸イオン：0 g
06152	別名： しなちく 硝酸イオン：（Tr）
06153	廃棄部位： 皮（保護葉）、底盤部及び頭部 硝酸イオン：0 g
06154	皮（保護葉）、底盤部及び頭部を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06155	皮（保護葉）、底盤部及び頭部を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06336	皮（保護葉）、底盤部及び頭部を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： Tr
06389	皮（保護葉）、底盤部及び頭部を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン：0 g
06156	別名： レッドオニオン、紫たまねぎ 廃棄部位： 皮（保護葉）、底盤部及び頭部 硝酸イオン： Tr
06337	廃棄部位： 底盤部 硝酸イオン： 0 g
06157	廃棄部位： 木質部及びりん片 硝酸イオン： 0 g
06158	木質部及びりん片を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06159	別名： きくにがな、アンディーブ、チコリー 廃棄部位： 株元及びしん 硝酸イオン： Tr
06376	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06377	廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06160	廃棄部位： しん 硝酸イオン： 0.5 g
06161	廃棄部位： しん ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.5 g
06338	しんを除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.5 g
06162	廃棄部位： 基部及びはかま（葉鞘）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								無機質									備考
			可食部 100 g 当たり																												
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN		
06163	649	つくし 胞子茎 ゆで	0	115	28	88.9	-	3.4	-	(0)	0.1	-	-	0 *	6.7	-	6.7	-	0.9	4	340	58	26	82	1.1	1.0	0.16	0.18		基部及びはかま（葉鞘）を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの
06164	650	つるな 茎葉 生	0	61	15	93.8	-	1.8	-	(0)	0.1	-	-	0.5 *	2.3	-	2.8	-	1.3	5	300	48	35	75	3.0	0.5	0.06	0.81		別名： はまぢしゃ 硝酸イオン： 0.2 g
06390	651	つるにんじん 根 生	0	225	55	77.7	-	1.0	-	-	0.7	-	-	2.7 *	17.1	-	19.8	-	0.8	2	190	61	33	75	5.9	0.5	0.11	0.40		食物繊維：AOAC2011.25法
06165	652	つるむらさき 茎葉 生	0	44	11	95.1	(0.5)	0.7	-	(0)	0.2	-	-	0.6 *	2.2	-	2.6	-	1.1	9	210	150	67	28	0.5	0.4	0.05	0.29		硝酸イオン： 0.3 g
06166	653	つるむらさき 茎葉 ゆで	0	49	12	94.5	(0.7)	0.9	-	(0)	0.2	-	-	0.3 *	3.1	-	3.2	-	0.9	7	150	180	41	24	0.4	0.4	0.07	0.32		ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06167	654	つわぶき 葉柄 生	0	80	19	93.3	-	0.4	-	(0)	0	-	-	3.1 *	2.5	-	5.6	-	0.7	100	410	38	15	11	0.2	0.1	0.02	0.23		表皮を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06168	655	つわぶき 葉柄 ゆで	0	59	14	95.0	-	0.3	-	(0)	0	-	-	2.1 *	2.3	-	4.4	-	0.3	42	160	31	8	33	0.1	0.1	0.02	0.23		ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： Tr
06169	656	とうがらし 葉･果実 生	60	131	32	86.7	(2.5)	3.4	Tr	(0)	0.1	-	-	2.5 *	5.7	-	7.2	-	2.2	3	650	490	79	65	2.2	0.4	0.12	0.43		別名： なんばん、葉とうがらし 試料： 辛味種 廃棄部位： 硬い茎及びへた 重量比： 葉6、果4 硝酸イオン： 0.4 g
06170	657	とうがらし 葉･果実 油いため	0	333	81	79.5	(2.9)	4.0	(4.7)	(0)	4.9	-	-	3.4 *	6.3	-	8.5	-	2.6	2	690	550	87	76	2.8	0.4	0.13	0.47		別名： なんばん、葉とうがらし 試料： 辛味種 硬い茎及びへたを除いたもの 植物油（調合油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.5 g
06171	658	とうがらし 果実 生	9	301	72	75.0	(2.9)	3.9	(1.3)	(0)	3.4	(7.7) *	(7.7)	9.2	10.3	-	16.3	-	1.4	6	760	20	42	71	2.0	0.5	0.23	0.27		別名： なんばん 試料： 辛味種 廃棄部位： へた
06172	659	とうがらし 果実 乾	0	1117	270	8.8	(10.8)	14.7	(4.4)	(0)	12.0	-	-	23.5 *	46.4	-	58.4	-	6.1	17	2800	74	190	260	6.8	1.5	0.85	1.08		別名： なんばん、赤とうがらし、たかのつめ 試料： 辛味種 へたを除いたもの 廃棄率： へたつきの場合 10%
06173	660	とうがん 果実 生	30	65	15	95.2	(0.3)	0.5	(0.1)	(0)	0.1	-	-	2.7 *	1.3	-	3.8	-	0.4	1	200	19	7	18	0.2	0.1	0.02	0.02		別名： かもうり 廃棄部位： 果皮、わた及びへた
06174	661	とうがん 果実 ゆで	0	63	15	95.3	(0.4)	0.6	(0.1)	(0)	0.1	-	-	2.4 *	1.5	-	3.7	-	0.3	1	200	22	7	19	0.3	0.1	0.01	0.02		別名： かもうり 果皮、わた及びへたを除いたもの
06175	662	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 生	50	375	89	77.1	2.7	3.6	1.3	0	1.7	12.5	12.0	14.8 *	3.0	-	16.8	0.2	0.8	Tr	290	3	37	100	0.8	1.0	0.10	0.32		廃棄部位： 包葉、めしべ及び穂軸 硝酸イオン： 0 g
06176	663	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 ゆで	30	402	95	75.4	(2.6)	3.5	(1.3)	(0)	1.7	(13.5)	(12.8)	16.6 *	3.1	-	18.6	0.2	0.8	Tr	290	5	38	100	0.8	1.0	0.10	0.31		包葉及びめしべを除いたもの 廃棄部位： 穂軸 硝酸イオン： 0 g
06339	664	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 電子レンジ調理	30	436	104	73.5	(3.1)	4.2	(1.7)	(0)	2.2	(14.5)	(13.8)	17.1 *	3.4	-	19.1	0.2	1.0	0	330	3	42	120	0.9	1.1	0.10	0.32		廃棄部位： 穂軸 硝酸イオン： 0 g
06177	665	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 穂軸つき 冷凍	40	404	96	75.6	(3.1)	3.5	1.4	(0)	1.5	(13.4)	(12.7)	16.3 *	2.8	-	18.7	0.2	0.7	1	230	4	33	90	0.6	1.0	0.08	0.22		廃棄部位： 穂軸 硝酸イオン： 0 g
06178	666	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍	0	386	91	75.5	2.4	2.9	1.1	(0)	1.3	16.8 *	15.5	15.6	4.8	-	19.8	0.1	0.6	1	230	3	23	79	0.3	0.5	0.04	0.10		穂軸を除いた実（尖帽を除いた種子）のみ 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06378	667	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍 ゆで	0	387	92	76.5	2.4	2.8	1.2	(0)	1.5	15.9 *	14.6	13.0	6.2	-	18.7	0.1	0.5	1	200	3	22	72	0.2	0.4	0.03	0.10		穂軸を除いた実（尖帽を除いた種子）のみ 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06379	668	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍 油いため	0	523	125	71.8	2.4	2.9	5.0	0.3	5.8	16.4 *	15.2	15.4	4.7	-	18.9	0.1	0.6	1	230	3	23	78	0.3	0.5	0.04	0.10		穂軸を除いた実（尖帽を除いた種子）のみ 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06179	669	（とうもろこし類）スイートコーン 缶詰 クリームスタイル	0	347	82	78.2	(1.5)	1.7	(0.5)	(0)	0.5	-	-	17.0 *	1.8	-	18.6	-	1.0	260	150	2	18	46	0.4	0.4	0.04	0.07		硝酸イオン： (0) g

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								
							ビタミンA							ビタミンE																	
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06163	649	つくし 胞子茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	56	1100	50	1200	96	(0)	3.6	0.1	0	0.1	17	Tr	0.10	1.1	1.7	0.21	(0)	74	0.48	-	15	-	0
06164	650	つるな 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2700	0	2700	230	(0)	1.3	Tr	0	0	310	0.08	0.30	1.0	1.3	0.13	(0)	90	0.46	-	22	-	0
06390	651	つるにんじん 根 生	2	1	16	7	0	0	13	2	14	1	0	3.6	0.1	Tr	0	0	0.06	0.05	0.5	0.6	0.41	-	16	0.28	1.5	6	-	0
06165	652	つるむらさき 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	210	2900	74	3000	250	(0)	1.1	Tr	0.2	0	350	0.03	0.07	0.3	(0.5)	0.09	(0)	78	0.21	-	41	-	0
06166	653	つるむらさき 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	260	3200	88	3400	280	(0)	1.3	0	0.2	0	350	0.02	0.05	0.2	(0.5)	0.04	(0)	51	0.15	-	18	-	0
06167	654	つわぶき 葉柄 生	-	-	-	-	(0)	0	60	0	60	5	(0)	0.4	0	0	0	8	0.01	0.04	0.4	0.5	0.02	(0)	16	0.10	-	4	-	0.3
06168	655	つわぶき 葉柄 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	80	0	80	7	(0)	0.4	0	0	0	8	0.01	0.03	0.2	0.3	0.01	(0)	7	0	-	0	-	0.1
06169	656	とうがらし 葉･果実 生	-	-	-	-	(0)	190	5100	0	5200	430	(0)	7.7	0.2	0.1	0	230	0.08	0.28	1.3	(2.0)	0.25	(0)	87	0.41	-	92	-	0
06170	657	とうがらし 葉･果実 油いため	-	-	-	-	(0)	210	5600	0	5700	480	(0)	8.5	0.2	0.1	0	250	0.12	0.28	1.4	(2.2)	0.28	(0)	96	0.45	-	56	-	0
06171	658	とうがらし 果実 生	-	-	-	-	(0)	130	6600	2200	7700	640	(0)	8.9	0.1	2.0	0	27	0.14	0.36	3.7	(4.5)	1.00	(0)	41	0.95	-	120	-	0
06172	659	とうがらし 果実 乾	-	-	-	-	(0)	400	14000	7400	17000	1500	(0)	30.0	0.4	6.9	0.3	58	0.50	1.40	14.0	(17.0)	3.81	(0)	30	3.61	-	1	-	0
06173	660	とうがん 果実 生	7	0	0	4	(0)	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	1	0.01	0.01	0.4	(0.5)	0.03	(0)	26	0.21	0.2	39	-	0
06174	661	とうがん 果実 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	Tr	0.01	0.01	0.4	(0.5)	0.03	(0)	25	0.20	-	27	-	0
06175	662	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 生	0	Tr	1	6	0	9	22	54	53	4	(0)	0.3	Tr	1.0	Tr	1	0.15	0.10	2.3	2.8	0.14	(0)	95	0.58	5.4	8	-	0
06176	663	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 ゆで	-	-	-	-	0	7	20	53	49	4	(0)	0.3	0	0.9	0.1	0	0.12	0.10	2.2	(2.7)	0.12	(0)	86	0.51	-	6	-	0
06339	664	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 電子レンジ調理	-	-	-	-	(0)	11	23	63	59	5	(0)	0.3	0	1.2	0	0	0.16	0.11	2.4	(3.0)	0.14	(0)	97	0.67	-	6	-	0
06177	665	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 穂軸つき 冷凍	-	-	-	-	(0)	31	36	60	82	7	(0)	0.1	0	0.6	0	Tr	0.12	0.09	2.2	(2.6)	0.10	(0)	77	0.49	-	6	-	0
06178	666	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍	0	1	Tr	5	(0)	24	39	48	75	6	(0)	0.1	0	0.4	0	0	0.10	0.07	1.8	2.2	0.09	0	57	0.41	3.1	4	-	0
06378	667	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍 ゆで	0	1	0	4	(0)	22	36	46	70	6	(0)	0.1	0	0.4	0	0	0.08	0.06	1.6	2.0	0.08	0	48	0.33	2.9	2	-	0
06379	668	（とうもろこし類）スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍 油いため	0	1	Tr	5	(0)	24	38	47	74	6	(0)	0.8	Tr	1.5	Tr	6	0.10	0.07	1.9	2.3	0.09	0	56	0.37	3.3	3	-	0
06179	669	（とうもろこし類）スイートコーン 缶詰 クリームスタイル	-	-	-	-	(0)	19	14	52	50	4	(0)	0.1	0	0.3	0	0	0.02	0.05	0.8	(1.0)	0.03	(0)	19	0.34	-	3	-	0.7

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
										脂肪酸の			利用可能炭水化物						差引き法による													
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)											(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06180	670	（とうもろこし類）スイートコーン 缶詰 ホールカーネルスタイル	0	330	78	78.4	(2.2)	2.3	(0.5)	(0)	0.5	(13.9)	(13.0)	14.7 *	3.3	-	17.8	-	1.0	210	130	2	13	40	0.4	0.6	0.04	0.06
06181	671	（とうもろこし類）ヤングコーン 幼雌穂 生	0	124	29	90.9	(1.7)	2.3	(0.2)	(0)	0.2	(4.2) *	(4.1)	3.9	2.7	-	6.0	-	0.6	0	230	19	25	63	0.4	0.8	0.09	0.60
06182	672	（トマト類） 赤色トマト 果実 生	3	73	17	94.0	0.5	0.7	0.1	0	0.1	(3.1) *	(3.1)	3.5	1.0	0	4.7	0.4	0.5	3	210	7	9	26	0.2	0.1	0.04	0.08
06183	673	（トマト類） 赤色ミニトマト 果実 生	2	127	30	91.0	(0.8)	1.1	(0.1)	(0)	0.1	4.6	4.5	5.6 *	1.4	-	7.2	0.6	0.6	4	290	12	13	29	0.4	0.2	0.06	0.10
06391	674	（トマト類） 黄色トマト 果実 生	0	75	18	94.7	(0.8)	1.1	-	-	0.4	-	-	2.2 *	1.3	-	3.2	-	0.7	2	310	6	10	35	0.3	0.2	0.04	0.10
06370	675	（トマト類） ドライトマト	0	1222	291	9.5	9.3	14.2	1.1	(0)	2.1	29.2	29.2	47.8 *	21.7	-	67.3	3.6	6.9	120	3200	110	180	300	4.2	1.9	0.82	1.22
06184	676	（トマト類） 加工品 ホール 食塩無添加	0	88	21	93.3	(0.9)	0.9	(0.1)	(0)	0.2	(3.6) *	(3.6)	3.2	1.3	-	4.4	-	1.2	4	240	9	13	26	0.4	0.1	0.08	0.09
06185	677	（トマト類） 加工品 トマトジュース 食塩添加	0	66	15	94.1	(0.7)	0.7	(0.1)	(0)	0.1	(2.9) *	(2.9)	3.3	0.7	-	4.0	-	1.1	120	260	6	9	18	0.3	0.1	0.06	0.05
06340	678	（トマト類） 加工品 トマトジュース 食塩無添加	0	77	18	94.1	(0.7)	0.7	-	(0)	0.1	-	-	3.3 *	0.7	-	4.0	-	1.1	8	260	6	9	18	0.3	0.1	0.06	0.05
06186	679	（トマト類） 加工品 ミックスジュース 食塩添加	0	77	18	94.2	(0.5)	0.6	-	(0)	0	-	-	3.7 *	0.7	-	4.3	-	0.9	82	200	11	13	11	0.3	0.1	0.08	0.07
06341	680	（トマト類） 加工品 ミックスジュース 食塩無添加	0	77	18	94.2	(0.5)	0.6	-	(0)	0	-	-	3.7 *	0.7	-	4.3	-	0.9	12	200	11	13	11	0.3	0.1	0.08	0.07
06187	681	トレビス 葉 生	20	72	17	94.1	(0.9)	1.1	0.1	(0)	0.2	-	-	2.3 *	2.0	-	3.9	-	0.7	11	290	21	11	34	0.3	0.2	0.06	0.15
06188	682	とんぶり ゆで	0	371	89	76.7	-	6.1	2.6	(0)	3.5	-	-	6.7 *	7.1	-	12.9	-	0.8	5	190	15	74	170	2.8	1.4	0.25	0.78
06189	683	ながさきはくさい 葉 生	3	49	12	93.9	(1.0)	1.3	Tr	(0)	0.1	-	-	0.8 *	2.2	-	2.6	-	1.8	21	300	140	27	37	2.3	0.3	0.05	0.21
06190	684	ながさきはくさい 葉 ゆで	5	76	18	93.2	(1.7)	2.2	Tr	(0)	0.1	-	-	1.6 *	2.4	-	3.4	-	0.8	12	120	120	24	48	1.6	0.2	0.04	0.20
06191	685	（なす類） なす 果実 生	10	77	18	93.2	0.7	1.1	Tr	1.0	0.1	2.6 *	2.6	3.0	2.2	-	5.1	0.4	0.5	Tr	220	18	17	30	0.3	0.2	0.06	0.16
06192	686	（なす類） なす 果実 ゆで	0	69	17	94.0	(0.7)	1.0	Tr	Tr	0.1	(2.3) *	(2.3)	2.5	2.1	-	4.5	0.3	0.4	1	180	20	16	27	0.3	0.2	0.05	0.15
06342	687	（なす類） なす 果実 油いため	0	300	73	85.8	(1.0)	1.5	(5.5)	(0.1)	5.8	(3.3) *	(3.2)	3.9	2.6	-	6.3	0.5	0.6	Tr	290	22	21	40	0.4	0.2	0.07	0.20
06343	688	（なす類） なす 果実 天ぷら	0	683	165	71.9	(1.1)	1.6	13.1	1.3	14.0	10.4 *	9.7	11.5	1.9	-	12.0	-	0.5	21	200	31	14	41	0.2	0.2	0.07	0.16
06193	689	（なす類） べいなす 果実 生	30	83	20	93.0	(0.9)	1.1	Tr	(0)	0.1	(2.7) *	(2.6)	2.8	2.4	-	5.3	0.4	0.5	1	220	10	14	26	0.4	0.2	0.08	0.13

食品番号	索引番号	無機質				ビタミン																								備考
						ビタミンA					ビタミンD	ビタミンE																		
							カロテン																							
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量		α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		(…… μg ……)										(…… mg ……)					μg	(…… mg ……)				(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06180	670	-	-	-	-	(0)	19	19	67	62	5	(0)	0.1	0	0.2	0	Tr	0.03	0.05	0.8	(1.2)	0.05	(0)	18	0.19	-	2	-	0.5	液汁を除いたもの 硝酸イオン：（0）g
06181	671	-	-	-	-	(0)	0	33	4	35	3	(0)	0.4	0	0.4	0	1	0.09	0.11	0.9	(1.2)	0.16	(0)	110	0.40	-	9	-	0	別名： ベビーコーン、ミニコーン 穂軸基部を除いたもの 廃棄率： 穂軸基部つきの場合10% 硝酸イオン：0 g
06182	672	Tr	1	Tr	2	(0)	4	540	0	540	45	(0)	0.9	Tr	0.2	0	4	0.05	0.02	0.7	0.8	0.08	(0)	22	0.17	2.3	15	-	0	別名：プチトマト、チェリートマト 廃棄部位： へた 硝酸イオン：0 g
06183	673	4	Tr	0	4	(0)	4	960	0	960	80	(0)	0.9	Tr	0.5	0	7	0.07	0.05	0.8	(0.9)	0.11	(0)	35	0.17	3.6	32	-	0	別名： プチトマト、チェリートマト 廃棄部位： へた 硝酸イオン：0 g
06391	674	2	0	0	7	-	3	110	0	110	9	-	1.2	Tr	0.6	Tr	7	0.08	0.03	1.0	(1.1)	0.07	-	29	0.14	3.1	28	-	0	廃棄部位： へた 食物繊維：AOAC2011.25法
06370	675	4	16	11	29	(0)	17	2600	0	2600	220	(0)	18.0	0.4	1.8	Tr	31	0.68	0.30	13.0	14.0	0.95	(0)	120	1.08	43.0	15	-	0.3	硝酸イオン：0 g
06184	676	-	-	-	-	(0)	0	570	0	570	47	(0)	1.2	0	0.2	0	5	0.06	0.03	0.6	(0.8)	0.10	(0)	21	0.22	-	10	-	Tr	別名： トマト水煮缶詰 液汁を除いたもの 硝酸イオン：（0）g
06185	677	4	Tr	1	4	(0)	0	310	0	310	26	(0)	0.7	0	0.1	0	2	0.04	0.04	0.7	(0.8)	0.09	(0)	17	0.18	4.2	6	-	0.3	果汁100 % 硝酸イオン：（0）g （100 g：97mL、100 mL：103g）
06340	678	4	Tr	1	4	(0)	0	310	0	310	26	(0)	0.7	0	0.1	0	2	0.04	0.04	0.7	(0.8)	0.09	(0)	17	0.18	4.2	6	-	Tr	果汁100 % 硝酸イオン：（0）g （100 g：97mL、100 mL：103g）
06186	679	-	-	-	-	(0)	66	350	0	390	32	(0)	0.8	0	0.1	0	6	0.03	0.03	0.4	(0.5)	0.06	(0)	10	0.20	-	3	-	0.2	原材料： トマト、にんじん、セロリ等 （100 g：97mL、100 mL：103g）
06341	680	-	-	-	-	(0)	66	350	0	390	32	(0)	0.8	0	0.1	0	6	0.03	0.03	0.4	(0.5)	0.06	(0)	10	0.20	-	3	-	Tr	原材料： トマト、にんじん、セロリ等 （100 g：97mL、100 mL：103g）
06187	681	-	-	-	-	(0)	0	14	-	14	1	(0)	0.1	0.2	0.1	0	13	0.04	0.04	0.2	(0.4)	0.03	(0)	41	0.24	-	6	-	0	別名： トレビッツ、あかめチコリ、レッドチコリ 廃棄部位： しん 硝酸イオン： Tr
06188	682	-	-	-	-	(0)	1	800	-	800	67	(0)	4.6	0.1	1.1	0	120	0.11	0.17	0.3	1.3	0.16	(0)	100	0.48	-	1	-	0	ほうきぎ（ほうきぐさ）の種子 別名： ずぶし、ねんどう 硝酸イオン： Tr
06189	683	-	-	-	-	(0)	0	1900	0	1900	160	(0)	1.3	Tr	0	0	130	0.05	0.13	0.7	(0.9)	0.14	(0)	150	0.28	-	88	-	0.1	別名： とうな、とうじんな、ちりめんはくさい 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.3 g
06190	684	-	-	-	-	(0)	0	2600	0	2600	220	(0)	1.3	Tr	0	0	150	0.02	0.07	0.3	(0.7)	0.06	(0)	69	0.11	-	23	-	0	別名： とうな、とうじんな、ちりめんはくさい 廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06191	685	0	0	0	10	(0)	0	100	1	100	8	(0)	0.3	0	0	0	10	0.05	0.05	0.5	0.7	0.05	(0)	32	0.33	2.3	4	-	0	廃棄部位： へた 硝酸イオン： Tr
06192	686	-	-	-	-	(0)	0	98	1	98	8	(0)	0.3	0	0	0	10	0.04	0.04	0.4	(0.6)	0.03	(0)	22	0.29	-	1	-	0	へたを除いたもの 硝酸イオン： Tr
06342	687	-	-	-	-	(0)	1	190	3	190	16	(0)	1.4	0	1.8	0.1	11	0.06	0.07	0.7	(1.0)	0.06	(0)	36	0.40	-	2	-	0	へたを除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： Tr
06343	688	-	-	-	7	-	Tr	110	3	110	9	-	2.6	0	5.5	0.1	22	0.05	0.07	0.6	(0.8)	0.04	0	28	0.16	2.3	2	-	0.1	へたを除いたもの 硝酸イオン： Tr 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
06193	689	-	-	-	-	(0)	0	45	0	45	4	(0)	0.3	0	0	0	9	0.04	0.04	0.6	(0.8)	0.06	(0)	19	0.30	-	6	-	0	別名： 洋なす 廃棄部位： へた及び果皮 硝酸イオン： Tr

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06194	690	（なす類）べいなす 果実 素揚げ	35	731	177	74.8	(0.8)	1.0	(16.5)	(0)	17.0	(3.2)	(3.1)	5.1 *	1.8	-	6.7	0.5	0.5	1	220	10	14	26	0.4	0.2	0.09	0.13
06195	691	（なす類）漬物 塩漬	0	90	22	90.4	(0.9)	1.4	Tr	(0)	0.1	-	-	3.1 *	2.7	-	5.2	-	2.9	880	260	18	18	33	0.6	0.2	0.09	0.18
06196	692	（なす類）漬物 ぬかみそ漬	0	112	27	88.7	-	1.7	-	(0)	0.1	-	-	3.4 *	2.7	-	6.1	-	3.4	990	430	21	33	44	0.5	0.2	0.09	0.19
06197	693	（なす類）漬物 こうじ漬	0	369	87	69.1	-	5.5	-	(0)	0.1	-	-	14.0 *	4.2	-	18.2	-	7.1	2600	210	65	22	65	1.4	0.4	0.17	0.40
06198	694	（なす類）漬物 からし漬	0	536	127	61.2	-	2.6	-	(0)	0.2	-	-	26.5 *	4.2	-	30.7	-	5.3	1900	72	71	36	55	1.5	0.4	0.13	0.32
06199	695	（なす類）漬物 しば漬	0	111	27	86.4	-	1.4	-	(0)	0.2	-	-	2.6 *	4.4	-	7.0	-	4.9	1600	50	30	16	27	1.7	0.2	0.12	0.29
06200	696	なずな 葉 生	5	147	35	86.8	-	4.3	-	(0)	0.1	-	-	1.6 *	5.4	-	7.0	-	1.7	3	440	290	34	92	2.4	0.7	0.16	1.00
06201	697	（なばな類）和種なばな 花らい・茎 生	0	141	34	88.4	(3.6)	4.4	(0.1)	(0)	0.2	-	-	2.5 *	4.2	-	5.8	-	1.2	16	390	160	29	86	2.9	0.7	0.09	0.32
06202	698	（なばな類）和種なばな 花らい・茎 ゆで	0	117	28	90.2	(3.8)	4.7	(0.1)	(0)	0.1	-	-	0.9 *	4.3	-	4.3	-	0.7	7	170	140	19	86	1.7	0.4	0.07	0.25
06203	699	（なばな類）洋種なばな 茎葉 生	0	149	36	88.3	(3.3)	4.1	(0.2)	(0)	0.4	-	-	3.3 *	3.7	-	6.0	-	1.1	12	410	97	28	78	0.9	0.6	0.09	0.67
06204	700	（なばな類）洋種なばな 茎葉 ゆで	0	125	30	90.0	(2.9)	3.6	(0.2)	(0)	0.4	-	-	2.1 *	4.1	-	5.3	-	0.7	10	210	95	19	71	0.7	0.4	0.07	0.61
06205	701	にがうり 果実 生	15	63	15	94.4	0.7	1.0	(0.1)	(0)	0.1	0.3	0.3	1.6 *	2.6	-	3.9	Tr	0.6	1	260	14	14	31	0.4	0.2	0.05	0.10
06206	702	にがうり 果実 油いため	0	193	47	90.3	(0.8)	1.2	(3.2)	(0)	3.3	(0.4)	(0.4)	2.3 *	2.8	-	4.6	Tr	0.6	1	260	14	15	33	0.5	0.2	0.05	0.11
06207	703	（にら類）にら 葉 生	5	75	18	92.6	1.3	1.7	(0.1)	Tr	0.3	1.7 *	1.7	1.9	2.7	-	4.0	-	1.1	1	510	48	18	31	0.7	0.3	0.07	0.39
06208	704	（にら類）にら 葉 ゆで	0	112	27	89.8	(1.9)	2.6	(0.2)	Tr	0.5	(2.3) *	(2.3)	2.4	4.3	-	5.7	-	1.1	1	400	51	20	26	0.7	0.3	0.09	0.49
06344	705	（にら類）にら 葉 油いため	0	283	69	85.8	(1.4)	1.9	(5.4)	(Tr)	5.7	(2.0) *	(2.0)	2.2	3.5	-	4.9	-	1.3	Tr	600	48	22	38	0.8	0.4	0.08	0.46
06209	706	（にら類）花にら 花茎・花らい 生	5	113	27	91.4	(1.4)	1.9	(0.1)	(0)	0.2	-	-	3.7 *	2.8	-	5.9	-	0.6	1	250	22	15	41	0.5	0.3	0.08	0.20
06210	707	（にら類）黄にら 葉 生	0	76	18	94.0	(1.5)	2.1	Tr	(0)	0.1	-	-	1.9 *	2.0	-	3.3	-	0.5	Tr	180	15	11	35	0.7	0.2	0.07	0.18
06211	708	（にんじん類）葉にんじん 葉 生	15	65	16	93.5	-	1.1	-	(0)	0.2	-	-	1.0 *	2.7	-	3.7	-	1.1	31	510	92	27	52	0.9	0.3	0.04	0.26
06212	709	（にんじん類）にんじん 根 皮つき 生	3	149	35	89.1	0.5	0.7	0.1	(0)	0.2	5.9	5.8	6.8 *	2.8	-	9.3	-	0.8	28	300	28	10	26	0.2	0.2	0.05	0.12
06213	710	（にんじん類）にんじん 根 皮つき ゆで	0	120	29	90.2	(0.4)	0.6	(0.1)	(0)	0.2	(5.3) *	(5.2)	5.7	3.0	-	8.4	-	0.6	23	270	32	12	29	0.3	0.3	0.05	0.16

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA							ビタミンE															
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06194	690	（なす類）べいなす 果実 素揚げ	-	-	-	-	(0)	0	20	0	20	2	(0)	2.5	0.2	7.5	1.5	31	0.05	0.04	0.6	(0.8)	0.05	(0)	12	0.30	-	2	-	0
06195	691	（なす類）漬物 塩漬	-	-	-	-	(0)	0	44	0	44	4	(0)	0.3	0	0	0	10	0.03	0.04	0.4	(0.6)	0.07	(0)	32	0.41	-	7	-	2.2
06196	692	（なす類）漬物 ぬかみそ漬	-	-	-	-	(0)	0	26	0	26	2	(0)	0.3	0	0	0	12	0.10	0.04	1.0	1.3	0.15	Tr	43	0.67	-	8	-	2.5
06197	693	（なす類）漬物 こうじ漬	-	-	-	-	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	0.5	Tr	0	0	27	0.03	0.05	0.3	1.2	0.03	(0)	9	0.13	-	0	-	6.6
06198	694	（なす類）漬物 からし漬	-	-	-	-	(0)	0	76	0	76	6	(0)	0.2	Tr	0	0	24	0.06	0.04	0.6	1.0	0.09	(0)	18	0.08	-	87	-	4.8
06199	695	（なす類）漬物 しば漬	-	-	-	-	(0)	8	570	5	580	48	(0)	0.7	Tr	0.1	0	72	0	0.02	0.1	0.3	0.03	(0)	9	0.13	-	0	-	4.1
06200	696	なずな 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	5200	0	5200	430	(0)	2.5	Tr	0.1	0	330	0.15	0.27	0.5	1.2	0.32	(0)	180	1.10	-	110	-	0
06201	697	（なばな類）和種なばな 花らい・茎 生	1	1	1	6	(0)	0	2200	21	2200	180	(0)	2.9	Tr	0.6	0	250	0.16	0.28	1.3	(2.6)	0.26	(0)	340	0.73	12.0	130	-	0
06202	698	（なばな類）和種なばな 花らい・茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	2400	20	2400	200	(0)	2.8	Tr	0.6	0	250	0.07	0.14	0.5	(1.9)	0.11	(0)	190	0.30	-	44	-	0
06203	699	（なばな類）洋種なばな 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2600	24	2600	220	(0)	1.7	Tr	0.1	0	260	0.11	0.24	1.3	(2.5)	0.22	(0)	240	0.80	-	110	-	0
06204	700	（なばな類）洋種なばな 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	2700	24	2700	230	(0)	1.6	Tr	0.1	0	270	0.06	0.13	0.6	(1.7)	0.11	(0)	240	0.47	-	55	-	0
06205	701	にがうり 果実 生	1	0	1	7	(0)	93	160	3	210	17	(0)	0.8	0.1	0.1	0	41	0.05	0.07	0.3	(0.5)	0.06	(0)	72	0.37	0.5	76	-	0
06206	702	にがうり 果実 油いため	1	Tr	1	8	0	100	180	4	230	19	(0)	0.9	0.1	0.1	0	45	0.05	0.08	0.3	(0.6)	0.07	(0)	79	0.41	0.5	75	-	0
06207	703	（にら類）にら 葉 生	1	1	1	15	(0)	0	3500	32	3500	290	(0)	2.5	0	0.5	0	180	0.06	0.13	0.6	1.1	0.16	(0)	100	0.50	2.1	19	-	0
06208	704	（にら類）にら 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	4400	30	4400	370	(0)	3.1	0.1	0.7	0	330	0.04	0.12	0.3	(1.1)	0.13	(0)	77	0.39	-	11	-	0
06344	705	（にら類）にら 葉 油いため	-	-	-	-	(0)	2	4500	49	4600	380	(0)	4.1	0	3.3	0.1	220	0.06	0.16	0.8	(1.3)	0.20	(0)	140	0.59	-	21	-	0
06209	706	（にら類）花にら 花茎・花らい 生	-	-	-	-	(0)	0	1100	0	1100	91	(0)	1.0	0	0.1	0	100	0.07	0.08	0.6	(1.2)	0.17	(0)	120	0.42	-	23	-	0
06210	707	（にら類）黄にら 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	59	0	59	5	(0)	0.3	0	0	0	29	0.05	0.08	0.7	(1.3)	0.12	(0)	76	0.38	-	15	-	0
06211	708	（にんじん類）葉にんじん 葉 生	-	-	-	-	(0)	780	1300	0	1700	140	(0)	1.1	0	0.1	0	160	0.06	0.12	1.1	1.3	0.15	(0)	73	0.43	-	22	-	0.1
06212	709	（にんじん類）にんじん 根 皮つき 生	-	-	-	-	(0)	3300	6900	0	8600	720	(0)	0.4	Tr	0	0	17	0.07	0.06	0.8	1.0	0.10	(0)	21	0.37	-	6	-	0.1
06213	710	（にんじん類）にんじん 根 皮つき ゆで	-	-	-	-	(0)	3200	6900	0	8500	710	(0)	0.4	0	0	0	15	0.06	0.05	0.7	(0.9)	0.09	(0)	17	0.42	-	4	-	0.1

食品番号	備考
06194	別名： 洋なす 廃棄部位： へた及び果皮 植物油（調合油） 硝酸イオン： 0 g
06195	水洗いし、水切りしたもの 硝酸イオン：（Tr）
06196	水洗いし、水切りしたもの 廃棄率： へたつきの場合10% 硝酸イオン：（Tr）
06197	硝酸イオン：（Tr）
06198	硝酸イオン： 0 g
06199	硝酸イオン： 0.1 g
06200	別名： ぺんぺんぐさ、三味線草 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06201	別名： なのはな、しんつみな、かぶれな 硝酸イオン： Tr
06202	別名： なのはな、しんつみな、かぶれな ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr
06203	別名： なのはな、しんつみな、かぶれな 硝酸イオン： 0.1 g
06204	別名： なのはな、しんつみな、かぶれな ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr
06205	別名： つるれいし、ゴーヤ 廃棄部位： 両端、わた及び種子 硝酸イオン： Tr
06206	別名： つるれいし、ゴーヤ 両端、わた及び種子を除いたもの 植物油（調合油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン：（Tr）
06207	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.3 g
06208	株元を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06344	株元を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.4 g
06209	廃棄部位： 花茎基部 硝酸イオン： Tr
06210	硝酸イオン： Tr
06211	試料： 水耕栽培品 別名： にんじんな 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.4 g
06212	廃棄部位： 根端及び葉柄基部 硝酸イオン： 0 g
06213	根端及び葉柄基部を除いたもの 硝酸イオン： 0 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06214		711（にんじん類）にんじん 根 皮なし 生	10	127	30	89.7	0.6	0.8	(0.1)	(0)	0.1	5.8 *	5.7	6.2	2.4	-	8.7	0.3	0.7	34	270	26	9	25	0.2	0.2	0.05	0.10
06215		712（にんじん類）にんじん 根 皮なし ゆで	0	119	28	90.0	(0.5)	0.7	(0.1)	(0)	0.1	5.1 *	5.0	5.6	2.8	-	8.5	0.3	0.7	27	240	29	9	26	0.2	0.2	0.05	0.17
06345		713（にんじん類）にんじん 根 皮なし 油いため	0	429	103	79.1	(0.8)	1.1	(6.1)	(Tr)	6.4	(7.5)	(7.4)	9.3 *	3.1	-	12.4	0.5	1.1	48	400	35	13	37	0.3	0.3	0.08	0.14
06346		714（にんじん類）にんじん 根 皮なし 素揚げ	0	365	87	80.6	(0.7)	1.0	3.3	(0.1)	3.5	(8.2)	(8.1)	12.9 *	1.1	-	13.9	0.5	1.0	39	380	36	13	35	0.3	0.3	0.05	0.14
06347		715（にんじん類）にんじん 根 皮 生	0	108	26	90.4	(0.5)	0.7	-	(0)	0.2	-	-	3.7 *	3.8	-	7.3	-	1.5	16	630	45	20	43	0.3	0.2	0.08	0.13
06216		716（にんじん類）にんじん 根 冷凍	0	126	30	90.2	0.7	0.8	0.1	(0)	0.2	4.7 *	4.5	4.1	4.1	-	8.2	0.3	0.6	57	200	30	9	31	0.3	0.2	0.05	0.14
06380		717（にんじん類）にんじん 根 冷凍 ゆで	0	101	24	91.7	0.6	0.7	0.1	(0)	0.2	3.5 *	3.3	3.5	3.5	-	7.0	0.2	0.4	40	130	31	8	26	0.3	0.2	0.04	0.14
06381		718（にんじん類）にんじん 根 冷凍 油いため	0	271	65	85.2	0.7	0.9	3.8	0.2	4.0	5.1 *	4.9	5.2	4.2	-	9.3	0.3	0.6	60	210	33	9	33	0.3	0.2	0.06	0.17
06348		719（にんじん類）にんじん グラッセ	0	224	53	83.8	(0.5)	0.7	1.1	4.6	1.4	9.4 *	9.1	10.3	2.6	0	12.7	0.2	1.4	390	240	26	10	27	0.2	0.1	0.03	0.16
06217		720（にんじん類）にんじん ジュース 缶詰	0	125	29	92.0	(0.4)	0.6	Tr	(0)	0.1	(5.9)	(5.7)	6.7 *	0.2	-	6.7	-	0.6	19	280	10	7	20	0.2	0.1	0.04	0.07
06218		721（にんじん類）きんとき 根 皮つき 生	15	163	39	87.3	(1.3)	1.8	0.1	(0)	0.2	-	-	6.3 *	3.9	-	9.6	-	1.1	11	540	37	11	64	0.4	0.9	0.09	0.15
06219		722（にんじん類）きんとき 根 皮つき ゆで	0	155	37	87.7	(1.4)	1.9	0.1	(0)	0.2	-	-	5.5 *	4.3	-	9.2	-	1.0	10	470	39	10	66	0.5	1.0	0.08	0.13
06220		723（にんじん類）きんとき 根 皮なし 生	20	170	40	87.1	(1.3)	1.8	0.1	(0)	0.3	-	-	6.8 *	3.6	-	9.7	-	1.1	12	520	34	10	67	0.4	0.9	0.08	0.16
06221		724（にんじん類）きんとき 根 皮なし ゆで	0	168	40	87.1	(1.4)	1.9	0.1	(0)	0.4	-	-	6.3 *	4.1	-	9.6	-	1.0	9	480	38	9	72	0.4	1.0	0.08	0.12
06222		725（にんじん類）ミニキャロット 根 生	1	109	26	90.9	(0.5)	0.7	(0.1)	(0)	0.2	(4.7) *	(4.6)	5.1	2.7	-	7.5	-	0.7	15	340	30	8	22	0.3	0.2	0.05	0.12
06223		726（にんにく類）にんにく りん茎 生	9	544	129	63.9	4.0	6.4	0.5	(0)	0.9	1.1	1.0	24.1 *	6.2	-	27.5	0	1.4	8	510	14	24	160	0.8	0.8	0.16	0.28
06349		727（にんにく類）にんにく りん茎 油いため	0	803	191	53.7	(5.0)	8.2	(5.2)	(0)	5.9	(1.2)	(1.2)	27.6 *	6.8	-	30.6	0	1.6	16	610	18	29	200	1.2	1.0	0.21	0.36
06224		728（にんにく類）茎にんにく 花茎 生	0	186	44	86.7	(1.4)	1.9	(0.1)	(0)	0.3	-	-	7.5 *	3.8	-	10.6	-	0.5	9	160	45	15	33	0.5	0.3	0.06	0.35
06225		729（にんにく類）茎にんにく 花茎 ゆで	0	182	43	86.9	(1.2)	1.7	(0.1)	(0)	0.2	-	-	7.5 *	3.8	-	10.7	-	0.5	6	160	40	15	33	0.5	0.3	0.06	0.32
06226		730（ねぎ類）根深ねぎ 葉 軟白 生	40	146	35	89.6	1.0	1.4	Tr	2.0	0.1	3.6	3.6	6.4 *	2.5	-	8.3	-	0.5	Tr	200	36	13	27	0.3	0.3	0.04	0.12
06350		731（ねぎ類）根深ねぎ 葉 軟白 ゆで	0	118	28	91.4	(0.8)	1.3	Tr	-	0.1	(3.0)	(3.0)	4.8 *	2.5	-	6.8	-	0.4	0	150	28	10	22	0.3	0.3	0.05	0.09

食品番号	可食部 100 g 当たり	無機質				ビタミン																						備考
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
	単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)	mg	μg	mg	(……g……)	
	成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06214		Tr	1	1	1	(0)	3200	6700	0	8300	690	(0)	0.5	Tr	0	0	18	0.07	0.06	0.7	0.9	0.10	(0)	23	0.33	2.8	6	-	0.1	廃棄部位： 根端、葉柄基部及び皮 硝酸イオン ：0 g
06215		0	1	0	1	(0)	3100	7200	0	8700	730	(0)	0.4	Tr	0	0	18	0.06	0.05	0.6	(0.7)	0.10	(0)	19	0.25	2.5	4	-	0.1	根端、葉柄基部及び皮を除いたもの 硝酸イオン：0 g
06345		-	-	-	-	(0)	4500	9900	0	12000	1000	(0)	1.7	0	2.0	0.1	22	0.11	0.08	1.1	(1.3)	0.14	(0)	31	0.45	-	5	-	0.1	根端、葉柄基部及び皮を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン：0 g
06346		1	0	0	1	(0)	1400	3200	0	3900	330	(0)	1.6	Tr	1.1	Tr	34	0.10	0.07	0.9	(1.1)	0.15	(0)	28	0.50	3.7	6	-	0.1	別名： フライドキャロット 根端、葉柄基部及び皮を除いたもの 植物油（なたね油） 硝酸イオン：0 g
06347		1	0	1	1	(0)	3800	6700	0	8600	720	(0)	0.5	0	0	0	12	0.05	0.05	1.1	(1.2)	0.12	(0)	46	0.31	6.4	4	-	Tr	同一試料の皮むき、生の成分値：第2章別表参照 硝酸イオン：0 g
06216		Tr	0	1	1	0	3900	9100	0	11000	920	(0)	0.8	Tr	0	0	6	0.04	0.02	0.5	0.6	0.09	Tr	21	0.25	2.1	4	-	0.1	硝酸イオン： Tr 食物繊維：AOAC2011.25法
06380		0	0	Tr	1	(0)	4200	10000	(0)	12000	1000	(0)	0.9	Tr	0	0	6	0.03	0.02	0.3	0.5	0.06	0	18	0.20	1.6	1	-	0.1	硝酸イオン： Tr 食物繊維：AOAC2011.25法
06381		1	0	1	1	(0)	4400	11000	(0)	13000	1100	(0)	1.5	Tr	1.5	Tr	11	0.04	0.03	0.5	0.7	0.09	0	24	0.30	2.3	2	-	0.2	植物油（なたね油） 硝酸イオン：Tr 食物繊維：AOAC2011.25法
06348		1	0	0	1	25	3300	8600	0	10000	880	0	0.7	0	0	0	7	0.03	0.03	0.4	(0.6)	0.09	0	17	0.14	2.6	2	-	1.0	硝酸イオン：Tr
06217		-	-	-	-	(0)	1300	3800	0	4500	370	(0)	0.2	0	0	0	2	0.03	0.04	0.6	(0.7)	0.08	(0)	13	0.27	-	1	-	0	硝酸イオン：(Tr)
06218		-	-	-	-	(0)	250	4800	0	5000	410	(0)	0.5	0	0	0	2	0.07	0.05	1.0	(1.4)	0.12	(0)	110	0.32	-	8	-	0	別名： きょうにんじん 廃棄部位： 根端及び葉柄基部 硝酸イオン： Tr
06219		-	-	-	-	(0)	220	4900	0	5000	410	(0)	0.5	0	0	0	2	0.07	0.05	0.9	(1.3)	0.12	(0)	98	0.33	-	6	-	0	別名： きょうにんじん 根端及び葉柄基部を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06220		-	-	-	-	(0)	250	4400	0	4500	380	(0)	0.5	0	0	0	2	0.07	0.05	1.0	(1.3)	0.13	(0)	100	0.33	-	8	-	0	別名： きょうにんじん 廃棄部位： 根端、葉柄基部及び皮 硝酸イオン： Tr
06221		-	-	-	-	(0)	230	4700	0	4800	400	(0)	0.5	0	0	0	2	0.06	0.06	0.8	(1.2)	0.14	(0)	100	0.28	-	8	-	0	別名： きょうにんじん 根端、葉柄基部及び皮を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06222		-	-	-	-	(0)	2200	4900	0	6000	500	(0)	0.6	0	0	0	13	0.04	0.03	0.6	(0.7)	0.10	(0)	32	0.41	-	4	-	0	廃棄部位： 根端及び葉柄基部 硝酸イオン： Tr
06223		0	1	0	16	(0)	0	2	0	2	0	(0)	0.5	0	0	0	0	0.19	0.07	0.7	1.8	1.53	(0)	93	0.55	2.0	12	-	Tr	廃棄部位： 茎、りん皮及び根盤部 硝酸イオン：0 g
06349		-	-	-	-	(0)	0	2	0	2	0	(0)	1.5	0	1.5	Tr	3	0.23	0.09	0.8	(2.3)	1.80	(0)	120	0.68	-	10	-	Tr	茎、りん皮及び根盤部を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン：0 g
06224		-	-	-	-	(0)	0	710	7	710	60	(0)	0.8	Tr	0.1	0	54	0.11	0.10	0.3	(0.9)	0.31	(0)	120	0.29	-	45	-	0	別名： にんにくの芽 硝酸イオン： Tr
06225		-	-	-	-	(0)	0	670	8	680	56	(0)	0.8	Tr	Tr	0	51	0.10	0.07	0.3	(0.8)	0.28	(0)	120	0.31	-	39	-	0	別名： にんにくの芽 ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： Tr
06226		0	Tr	0	2	(0)	0	82	1	83	7	(0)	0.2	0	0	0	8	0.05	0.04	0.4	0.6	0.12	(0)	72	0.17	1.0	14	-	0	別名： 長ねぎ 廃棄部位： 株元及び緑葉部 硝酸イオン： Tr
06350		-	-	-	-	(0)	0	69	Tr	69	6	(0)	0.1	0	0	0	8	0.04	0.03	0.3	(0.5)	0.09	(0)	53	0.17	-	10	-	0	別名： 長ねぎ 株元及び緑葉部を除いたもの 硝酸イオン： Tr

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06351	732（ねぎ類）根深ねぎ 葉 軟白 油いため	0	321	77	83.9	(1.1)	1.6	(4.1)	-	4.4	(4.1)	(4.1)	7.7 *	2.7	-	9.5	-	0.5	0	220	35	14	28	0.3	0.3	0.06	0.11
06227	733（ねぎ類）葉ねぎ 葉 生	7	121	29	90.5	1.3	1.9	0.1	(0)	0.3	0	0	4.0 *	3.2	-	6.5	-	0.7	1	260	80	19	40	1.0	0.3	0.05	0.18
06352	734（ねぎ類）葉ねぎ 葉 油いため	0	321	77	83.9	(1.5)	2.1	(4.9)	(0)	5.2	0	0	4.9 *	3.9	-	7.9	-	0.9	2	310	95	22	49	1.2	0.4	0.06	0.21
06228	735（ねぎ類）こねぎ 葉 生	10	111	26	91.3	(1.4)	2.0	(0.1)	(0)	0.3	-	-	3.7 *	2.5	-	5.4	-	0.9	1	320	100	17	36	1.0	0.3	0.03	0.18
06229	736 のざわな 葉 生	3	60	14	94.0	(0.8)	0.9	(0.1)	(0)	0.1	-	-	1.7 *	2.0	-	3.5	-	1.1	24	390	130	19	40	0.6	0.3	0.05	0.23
06230	737 のざわな 漬物 塩漬	5	70	17	91.8	(1.0)	1.2	(0.1)	(0)	0.1	-	-	1.8 *	2.5	-	4.1	-	2.4	610	300	130	21	39	0.4	0.3	0.05	0.13
06231	738 のざわな 漬物 調味漬	3	93	22	89.5	-	1.7	-	(0)	0	-	-	2.3 *	3.1	-	5.4	-	3.2	960	360	94	21	36	0.7	0.3	0.08	0.15
06232	739 のびる りん茎葉 生	20	262	63	80.2	-	3.2	(0.1)	(0)	0.2	-	-	8.7 *	6.9	-	15.5	-	0.9	2	590	100	21	96	2.6	1.0	0.06	0.41
06233	740 はくさい 結球葉 生	6	54	13	95.2	0.6	0.8	Tr	(0)	0.1	2.0 *	2.0	2.1	1.3	-	3.2	-	0.6	6	220	43	10	33	0.3	0.2	0.03	0.11
06234	741 はくさい 結球葉 ゆで	10	54	13	95.4	(0.7)	0.9	Tr	(0)	0.1	(1.9) *	(1.9)	1.8	1.4	-	2.9	-	0.5	5	160	43	9	33	0.3	0.2	0.03	0.12
06235	742 はくさい 漬物 塩漬	4	72	17	92.1	(1.1)	1.5	Tr	(0)	0.1	0	-	1.8 *	1.8	0	3.3	0.3	2.8	820	240	39	12	41	0.4	0.2	0.04	0.06
06236	743 はくさい 漬物 キムチ	0	114	27	88.4	-	2.3	-	(0)	0.1	0	-	2.7 *	2.2	0	5.4	0.3	3.6	1100	290	50	11	48	0.5	0.2	0.04	0.10
06237	744 パクチョイ 葉 生	10	63	15	94.0	-	1.6	(0.1)	(0)	0.2	(2.2)	(2.1)	1.0 *	1.8	-	2.7	-	1.1	12	450	100	27	39	0.8	0.3	0.04	0.25
06238	745 バジル 葉 生	20	86	21	91.5	(1.2)	2.0	(0.5)	(0)	0.6	(0.3)	(0.3)	0.9 *	4.0	-	4.0	-	1.5	1	420	240	69	41	1.5	0.6	0.20	1.91
06239	746 パセリ 葉 生	10	142	34	84.7	3.2	4.0	(0.5)	(0)	0.7	0.9 *	0.9	1.9	6.8	-	7.8	-	2.7	9	1000	290	42	61	7.5	1.0	0.16	1.05
06240	747 はつかだいこん 根 生	25	56	13	95.3	0.7	0.8	(0.1)	(0)	0.1	(1.9) *	(1.9)	2.0	1.2	-	3.1	-	0.7	8	220	21	11	46	0.3	0.1	0.02	0.05
06392	748 はなっこりー 生	0	145	35	89.5	-	3.6	-	-	0.5	-	-	2.3 *	3.1	-	5.4	-	1.0	5	380	51	22	79	0.5	0.5	0.06	0.28
06241	749 はやとうり 果実 白色種 生	2	86	20	94.0	(0.4)	0.6	(0.1)	(0)	0.1	-	-	4.0 *	1.2	-	4.9	-	0.4	Tr	170	12	10	21	0.3	0.1	0.03	0.15
06242	750 はやとうり 果実 白色種 塩漬	0	71	17	91.0	(0.4)	0.6	-	(0)	Tr	-	-	3.0 *	1.6	-	4.4	-	4.0	1400	110	8	10	14	0.2	0.1	0.04	0.17
06353	751 はやとうり 果実 緑色種 生	2	86	21	94.0	-	0.6	-	(0)	0.1	-	-	3.7 *	1.2	-	4.9	-	0.4	Tr	170	12	10	21	0.3	0.1	0.03	0.15

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
06351	732（ねぎ類）根深ねぎ 葉 軟白 油いため		-	-	-	-	(0)	0	72	1	73	6	(0)	0.9	Tr	1.4	Tr	8	0.06	0.05	0.4	(0.7)	0.14	(0)	72	0.17	-	15	-	0	別名： 長ねぎ 株元及び緑葉部を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： Tr
06227	733（ねぎ類）葉ねぎ 葉 生		1	1	2	1	(0)	Tr	1500	17	1500	120	(0)	0.9	Tr	0	0	110	0.06	0.11	0.5	0.9	0.13	(0)	100	0.23	1.7	32	-	0	別名： 青ねぎ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06352	734（ねぎ類）葉ねぎ 葉 油いため		-	-	-	-	(0)	Tr	1800	20	1800	150	(0)	2.1	0	1.6	0	150	0.07	0.12	0.5	(1.1)	0.16	(0)	120	0.29	-	43	-	0	別名： 青ねぎ 株元を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.1 g
06228	735（ねぎ類）こねぎ 葉 生		-	-	-	-	(0)	0	2200	13	2200	190	(0)	1.3	0	0	0	120	0.08	0.14	0.6	(1.1)	0.13	(0)	120	0.20	-	44	-	0	万能ねぎ等を含む 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06229	736 のざわな 葉 生		1	1	2	10	(0)	0	1200	0	1200	100	(0)	0.5	Tr	0	0	100	0.06	0.10	0.7	(1.0)	0.11	(0)	110	0.17	1.4	41	-	0.1	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.4 g
06230	737 のざわな 漬物 塩漬		-	-	-	-	(0)	0	1600	0	1600	130	(0)	0.7	Tr	0	0	110	0.05	0.11	0.5	(0.9)	0.06	(0)	64	0.13	-	27	-	1.5	廃棄部位： 株元 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.4 g
06231	738 のざわな 漬物 調味漬		-	-	-	-	(0)	0	2400	0	2400	200	(0)	1.3	0	0	0	200	0.03	0.11	0.5	0.8	0.08	(0)	35	0.17	-	26	-	2.4	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06232	739 のびる りん茎葉 生		-	-	-	-	(0)	0	800	12	810	67	(0)	1.3	0	0.2	0	160	0.08	0.22	1.1	1.6	0.16	(0)	110	0.29	-	60	-	0	廃棄部位： 根 硝酸イオン： Tr
06233	740 はくさい 結球葉 生		1	Tr	0	6	(0)	0	92	13	99	8	(0)	0.2	0	0	0	59	0.03	0.03	0.6	0.7	0.09	(0)	61	0.25	1.4	19	-	0	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06234	741 はくさい 結球葉 ゆで		-	-	-	-	(0)	0	130	0	130	11	(0)	0.1	0	0	0	87	0.01	0.01	0.3	(0.5)	0.04	(0)	42	0.25	-	10	-	0	廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06235	742 はくさい 漬物 塩漬		4	0	Tr	8	(0)	0	14	Tr	14	1	(0)	0.2	0	0	0	61	0.04	0.03	0.4	(0.6)	0.08	Tr	59	0.11	0.5	29	-	2.1	廃棄部位： 株元 液汁を除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06236	743 はくさい 漬物 キムチ		14	1	1	6	(0)	22	110	110	170	15	(0)	0.5	Tr	0.1	Tr	42	0.04	0.06	0.6	1.0	0.13	Tr	22	0.24	0.8	15	-	2.9	硝酸イオン： 0.2 g
06237	744 パクチョイ 葉 生		1	1	1	6	(0)	0	1800	17	1800	150	(0)	0.9	Tr	Tr	0	190	0.07	0.12	0.8	1.1	0.11	(0)	140	0.34	2.6	45	-	0	別名： パイゲンサイ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.4 g
06238	745 バジル 葉 生		-	-	-	-	(0)	0	6300	0	6300	520	(0)	3.5	0	0.4	0	440	0.08	0.19	0.6	(1.0)	0.11	(0)	69	0.29	-	16	-	0	別名： バジリコ、スイートバジル 廃棄部位： 茎及び穂 硝酸イオン： 0.4 g
06239	746 パセリ 葉 生		7	3	4	39	(0)	0	7400	83	7400	620	(0)	3.3	0	0.9	0	850	0.12	0.24	1.2	2.7	0.27	(0)	220	0.48	4.1	120	-	0	別名： オランダぜり 廃棄部位： 茎 硝酸イオン： 0.2 g
06240	747 はつかだいこん 根 生		-	-	-	-	(0)	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	1	0.02	0.02	0.1	0.3	0.07	(0)	53	0.18	-	19	-	0	別名： ラディッシュ 試料： 赤色球形種 廃棄部位： 根端、葉及び葉柄基部
06392	748 はなっこりー 生		Tr	1	0	3	-	4	1200	9	1200	97	-	1.3	-	0.1	-	140	0.09	0.15	1.0	1.6	0.23	-	220	0.50	8.5	90	-	Tr	食物繊維：AOAC2011.25法
06241	749 はやとうり 果実 白色種 生		-	-	-	-	(0)	(0)	0	0	(0)	(0)	(0)	0.2	0	0	0	9	0.02	0.03	0.3	(0.4)	0.04	(0)	44	0.46	-	11	-	0	別名： せんなりうり 廃棄部位： 種子 硝酸イオン： Tr
06242	750 はやとうり 果実 白色種 塩漬		-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	11	0.02	0.04	0.3	(0.4)	0.04	(0)	25	0.47	-	9	-	3.6	別名： せんなりうり 水洗いし、水切りしたもの 硝酸イオン： Tr
06353	751 はやとうり 果実 緑色種 生		-	-	-	-	(0)	-	-	-	27	2	(0)	0.2	0	0	0	9	0.02	0.03	0.3	0.4	0.04	(0)	44	0.46	-	11	-	0	別名： せんなりうり 廃棄部位： 種子 硝酸イオン： Tr

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
										脂肪酸の			利用可能炭水化物		差引き法による															
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06243	752	ビーツ 根 生	10	159	38	87.6	(1.0)	1.6	(0.1)	(0)	0.1	(7.3) *	(6.9)	7.2	2.7	-	9.3	-	1.1	30	460	12	18	23	0.4	0.3	0.09	0.15
06244	753	ビーツ 根 ゆで	3	176	42	86.9	(1.0)	1.5	(0.1)	(0)	0.1	(10.3)	(9.8)	7.8 *	2.9	-	10.2	-	1.0	38	420	15	22	29	0.4	0.3	0.09	0.17
06245	754	（ピーマン類）青ピーマン 果実 生	15	85	20	93.4	0.7	0.9	0.1	0	0.2	(2.3)	(2.3)	3.0 *	2.3	-	5.1	0.2	0.4	1	190	11	11	22	0.4	0.2	0.06	0.10
06246	755	（ピーマン類）青ピーマン 果実 油いため	0	221	54	89.0	(0.7)	0.9	(4.1)	0	4.3	(2.4) *	(2.4)	3.3	2.4	-	5.4	0.2	0.4	1	200	11	11	24	0.7	0.2	0.06	0.10
06247	756	（ピーマン類）赤ピーマン 果実 生	10	117	28	91.1	(0.8)	1.0	(0.2)	(0)	0.2	(5.3) *	(5.3)	5.8	1.6	-	7.2	-	0.5	Tr	210	7	10	22	0.4	0.2	0.03	0.13
06248	757	（ピーマン類）赤ピーマン 果実 油いため	0	286	69	86.6	(0.8)	1.0	(4.1)	(0)	4.3	(4.6)	(4.5)	6.4 *	1.6	-	7.6	-	0.5	Tr	220	7	10	24	0.7	0.2	0.03	0.14
06393	758	（ピーマン類）オレンジピーマン 果実 生	9	81	19	94.2	0.7	0.9	0.1	-	0.3	3.1 *	3.1	2.8	1.8	-	4.2	-	0.4	0	230	5	10	26	0.3	0.2	0.04	0.10
06394	759	（ピーマン類）オレンジピーマン 果実 油いため	0	337	81	85.8	(0.8)	1.1	-	-	5.1	3.8	3.8	7.8 *	-	-	7.6	-	0.4	Tr	270	5	11	30	0.4	0.2	0.05	0.11
06249	760	（ピーマン類）黄ピーマン 果実 生	10	119	28	92.0	(0.6)	0.8	(0.1)	(0)	0.2	(4.9)	(4.9)	5.7 *	1.3	-	6.6	-	0.4	Tr	200	8	10	21	0.3	0.2	0.04	0.15
06250	761	（ピーマン類）黄ピーマン 果実 油いため	0	252	61	87.6	(0.6)	0.8	(4.1)	(0)	4.3	(5.1) *	(5.1)	6.1	1.3	-	6.9	-	0.4	Tr	210	8	10	23	0.5	0.2	0.04	0.16
06251	762	（ピーマン類）トマピー 果実 生	15	138	33	90.9	(0.8)	1.0	-	(0)	0.2	-	-	6.1 *	1.6	-	7.5	-	0.4	Tr	210	8	8	29	0.4	0.3	0.07	0.12
06252	763	ひのな 根・茎葉 生	4	70	17	92.5	(0.8)	1.0	-	(0)	Tr	-	-	1.9 *	3.0	-	4.7	-	1.3	10	480	130	21	51	0.8	0.2	0.04	0.17
06253	764	ひのな 根・茎葉 甘酢漬	0	294	70	76.4	(1.1)	1.4	-	(0)	0.5	-	-	12.9 *	4.7	-	17.3	-	3.9	1100	550	130	22	40	0.9	0.3	0.08	0.12
06254	765	ひろしまな 葉 生	4	80	19	92.7	(1.1)	1.5	(0.1)	(0)	0.2	-	-	2.3 *	2.4	-	4.2	-	1.1	28	550	200	32	55	0.8	0.3	0.04	0.54
06255	766	ひろしまな 塩漬	5	62	15	92.7	(0.9)	1.2	(0.2)	(0)	0.2	-	-	1.2 *	2.4	-	3.3	-	2.5	840	120	74	13	17	0.8	0.3	0.06	0.12
06256	767	（ふき類）ふき 葉柄 生	40	44	11	95.8	-	0.3	-	(0)	0	-	-	1.7 *	1.3	-	3.0	-	0.7	35	330	40	6	18	0.1	0.2	0.05	0.36

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)				(……μg……)			mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06243	752	ビーツ 根 生	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	0	0.05	0.05	0.3	(0.6)	0.07	(0)	110	0.31	-	5	-	0.1	別名： ビート、ビートルート、レッドビート、テーブルビート、かえんさい 廃棄部位： 根端、皮及び葉柄基部 硝酸イオン： 0.3 g
06244	753	ビーツ 根 ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	0	0	0	0	0.04	0.04	0.2	(0.5)	0.05	(0)	110	0.31	-	3	-	0.1	別名： ビート、ビートルート、レッドビート、テーブルビート、かえんさい 根端及び葉柄基部を除いたもの 廃棄部位： 皮 硝酸イオン： 0.3 g
06245	754	（ピーマン類）青ピーマン 果実 生	Tr	0	1	3	(0)	6	400	3	400	33	(0)	0.8	0	0	0	20	0.03	0.03	0.6	0.8	0.19	(0)	26	0.30	1.6	76	-	0	廃棄部位： へた、しん及び種子 硝酸イオン： Tr
06246	755	（ピーマン類）青ピーマン 果実 油いため	Tr	0	0	4	(0)	6	410	3	420	35	(0)	0.9	0	0	0	21	0.03	0.03	0.6	(0.8)	0.20	(0)	27	0.31	1.9	79	-	0	へた、しん及び種子を除いたもの 植物油（調合油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン：（Tr）
06247	756	（ピーマン類）赤ピーマン 果実 生	-	-	-	-	(0)	0	940	230	1100	88	(0)	4.3	0.2	0.2	Tr	7	0.06	0.14	1.2	(1.4)	0.37	(0)	68	0.28	-	170	-	0	別名： パプリカ 廃棄部位： へた、しん及び種子 硝酸イオン： 0 g
06248	757	（ピーマン類）赤ピーマン 果実 油いため	-	-	-	-	(0)	0	980	240	1100	92	(0)	4.4	0.2	0.2	Tr	7	0.06	0.16	1.2	(1.4)	0.39	(0)	71	0.29	-	180	-	0	別名： パプリカ へた、しん及び種子を除いたもの 植物油（調合油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： (0) g
06393	758	（ピーマン類）オレンジピーマン 果実 生	Tr	0	0	6	-	150	420	290	630	53	-	3.1	0.1	Tr	0	4	0.04	0.03	1.3	1.4	0.32	-	53	0.21	2.3	150	-	0	別名： パプリカ 廃棄部位： へた、しん及び種子 食物繊維：AOAC2011.25法 硝酸イオン：0 g
06394	759	（ピーマン類）オレンジピーマン 果実 油いため	0	0	0	7	-	150	480	320	720	60	-	5.2	0.1	2.5	0.1	11	0.05	0.04	1.4	(1.6)	0.34	-	57	0.26	2.6	170	-	0	別名： パプリカ へた、しん及び種子を除いたもの 植物油（なたね油） 硝酸イオン：0 g
06249	760	（ピーマン類）黄ピーマン 果実 生	-	-	-	-	(0)	71	160	27	200	17	(0)	2.4	0.1	Tr	0	3	0.04	0.03	1.0	(1.2)	0.26	(0)	54	0.25	-	150	-	0	別名： パプリカ、キングベル 廃棄部位： へた、しん及び種子 硝酸イオン： 0 g
06250	761	（ピーマン類）黄ピーマン 果実 油いため	-	-	-	-	(0)	74	160	28	210	18	(0)	2.5	0.1	Tr	0	3	0.04	0.03	1.0	(1.2)	0.27	(0)	56	0.26	-	160	-	0	別名： パプリカ、キングベル へた、しん及び種子を除いたもの 植物油（調合油）： 4.1 g 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： (0) g
06251	762	（ピーマン類）トマピー 果実 生	-	-	-	-	(0)	33	1700	500	1900	160	(0)	4.3	0.1	0.1	0	4	0.05	0.09	1.2	(1.4)	0.56	(0)	45	0.33	-	200	-	0	別名： ミニパプリカ 廃棄部位： へた、しん及び種子 硝酸イオン： 0 g
06252	763	ひのな 根・茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	1200	11	1200	98	(0)	0.7	0.1	0	0	93	0.05	0.13	0.7	(0.9)	0.14	(0)	92	0.18	-	52	-	0	別名： えびな 廃棄部位： 根端 硝酸イオン： 0.5 g
06253	764	ひのな 根・茎葉 甘酢漬	-	-	-	-	(0)	0	2000	0	2000	170	(0)	1.4	0	0	0	120	0.04	0.08	0.7	(1.0)	0.12	(0)	69	0.20	-	39	-	2.8	別名： えびな 硝酸イオン： 0.5 g
06254	765	ひろしまな 葉 生	1	1	3	15	(0)	0	1900	0	1900	160	(0)	1.3	Tr	0	0	160	0.06	0.15	0.7	(1.0)	0.10	(0)	120	0.47	2.2	49	-	0.1	別名： ひらぐきな、ひらぐき 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.3 g
06255	766	ひろしまな 塩漬	-	-	-	-	(0)	0	2100	0	2100	170	(0)	0.6	Tr	0	0	210	0.02	0.07	0.2	(0.4)	0.04	(0)	15	0.07	-	15	-	2.1	別名： ひらぐきな、ひらぐき 廃棄部位： 株元 ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり 硝酸イオン： 0.1 g
06256	767	（ふき類）ふき 葉柄 生	Tr	0	0	2	0	0	49	0	49	4	(0)	0.2	0	0	0	6	Tr	0.02	0.1	0.2	0.01	(0)	12	0.07	0.2	2	-	0.1	廃棄部位： 葉、表皮及び葉柄基部 硝酸イオン： 0.2 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								無機質									備考
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸の	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)						mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN	
06257	768	（ふき類）ふき 葉柄 ゆで	10	27	7	97.4	-	0.3	-	(0)	0	-	-	0.8 *	1.1	-	1.9	-	0.4	22	230	34	5	15	0.1	0.2	0.05	0.37	業及び業柄基部を除いたもの ゆでた後水冷し、水切りしたもの 廃棄部位： 表皮 硝酸イオン： Tr
06258	769	（ふき類）ふきのとう 花序 生	2	159	38	85.5	-	2.5	-	(0)	0.1	-	-	3.6 *	6.4	-	10.0	-	1.9	4	740	61	49	89	1.3	0.8	0.36	0.23	廃棄部位： 花茎 硝酸イオン： 0 g
06259	770	（ふき類）ふきのとう 花序 ゆで	0	127	31	89.2	-	2.5	-	(0)	0.1	-	-	2.8 *	4.2	-	7.0	-	1.2	3	440	46	33	54	0.7	0.5	0.20	0.17	花茎を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06260	771	ふじまめ 若ざや 生	6	132	32	89.2	-	2.5	(0.1)	(0)	0.1	-	-	3.0 *	4.4	-	7.4	-	0.8	Tr	300	43	33	63	0.8	0.4	0.07	0.33	別名： いんげんまめ（関西）、せんごくまめ、あじまめ 廃棄部位： すじ及び両端 硝酸イオン： Tr
06261	772	ふだんそう 葉 生	0	70	17	92.2	-	2.0	(0.1)	(0)	0.1	-	-	0.4 *	3.3	-	3.7	-	1.9	71	1200	75	74	33	3.6	0.3	0.06	3.60	別名： 唐ぢしゃ 硝酸イオン： 0.1 g
06262	773	ふだんそう 葉 ゆで	0	108	26	90.4	-	2.8	(0.1)	(0)	0.1	-	-	1.6 *	3.8	-	5.4	-	1.2	61	760	130	79	34	2.1	0.4	0.06	4.85	別名： 唐ぢしゃ ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06263	774	ブロッコリー 花序 生	35	156	37	86.2	3.8	5.4	0.3	0	0.6	2.4 *	2.3	3.1	5.1	-	6.6	0.3	1.2	7	460	50	29	110	1.3	0.8	0.10	0.28	廃棄部位： 茎葉 廃棄部位：茎葉 硝酸イオン：Ｔｒ
06264	775	ブロッコリー 花序 ゆで	0	126	30	89.9	(2.6)	3.9	(0.2)	0	0.4	1.3	1.3	2.3 *	4.3	-	5.2	-	0.6	5	210	41	17	74	0.9	0.4	0.06	0.20	茎葉を除いたもの 茎葉を除いたもの 硝酸イオン：Tr
06395	776	ブロッコリー 花序 電子レンジ調理	0	239	57	85.3	(4.0)	5.7	-	-	0.7	2.4	2.4	8.4 *	-	-	7.0	0.4	1.3	8	500	54	32	120	1.4	0.9	0.11	0.30	茎葉を除いたもの
06396	777	ブロッコリー 花序 焼き	0	354	84	78.5	(6.9)	9.9	-	-	1.2	4.3	4.3	11.4 *	-	-	8.4	-	2.1	13	820	90	53	200	2.3	1.5	0.17	0.50	茎葉を除いたもの
06397	778	ブロッコリー 花序 油いため	0	454	109	79.2	(4.8)	6.9	-	-	6.3	3.2	3.2	8.2 *	-	-	6.1	-	1.5	9	590	64	37	140	1.7	1.1	0.11	0.35	茎葉を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
06354	779	ブロッコリー 芽ばえ 生	0	75	18	94.3	(1.3)	1.9	(0.3)	(0)	0.6	(1.0)	(1.0)	1.6 *	1.8	-	2.6	0.1	0.5	4	100	57	32	60	0.7	0.4	0.03	0.37	別名： ブロッコリースプラウト 硝酸イオン： 0.1 g
06265	780	へちま 果実 生	20	72	17	94.9	(0.5)	0.8	(0.1)	(0)	0.1	-	-	3.1 *	1.0	-	3.8	-	0.4	1	150	12	12	25	0.3	0.2	0.06	0.07	別名： いとうり、ナーベーラー 、 ナビャーラ 、 ナベーラ、ナーベナ 廃棄部位： 両端及び皮 硝酸イオン： Tr
06266	781	へちま 果実 ゆで	0	80	19	94.2	(1.1)	1.6	(0.1)	(0)	0.1	-	-	2.7 *	1.5	-	3.7	-	0.4	1	140	24	13	34	0.7	0.2	0.07	0.09	別名： いとうり、ナーベーラー 、 ナビャーラ 、 ナベーラ、ナーベナ 両端及び皮を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06267	782	ほうれんそう 葉 通年平均 生	10	75	18	92.4	1.7	2.2	0.2	0	0.4	0.3 *	0.3	0.1	2.8	-	3.1	0.9	1.7	16	690	49	69	47	2.0	0.7	0.11	0.32	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06268	783	ほうれんそう 葉 通年平均 ゆで	5	94	23	91.5	2.1	2.6	(0.3)	0	0.5	0.4	0.4	1.2 *	3.6	-	4.0	-	1.2	10	490	69	40	43	0.9	0.7	0.11	0.33	廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06359	784	ほうれんそう 葉 通年平均 油いため	0	375	91	82.0	(3.0)	3.8	(7.6)	(Tr)	8.1	(0.5) *	(0.4)	1.1	4.6	-	4.4	-	1.5	13	530	88	52	54	1.2	0.8	0.15	0.20	株元を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.2 g
06355	785	ほうれんそう 葉 夏採り 生	10	75	18	92.4	(1.7)	2.2	0.2	0	0.4	(0.3) *	(0.3)	0.1	2.8	-	3.1	0.9	1.7	16	690	49	69	47	2.0	0.7	0.11	0.32	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06357	786	ほうれんそう 葉 夏採り ゆで	5	94	23	91.5	(2.1)	2.6	0.3	0	0.5	(0.4)	(0.4)	1.2 *	3.6	-	4.0	-	1.2	10	490	69	40	43	0.9	0.7	0.11	0.33	廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06356	787	ほうれんそう 葉 冬採り 生	10	75	18	92.4	(1.7)	2.2	0.2	0	0.4	(0.3) *	(0.3)	0.1	2.8	-	3.1	0.9	1.7	16	690	49	69	47	2.0	0.7	0.11	0.32	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g

食品番号	索引番号	可食部 100 g 当たり	無機質				ビタミン																								備考
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミンA					ビタミンD	ビタミンE				ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
							レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール														
		単位	(…… μg ……)										(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06257	768	（ふき類）ふき 葉柄 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	60	0	60	5	(0)	0.2	0	0	0	5	Tr	0.01	0.1	0.2	0.08	(0)	9	0	-	0	-	0.1	
06258	769	（ふき類）ふきのとう 花序 生	-	-	-	-	(0)	0	390	7	390	33	(0)	3.2	0.1	0.7	0	92	0.10	0.17	0.9	1.3	0.18	(0)	160	0.45	-	14	-	0	
06259	770	（ふき類）ふきのとう 花序 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	260	4	260	22	(0)	2.4	0	0	0	69	0.06	0.08	0.5	0.9	0.07	(0)	83	0.24	-	3	-	0	
06260	771	ふじまめ 若ざや 生	-	-	-	-	(0)	79	200	6	240	20	(0)	0.1	Tr	0.8	0	29	0.08	0.10	0.9	1.3	0.08	(0)	120	0.35	-	13	-	0	
06261	772	ふだんそう 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	3700	0	3700	310	(0)	1.7	Tr	0	0	180	0.07	0.23	0.4	0.7	0.25	(0)	120	0.53	-	19	-	0.2	
06262	773	ふだんそう 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	3800	0	3800	320	(0)	1.7	Tr	0	0	220	0.03	0.11	0.1	0.6	0.14	(0)	92	0.44	-	7	-	0.2	
06263	774	ブロッコリー 花序 生	0	2	0	11	0	0	900	7	900	75	0	3.0	Tr	0.4	0	210	0.17	0.23	1.0	2.0	0.30	0	220	1.42	13.0	140	-	Tr	
06264	775	ブロッコリー 花序 ゆで	-	1	0	4	0	0	830	6	830	69	0	2.7	Tr	0.4	0	190	0.06	0.09	0.4	(1.1)	0.14	0	120	0.74	7.1	55	-	Tr	
06395	776	ブロッコリー 花序 電子レンジ調理	-	2	Tr	13	-	0	990	9	1000	83	-	3.4	-	0.5	-	220	0.18	0.25	1.2	(2.2)	0.41	-	160	1.31	14.0	140	-	Tr	
06396	777	ブロッコリー 花序 焼き	-	4	Tr	21	-	0	1700	20	1700	140	-	6.0	-	0.9	-	380	0.27	0.40	1.7	(3.5)	0.67	-	450	1.99	23.0	150	-	Tr	
06397	778	ブロッコリー 花序 油いため	0	3	Tr	15	-	0	1200	13	1200	97	-	5.8	-	3.5	-	270	0.20	0.28	1.3	(2.5)	0.52	-	340	1.47	17.0	130	-	Tr	
06354	779	ブロッコリー 芽ばえ 生	-	-	-	-	(0)	3	1400	27	1400	120	(0)	1.9	Tr	1.3	0	150	0.08	0.11	1.3	(1.6)	0.20	(0)	74	0.52	-	64	-	0	
06265	780	へちま 果実 生	-	-	-	-	(0)	0	44	0	44	4	(0)	0.3	Tr	0.1	0	12	0.03	0.04	0.2	(0.3)	0.07	(0)	92	0.30	-	5	-	0	
06266	781	へちま 果実 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	35	0	35	3	(0)	0.4	Tr	0.1	0	11	0.03	0.06	0.2	(0.3)	0.05	(0)	91	0.39	-	3	-	0	
06267	782	ほうれんそう 葉 通年平均 生	3	3	2	5	(0)	0	4200	34	4200	350	(0)	2.1	0	0.2	0	270	0.11	0.20	0.6	1.3	0.14	(0)	210	0.20	2.9	35	-	0	
06268	783	ほうれんそう 葉 通年平均 ゆで	1	3	1	4	(0)	0	5400	45	5400	450	(0)	2.6	0.2	0.3	0	320	0.05	0.11	0.3	1.2	0.08	(0)	110	0.13	3.2	19	-	0	
06359	784	ほうれんそう 葉 通年平均 油いため	-	-	-	-	(0)	10	7600	65	7600	630	(0)	4.8	Tr	2.9	0.1	510	0.08	0.16	0.5	(1.7)	0.09	(0)	140	0.20	-	21	-	Tr	
06355	785	ほうれんそう 葉 夏採り 生	3	3	2	5	(0)	0	4200	34	4200	350	(0)	2.1	0	0.2	0	270	0.11	0.20	0.6	(1.3)	0.14	(0)	210	0.20	2.9	20	-	0	
06357	786	ほうれんそう 葉 夏採り ゆで	1	3	1	4	(0)	0	5400	45	5400	450	(0)	2.6	0.2	0.3	0	320	0.05	0.11	0.3	(1.2)	0.08	(0)	110	0.13	3.2	10	-	0	
06356	787	ほうれんそう 葉 冬採り 生	3	3	2	5	(0)	0	4200	34	4200	350	(0)	2.1	0	0.2	0	270	0.11	0.20	0.6	(1.3)	0.14	(0)	210	0.20	2.9	60	-	0	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06358	788	ほうれんそう 葉 冬採り ゆで	5	94	23	91.5	(2.1)	2.6	0.3	0	0.5	(0.4)	(0.4)	1.2 *	3.6	-	4.0	-	1.2	10	490	69	40	43	0.9	0.7	0.11	0.33
06269	789	ほうれんそう 葉 冷凍	0	90	22	92.2	2.4	2.9	0.2	0	0.3	0.6 *	0.6	0.3	3.3	-	3.4	0.5	1.0	120	210	100	51	46	1.2	0.5	0.10	0.80
06372	790	ほうれんそう 葉 冷凍 ゆで	0	110	27	90.6	2.8	3.7	0.4	0	0.5	0.2 *	0.2	0	4.8	-	3.8	0.6	0.8	47	90	170	55	42	1.3	0.5	0.14	0.95
06373	791	ほうれんそう 葉 冷凍 油いため	0	278	67	84.6	3.2	4.0	4.1	0	4.5	0.7	0.7	1.9 *	4.1	-	5.4	0.7	1.4	160	240	130	61	57	1.5	0.6	0.12	0.90
06270	792	ホースラディシュ 根茎 生	25	290	69	77.3	(2.5)	3.1	(0.3)	(0)	0.3	-	-	10.2 *	8.2	-	17.7	-	1.6	1	510	110	65	58	1.0	2.3	0.19	0.40
06271	793	まこも 茎 生	15	82	19	93.5	(0.9)	1.3	0.1	(0)	0.2	-	-	2.6 *	2.3	-	4.4	-	0.6	3	240	2	8	42	0.2	0.2	0.02	0.25
06272	794	みずかけな 葉 生	0	107	25	91.1	(2.5)	2.9	(0.1)	(0)	0.1	-	-	2.4 *	2.8	-	4.7	-	1.1	7	400	110	23	64	1.0	0.3	0.07	0.17
06273	795	みずかけな 塩漬	0	144	34	85.6	(4.2)	4.9	-	(0)	Tr	-	-	2.4 *	4.0	-	5.7	-	3.6	1000	440	110	26	67	1.0	0.5	0.08	0.29
06072	796	みずな 葉 生	15	96	23	91.4	(1.9)	2.2	-	(0)	0.1	-	-	2.1 *	3.0	-	4.8	-	1.3	36	480	210	31	64	2.1	0.5	0.07	0.41
06073	797	みずな 葉 ゆで	0	85	21	91.8	(1.7)	2.0	-	(0)	0.1	-	-	1.4 *	3.6	-	4.7	-	1.1	28	370	200	25	64	2.0	0.2	0.05	0.31
06074	798	みずな 塩漬	10	107	26	88.2	(1.7)	2.0	-	(0)	0.1	-	-	2.7 *	3.5	-	5.9	-	3.4	900	450	200	30	60	1.3	0.3	0.06	0.25
06274	799	（みつば類） 切りみつば 葉 生	0	66	16	93.8	(0.9)	1.0	-	(0)	0.1	-	-	1.6 *	2.5	-	4.0	-	1.1	8	640	25	17	50	0.3	0.1	0.07	0.14
06275	800	（みつば類） 切りみつば 葉 ゆで	0	51	12	95.2	(0.8)	0.9	-	(0)	0.1	-	-	0.7 *	2.7	-	3.3	-	0.5	4	290	24	13	31	0.2	0.1	0.05	0.15
06276	801	（みつば類） 根みつば 葉 生	35	80	19	92.7	(1.8)	1.9	-	(0)	0.1	-	-	1.3 *	2.9	-	4.1	-	1.2	5	500	52	21	64	1.8	0.2	0.07	0.42
06277	802	（みつば類） 根みつば 葉 ゆで	0	79	19	92.9	(2.1)	2.3	-	(0)	0.1	-	-	0.8 *	3.3	-	3.9	-	0.8	4	270	64	18	54	1.2	0.2	0.07	0.35
06278	803	（みつば類） 糸みつば 葉 生	8	48	12	94.6	(0.8)	0.9	-	(0)	0.1	-	-	0.7 *	2.3	-	2.9	-	1.2	3	500	47	21	47	0.9	0.1	0.02	0.42
06279	804	（みつば類） 糸みつば 葉 ゆで	0	60	14	93.7	(1.0)	1.1	-	(0)	0	-	-	1.1 *	3.0	-	4.0	-	0.9	3	360	56	18	39	0.6	0.1	0.02	0.48
06360	805	みぶな 葉 生	10	58	14	93.9	(0.9)	1.1	(0.1)	(0)	0.3	-	-	1.4 *	1.8	-	2.9	-	1.3	32	490	110	30	34	0.5	0.2	0.03	0.22
06280	806	（みょうが類） みょうが 花穂 生	3	44	11	95.6	(0.7)	0.9	-	(0)	0.1	-	-	0.7 *	2.1	-	2.6	-	0.8	1	210	25	30	12	0.5	0.4	0.05	1.17
06281	807	（みょうが類） みょうがたけ 茎葉 生	0	26	6	97.1	(0.3)	0.4	-	(0)	0.1	-	-	0.5 *	1.1	-	1.5	-	0.8	Tr	350	11	7	18	0.3	0.3	0.03	1.44

食品番号	索引番号	無機質				ビタミン																								備考
						ビタミンA						ビタミンE																		
							カロテン																							
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06358	788	1	3	1	4	(0)	0	5400	45	5400	450	(0)	2.6	0.2	0.3	0	320	0.05	0.11	0.3	(1.2)	0.08	(0)	110	0.13	3.2	30	-	0	廃棄部位： 株元 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06269	789	1	Tr	7	15	(0)	6	5300	21	5300	440	(0)	2.7	Tr	0.2	0	300	0.06	0.13	0.4	1.4	0.10	0	120	0.15	2.7	19	-	0.3	硝酸イオン： 0.1 g
06372	790	1	0	6	4	(0)	9	8600	36	8600	720	(0)	4.4	0.1	0.2	0	480	-	0.06	0.2	1.4	0.05	0	57	0.03	3.2	5	-	0.1	ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr
06373	791	2	1	7	13	(0)	7	7200	28	7200	600	(0)	4.6	0.1	2.2	0.1	370	-	0.18	0.6	1.8	0.12	0	150	0.19	3.4	16	-	0.4	植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0.2 g
06270	792	0	0	Tr	1	(0)	-	-	-	7	1	(0)	0	0	0	0	0	0.10	0.10	0.5	(1.0)	0.23	(0)	99	0.32	5.5	73	-	0	別名： わさびだいこん、せいようわさび 廃棄部位： 皮 硝酸イオン： Tr
06271	793	-	-	-	-	(0)	0	15	-	15	1	(0)	Tr	0	Tr	0	2	0.04	0.03	0.5	(0.7)	0.08	(0)	43	0.25	-	6	-	0	別名： まこもたけ 廃棄部位： 葉鞘及び基部 硝酸イオン： Tr
06272	794	-	-	-	-	(0)	0	2300	10	2300	190	(0)	0.9	0	0	0	200	0.11	0.23	1.1	(2.2)	0.17	(0)	240	0.55	-	88	-	0	別名： とうな（薹菜） 硝酸イオン： 0.1 g
06273	795	-	-	-	-	(0)	0	2800	32	2800	240	(0)	1.3	Tr	0.1	0	200	0.12	0.34	1.5	(3.3)	0.24	(0)	180	0.54	-	70	-	2.5	別名： とうな（薹菜） 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06072	796	7	2	3	20	(0)	0	1300	0	1300	110	(0)	1.8	Tr	0.1	0	120	0.08	0.15	0.7	(1.5)	0.18	(0)	140	0.50	3.1	55	-	0.1	別名： きょうな、せんすじきょうな 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06073	797	-	-	-	-	(0)	0	1700	0	1700	140	(0)	1.3	Tr	0.1	0	120	0.04	0.08	0.4	(1.1)	0.10	(0)	90	0.29	-	19	-	0.1	別名： きょうな、せんすじきょうな 株元を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06074	798	-	-	-	-	(0)	0	1100	0	1100	92	(0)	1.1	0	0.1	0	130	0.07	0.15	0.5	(1.2)	0.19	(0)	130	0.39	-	47	-	2.3	別名： きょうな、せんすじきょうな 廃棄部位： 株元 水洗いし、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.4 g
06274	799	3	1	Tr	3	(0)	11	720	3	730	61	(0)	0.7	Tr	Tr	0	63	0.03	0.09	0.4	(0.6)	0.04	(0)	44	0.29	1.9	8	-	0	軟白栽培品 硝酸イオン： Tr
06275	800	-	-	-	-	(0)	24	770	0	780	65	(0)	0.9	Tr	0	0	77	0.02	0.04	0.2	(0.4)	0.01	(0)	14	0.15	-	1	-	0	軟白栽培品 ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06276	801	-	-	-	-	(0)	24	1700	19	1700	140	(0)	1.1	0	0	0	120	0.05	0.13	1.0	(1.4)	0.06	(0)	66	0.33	-	22	-	0	軟白栽培品 廃棄部位： 根及び株元 硝酸イオン： Tr
06277	802	-	-	-	-	(0)	23	2000	20	2100	170	(0)	1.4	0	0	0	150	0.03	0.05	0.4	(0.9)	0.04	(0)	43	0.27	-	12	-	0	軟白栽培品 根及び株元を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06278	803	-	-	-	-	(0)	48	3200	41	3200	270	(0)	0.9	Tr	0	0	220	0.04	0.14	0.7	(0.9)	0.06	(0)	64	0.30	-	13	-	0	別名： あおみつば 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.3 g
06279	804	-	-	-	-	(0)	54	4000	47	4100	340	(0)	1.3	0	0	0	250	0.02	0.08	0.4	(0.7)	0.03	(0)	23	0.22	-	4	-	0	別名： あおみつば 株元を除いたもの ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.3 g
06360	805	-	-	-	-	(0)	4	1800	28	1800	150	(0)	0.9	0	0	0	160	0.04	0.07	0.7	(1.0)	0.11	(0)	110	0.12	-	38	-	0.1	別名： きょうな 廃棄部位： 根 硝酸イオン： 0.5 g
06280	806	1	1	0	8	(0)	8	27	0	31	3	(0)	0.1	0	1.2	0.1	20	0.05	0.05	0.4	(0.6)	0.07	(0)	25	0.20	1.1	2	-	0	別名： 花みょうが、みょうがの子 廃棄部位： 花茎
06281	807	-	-	-	-	(0)	0	6	0	6	1	(0)	0.1	0	0.3	0	8	0.02	0.02	0.1	(0.2)	0.02	(0)	13	0.07	-	1	-	0	別名： 花みょうが、みょうがの子 硝酸イオン： 0.1 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06282	808	むかご 肉芽 生	25	367	87	75.1	(1.8)	2.9	0.1	(0)	0.2	-	-	17.5 *	4.2	-	20.6	-	1.2	3	570	5	19	64	0.6	0.4	0.15	0.05
06283	809	めキャベツ 結球葉 生	0	219	52	83.2	(3.9)	5.7	(0.1)	(0)	0.1	(4.2)	(4.1)	6.2 *	5.5	-	9.9	-	1.1	5	610	37	25	73	1.0	0.6	0.07	0.29
06284	810	めキャベツ 結球葉 ゆで	0	213	51	83.8	(3.6)	5.3	(0.1)	(0)	0.1	(4.8)	(4.4)	6.3 *	5.2	-	9.8	-	1.0	5	480	36	22	75	1.0	0.5	0.07	0.25
06285	811	めたで 芽ばえ 生	0	162	39	87.0	-	3.0	-	(0)	0.5	-	-	2.5 *	6.3	-	8.8	-	0.7	9	140	49	70	110	2.3	0.9	0.09	7.66
06286	812	（もやし類） アルファルファもやし 生	0	47	11	96.0	-	1.6	(0.1)	(0)	0.1	(0.3) *	(0.3)	0.6	1.4	-	2.0	-	0.3	7	43	14	13	37	0.5	0.4	0.09	0.10
06287	813	（もやし類） だいずもやし 生	4	122	29	92.0	2.9	3.7	1.2	Tr	1.5	0.6 *	0.6	1.1	2.3	-	2.3	-	0.5	3	160	23	23	51	0.5	0.4	0.12	0.30
06288	814	（もやし類） だいずもやし ゆで	0	112	27	93.0	(2.2)	2.9	(1.3)	Tr	1.6	(0.5) *	(0.5)	1.0	2.2	-	2.2	-	0.3	1	50	24	19	43	0.4	0.3	0.08	0.35
06289	815	（もやし類） ブラックマッペもやし 生	0	73	17	94.7	1.4	2.2	-	0	Tr	1.4	1.4	2.1 *	1.5	-	2.8	Tr	0.3	8	65	16	12	32	0.4	0.3	0.07	0.09
06290	816	（もやし類） ブラックマッペもやし ゆで	0	53	13	95.8	(0.8)	1.3	-	(0)	Tr	(1.1)	(1.1)	1.6 *	1.6	-	2.7	Tr	0.2	2	12	24	10	17	0.4	0.3	0.05	0.09
06398	817	（もやし類） ブラックマッペもやし 油いため	0	173	41	90.6	(1.4)	2.3	-	-	0.9	1.8	1.8	6.7 *	-	-	5.8	-	0.3	9	71	18	13	34	0.4	0.3	0.07	0.10
06291	818	（もやし類） りょくとうもやし 生	3	64	15	95.4	1.2	1.7	(0.1)	(0)	0.1	1.3	1.3	1.8 *	1.3	-	2.6	Tr	0.2	2	69	10	8	25	0.2	0.3	0.08	0.06
06292	819	（もやし類） りょくとうもやし ゆで	0	49	12	95.9	(1.1)	1.6	-	(0)	0	(1.1) *	(1.1)	1.3	1.5	-	2.3	Tr	0.2	2	24	11	7	24	0.3	0.2	0.06	0.06
06293	820	モロヘイヤ 茎葉 生	0	151	36	86.1	(3.6)	4.8	(0.4)	(0)	0.5	0.1	0.1	1.8 *	5.9	-	6.3	-	2.1	1	530	260	46	110	1.0	0.6	0.33	1.32
06294	821	モロヘイヤ 茎葉 ゆで	0	100	24	91.3	(2.2)	3.0	(0.3)	(0)	0.4	(0.1)	(0.1)	1.4 *	3.5	-	4.0	-	1.2	Tr	160	170	26	53	0.6	0.4	0.20	1.02
06401	822	やぶまめ 生	0	917	219	45.8	-	15.5	-	-	6.5	-	-	19.7 *	9.8	-	29.5	-	2.8	3	1100	44	110	240	4.6	0.9	0.19	0.60
06295	823	やまごぼう みそ漬	0	276	66	72.8	-	4.1	-	(0)	0.1	-	-	8.6 *	7.0	-	15.6	-	7.4	2800	200	23	24	49	1.3	0.3	0.13	0.28
06296	824	ゆりね りん茎 生	10	501	119	66.5	(2.4)	3.8	-	(0)	0.1	-	-	24.3 *	5.4	-	28.3	-	1.3	1	740	10	25	71	1.0	0.7	0.16	0.96
06297	825	ゆりね りん茎 ゆで	0	495	117	66.5	(2.1)	3.4	-	(0)	0.1	-	-	24.0 *	6.0	-	28.7	-	1.3	1	690	10	24	65	0.9	0.7	0.14	0.75
06298	826	ようさい 茎葉 生	0	72	17	93.0	(1.7)	2.2	-	(0)	0.1	(0.9) *	(0.9)	0.5	3.1	-	3.1	-	1.4	26	380	74	28	44	1.5	0.5	0.20	1.07
06299	827	ようさい 茎葉 ゆで	0	76	18	92.4	(1.7)	2.2	-	(0)	0.1	(1.0) *	(1.0)	1.2	3.4	-	4.1	-	1.0	16	270	90	20	40	1.0	0.3	0.15	0.77
06300	828	よめな 葉 生	0	165	40	84.6	(2.7)	3.4	-	(0)	0.2	-	-	2.9 *	7.8	-	10.0	-	1.8	2	800	110	42	89	3.7	0.7	0.24	0.78
06301	829	よもぎ 葉 生	0	177	43	83.6	(4.2)	5.2	-	(0)	0.3	-	-	1.9 *	7.8	-	8.7	-	2.2	10	890	180	29	100	4.3	0.6	0.29	0.84
06302	830	よもぎ 葉 ゆで	0	155	37	85.9	(3.9)	4.8	-	(0)	0.1	-	-	1.3 *	7.8	-	8.2	-	1.0	3	250	140	24	88	3.0	0.4	0.28	0.75

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06282	808	むかご 肉芽 生	-	-	-	-	(0)	0	24	-	24	2	(0)	0.4	0.2	0	0	(0)	0.11	0.02	0.3	(0.8)	0.07	(0)	20	0.60	-	9	-	0	廃棄部位： 皮
06283	809	めキャベツ 結球葉 生	-	-	-	-	(0)	0	710	10	710	59	(0)	0.6	0	0	0	150	0.19	0.23	0.9	(1.8)	0.27	(0)	240	0.76	-	160	-	0	別名： こもちかんらん、姫かんらん、姫キャベツ 硝酸イオン： Tr
06284	810	めキャベツ 結球葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	680	10	690	57	(0)	0.5	0	0	0	160	0.13	0.16	0.6	(1.4)	0.22	(0)	220	0.65	-	110	-	0	別名： こもちかんらん、姫かんらん、姫キャベツ 硝酸イオン： Tr
06285	811	めたで 芽ばえ 生	-	-	-	-	(0)	0	4900	0	4900	410	(0)	4.8	0.1	Tr	0	360	0.15	0.21	1.1	1.6	0.27	(0)	77	0.29	-	67	-	0	紅たで 硝酸イオン： 0 g
06286	812	（もやし類） アルファルファもやし 生	1	1	0	16	(0)	0	56	0	56	5	(0)	1.9	0	Tr	0	47	0.07	0.09	0.2	0.5	0.10	(0)	56	0.46	4.4	5	-	0	別名： 糸もやし 硝酸イオン： Tr
06287	813	（もやし類） だいずもやし 生	-	-	-	-	(0)	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(0)	(0)	0.5	0.1	1.6	0.8	57	0.09	0.07	0.4	1.2	0.08	(0)	85	0.36	-	5	-	0	廃棄部位： 種皮及び損傷部 硝酸イオン： 0 g
06288	814	（もやし類） だいずもやし ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(0)	(0)	0.6	0.1	1.9	0.9	49	0.04	0.04	0.1	(0.7)	0.04	(0)	39	0.19	-	1	-	0	種皮及び損傷部を除いたもの ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： (0) g
06289	815	（もやし類） ブラックマッペもやし 生	1	1	Tr	37	0	0	Tr	0	Tr	0	0	Tr	0	0	0	7	0.04	0.06	0.5	0.8	0.06	0	42	0.43	2.7	10	-	Tr	廃棄部位： 種皮及び損傷部 硝酸イオン：0g
06290	816	（もやし類） ブラックマッペもやし ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(0)	(0)	0.1	0	0.5	Tr	6	0.02	0.02	0.1	(0.3)	0.03	(0)	36	0.20	-	2	-	0	種皮及び損傷部を除いたもの ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： (0) g
06398	817	（もやし類） ブラックマッペもやし 油いため	2	1	0	38	-	-	-	-	-	-	-	1.1	-	2.2	0.1	14	0.04	0.06	0.5	(0.9)	0.05	-	53	0.50	2.6	7	-	Tr	種皮及び損傷部を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
06291	818	（もやし類） りょくとうもやし 生	2	0	0	55	(0)	(0)	3	5	6	Tr	(0)	0.1	0	Tr	0.1	3	0.04	0.05	0.3	0.6	0.05	(0)	41	0.23	1.7	8	-	0	廃棄部位： 種皮及び損傷部 硝酸イオン： (0) g
06292	819	（もやし類） りょくとうもやし ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	5	(0)	5	Tr	(0)	0.1	0	Tr	0.1	3	0.03	0.04	0.2	(0.5)	0.02	(0)	33	0.14	-	2	-	0	種皮及び損傷部を除いたもの ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： (0) g
06293	820	モロヘイヤ 茎葉 生	4	1	2	15	(0)	0	10000	76	10000	840	(0)	6.5	Tr	0.5	0	640	0.18	0.42	1.1	(1.6)	0.35	(0)	250	1.83	14.0	65	-	0	廃棄率： 木質茎つきの場合25% 硝酸イオン： 0.2 g
06294	821	モロヘイヤ 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	6600	39	6600	550	(0)	3.4	0	0.3	0	450	0.06	0.13	0.4	(0.7)	0.08	(0)	67	0.70	-	11	-	0	ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン：0.1 g
06401	822	やぶまめ 生	0	0	0	280	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.6	-	-	-	-	-	-	-	0	
06295	823	やまごぼう みそ漬	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.6	0.1	Tr	Tr	1	0.02	0.10	0.4	1.1	0.03	(0)	14	0.02	-	0	-	7.1	別名： ごぼうあざみ 水洗いし、水切りしたもの ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
06296	824	ゆりね りん茎 生	1	1	2	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.5	0	0	0	0	0.08	0.07	0.7	(1.4)	0.12	(0)	77	0	1.6	9	-	0	廃棄部位： 根、根盤部及び損傷部 硝酸イオン： 0 g
06297	825	ゆりね りん茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.5	0	0	0	Tr	0.07	0.07	0.6	(1.2)	0.12	(0)	92	0	-	8	-	0	根、根盤部及び損傷部を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06298	826	ようさい 茎葉 生	-	-	-	-	(0)	78	4300	0	4300	360	(0)	2.2	0	0.3	0	250	0.10	0.20	1.0	(1.4)	0.11	(0)	120	0.40	-	19	-	0.1	別名： あさがおな、えんさい、くうしんさい 硝酸イオン： 0.2 g
06299	827	ようさい 茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	74	3800	0	3800	320	(0)	0.6	0	0.1	0	260	0.06	0.10	0.6	(1.0)	0.05	(0)	55	0.30	-	6	-	0	別名： あさがおな、えんさい、くうしんさい ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： 0.2 g
06300	828	よめな 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	6700	0	6700	560	(0)	4.1	Tr	0.1	0	440	0.23	0.32	3.2	(4.2)	0.10	(0)	170	0.50	-	42	-	0	若葉 別名： おはぎ、うはぎ、はぎな 硝酸イオン： Tr
06301	829	よもぎ 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	5300	0	5300	440	(0)	3.2	0.1	0.5	0	340	0.19	0.34	2.4	(3.9)	0.08	(0)	190	0.55	-	35	-	0	別名： もちぐさ、よもぎな 硝酸イオン： Tr
06302	830	よもぎ 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	6000	0	6000	500	(0)	3.4	0.1	0.8	0	380	0.08	0.09	0.5	(1.9)	0.04	(0)	51	0.13	-	2	-	0	別名： もちぐさ、よもぎな ゆでた後水冷し、手搾りしたもの 硝酸イオン： Tr

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								無機質									備考
			可食部 100 g 当たり																												
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN		
06303	831	らっかせい 未熟豆 生	35	1268	306	50.1	(11.2)	12.0	(23.9)	(0)	24.2	-	-	9.5 *	4.0	-	12.4	-	1.3	1	450	15	100	200	0.9	1.2	0.50	0.75		別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄部位： さや 硝酸イオン： 0 g
06304	832	らっかせい 未熟豆 ゆで	40	1237	298	51.3	(11.1)	11.9	(23.2)	(0)	23.5	-	-	9.2 *	4.2	-	12.3	-	1.0	2	290	24	86	170	0.9	1.1	0.36	0.50		別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄部位： さや 硝酸イオン： Tr
06305	833	（らっきょう類） らっきょう りん茎 生	15	342	83	68.3	0.9	1.4	(0.1)	(0)	0.2	-	-	9.2 *	20.7	-	29.3	-	0.8	2	230	14	14	35	0.5	0.5	0.06	0.45		別名： おおにら、さとにら 廃棄部位： 根、膜状りん片及び両端
06306	834	（らっきょう類） らっきょう 甘酢漬	0	501	118	67.5	(0.3)	0.4	(0.2)	(0)	0.3	0	-	26.5 *	2.9	0	29.4	0.6	1.9	750	9	11	1	7	1.8	0.1	0.06	0.08		別名： おおにら、さとにら 液汁を除いたもの
06307	835	（らっきょう類） エシャレット りん茎 生	40	245	59	79.1	(1.4)	2.3	(0.1)	(0)	0.2	-	-	7.3 *	11.4	-	17.8	-	0.6	2	290	20	14	47	0.8	0.5	0.06	0.37		土寄せ軟白若採りのらっきょう 別名： エシャ、エシャらっきょう 廃棄部位： 株元及び緑葉部 硝酸イオン： Tr
06308	836	リーキ りん茎葉 生	35	125	30	90.8	(1.2)	1.6	(0.1)	(0)	0.1	(4.1)	(4.0)	4.9 *	2.5	-	6.9	-	0.6	2	230	31	11	27	0.7	0.3	0.03	0.25		別名： 西洋ねぎ、ポロねぎ 廃棄部位： 株元及び緑葉部 硝酸イオン： Tr
06309	837	リーキ りん茎葉 ゆで	0	117	28	91.3	(1.0)	1.3	(0.1)	(0)	0.1	(2.9)	(2.8)	4.6 *	2.6	-	6.8	-	0.5	2	180	26	9	26	0.6	0.3	0.04	0.20		別名： 西洋ねぎ、ポロねぎ 株元及び緑葉部を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06319	838	ルッコラ 葉 生	2	71	17	92.7	-	1.9	0.1	(0)	0.4	0	0	0.8 *	2.6	-	3.1	-	1.5	14	480	170	46	40	1.6	0.8	0.07	0.69		別名： ロケットサラダ、エルカ、ルコラ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.4 g
06310	839	ルバーブ 葉柄 生	10	95	23	92.1	-	0.7	(0.1)	0	0.1	(1.9)	(1.9)	3.5 *	2.5	-	6.0	-	0.9	1	400	74	19	37	0.2	0.1	0.02	0.05		別名： しょくようだいおう 廃棄部位： 表皮及び両端 硝酸イオン： 0.2 g
06311	840	ルバーブ 葉柄 ゆで	0	58	14	94.1	-	0.5	(0.1)	(0)	0.1	(1.4) *	(1.4)	1.7	2.9	-	4.6	-	0.6	1	200	64	14	20	0.2	0.1	0.02	0.05		別名： しょくようだいおう 表皮及び両端を除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06312	841	（レタス類） レタス 土耕栽培 結球葉 生	2	46	11	95.9	0.5	0.6	Tr	(0)	0.1	1.7 *	1.7	1.9	1.1	-	2.8	-	0.5	2	200	19	8	22	0.3	0.2	0.04	0.13		別名： たまちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06361	842	（レタス類） レタス 水耕栽培 結球葉 生	2	54	13	95.3	(0.6)	0.8	(0.1)	(0)	0.2	(2.0) *	(2.0)	2.1	1.1	-	2.9	-	0.6	2	260	34	10	30	0.3	0.1	0.01	0.38		別名： たまちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06313	843	（レタス類） サラダな 葉 生	10	43	10	94.9	0.8	1.0	0.1	(0)	0.2	0.7 *	0.7	1.1	1.8	-	2.7	-	1.0	6	410	56	14	49	2.4	0.2	0.04	-		廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06314	844	（レタス類） リーフレタス 葉 生	6	66	16	94.0	(1.0)	1.4	(0.1)	(0)	0.1	(0.9)	(0.9)	1.8 *	1.9	-	3.3	-	1.0	6	490	58	15	41	1.0	0.5	0.06	0.34		別名： ちりめんちしゃ、あおちりめんちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06315	845	（レタス類） サニーレタス 葉 生	6	63	15	94.1	(0.7)	1.2	(0.1)	(0)	0.2	(0.6)	(0.6)	1.7 *	2.0	-	3.2	-	1.1	4	410	66	15	31	1.8	0.4	0.05	0.43		別名： あかちりめんちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06362	846	（レタス類） サンチュ 葉 生	0	56	14	94.5	(1.0)	1.2	(0.2)	(0)	0.4	-	-	1.0 *	2.0	-	2.5	-	1.0	3	470	62	19	39	0.5	0.2	0.01	0.69		別名： かきちしゃ 株元を除いたもの （株元つきの場合、廃棄率：9 %） 硝酸イオン： 0.4 g
06316	847	（レタス類） コスレタス 葉 生	9	66	16	94.5	(0.8)	1.2	0.1	(0)	0.2	(1.2)	(1.2)	2.0 *	1.9	-	3.4	-	0.6	16	250	29	12	39	0.5	0.3	0.03	0.23		別名： ロメインレタス、たちちしゃ、たちレタス 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06317	848	れんこん 根茎 生	20	267	63	81.5	1.3	1.9	Tr	0	0.1	14.2 *	13.0	14.1	2.0	-	15.5	-	1.0	24	440	20	16	74	0.5	0.3	0.09	0.78		廃棄部位： 節部及び皮 硝酸イオン： 0 g
06318	849	れんこん 根茎 ゆで	0	278	66	81.9	(0.9)	1.3	Tr	(0)	0.1	(13.9)	(12.7)	14.3 *	2.3	-	16.1	-	0.6	15	240	20	13	78	0.4	0.3	0.05	0.80		節部及び皮を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06371	850	れんこん 甘酢れんこん	0	287	68	80.8	0.5	0.6	-	(0)	0.2	15.1 *	13.8	14.2	2.3	-	16.5	0.5	1.5	550	14	6	1	26	0.1	Tr	0.07	Tr		*ヨウ素： 第3章参照 硝酸イオン： 0 g

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06303	831	らっかせい 未熟豆 生	0	1	0	58	(0)	0	5	0	5	Tr	(0)	7.2	0.3	2.9	0.1	0	0.54	0.09	10.0	(12.0)	0.21	(0)	150	1.40	44.0	20	-	0	別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄部位： さや 硝酸イオン： 0 g
06304	832	らっかせい 未熟豆 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	1	0	1	Tr	(0)	6.8	0.2	2.7	0.1	0	0.30	0.13	8.2	(10.0)	0.19	(0)	150	0.91	-	19	-	0	別名： なんきんまめ、ピーナッツ 廃棄部位： さや 硝酸イオン： Tr
06305	833	（らっきょう類） らっきょう りん茎 生	1	1	0	14	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0.8	Tr	0	0	1	0.07	0.05	2.1	2.4	0.12	(0)	29	0.56	0.9	23	-	0	別名： おおにら、さとにら 廃棄部位： 根、膜状りん片及び両端
06306	834	（らっきょう類） らっきょう 甘酢漬	4	Tr	3	3	(0)	0	0	0	0	(0)	-	0.2	0	0	0	1	Tr	Tr	0.1	(0.2)	0.02	0	Tr	0.03	0.4	0	-	1.9	別名： おおにら、さとにら 液汁を除いたもの
06307	835	（らっきょう類） エシャレット りん茎 生	-	-	-	-	(0)	0	18	0	18	2	(0)	0.4	Tr	0	0	6	0.03	0.05	0.8	(1.2)	0.11	(0)	55	0.33	-	21	-	0	土寄せ軟白若採りのらっきょう 別名： エシャ、エシャらっきょう 廃棄部位： 株元及び緑葉部 硝酸イオン： Tr
06308	836	リーキ りん茎葉 生	-	-	-	-	(0)	0	45	0	45	4	(0)	0.3	0	0.1	0	9	0.06	0.08	0.4	(0.6)	0.24	(0)	76	0.17	-	11	-	0	別名： 西洋ねぎ、ポロねぎ 廃棄部位： 株元及び緑葉部 硝酸イオン： Tr
06309	837	リーキ りん茎葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	37	0	37	3	(0)	0.3	0	0.1	0	8	0.05	0.07	0.3	(0.5)	0.20	(0)	68	0.14	-	9	-	0	別名： 西洋ねぎ、ポロねぎ 株元及び緑葉部を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06319	838	ルッコラ 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	3600	0	3600	300	(0)	1.4	Tr	Tr	0	210	0.06	0.17	0.5	0.8	0.11	(0)	170	0.55	-	66	-	0	別名： ロケットサラダ、エルカ、ルコラ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.4 g
06310	839	ルバーブ 葉柄 生	-	-	-	-	(0)	0	40	0	40	3	(0)	0.2	0	0	0	7	0.04	0.05	0.2	0.3	0.02	(0)	31	0.10	-	5	-	0	別名： しょくようだいおう 廃棄部位： 表皮及び両端 硝酸イオン： 0.2 g
06311	840	ルバーブ 葉柄 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	42	0	42	4	(0)	0.2	0	0	0	9	0.01	0.03	0.1	0.2	0.01	(0)	22	0.10	-	4	-	0	別名： しょくようだいおう 表皮及び両端を除いたもの 硝酸イオン： 0.1 g
06312	841	（レタス類） レタス 土耕栽培 結球葉 生	1	0	0	Tr	(0)	0	240	0	240	20	(0)	0.3	0	0.2	0	29	0.05	0.03	0.2	0.3	0.05	(0)	73	0.20	1.2	5	-	0	別名： たまちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06361	842	（レタス類） レタス 水耕栽培 結球葉 生	-	-	-	-	(0)	2	710	2	710	59	(0)	0.3	0	0.3	0	58	0.03	0.03	0.3	(0.4)	0.05	(0)	44	0.06	-	5	-	0	別名： たまちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06313	843	（レタス類） サラダな 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2200	0	2200	180	(0)	1.4	0	1.1	0	110	0.06	0.13	0.3	0.6	0.06	(0)	71	0.25	-	14	-	0	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06314	844	（レタス類） リーフレタス 葉 生	7	Tr	3	5	(0)	0	2300	10	2300	200	(0)	1.3	0.1	0.9	Tr	160	0.10	0.10	0.4	(0.6)	0.10	(0)	110	0.24	2.9	21	-	0	別名： ちりめんちしゃ、あおちりめんちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06315	845	（レタス類） サニーレタス 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2000	0	2000	170	(0)	1.2	Tr	0.8	0	160	0.10	0.10	0.3	(0.6)	0.08	(0)	120	0.14	-	17	-	0	別名： あかちりめんちしゃ 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.2 g
06362	846	（レタス類） サンチュ 葉 生	-	-	-	-	(0)	6	3800	7	3800	320	(0)	0.7	0	0.8	0	220	0.06	0.10	0.4	(0.7)	0.08	(0)	91	0.08	-	13	-	0	別名： かきちしゃ 株元を除いたもの （株元つきの場合、廃棄率：9 %） 硝酸イオン： 0.4 g
06316	847	（レタス類） コスレタス 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	510	0	510	43	(0)	0.7	0	0.5	0	54	0.06	0.06	0.3	(0.5)	0.05	(0)	120	0.23	-	8	-	0	別名： ロメインレタス、たちちしゃ、たちレタス 廃棄部位： 株元 硝酸イオン： 0.1 g
06317	848	れんこん 根茎 生	9	1	0	1	(0)	0	3	0	3	Tr	(0)	0.6	Tr	0	0	0	0.10	0.01	0.4	0.7	0.09	0	14	0.89	2.9	48	-	0.1	廃棄部位： 節部及び皮 硝酸イオン： 0 g
06318	849	れんこん 根茎 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	3	0	3	Tr	(0)	0.6	Tr	0	0	0	0.06	0	0.2	(0.4)	0.07	0	8	0.49	-	18	-	0	節部及び皮を除いたもの 硝酸イオン： 0 g
06371	850	れんこん 甘酢れんこん	*	0	1	1	(0)	(0)	3	(0)	3	0	(0)	0.8	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0	0	1	0	0.1	7	-	1.4	*ヨウ素： 第3章参照 硝酸イオン： 0 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)										(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
06320	851	わけぎ 葉 生	4	128	30	90.3	(1.1)	1.6	-	(0)	0	-	-	5.1 *	2.8	-	7.4	-	0.7	1	230	59	23	25	0.4	0.2	0.04	0.23
06321	852	わけぎ 葉 ゆで	0	122	29	90.4	(1.3)	1.9	-	(0)	0	-	-	4.4 *	3.1	-	6.9	-	0.8	1	190	51	23	25	0.4	0.2	0.04	0.28
06322	853	わさび 根茎 生	30	376	89	74.2	-	5.6	-	(0)	0.2	-	-	14.0 *	4.4	-	18.4	-	1.5	24	500	100	46	79	0.8	0.7	0.03	0.14
06323	854	わさび わさび漬	0	591	140	61.4	-	7.1	-	(0)	0.5	-	-	25.3 *	2.7	-	28.0	-	3.0	1000	140	40	16	72	0.9	1.1	0.15	0.38
06324	855	わらび 生わらび 生	6	80	19	92.7	1.8	2.4	-	(0)	0.1	-	-	1.0 *	3.6	-	4.0	-	0.8	Tr	370	12	25	47	0.7	0.6	0.13	0.14
06325	856	わらび 生わらび ゆで	0	53	13	95.2	(1.1)	1.5	-	(0)	0.1	-	-	0.4 *	3.0	-	3.0	-	0.2	Tr	10	11	10	24	0.6	0.5	0.06	0.08
06326	857	わらび 干しわらび 乾	0	888	216	10.4	(14.5)	20.0	-	(0)	0.7	-	-	8.9 *	58.0	-	61.4	-	7.5	6	3200	200	330	480	11.0	6.2	1.20	1.63
06382	858	（その他）ミックスベジタブル 冷凍	0	282	67	80.5	-	3.0	-	0	0.7	-	-	9.2 *	(5.9)	-	15.1	-	0.6	22	220	19	21	71	0.7	0.5	0.08	0.20
06383	859	（その他）ミックスベジタブル 冷凍 ゆで	0	273	65	80.9	-	3.1	-	0	0.8	-	-	8.1 *	(6.5)	-	14.6	-	0.5	16	180	19	20	67	0.7	0.5	0.07	0.20
06384	860	（その他）ミックスベジタブル 冷凍 油いため	0	450	108	75.5	-	3.3	-	0.2	4.9	-	-	9.8 *	(5.9)	-	15.7	-	0.7	22	230	20	22	74	0.7	0.6	0.08	0.21
06399	861	（その他）野菜ミックスジュース 通常タイプ	0	89	21	93.9	-	0.8	-	-	0.1	3.1	3.1	3.7 *	0.9	-	4.7	-	0.5	17	230	10	9	19	0.2	0.1	0.05	0.07
06400	862	（その他）野菜ミックスジュース 濃縮タイプ	0	152	36	90.0	-	1.0	-	-	0.3	5.8	5.7	6.8 *	1.0	-	7.8	-	0.8	39	310	43	18	30	0.3	0.1	0.05	0.12
07001	863	あけび 果肉 生	0	376	89	77.1	-	0.5	-	0	0.1	-	-	20.9 *	1.1	-	22.0	-	0.3	Tr	95	11	14	22	0.3	0.1	0.09	0.15
07002	864	あけび 果皮 生	0	135	32	90.4	-	0.3	-	0	0.3	-	-	5.5 *	3.1	-	8.6	-	0.4	2	240	18	9	13	0.1	0.1	0.05	0.17
07181	865	アサイー 冷凍 無糖	0	255	62	87.7	-	0.9	-	-	5.3	0.2 *	0.2	0	4.7	0	5.0	0.3	0.4	11	150	45	20	19	0.5	0.3	0.19	5.91
07003	866	アセロラ 酸味種 生	25	150	36	89.9	-	0.7	Tr	0	0.1	-	-	7.2 *	1.9	-	9.0	-	0.3	7	130	11	10	18	0.5	0.5	0.31	-
07159	867	アセロラ 甘味種 生	25	152	36	89.9	-	0.7	-	0	0.1	-	-	7.1 *	1.9	-	9.0	-	0.3	7	130	11	10	18	0.5	0.5	0.31	-
07004	868	アセロラ 果実飲料 10%果汁入り飲料	0	178	42	89.4	-	0.1	-	0	0	-	-	10.3 *	0.2	-	10.5	-	Tr	1	13	1	1	2	0.1	0.1	0.04	-
07005	869	アテモヤ 生	35	343	81	77.7	(1.1)	1.8	(0.3)	0	0.4	-	-	16.9 *	3.3	-	19.4	-	0.7	4	340	26	29	24	0.3	0.2	0.09	0.20
07006	870	アボカド、生	30	734	178	71.3	1.6	2.1	15.8	Tr	17.5	(0.8)	(0.8)	4.5 *	5.6	-	7.9	-	1.2	7	590	8	34	52	0.6	0.7	0.24	0.19
07007	871	あんず 生	5	155	37	89.8	(0.8)	1.0	(0.2)	(0)	0.3	(4.8)	(4.7)	6.9 *	1.6	0.3	8.5	-	0.4	2	200	9	8	15	0.3	0.1	0.04	0.21
07008	872	あんず 乾	0	1253	296	16.8	(6.7)	9.2	(0.1)	(0)	0.4	(49.9)	(49.0)	60.0 *	9.8	3.4	70.4	-	3.2	15	1300	70	45	120	2.3	0.9	0.43	0.32
07009	873	あんず 缶詰	0	335	79	79.8	(0.4)	0.5	(0.3)	(0)	0.4	-	-	18.3 *	0.8	-	18.9	-	0.4	4	190	18	7	14	0.2	0.1	0.03	0.03

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																									備考
							ビタミンA						ビタミンE																			
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)										(……mg……)					μg	(……mg……)				(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
06320	851	わけぎ 葉 生	-	-	-	-	(0)	0	2700	68	2700	220	(0)	1.4	Tr	0.5	0	170	0.06	0.10	0.3	(0.7)	0.18	(0)	120	0.21	-	37	-	0	廃棄部位： 株元 硝酸イオン： Tr
06321	852	わけぎ 葉 ゆで	-	-	-	-	(0)	0	1800	26	1800	150	(0)	1.5	0	0.4	0	120	0.05	0.08	0.3	(0.8)	0.13	(0)	110	0.20	-	21	-	0	株元を除いたもの 硝酸イオン： Tr
06322	853	わさび 根茎 生	1	9	1	2	(0)	(0)	7	(0)	7	1	(0)	1.4	0	0	0	49	0.06	0.15	0.6	1.5	0.32	(0)	50	0.20	3.5	75	-	0.1	廃棄部位： 側根基部及び葉柄 硝酸イオン： 0.1 g
06323	854	わさび わさび漬	-	-	-	-	(0)	0	16	7	20	2	(0)	0.1	0	0	0	9	0.08	0.17	0.6	1.8	0.38	(0)	45	0.25	-	1	-	2.5	硝酸イオン： Tr
06324	855	わらび 生わらび 生	-	-	-	-	(0)	6	210	4	220	18	(0)	1.6	0.1	0.1	0	17	0.02	1.09	0.8	1.3	0.05	(0)	130	0.45	-	11	-	0	廃棄部位： 基部 硝酸イオン： Tr
06325	856	わらび 生わらび ゆで	-	-	-	-	(0)	5	160	3	160	13	(0)	1.3	0.1	0.1	0	15	Tr	0.05	0.4	(0.7)	0	(0)	33	0	-	0	-	0	基部を除いたもの ゆでた後水冷し、水切りしたもの 硝酸イオン： 0 g
06326	857	わらび 干しわらび 乾	-	-	-	-	(0)	55	1300	31	1300	110	(0)	4.6	0.2	1.7	0	180	0.12	0.46	5.1	(9.3)	0.06	(0)	140	2.70	-	0	-	0	硝酸イオン： Tr
06382	858	（その他）ミックスベジタブル 冷凍	0	1	1	24	0	1300	3200	18	3900	320	0	0.3	0	0.6	0	10	0.14	0.07	1.5	2.0	0.09	Tr	50	0.35	3.4	9	-	0.1	配合割合： グリンピース冷凍29、スイートコーン冷凍37、 にんじん冷凍34 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06383	859	（その他）ミックスベジタブル 冷凍 ゆで	0	1	Tr	19	0	1400	3500	18	4200	350	0	0.3	0	0.6	0	10	0.12	0.05	1.3	1.8	0.07	0	44	0.30	3.1	5	-	Tr	配合割合： グリンピース冷凍ゆで28、スイートコーン冷凍ゆで39、にんじん冷凍ゆで33 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06384	860	（その他）ミックスベジタブル 冷凍 油いため	0	1	1	24	0	1400	3600	19	4300	360	0	1.0	Tr	2.0	Tr	16	0.14	0.07	1.5	2.1	0.09	0	53	0.38	3.7	6	-	0.1	配合割合： グリンピース冷凍油いため29、スイートコーン冷凍油いため39、 にんじん冷凍油いため32 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 硝酸イオン： 0 g 食物繊維：AOAC2011.25法
06399	861	（その他）野菜ミックスジュース 通常タイプ	0	0	1	3	-	390	730	0	920	77	-	1.0	Tr	Tr	0	3	0.03	0.02	0.8	0.9	0.07	-	11	0.14	3.1	2	-	Tr	食物繊維：AOAC2011.25法 ポリフェノール：Ｔｒ
06400	862	（その他）野菜ミックスジュース 濃縮タイプ	3	0	1	2	-	1400	4100	0	4800	400	-	1.2	Tr	Tr	0	4	0.05	0.04	1.2	1.3	0.12	-	26	0.30	3.9	37	-	0.1	ポリフェノール：Ｔｒ 食物繊維：AOAC2011.25法
07001	863	あけび 果肉 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0	0	-	0.07	0.03	0.3	0.4	0.08	0	30	0.29	-	65	-	0	試料： みつばあけび 全果に対する割合： 果肉 20 %、種子 7 %
07002	864	あけび 果皮 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.6	0	Tr	0	-	0.03	0.06	0.1	0.2	0.09	0	16	0.47	-	9	-	0	試料： みつばあけび 全果に対する割合： 果皮 70 %、へた 3 %
07181	865	アサイー 冷凍 無糖	1	6	60	3	-	49	380	3	410	34	-	3.7	0	0.1	0	91	0.03	0.06	0.6	0.7	0.11	Tr	13	0.10	14.0	1	-	Tr	食物繊維：AOAC2011.25法 タンニン：0.4 g ポリフェノール：0.4 g
07003	866	アセロラ 酸味種 生	-	-	-	-	0	0	370	-	370	31	(0)	0.7	0.1	1.4	0.2	-	0.03	0.04	0.3	0.4	0	0	45	0.25	-	1700	-	0	試料： 冷凍品 廃棄部位： 果柄及び種子
07159	867	アセロラ 甘味種 生	-	-	-	-	0	0	370	-	370	31	(0)	0.7	0.1	1.4	0.2	-	0.03	0.04	0.3	0.4	0	0	45	0.25	-	800	-	0	試料： 冷凍品 廃棄部位： 果柄及び種子
07004	868	アセロラ 果実飲料 10%果汁入り飲料	-	-	-	-	0	0	35	-	35	3	(0)	0.1	Tr	0.1	Tr	0	Tr	Tr	Tr	Tr	0	0	5	0.03	-	120	-	0	
07005	869	アテモヤ 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0	0	-	0.08	0.12	0.9	(1.5)	0.28	0	23	0.23	-	14	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07006	870	アボカド、生	0	1	0	2	(0)	13	67	27	87	7	(0)	3.3	0.1	0.2	0	21	0.09	0.20	1.8	2.3	0.29	(0)	83	1.55	5.3	12	-	Tr	別名： アボガド 廃棄部位： 果皮及び種子
07007	871	あんず 生	0	0	0	1	(0)	0	1400	190	1500	120	(0)	1.7	0.1	0.1	0	-	0.02	0.02	Tr	(0.2)	0.05	(0)	2	0.30	0.5	3	-	0	別名： アプリコット 廃棄部位： 核及び果柄
07008	872	あんず 乾	-	-	-	-	(0)	0	4800	270	5000	410	(0)	1.4	Tr	0	0	4	0	0.03	3.5	(5.0)	0.18	(0)	10	0.53	-	Tr	-	0	別名： アプリコット 果皮及び核を除いたもの
07009	873	あんず 缶詰	-	-	-	-	(0)	0	520	55	550	46	(0)	0.9	0	0	0	3	0.01	0.01	0.1	(0.2)	0.04	(0)	2	0	-	Tr	-	0	別名： アプリコット 試料: ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 %） ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)										(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07010	874	あんず ジャム 高糖度	0	1076	252	34.5	(0.2)	0.3	(0.1)	(0)	0.1	(66.5) *	(63.4)	64.3	0.7	-	64.9	-	0.2	10	75	8	4	6	0.2	0.1	0.02	0.02
07011	875	あんず ジャム 低糖度	0	858	202	48.8	(0.3)	0.4	(0.1)	(0)	0.1	-	-	49.4 *	1.2	-	50.5	-	0.2	18	80	11	4	7	0.3	0.1	0.03	0.03
07012	876	いちご 生	2	130	31	90.0	0.7	0.9	0.1	0	0.1	(6.1) *	(5.9)	6.6	1.4	0	8.5	0.8	0.5	Tr	170	17	13	31	0.3	0.2	0.05	0.20
07013	877	いちご ジャム 高糖度	0	1064	250	36.0	(0.3)	0.4	(0.1)	(0)	0.1	(65.4) *	(62.4)	62.1	1.3	-	63.3	-	0.2	6	67	9	7	13	0.2	0.1	0.03	0.14
07014	878	いちご ジャム 低糖度	0	825	194	50.7	(0.4)	0.5	(0.1)	(0)	0.1	-	-	47.5 *	1.1	-	48.4	-	0.3	12	79	12	8	14	0.4	0.1	0.03	0.22
07160	879	いちご 乾	0	1398	329	15.4	(0.4)	0.5	(0.2)	(0)	0.2	-	-	80.1 *	3.0	-	82.8	-	1.0	260	15	140	5	9	0.4	0.1	0.07	0.22
07015	880	いちじく 生	15	239	57	84.6	0.4	0.6	(0.1)	(0)	0.1	(11.0)	(11.0)	12.5 *	1.9	0	14.3	0.1	0.4	2	170	26	14	16	0.3	0.2	0.06	0.08
07016	881	いちじく 乾	0	1152	272	18.0	(2.0)	3.0	(0.8)	(0)	1.1	(62.7) *	(62.1)	65.9	10.7	-	75.3	-	2.5	93	840	190	67	75	1.7	0.6	0.31	0.48
07017	882	いちじく 缶詰	0	331	78	79.7	(0.3)	0.5	(0.1)	(0)	0.1	-	-	18.4 *	1.2	-	19.4	-	0.3	8	110	30	8	13	0.1	0.1	0.03	0.07
07019	883	うめ 生	15	139	33	90.4	0.4	0.7	(0.4)	0	0.5	-	-	5.8 *	2.5	-	7.9	-	0.5	2	240	12	8	14	0.6	0.1	0.05	0.07
07020	884	うめ 梅漬 塩漬	15	114	27	72.3	(0.4)	0.7	(0.3)	(0)	0.4	-	-	4.4 *	2.7	-	6.7	-	19.9	7600	150	47	32	15	2.9	0.1	0.11	0.21
07021	885	うめ 梅漬 調味漬	20	189	45	80.2	-	1.5	(0.4)	(0)	0.5	-	-	7.2 *	3.4	-	10.5	-	7.3	2700	100	87	26	17	1.2	0.1	0.07	0.07
07022	886	うめ 梅干し 塩漬	25	118	29	72.2	(0.5)	0.9	(0.5)	0	0.7	0.9 *	0.9	1.1	3.3	0.4	8.6	4.3	17.6	7200	220	33	17	21	1.1	0.1	0.07	0.11
07023	887	うめ 梅干し 調味漬	25	381	90	68.7	-	1.5	(0.4)	(0)	0.6	-	-	18.8 *	2.5	-	21.1	-	8.1	3000	130	25	15	15	2.4	0.1	0.05	0.10
07024	888	うめ 梅びしお	0	834	196	42.4	-	0.7	(0.4)	(0)	0.5	-	-	46.9 *	1.3	-	48.1	-	8.3	3100	190	27	11	19	7.0	Tr	0.05	0.10
07025	889	うめ 果実飲料 20%果汁入り飲料	0	208	49	87.6	-	Tr	-	(0)	Tr	-	-	12.2 *	0.1	-	12.3	-	0.1	35	30	1	2	2	0.2	Tr	0.01	0.01
07037	890	オリーブ 塩漬 グリーンオリーブ	25	611	148	75.6	(0.7)	1.0	(14.6)	(0)	15.0	0	0	1.9 *	3.3	-	4.5	-	3.9	1400	47	79	13	8	0.3	0.2	0.17	0.04
07038	891	オリーブ 塩漬 ブラックオリーブ	25	498	121	81.6	(0.6)	0.8	12.0	Tr	12.3	-	-	1.5 *	2.5	-	3.4	-	1.9	640	10	68	11	5	0.8	0.2	0.17	0.08
07039	892	オリーブ 塩漬 スタッフドオリーブ	0	581	141	75.4	(0.6)	0.8	-	(0)	14.3	-	-	0.7 *	3.7	-	4.2	-	5.3	2000	28	83	13	5	0.3	0.1	0.14	0.03
07049	893	かき 甘がき 生	9	268	63	83.1	0.3	0.4	0.1	0	0.2	13.3	13.1	14.5 *	1.6	-	15.9	-	0.4	1	170	9	6	14	0.2	0.1	0.03	0.50
07050	894	かき 渋抜きがき 生	15	250	59	82.2	(0.3)	0.5	Tr	(0)	0.1	13.7 *	13.6	14.3	2.8	-	16.9	-	0.3	1	200	7	6	16	0.1	Tr	0.02	0.60
07051	895	かき 干しがき	8	1156	274	24.0	(1.0)	1.5	(0.8)	(0)	1.7	-	-	58.7 *	14.0	-	71.3	-	1.5	4	670	27	26	62	0.6	0.2	0.08	1.48
07053	896	かりん 生	30	241	58	80.7	-	0.4	0.1	(0)	0.1	-	-	9.4 *	8.9	-	18.3	-	0.5	2	270	12	12	17	0.3	0.2	0.09	0.05
07018	897	（かんきつ類）いよかん 砂じょう 生	40	210	50	86.7	(0.5)	0.9	-	(0)	0.1	-	-	11.1 *	1.1	-	11.8	-	0.5	2	190	17	14	18	0.2	0.1	0.04	0.07
07026	898	（かんきつ類）うんしゅうみかん じょうのう 早生 生	20	207	49	87.2	(0.3)	0.5	Tr	(0)	0.1	(8.9)	(8.7)	11.5 *	0.7	-	11.9	-	0.3	1	130	17	11	12	0.1	0.1	0.05	0.08
07027	899	（かんきつ類）うんしゅうみかん じょうのう 普通 生	20	209	49	86.9	0.4	0.7	Tr	0	0.1	9.2	8.9	11.3 *	1.0	-	12.0	-	0.3	1	150	21	11	15	0.2	0.1	0.03	0.07

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
07010	874	あんず ジャム 高糖度	-	-	-	-	(0)	0	430	96	470	39	(0)	0.4	0	0	0	6	0.01	Tr	0.2	(0.3)	0.02	(0)	1	0	-	Tr	-	0	別名： アプリコット ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：125mL、100 mL：80g)
07011	875	あんず ジャム 低糖度	-	-	-	-	(0)	0	630	120	690	58	(0)	0.5	0	0	0	5	0.01	0.01	0.2	(0.3)	0.02	(0)	2	0	-	Tr	-	0	別名： アプリコット ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：125mL、100 mL：80g)
07012	876	いちご 生	1	Tr	0	9	(0)	0	17	1	18	1	(0)	0.4	0	0.2	0	2	0.03	0.02	0.4	0.5	0.04	(0)	90	0.33	0.8	62	-	0	別名： オランダイチゴ 廃棄部位： へた及び果梗
07013	877	いちご ジャム 高糖度	0	0	1	2	(0)	0	Tr	0	Tr	(0)	(0)	0.1	0	0	0	4	0.01	0.01	0.2	(0.3)	0.02	(0)	23	0.08	0.4	9	-	0	別名： オランダイチゴ ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：125mL、100 mL：80g)
07014	878	いちご ジャム 低糖度	-	-	-	-	(0)	0	Tr	0	Tr	(0)	(0)	0.2	0	Tr	0	3	0.01	0.01	0.2	(0.3)	0.03	(0)	27	0.06	-	10	-	0	別名： オランダイチゴ ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：125mL、100 mL：80g)
07160	879	いちご 乾	(5)	(3)	(0)	(76)	(0)	Tr	24	7	28	2	(0)	0.7	0	0.3	0	21	0	0	0.1	(0.1)	0.01	(0)	4	0.02	(7.0)	0	-	0.7	ドライフルーツ
07015	880	いちじく 生	0	0	Tr	4	(0)	0	15	6	18	1	(0)	0.4	Tr	0.1	0	3	0.03	0.03	0.2	0.3	0.07	(0)	22	0.23	0.4	2	-	0	廃棄部位： 果皮及び果柄
07016	881	いちじく 乾	-	-	-	-	(0)	1	34	25	46	4	(0)	0.6	Tr	7.5	0.2	18	0.10	0.06	0.7	(1.2)	0.23	(0)	10	0.36	-	0	-	0.2	
07017	882	いちじく 缶詰	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0.2	0	0	0	5	0.02	0.02	0.1	(0.2)	0.05	(0)	10	0	-	0	-	0	試料： ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 %） ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07019	883	うめ 生	0	0	Tr	1	(0)	7	220	30	240	20	(0)	3.3	0	2.0	0	3	0.03	0.05	0.4	0.5	0.06	(0)	8	0.35	0.5	6	-	0	未熟果（青梅） 廃棄部位： 核
07020	884	うめ 梅漬 塩漬	-	-	-	-	0	-	-	-	8	1	(0)	1.4	0.1	2.1	0.1	9	0.02	0.04	0.3	(0.4)	0.06	(0)	1	0.20	-	0	-	19.3	廃棄部位： 核
07021	885	うめ 梅漬 調味漬	-	-	-	-	(0)	0	27	0	27	2	(0)	0.2	0	1.2	0.1	6	0.03	0.03	0.1	0.4	0.02	(0)	2	0.07	-	0	-	6.9	廃棄部位： 核
07022	886	うめ 梅干し 塩漬	1	0	37	2	0	0	5	2	6	1	0	0.2	Tr	1.8	0.1	9	0.02	0.01	0.4	(0.4)	0.04	0	Tr	0.03	0.8	0	-	18.2	廃棄部位： 核 ポリフェノール：0.1 g
07023	887	うめ 梅干し 調味漬	-	-	-	-	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.2	0	1.5	0.1	10	0.01	0.01	0.1	0.4	0.03	(0)	0	0.04	-	0	-	7.6	廃棄部位： 核
07024	888	うめ 梅びしお	-	-	-	-	(0)	0	Tr	0	Tr	(0)	(0)	0.1	Tr	0.9	0	18	0.03	0.03	0.2	0.3	0.02	(0)	0	0	-	0	-	7.9	
07025	889	うめ 果実飲料 20%果汁入り飲料	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0.1	0	0.1	0	-	0	0	0	0	0.01	(0)	0	0	-	0	-	0.1	
07037	890	オリーブ 塩漬 グリーンオリーブ	-	-	-	-	(0)	0	450	0	450	38	(0)	5.5	0	0.2	0	2	0.01	0.02	Tr	(0)	0.03	(0)	3	0	-	12	-	3.6	緑果の塩漬 試料: びん詰 液汁を除いたもの 廃棄部位： 種子
07038	891	オリーブ 塩漬 ブラックオリーブ	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	4.6	0.1	0.1	0	1	0.05	0.06	0.3	(0.3)	0.02	(0)	2	0	-	Tr	-	1.6	別名： ライプオリーブ 熟果の塩漬 試料： びん詰 液汁を除いたもの 廃棄部位： 種子
07039	892	オリーブ 塩漬 スタッフドオリーブ	-	-	-	-	(0)	0	490	78	530	44	(0)	5.3	0	0.2	0	2	0.01	0.01	Tr	(0)	0.02	(0)	1	0	-	11	-	5.1	緑果にピメントを詰めた塩漬 試料： びん詰 液汁を除いたもの
07049	893	かき 甘がき 生	0	0	1	1	(0)	17	160	500	420	35	(0)	0.1	0	0	0	2	0.03	0.02	0.3	0.4	0.06	(0)	18	0.28	2.0	70	-	0	廃棄部位： 果皮、種子及びへた
07050	894	かき 渋抜きがき 生	0	0	0	Tr	(0)	11	100	380	300	25	(0)	0.2	0	0	0	2	0.02	0.02	0.3	(0.4)	0.05	(0)	20	0.27	1.1	55	-	0	廃棄部位： 果皮、種子及びへた
07051	895	かき 干しがき	-	-	-	-	(0)	15	370	2100	1400	120	(0)	0.4	Tr	0	0	10	0.02	0	0.6	(1.0)	0.13	(0)	35	0.85	-	2	-	0	つるしがきを含む 廃棄部位： 種子及びへた
07053	896	かりん 生	-	-	-	-	(0)	0	38	200	140	11	(0)	0.6	0	0	0	-	0.01	0.03	0.3	0.4	0.04	(0)	12	0.31	-	25	-	0	廃棄部位： 果皮及び果しん部
07018	897	（かんきつ類）いよかん 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	0	21	270	160	13	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.06	0.03	0.3	(0.4)	0.07	(0)	19	0.36	-	35	-	0	別名： いよ 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07026	898	（かんきつ類）うんしゅうみかん じょうのう 早生 生	0	0	0	0	(0)	11	89	1900	1000	87	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.07	0.04	0.2	(0.2)	0.07	(0)	24	0.21	0.3	35	-	0	別名：みかん 廃棄部位： 果皮
07027	899	（かんきつ類）うんしゅうみかん じょうのう 普通 生	0	0	0	Tr	(0)	0	180	1700	1000	84	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.10	0.03	0.3	0.4	0.06	(0)	22	0.23	0.5	32	-	0	別名：みかん 廃棄部位： 果皮

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07028	900	（かんきつ類）うんしゅうみかん 砂じょう 早生 生	25	200	47	87.8	(0.3)	0.5	Tr	(0)	0.1	(9.5)	(9.2)	11.2 *	0.4	-	11.3	-	0.3	1	130	11	10	12	0.1	0.1	0.04	0.06
07029	901	（かんきつ類）うんしゅうみかん 砂じょう 普通 生	25	206	49	87.4	(0.4)	0.7	Tr	(0)	0.1	9.8	9.5	11.4 *	0.4	-	11.5	-	0.3	1	150	15	10	15	0.1	0.1	0.03	0.05
07030	902	（かんきつ類）うんしゅうみかん 果実飲料 ストレートジュース	0	191	45	88.5	0.3	0.5	Tr	(0)	0.1	9.2	9.1	10.9 *	0	-	10.6	-	0.3	1	130	8	8	11	0.2	Tr	0.02	0.03
07031	903	（かんきつ類）うんしゅうみかん 果実飲料 濃縮還元ジュース	0	179	42	89.3	0.3	0.5	Tr	(0)	0.1	8.5	8.3	10.2 *	0	-	9.9	-	0.2	1	110	6	9	9	0.1	Tr	0.02	0.03
07032	904	（かんきつ類）うんしゅうみかん 果実飲料 果粒入りジュース	0	224	53	86.7	(0.1)	0.2	0	(0)	Tr	-	-	13.1 *	Tr	-	13.0	-	0.1	4	33	5	3	4	0.1	Tr	0.01	0.03
07033	905	（かんきつ類）うんしゅうみかん 果実飲料 50%果汁入り飲料	0	253	59	84.9	(0.1)	0.2	Tr	(0)	Tr	-	-	14.7 *	0.1	-	14.7	-	0.2	1	63	4	4	5	0.1	Tr	0.01	0.01
07034	906	（かんきつ類）うんしゅうみかん 果実飲料 20%果汁入り飲料	0	213	50	87.4	(0.1)	0.1	Tr	(0)	Tr	-	-	12.4 *	0	-	12.4	-	0.1	1	21	2	2	2	0.1	Tr	0.01	Tr
07035	907	（かんきつ類）うんしゅうみかん 缶詰 果肉	0	267	63	83.8	-	0.5	Tr	(0)	0.1	-	-	14.9 *	0.5	-	15.3	-	0.3	4	75	8	7	8	0.4	0.1	0.02	0.03
07036	908	（かんきつ類）うんしゅうみかん 缶詰 液汁	0	268	63	84.1	-	0.3	Tr	(0)	0.1	-	-	15.4 *	0	-	15.3	-	0.2	4	75	5	6	7	0.3	0.1	0.01	0.02
07040	909	（かんきつ類）オレンジ ネーブル 砂じょう 生	35	204	48	86.8	0.5	0.9	(0.1)	0	0.1	8.3	8.1	10.3 *	1.0	-	11.8	0.9	0.4	1	180	24	9	22	0.2	0.1	0.06	0.06
07041	910	（かんきつ類）オレンジ バレンシア 米国産 砂じょう 生	40	179	42	88.7	(0.7)	1.0	(0.1)	0	0.1	(7.1)	(7.0)	9.4 *	0.8	-	9.8	-	0.4	1	140	21	11	24	0.3	0.2	0.06	0.05
07042	911	（かんきつ類）オレンジ バレンシア 果実飲料 ストレートジュース	0	191	45	87.8	0.5	0.8	-	Tr	Tr	9.0	8.8	9.9 *	0.3	-	11.0	1.1	0.4	1	180	9	10	20	0.1	Tr	0.04	0.02
07043	912	（かんきつ類）オレンジ バレンシア 果実飲料 濃縮還元ジュース	0	195	46	88.1	(0.3)	0.7	(0.1)	0	0.1	(7.9)	(7.7)	11.0 *	0.2	-	10.7	-	0.4	1	190	9	10	18	0.1	0.1	0.03	0.03
07044	913	（かんきつ類）オレンジ バレンシア 果実飲料 50%果汁入り飲料	0	195	46	88.4	(0.2)	0.4	(0.1)	(0)	0.2	-	-	11.0 *	0.1	-	10.8	-	0.2	2	99	5	6	10	0.1	Tr	0.02	0.02
07045	914	（かんきつ類）オレンジ バレンシア 果実飲料 30%果汁入り飲料	0	173	41	89.7	(0.1)	0.2	-	(0)	Tr	-	-	10.1 *	Tr	-	10.0	-	0.1	6	57	3	3	6	Tr	Tr	0.01	0.01
07046	915	（かんきつ類）オレンジ バレンシア マーマレード 高糖度	0	992	233	36.4	(0.1)	0.2	-	(0)	0.1	(61.3) *	(60.2)	62.6	0.7	-	63.2	-	0.1	11	27	16	3	4	0.1	Tr	0.01	0.02
07047	916	（かんきつ類）オレンジ バレンシア マーマレード 低糖度	0	808	190	51.7	(0.2)	0.3	-	(0)	0.1	-	-	46.5 *	1.3	-	47.7	-	0.2	9	49	19	5	5	0.2	Tr	0.01	0.03
07161	917	（かんきつ類）オレンジ 福原オレンジ 砂じょう 生	50	180	43	88.7	-	1.0	-	0	0.1	-	-	9.0 *	0.8	-	9.8	-	0.4	1	140	21	11	24	0.3	0.2	0.06	0.05
07048	918	（かんきつ類）オロブランコ 砂じょう 生	45	181	43	88.7	(0.5)	0.8	-	0	0.1	-	-	9.5 *	0.9	-	10.1	-	0.3	1	150	12	9	19	0.2	0.1	0.05	0.02
07052	919	（かんきつ類）かぼす 果汁 生	0	154	36	90.7	-	0.4	-	(0)	0.1	-	-	8.4 *	0.1	-	8.5	-	0.3	1	140	7	8	8	0.1	Tr	0.03	0.04
07162	920	（かんきつ類）かわちばんかん 砂じょう 生	55	162	38	90.0	(0.4)	0.7	-	(0)	0.2	-	-	8.5 *	0.6	-	8.8	-	0.3	1	160	10	10	21	0.1	0.1	0.03	0.02
07163	921	（かんきつ類）きよみ 砂じょう 生	40	190	45	88.4	(0.4)	0.8	-	(0)	0.2	-	-	10.1 *	0.6	-	10.3	-	0.3	1	170	11	11	21	0.1	0.1	0.04	0.05
07056	922	（かんきつ類）きんかん 全果 生	6	283	67	80.8	-	0.5	0.3	0	0.7	-	-	13.3 *	4.6	-	17.5	-	0.5	2	180	80	19	12	0.3	0.1	0.03	0.11
07062	923	（かんきつ類）グレープフルーツ 白肉種 砂じょう 生	30	168	40	89.0	0.5	0.9	(0.1)	0	0.1	7.5	7.3	8.3 *	0.6	-	9.6	1.1	0.4	1	140	15	9	17	Tr	0.1	0.04	0.01
07164	924	（かんきつ類）グレープフルーツ 紅肉種 砂じょう 生	30	168	40	89.0	(0.7)	0.9	0.1	0	0.1	6.5	6.3	8.1 *	0.6	-	9.6	1.1	0.4	1	140	15	9	17	Tr	0.1	0.04	0.01
07063	925	（かんきつ類）グレープフルーツ 果実飲料 ストレートジュース	0	187	44	88.7	-	0.6	(0.1)	(0)	0.1	(8.8)	(8.7)	10.2 *	0.1	-	10.3	-	0.3	1	180	9	9	12	0.1	Tr	0.03	0.01
07064	926	（かんきつ類）グレープフルーツ 果実飲料 濃縮還元ジュース	0	163	38	90.1	-	0.7	(0.1)	(0)	0.1	(7.8)	(7.7)	8.6 *	0.2	-	8.8	-	0.3	1	160	9	9	12	0.1	Tr	0.04	0.01
07065	927	（かんきつ類）グレープフルーツ 果実飲料 50%果汁入り飲料	0	193	45	88.4	-	0.3	-	(0)	Tr	-	-	11.0 *	0.1	-	11.1	-	0.2	4	90	7	6	6	0.1	Tr	0.02	0.01

食品番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
07028	-	-	-	-	(0)	11	94	2000	1100	92	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.07	0.03	0.2	(0.2)	0.07	(0)	24	0.15	-	35	-	0	別名：みかん 廃棄部位： 果皮及びじょうのう膜
07029	Tr	0	0	Tr	(0)	0	190	1800	1100	92	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.09	0.03	0.3	(0.4)	0.05	(0)	22	0.23	0.4	33	-	0	別名：みかん 廃棄部位： 果皮及びじょうのう膜
07030	1	Tr	1	Tr	(0)	2	53	740	420	35	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.06	0.01	0.2	0.2	0.03	(0)	15	0.14	0.3	29	-	0	別名：みかんストレートジュース （100 g：97mL、100 mL：103g）
07031	-	-	-	-	(0)	3	81	1100	610	51	(0)	0.2	0	0	0	-	0.06	0.04	0.2	0.2	0.04	(0)	20	0.26	-	30	-	0	別名：みかん濃縮還元ジュース （100 g：97mL、100 mL：103g）
07032	-	-	-	-	(0)	0	34	360	220	18	(0)	0.1	0	0	0	-	0.02	0.01	0.1	(0.1)	0.01	(0)	0	0.08	-	12	-	0	別名：みかん粒入りジュース 果粒（砂じょう） 20 % を含む
07033	-	-	-	-	(0)	0	44	460	280	23	(0)	0.1	0	0	0	-	0.03	0.01	0.1	(0.1)	0.02	(0)	8	0.10	-	18	-	0	別名：みかん50%果汁入りジュース
07034	-	-	-	-	(0)	0	21	210	120	10	(0)	0.1	0	0	0	-	0.01	0.01	Tr	0	0.01	(0)	2	0	-	7	-	0	別名：みかん20%果汁入りジュース ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07035	-	-	-	-	(0)	10	91	640	410	34	(0)	0.5	0	0	0	(0)	0.05	0.02	0.2	0.3	0.03	(0)	12	0.09	-	15	-	0	別名：みかん缶詰 試料： ライトシラップ漬 内容総量に対する果肉分： 60 %
07036	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0	0	0	0	(0)	0.04	0.02	0.2	0.3	0.03	(0)	12	0.05	-	15	-	0	別名：みかん缶詰シロップ 試料： ライトシラップ漬 内容総量に対する液汁分： 40 %
07040	0	0	0	0	(0)	3	23	210	130	11	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.07	0.04	0.3	0.4	0.06	(0)	34	0.28	0.6	60	-	0	別名： ネーブルオレンジ 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07041	0	0	0	1	(0)	14	50	130	120	10	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.10	0.03	0.4	(0.6)	0.07	(0)	32	0.36	0.9	40	-	0	別名： バレンシアオレンジ 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07042	0	0	3	1	(0)	7	12	39	35	3	(0)	0.2	0	0	0	-	0.07	0.01	0.2	0.3	0.06	(0)	25	0.14	0.7	22	-	0	別名： バレンシアオレンジ （100 g：97mL、100 mL：103g）
07043	1	0	Tr	Tr	(0)	7	17	52	47	4	(0)	0.3	0	0	0	-	0.07	0.02	0.3	(0.3)	0.06	(0)	27	0.23	0.3	42	-	0	別名： バレンシアオレンジ （100 g：97mL、100 mL：103g）
07044	-	-	-	-	(0)	3	2	10	8	1	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.04	0.01	0.1	(0.1)	0.03	0	12	0.01	-	16	-	0	別名： バレンシアオレンジ
07045	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.02	0.01	0.1	(0.1)	0.02	(0)	8	0.04	-	10	-	0	別名： バレンシアオレンジ
07046	-	-	-	-	(0)	0	0	48	24	2	(0)	0.3	0	0.1	0	(0)	0.01	0	0.1	(0.1)	0.02	(0)	2	0	-	5	-	0	別名： バレンシアオレンジ （100 g：74mL、100 mL：135g）
07047	-	-	-	-	(0)	0	17	77	56	5	(0)	0.4	0	0.1	0	(0)	0.01	0	0.1	(0.2)	0.02	(0)	3	0	-	4	-	0	別名： バレンシアオレンジ （100 g：74mL、100 mL：135g）
07161	0	0	0	1	(0)	14	50	130	120	10	(0)	0.3	0	0	0	-	0.10	0.03	0.4	0.6	0.07	(0)	32	0.36	0.9	60	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07048	-	-	-	-	(0)	1	4	0	5	Tr	(0)	0.3	0	0	0	-	0.09	0.02	0.3	(0.4)	0.04	0	34	0.47	-	38	-	0	別名： スイーティー、スウィーティー 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07052	-	-	-	-	(0)	0	0	21	10	1	(0)	0.1	0	0	0	-	0.02	0.02	0.1	0.2	0.03	(0)	13	0.15	-	42	-	0	全果に対する果汁分： 35 %
07162	-	-	-	-	(0)	2	38	7	43	4	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.06	0.02	0.3	(0.4)	0.05	(0)	13	0.13	-	36	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子、露地栽培品
07163	(0)	(0)	(1)	(0)	(0)	9	200	690	540	45	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.10	0.02	0.3	(0.4)	0.08	(0)	24	0.27	(0.3)	42	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子、露地栽培品
07056	-	-	-	-	(0)	0	28	200	130	11	(0)	2.6	0	0.2	0	(0)	0.10	0.06	0.6	0.7	0.06	(0)	20	0.29	-	49	-	0	廃棄部位： 種子及びへた
07062	0	0	0	1	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.07	0.03	0.3	0.4	0.04	(0)	15	0.39	0.5	36	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07164	0	0	0	1	(0)	0	400	4	410	34	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.07	0.03	0.3	(0.5)	0.04	(0)	15	0.39	0.5	36	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07063	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0	0	Tr	0.04	0.01	0.2	0.3	0.03	(0)	11	0.23	-	38	-	0	（100 g：97mL、100 mL：103g）
07064	-	-	-	-	(0)	1	110	1	110	10	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.06	0.02	0.3	0.4	0.03	(0)	10	0.25	-	53	-	0	（100 g：97mL、100 mL：103g）
07065	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.02	Tr	0.1	0.2	0.02	(0)	5	0	-	19	-	0	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……	g	……)	mg	(……			g					……)			(……					mg				……)
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07066	928	（かんきつ類） グレープフルーツ 果実飲料 20%果汁入り飲料	0	167	39	90.1	-	0.1	-	(0)	Tr	-	-	9.7 *	0	-	9.7	-	0.1	2	34	3	2	3	0.1	Tr	0.01	Tr
07067	929	（かんきつ類） グレープフルーツ 缶詰	0	257	60	82.1	-	0.5	-	(0)	Tr	(15.2) *	(15.2)	16.5	0.6	-	17.1	-	0.3	2	110	13	6	10	0.1	0.1	0.03	0.01
07074	930	（かんきつ類） さんぼうかん 砂じょう 生	55	200	47	87.6	(0.4)	0.7	-	(0)	0.3	-	-	10.3 *	0.9	-	10.9	-	0.5	2	280	23	11	19	0.2	0.1	0.06	0.05
07075	931	（かんきつ類） シークヮーサー 果汁 生	0	149	35	90.9	-	0.8	-	(0)	0.1	-	-	7.6 *	0.3	-	7.9	-	0.3	2	180	17	15	8	0.1	0.1	0.06	0.06
07076	932	（かんきつ類） シークヮーサー 果実飲料 10%果汁入り飲料	0	202	48	88.1	-	0.1	-	(0)	Tr	-	-	11.8 *	0	-	11.8	-	Tr	2	13	5	1	1	0.1	Tr	0.01	0.01
07165	933	（かんきつ類） しらぬひ 砂じょう 生	30	236	56	85.8	(0.5)	0.8	-	(0)	0.2	-	-	12.6 *	0.6	-	12.9	-	0.3	Tr	170	9	9	18	0.1	0.1	0.03	0.07
07078	934	（かんきつ類） すだち 果皮 生	0	230	55	80.7	-	1.8	-	(0)	0.3	-	-	6.3 *	10.1	-	16.4	-	0.8	1	290	150	26	17	0.4	0.4	0.09	0.18
07079	935	（かんきつ類） すだち 果汁 生	0	124	29	92.5	-	0.5	-	(0)	0.1	-	-	6.5 *	0.1	-	6.6	-	0.3	1	140	16	15	11	0.2	0.2	0.03	0.05
07166	936	（かんきつ類） せとか 砂じょう 生	20	214	50	86.9	(0.5)	0.8	-	(0)	0.2	-	-	11.3 *	0.7	-	11.7	-	0.3	1	170	11	10	17	0.1	0.1	0.03	0.09
07085	937	（かんきつ類） セミノール 砂じょう 生	40	226	53	86.0	-	1.1	-	(0)	0.1	-	-	11.6 *	0.8	-	12.4	-	0.4	2	200	24	16	18	0.2	0.1	0.04	0.10
07083	938	（かんきつ類） だいだい 果汁 生	0	149	35	91.2	-	0.3	-	(0)	0.2	-	-	8.0 *	0	-	8.0	-	0.3	1	190	10	10	8	0.1	Tr	0.02	0.02
07093	939	（かんきつ類） なつみかん 砂じょう 生	45	178	42	88.6	0.5	0.9	-	0	0.1	-	-	9.2 *	1.2	-	10.0	-	0.4	1	190	16	10	21	0.2	0.1	0.05	0.04
07094	940	（かんきつ類） なつみかん 缶詰	0	338	80	79.7	-	0.5	-	(0)	0.1	-	-	18.9 *	0.5	-	19.4	-	0.3	4	92	11	8	12	0.1	0.1	0.03	0.03
07105	941	（かんきつ類） はっさく 砂じょう 生	35	199	47	87.2	(0.5)	0.8	-	(0)	0.1	-	-	10.3 *	1.5	-	11.5	-	0.4	1	180	13	10	17	0.1	0.1	0.04	0.03
07167	942	（かんきつ類） はるみ 砂じょう 生	30	220	52	86.5	(0.5)	0.9	-	(0)	0.2	-	-	11.7 *	0.8	-	12.1	-	0.3	0	170	9	10	16	0.1	0.1	0.03	0.05
07112	943	（かんきつ類） ひゅうがなつ じょうのう及びアルベド 生	30	194	46	87.2	(0.3)	0.6	-	(0)	0.1	-	-	9.9 *	2.1	-	11.7	-	0.4	1	130	23	8	11	0.2	0.1	0.03	0.08
07113	944	（かんきつ類） ひゅうがなつ 砂じょう 生	55	149	35	90.7	(0.3)	0.6	-	(0)	0.1	-	-	7.9 *	0.7	-	8.3	-	0.3	1	110	5	6	9	0.1	Tr	0.02	0.04
07126	945	（かんきつ類） ぶんたん 砂じょう 生	50	174	41	89.0	(0.4)	0.7	-	(0)	0.1	-	-	9.2 *	0.9	-	9.8	-	0.4	1	180	13	7	19	0.1	0.1	0.04	0.02
07127	946	（かんきつ類） ぶんたん ざぼん漬	0	1436	338	14.0	(0.1)	0.2	-	(0)	0.1	-	-	82.9 *	2.7	-	85.5	-	0.2	13	8	22	6	3	0.3	Tr	0.01	0.01
07129	947	（かんきつ類） ぽんかん 砂じょう 生	35	178	42	88.8	(0.5)	0.9	-	(0)	0.1	-	-	9.3 *	1.0	-	9.9	-	0.3	1	160	16	9	16	0.1	Tr	0.02	0.09
07142	948	（かんきつ類） ゆず 果皮 生	0	210	50	83.7	0.9	1.2	0.1	(0)	0.5	-	-	8.0 *	6.9	-	14.2	-	0.4	5	140	41	15	9	0.3	0.1	0.02	0.12
07143	949	（かんきつ類） ゆず 果汁 生	0	128	30	92.0	(0.4)	0.5	-	(0)	0.1	-	-	6.7 *	0.4	-	7.0	-	0.4	1	210	20	11	11	0.1	0.1	0.02	0.10
07145	950	（かんきつ類） ライム 果汁 生	0	167	39	89.8	(0.3)	0.4	-	(0)	0.1	(1.9)	(1.9)	9.2 *	0.2	-	9.3	-	0.4	1	160	16	9	16	0.2	0.1	0.03	0.01
07155	951	（かんきつ類） レモン 全果 生	3	178	43	85.3	-	0.9	0.2	0	0.7	2.6	2.6	5.0 *	4.9	-	12.5	3.2	0.6	4	130	67	11	15	0.2	0.1	0.08	0.05
07156	952	（かんきつ類） レモン 果汁 生	0	101	24	90.5	0.3	0.4	(0.1)	0	0.2	1.5 *	1.5	2.1	Tr	-	8.6	6.7	0.3	2	100	7	8	9	0.1	0.1	0.02	0.03
07054	953	キウイフルーツ、緑肉種、生	15	217	51	84.7	0.8	1.0	0.2	0	0.2	9.6 *	9.5	9.1	2.6	0	13.4	2.0	0.7	1	300	26	14	30	0.3	0.1	0.10	0.09
07168	954	キウイフルーツ 黄肉種 生	20	267	63	83.2	-	1.1	(0.2)	(0)	0.2	(11.9)	(11.9)	13.6 *	1.4	-	14.9	-	0.5	2	300	17	12	25	0.2	0.1	0.07	0.04
07183	955	きはだ 実 乾	0	1593	378	13.1	-	7.3	-	-	9.8	-	-	65.1 *	-	-	65.1	-	4.7	17	2100	230	88	240	1.7	0.6	0.36	0.69

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……	μg	……)								(……	mg	……			μg	(……	mg	……			(……	μg	……)	mg	μg	mg	(……	g	……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
07066	928	（かんきつ類） グレープフルーツ 果実飲料 20%果汁入り飲料	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0	0	Tr	Tr	0.01	(0)	2	0	-	8	-	0	
07067	929	（かんきつ類） グレープフルーツ 缶詰	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	0.1	0	0	0	-	0.03	Tr	0.2	0.3	0.03	(0)	9	0.16	-	26	-	0	試料： ライトシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁40 %）
07074	930	（かんきつ類） さんぼうかん 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	0	16	70	51	4	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.07	0.03	0.4	(0.5)	0.06	(0)	16	0.35	-	39	-	0	別名：壺柑（つぼかん）、連磨柑（だるまかん） 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07075	931	（かんきつ類） シークヮーサー 果汁 生	-	-	-	-	(0)	0	31	120	89	7	(0)	0.5	0	0	0	-	0.08	0.03	0.3	0.4	0.03	(0)	7	0.10	-	11	-	0	別名： ひらみレモン、シークワーサー、シイクワシャー、シィクワーサー 全果に対する果汁分： 20 %
07076	932	（かんきつ類） シークヮーサー 果実飲料 10%果汁入り飲料	-	-	-	-	(0)	0	14	0	14	1	(0)	0.1	0	0	0	-	0	0	0	Tr	0	(0)	0	0	-	2	-	0	別名： ひらみレモン、シークワーサー、シイクワシャー、シィクワーサー
07165	933	（かんきつ類） しらぬひ 砂じょう 生	(0)	(0)	(1)	(0)	(0)	2	48	630	360	30	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.09	0.03	0.3	(0.4)	0.04	(0)	17	0.25	(0.4)	48	-	0	別名： デコポン（全国糖酸度統一基準を満たすもの）、しらぬい、不知火、ヒメポン 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子 ハウス栽培品及び露地栽培品
07078	934	（かんきつ類） すだち 果皮 生	-	-	-	-	(0)	360	330	17	520	44	(0)	5.2	0	0.5	0	-	0.04	0.09	0.5	0.8	0.16	(0)	35	0.23	-	110	-	0	全果に対する果皮分： 30 %
07079	935	（かんきつ類） すだち 果汁 生	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0.3	0	0	0	-	0.03	0.02	0.2	0.3	0.08	(0)	13	0.13	-	40	-	0	全果に対する果汁分： 25 %
07166	936	（かんきつ類） せとか 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	8	250	1400	930	77	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.08	0.03	0.3	(0.4)	0.05	(0)	29	0.13	-	57	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子 ハウス栽培品及び露地栽培品
07085	937	（かんきつ類） セミノール 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	0	410	1300	1100	89	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.01	0.04	0.3	0.5	0.09	(0)	27	0.45	-	41	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07083	938	（かんきつ類） だいだい 果汁 生	-	-	-	-	(0)	0	0	36	18	2	(0)	0.1	0	0	0	-	0.03	0.02	0.4	0.5	0.02	(0)	13	0.12	-	35	-	0	全果に対する果汁分： 30 %
07093	939	（かんきつ類） なつみかん 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	3	22	120	85	7	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.08	0.03	0.4	0.5	0.05	(0)	25	0.29	-	38	-	0	別名： なつだいだい なつかん、あまなつみかんを含む 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07094	940	（かんきつ類） なつみかん 缶詰	-	-	-	-	(0)	0	Tr	21	11	1	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.04	Tr	0.2	0.3	0.03	(0)	12	0.07	-	14	-	0	別名： なつだいだい なつかん、あまなつみかんを含む 試料： ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 45 %）
07105	941	（かんきつ類） はっさく 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	0	21	170	110	9	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.06	0.03	0.2	(0.3)	0.07	(0)	16	0.30	-	40	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07167	942	（かんきつ類） はるみ 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	2	130	1100	690	57	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.11	0.02	0.2	(0.3)	0.05	(0)	19	0.21	-	40	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子、露地栽培品
07112	943	（かんきつ類） ひゅうがなつ じょうのう及びアルベド 生	-	-	-	-	(0)	0	1	19	11	1	(0)	0.3	0	0	0	(0)	0.05	0.03	0.3	(0.4)	0.06	(0)	16	0.23	-	26	-	0	別名： ニューサマーオレンジ、小夏みかん 廃棄部位： フラベド（果皮の外側の部分）及び種子
07113	944	（かんきつ類） ひゅうがなつ 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	0	0	19	9	1	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.06	0.03	0.2	(0.3)	0.05	(0)	13	0.27	-	21	-	0	別名： ニューサマーオレンジ、小夏みかん 廃棄部位： 果皮（フラベドとアルベド）、じょうのう膜及び種子
07126	945	（かんきつ類） ぶんたん 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	0	15	0	15	1	(0)	0.5	0	0	0	(0)	0.03	0.04	0.3	(0.4)	0	(0)	16	0.32	-	45	-	0	別名： ざぼん、ぼんたん 廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07127	946	（かんきつ類） ぶんたん ざぼん漬	-	-	-	-	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0	0.02	Tr	(Tr)	0	(0)	2	0	-	Tr	-	0	別名： ざぼん、ぼんたん
07129	947	（かんきつ類） ぽんかん 砂じょう 生	-	-	-	-	(0)	3	110	1000	620	52	(0)	0.2	0	0	0	(0)	0.08	0.04	0.2	(0.3)	0.05	(0)	13	0.24	-	40	-	0	廃棄部位： 果皮、じょうのう膜及び種子
07142	948	（かんきつ類） ゆず 果皮 生	0	0	0	1	(0)	0	19	440	240	20	(0)	3.4	0	0.6	0	-	0.07	0.10	0.5	0.7	0.09	(0)	21	0.89	3.6	160	-	0	全果に対する果皮分： 40 %
07143	949	（かんきつ類） ゆず 果汁 生	-	-	-	-	(0)	0	0	15	7	1	(0)	0.2	0	0	0	-	0.05	0.02	0.2	(0.2)	0.02	(0)	11	0.29	-	40	-	0	全果に対する果汁分： 25 %
07145	950	（かんきつ類） ライム 果汁 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0	0	1	0.03	0.02	0.1	(0.1)	0.05	(0)	17	0.16	-	33	-	0	全果に対する果汁分： 35 %
07155	951	（かんきつ類） レモン 全果 生	0	1	0	1	(0)	0	7	37	26	2	(0)	1.6	0	0.1	0	(0)	0.07	0.07	0.2	0.4	0.08	(0)	31	0.39	1.2	100	-	0	廃棄部位： 種子及びへた
07156	952	（かんきつ類） レモン 果汁 生	0	0	0	1	(0)	0	0	13	6	1	(0)	0.1	0	0	0	(0)	0.04	0.02	0.1	0.1	0.05	(0)	19	0.18	0.3	50	-	0	全果に対する果汁分： 30 %
07054	953	キウイフルーツ、緑肉種、生	0	1	0	Tr	(0)	0	53	0	53	4	(0)	1.3	0	0	0	6	0.01	0.02	0.3	0.5	0.11	(0)	37	0.31	1.4	71	-	0	別名： キウイ 廃棄部位： 果皮及び両端
07168	954	キウイフルーツ 黄肉種 生	-	-	-	-	(0)	1	38	4	41	3	(0)	2.5	0	0	0	6	0.02	0.02	0.3	(0.5)	0.14	(0)	32	0.26	-	140	-	0	別名： ゴールデンキウイ 廃棄部位： 果皮及び両端
07183	955	きはだ 実 乾	6	1	3	110	-	3	58	2	60	5	-	1.3	Tr	0.7	0	87	0.17	0.18	1.4	2.6	0.53	-	12	1.83	23.0	0	-	Tr	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07055	956	キワノ 生	40	171	41	89.2	-	1.5	-	0	0.9	-	-	5.4 *	2.6	-	8.0	-	0.4	2	170	10	34	42	0.4	0.4	0.09	0.13
07057	957	グァバ 赤肉種 生	30	136	33	88.9	(0.3)	0.6	0.1	(0)	0.1	(3.6)	(3.6)	5.1 *	5.1	-	9.9	-	0.5	3	240	8	8	16	0.1	0.1	0.06	0.09
07169	958	グァバ 白肉種 生	30	136	33	88.9	(0.3)	0.6	0.1	(0)	0.1	-	-	5.1 *	5.1	-	9.9	-	0.5	3	240	8	8	16	0.1	0.1	0.06	0.09
07058	959	グァバ 果実飲料 20%果汁入り飲料（ネクター）	0	207	49	87.4	-	0.1	-	(0)	0.1	(10.0)	(9.9)	11.5 *	0.8	-	12.3	-	0.1	4	49	3	2	3	0.2	Tr	0.01	0.03
07059	960	グァバ 果実飲料 10%果汁入り飲料	0	213	50	87.4	-	0.1	-	(0)	0.1	-	-	12.1 *	0.2	-	12.3	-	0.1	7	28	3	20	2	0.1	Tr	0.01	0.02
07185	961	くこ 実 乾	0	1640	387	4.8	(6.6)	12.3	-	-	4.1	-	-	81.0 *	-	-	75.3	-	3.5	510	1400	47	77	180	4.0	1.2	0.69	0.71
07061	962	ぐみ 生	10	304	72	81.0	-	1.3	-	(0)	0.2	-	-	15.2 *	2.0	-	17.2	-	0.3	2	130	10	4	24	0.2	0.1	0.10	0.15
07157	963	ココナッツ ココナッツウォーター	0	92	22	94.3	(0.2)	0.2	0.1	(0)	0.1	(7.9)	(7.8)	5.0 *	0	-	5.0	-	0.4	11	230	11	6	11	0.1	0.1	Tr	0.16
07158	964	ココナッツ ココナッツミルク	0	649	157	78.8	(1.8)	1.9	14.9	0	16.0	(9.4)	(8.9)	3.8 *	0.2	-	2.8	-	0.5	12	230	5	28	49	0.8	0.3	0.22	0.59
07170	965	ココナッツ ナタデココ	0	341	80	79.7	-	0	-	(0)	Tr	-	-	19.7 *	0.5	-	20.2	-	Tr	2	0	1	1	Tr	0	0	0	0
07070	966	さくらんぼ 国産 生	10	271	64	83.1	(0.8)	1.0	(0.1)	(0)	0.2	-	-	14.2 *	1.2	-	15.2	-	0.5	1	210	13	6	17	0.3	0.1	0.05	-
07071	967	さくらんぼ 米国産 生	9	273	64	81.1	(1.0)	1.2	(0.1)	(0)	0.1	(13.7) *	(13.7)	13.8	1.4	2.2	17.1	-	0.5	1	260	15	12	23	0.3	0.1	0.08	0.11
07072	968	さくらんぼ 米国産 缶詰	15	298	70	81.5	-	0.6	(0.1)	(0)	0.1	(13.8)	(13.6)	15.8 *	1.0	0.9	17.6	-	0.2	3	100	10	5	12	0.4	0.5	0.06	0.08
07073	969	ざくろ 生	55	267	63	83.9	-	0.2	-	(0)	Tr	-	-	15.5 *	0	-	15.5	-	0.4	1	250	8	6	15	0.1	0.2	0.06	0.05
07077	970	すいか 赤肉種 生	40	172	41	89.6	0.3	0.6	(0.1)	0	0.1	-	-	9.5 *	0.3	-	9.5	-	0.2	1	120	4	11	8	0.2	0.1	0.03	0.03
07171	971	すいか 黄肉種 生	40	172	41	89.6	-	0.6	0.1	0	0.1	-	-	9.2 *	0.3	-	9.5	-	0.2	1	120	4	11	8	0.2	0.1	0.03	0.03
07182	972	（すぐり類）カシス 冷凍	0	257	62	79.4	1.1	1.6	1.1	-	1.6	0	-	6.4 *	6.4	-	13.4	3.5	0.7	Tr	270	40	19	54	0.5	0.2	0.08	0.26
07060	973	（すぐり類）グーズベリー 生	1	215	51	85.2	-	1.0	-	0	0.1	(10.9) *	(10.9)	10.7	2.5	-	13.2	-	0.5	1	200	14	10	24	1.3	0.1	0.05	0.15
07069	974	スターフルーツ 生	4	126	30	91.4	(0.5)	0.7	(0.1)	0	0.1	-	-	5.9 *	1.8	-	7.5	-	0.3	1	140	5	9	10	0.2	0.2	0.02	0.10
07080	975	（すもも類）にほんすもも 生	7	193	46	88.6	0.4	0.6	-	0	1.0	-	-	8.0 *	1.6	-	9.4	-	0.4	1	150	5	5	14	0.2	0.1	0.03	0.07
07081	976	（すもも類）プルーン 生	5	207	49	86.2	(0.5)	0.7	(0.1)	0	0.1	(10.8) *	(10.7)	10.2	1.9	0.7	12.6	-	0.4	1	220	6	7	14	0.2	0.1	0.06	0.09
07082	977	（すもも類）プルーン 乾	0	894	211	33.3	(1.6)	2.4	(0.1)	0	0.2	(42.2) *	(41.7)	44.0	7.1	12.1	62.3	-	1.8	1	730	57	40	69	1.1	0.4	0.27	0.36
07086	978	チェリモヤ 生	20	348	82	78.1	(0.8)	1.3	(0.2)	0	0.3	(13.7)	(13.7)	18.2 *	2.2	-	19.8	-	0.5	8	230	9	12	20	0.2	0.1	0.08	0.07
07111	979	ドラゴンフルーツ 生	35	218	52	85.7	-	1.4	-	0	0.3	-	-	9.9 *	1.9	-	11.8	-	0.8	Tr	350	6	41	29	0.3	0.3	0.03	0.09

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
07055	956	キワノ 生	-	-	-	-	(0)	0	36	0	36	3	(0)	0.7	0.1	1.2	0	-	0.03	0.01	0.2	0.5	0.04	0	2	0.14	-	2	-	0	別名： キワノフルーツ、ツノニガウリ 廃棄部位： 果皮
07057	957	グァバ 赤肉種 生	-	-	-	-	(0)	5	580	51	600	50	(0)	0.3	0	0	0	2	0.03	0.04	0.8	(0.9)	0.06	(0)	41	0.32	-	220	-	0	別名： グアバ、ばんじろう、ばんざくろ 廃棄部位： 果皮及び種子
07169	958	グァバ 白肉種 生	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.3	0	0	0	2	0.03	0.04	0.8	(0.9)	0.06	(0)	41	0.32	-	220	-	0	別名： グアバ、ばんじろう、ばんざくろ 廃棄部位： 果皮及び種子
07058	959	グァバ 果実飲料 20%果汁入り飲料（ネクター）	-	-	-	-	(0)	0	24	0	24	2	(0)	0.1	0	0	0	-	0	0.01	0.1	0.1	0.01	(0)	9	0	-	19	-	0	別名： グアバ、ばんじろう、ばんざくろ 果肉（ピューレー）分： 20 % ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07059	960	グァバ 果実飲料 10%果汁入り飲料	-	-	-	-	(0)	0	10	0	10	1	(0)	Tr	0	0	0	-	0	0	0.1	0.1	0.01	(0)	3	0	-	9	-	0	別名： グアバ、ばんじろう、ばんざくろ ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07185	961	くこ 実 乾	2	3	6	13	-	33	800	4400	3000	250	0	5.7	0.1	0.8	0	10	0.28	0.40	4.6	(4.6)	0.32	Tr	99	0.71	24.0	9	-	1.3	別名： ゴジベリー ビタミンD： 抽出残さの影響により定量下限を変更
07061	962	ぐみ 生	-	-	-	-	(0)	54	330	46	380	32	(0)	2.2	0.1	0.1	0	-	0.01	0.04	0.3	0.5	0.02	(0)	15	0.45	-	5	-	0	廃棄部位： 種子及び果柄
07157	963	ココナッツ ココナッツウォーター	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0	0	0	0	-	0.01	0.01	0.1	(0.1)	0	(0)	1	0	-	2	-	0	全果に対する割合： 20 % (100 g：98mL、100 mL：102g)
07158	964	ココナッツ ココナッツミルク	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	Tr	0	0	0	-	0.01	0	0.4	(0.8)	0.02	0	4	0	-	0	-	0	試料： 缶詰 (100 g：98mL、100 mL：102g)
07170	965	ココナッツ ナタデココ	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0	(0)	0	0	-	0	-	0	シラップ漬（甘味料、酸味料含む） 液汁を除いたもの
07070	966	さくらんぼ 国産 生	0	0	Tr	1	(0)	13	81	21	98	8	(0)	0.5	Tr	0	0	2	0.03	0.03	0.2	(0.3)	0.02	(0)	38	0.24	0.7	10	-	0	別名： おうとう、スイートチェリー 廃棄部位： 核及び果柄
07071	967	さくらんぼ 米国産 生	-	-	-	-	(0)	0	20	7	23	2	(0)	0.5	Tr	0	0	2	0.03	0.03	0.2	(0.4)	0.02	(0)	42	0.29	-	9	-	0	別名： おうとう、スイートチェリー 廃棄部位： 核及び果柄
07072	968	さくらんぼ 米国産 缶詰	-	-	-	-	(0)	0	41	0	41	3	(0)	0.5	0	0	0	1	0.01	0.01	0.1	0.2	0.01	(0)	12	0	-	7	-	0	別名： おうとう、スイートチェリー 試料： ヘビーシラップ漬 液汁を除いたもの 内容総量に対する果肉分： 50 % 廃棄部位： 核及び果柄 ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07073	969	ざくろ 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	12	0.01	0.01	0.2	0.2	0.04	(0)	6	0.32	-	10	-	0	廃棄部位： 皮及び種子 廃棄率： 輸入品（大果）の場合 60 %
07077	970	すいか 赤肉種 生	0	0	0	1	(0)	0	830	0	830	69	(0)	0.1	0	0	0	0	0.03	0.02	0.2	0.3	0.07	(0)	3	0.22	0.9	10	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子 廃棄率： 小玉種の場合 50 %
07171	971	すいか 黄肉種 生	0	0	0	1	(0)	-	-	-	10	1	(0)	0.1	0	0	0	0	0.03	0.02	0.2	(0.3)	0.07	(0)	3	0.22	0.9	10	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子 廃棄率： 小玉種の場合 50 %
07182	972	（すぐり類）カシス 冷凍	0	0	1	4	-	2	100	1	110	9	-	2.1	Tr	0.3	Tr	30	0.03	0.03	0.3	0.6	-	-	-	-	5.7	-	-	0	別名：くろふさすぐり、くろすぐり 食物繊維：AOAC2011.25法 タンニン：0.8 g ポリフェノール：0.6 g
07060	973	（すぐり類）グーズベリー 生	-	-	-	-	(0)	2	120	2	130	10	(0)	1.0	Tr	0.1	0	-	0.02	0.02	0.2	0.4	0.02	0	47	0.40	-	22	-	0	別名： グズベリー、西洋すぐり、まるすぐり、おおすぐり 廃棄部位： 両端
07069	974	スターフルーツ 生	-	-	-	-	(0)	5	64	15	74	6	(0)	0.2	0.1	0.2	0.1	(0)	0.03	0.02	0.3	(0.4)	0.02	0	11	0.38	-	12	-	0	別名： ごれんし 廃棄部位： 種子及びへた
07080	975	（すもも類）にほんすもも 生	0	0	1	1	(0)	0	76	6	79	7	(0)	0.6	0	0	0	-	0.02	0.02	0.3	0.3	0.04	(0)	37	0.14	0.2	4	-	0	別名： すもも、はたんきょう、プラム 廃棄部位： 核
07081	976	（すもも類）プルーン 生	-	-	-	-	(0)	0	450	54	480	40	(0)	1.3	Tr	Tr	0	20	0.03	0.03	0.5	(0.7)	0.06	0	35	0.22	-	4	-	0	別名： ヨーロッパすもも 廃棄部位： 核及び果柄
07082	977	（すもも類）プルーン 乾	-	-	-	-	(0)	130	1100	220	1200	100	(0)	1.3	0	0.1	0	92	0.07	0.07	2.1	(2.6)	0.34	(0)	3	0.32	0	0	-	0	別名： ヨーロッパすもも 廃棄率： 核付きの場合 20 %
07086	978	チェリモヤ 生	-	-	-	-	(0)	0	3	1	4	Tr	(0)	0.2	0	0	0	-	0.09	0.09	0.7	(1.1)	0.23	0	90	0.36	-	34	-	0	廃棄部位： 果皮、種子及びへた
07111	979	ドラゴンフルーツ 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	0	0.1	0	-	0.08	0.06	0.4	0.6	0.05	0	44	0.53	-	7	-	0	別名： ピタヤ 試料： レッドピタヤ 廃棄部位： 果皮

DRAFT

可食部100g当たり

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー	エネルギー	水分	アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	差引き法による利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	g	g	g	g	mg	g	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07087	980	ドリアン 生	15	592	140	66.4	-	2.3	2.8	0	3.3	-	-	25.5 *	2.1	-	27.1	-	0.9	Tr	510	5	27	36	0.3	0.3	0.19	0.31
07088	981	（なし類） 日本なし 生	15	161	38	88.0	0.2	0.3	(0.1)	0	0.1	8.3 *	8.1	9.0	0.9	1.5	11.3	-	0.3	Tr	140	2	5	11	0	0.1	0.06	0.04
07089	982	（なし類） 日本なし 缶詰	0	323	76	80.5	(0.1)	0.1	(0.1)	(0)	0.1	-	-	18.5 *	0.7	-	19.1	-	0.2	4	75	3	4	6	0.2	0.1	0.04	0.02
07090	983	（なし類） 中国なし 生	15	209	49	86.8	(0.1)	0.2	(0.1)	(0)	0.1	-	-	11.4 *	1.4	-	12.7	-	0.2	1	140	2	5	8	0.1	Tr	0.05	0.03
07091	984	（なし類） 西洋なし 生	15	203	48	84.9	(0.2)	0.3	(0.1)	(0)	0.1	(9.2) *	(9.2)	9.6	1.9	2.9	14.4	-	0.3	Tr	140	5	4	13	0.1	0.1	0.12	0.04
07092	985	（なし類） 西洋なし 缶詰	0	307	72	78.8	(0.1)	0.2	(0.1)	(0)	0.1	(16.7) *	(16.5)	17.2	1.0	2.7	20.7	-	0.2	1	55	4	4	5	0.1	0.1	0.05	0.03
07095	986	なつめ 乾	15	1242	294	21.0	-	3.9	-	0	2.0	-	-	58.9 *	12.5	-	71.4	-	1.7	3	810	65	39	80	1.5	0.8	0.24	0.46
07096	987	なつめやし 乾	5	1191	281	24.8	(1.2)	2.2	Tr	(0)	0.2	-	-	65.4 *	7.0	-	71.3	-	1.5	Tr	550	71	60	58	0.8	0.4	0.40	0.38
07097	988	パインアップル 生	45	231	54	85.2	0.4	0.6	(0.1)	0	0.1	12.6 *	12.2	11.9	1.2	-	13.7	0.9	0.4	Tr	150	11	14	9	0.2	0.1	0.11	1.33
07177	989	パインアップル 焼き	0	317	75	78.2	-	0.9	0.1	(0)	0.2	17.1 *	16.5	17.5	1.7	-	20.1	1.0	0.5	Tr	190	16	18	13	0.3	0.1	0.14	1.67
07098	990	パインアップル 果実飲料 ストレートジュース	0	195	46	88.2	-	0.3	(0.1)	(0)	0.1	(10.2)	(9.9)	11.0 *	0	-	11.0	-	0.4	1	210	22	10	13	0.4	0.1	0.03	0.87
07099	991	パインアップル 果実飲料 濃縮還元ジュース	0	193	45	88.3	-	0.1	(0.1)	(0)	0.1	(10.1)	(9.9)	11.1 *	0	-	11.1	-	0.4	1	190	9	10	12	0.3	0.1	0.03	1.16
07100	992	パインアップル 果実飲料 50%果汁入り飲料	0	214	50	87.3	-	0.3	(0.1)	(0)	0.1	-	-	12.1 *	0	-	12.1	-	0.2	1	95	6	4	5	0.1	Tr	0.02	0.33
07101	993	パインアップル 果実飲料 10%果汁入り飲料	0	211	50	87.6	-	Tr	-	(0)	Tr	-	-	12.4 *	0	-	12.4	-	Tr	1	18	2	2	1	0.2	Tr	Tr	0.18
07102	994	パインアップル 缶詰	0	326	76	78.9	(0.3)	0.4	(0.1)	(0)	0.1	(19.7) *	(19.4)	20.0	0.5	-	20.3	-	0.3	1	120	7	9	7	0.3	0.1	0.07	1.58
07103	995	パインアップル 砂糖漬	0	1490	349	12.0	(0.4)	0.5	(0.1)	(0)	0.2	(91.9) *	(87.6)	85.7	1.3	-	86.8	-	0.5	58	23	31	5	5	2.5	0.1	0.06	0.45
07104	996	ハスカップ 生	0	233	55	85.5	-	0.7	-	0	0.6	-	-	10.7 *	2.1	-	12.8	-	0.4	Tr	190	38	11	25	0.6	0.1	0.06	-
07106	997	パッションフルーツ 果汁 生	0	285	67	82.0	-	0.8	-	(0)	0.4	(4.1)	(4.0)	13.4 *	0	-	16.2	2.8	0.6	5	280	4	15	21	0.6	0.4	0.08	0.10
07107	998	バナナ 生	40	392	93	75.4	0.7	1.1	(0.1)	0	0.2	19.4	18.5	21.1 *	1.1	-	22.5	0.7	0.8	Tr	360	6	32	27	0.3	0.2	0.09	0.26
07108	999	バナナ 乾	0	1330	314	14.3	(2.4)	3.8	(0.2)	(0)	0.4	(67.4)	(64.5)	70.5 *	7.0	-	78.5	2.5	3.0	1	1300	26	92	84	1.1	0.6	0.25	1.31
07109	1000	パパイア 完熟 生	35	141	33	89.2	(0.2)	0.5	(0.2)	(0)	0.2	(7.1) *	(7.1)	7.6	2.2	-	9.5	-	0.6	6	210	20	26	11	0.2	0.1	0.05	0.04
07110	1001	パパイア 未熟 生	25	149	35	88.7	(0.6)	1.3	(0.1)	(0)	0.1	(7.4) *	(7.4)	7.9	2.2	-	9.4	-	0.5	5	190	36	19	17	0.3	0.1	0.03	0.02
07114	1002	びわ 生	30	174	41	88.6	(0.2)	0.3	(0.1)	(0)	0.1	(5.9)	(5.9)	9.1 *	1.6	-	10.6	-	0.4	1	160	13	14	9	0.1	0.2	0.04	0.27
07115	1003	びわ 缶詰	0	339	80	79.6	(0.2)	0.3	(0.1)	(0)	0.1	-	-	19.3 *	0.6	-	19.8	-	0.2	2	60	22	5	3	0.1	0.1	0.17	0.10
07116	1004	ぶどう 皮なし 生	15	247	58	83.5	0.2	0.4	Tr	0	0.1	(14.4) *	(14.4)	14.8	0.5	0	15.7	0.6	0.3	1	130	6	6	15	0.1	0.1	0.05	0.12
07178	1005	ぶどう 皮つき 生	0	296	69	81.7	0.4	0.6	Tr	(0)	0.2	17.0 *	17.0	15.7	0.9	0	16.9	0.7	0.5	0	220	8	7	23	0.2	Tr	0.07	0.03
07117	1006	ぶどう 干しぶどう	0	1374	324	14.5	(2.0)	2.7	(0.1)	(0)	0.2	(60.3)	(60.3)	75.9 *	4.1	0	80.3	1.2	1.9	12	740	65	31	90	2.3	0.3	0.39	0.20

可食部100g当たり

食品番号	ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α-カロテン	β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
単位	µg	µg	µg	µg	µg	µg	µg	µg	µg	µg	µg	mg	mg	mg	mg	µg	mg	mg	mg	mg	mg	µg	µg	mg	µg	mg	g	g	
成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
07087	0	1	0	10	(0)	0	36	1	36	3	(0)	2.3	0	0.1	0	-	0.33	0.20	1.4	1.8	0.25	0	150	0.22	5.9	31	-	0	試料：果皮を除いた冷凍品 廃棄部位：種子
07088	0	0	0	Tr	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	Tr	0	0	5	0.02	Tr	0.2	0.2	0.02	(0)	6	0.14	0.5	3	-	0	廃棄部位：果皮及び果しん部
07089	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	0.1	0	0	0	7	Tr	0	0.1	(0.1)	0.02	(0)	3	0	-	0	-	0	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 %） ビタミンC：酸化防止用として添加品あり
07090	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	0.2	Tr	0	0	-	0.02	0.01	0.2	(0.2)	0.02	(0)	6	0.14	-	6	-	0	廃棄部位：果皮及び果しん部
07091	0	0	0	1	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.3	Tr	0	0	4	0.02	0.01	0.2	(0.2)	0.02	(0)	4	0.09	0.3	3	-	0	別名：洋なし 廃棄部位：果皮及び果しん部
07092	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0.2	0	0	0	Tr	0.01	0.02	0.3	(0.3)	0.01	(0)	4	0	-	Tr	-	0	別名：洋なし 試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 %） ビタミンC：酸化防止用として添加品あり
07095	-	-	-	-	(0)	0	7	0	7	1	(0)	0.1	0	0	0	-	0.10	0.21	1.6	2.3	0.14	0	140	0.86	-	1	-	0	廃棄部位：核
07096	-	-	-	-	(0)	0	160	0	160	13	(0)	1.4	Tr	0.3	0	3	0.07	0.04	1.8	(2.0)	0.16	(0)	19	0.94	-	0	-	0	別名：デーツ 廃棄部位：へた及び核
07097	0	0	0	Tr	(0)	Tr	37	2	38	3	(0)	Tr	0	0	0	1	0.09	0.02	0.2	0.3	0.10	(0)	12	0.23	0.2	35	-	0	別名：パイナップル 廃棄部位：はく皮及び果しん部
07177	0	0	Tr	1	(0)	Tr	44	4	46	4	(0)	0.1	0	0	0	2	0.11	0.02	0.3	(0.5)	0.12	(0)	14	0.64	0.3	41	-	0	別名：パイナップル はく皮及び果しん部を除いたもの
07098	-	-	-	-	(0)	0	9	0	9	1	(0)	Tr	0	0	0	0	0.04	0.01	0.2	0.3	0.07	(0)	9	0.19	-	6	-	0	別名：パイナップル (100 g：98mL、100 mL：103g)
07099	-	-	-	-	(0)	0	11	1	12	1	(0)	Tr	0	0	0	0	0.05	0.02	0.2	0.2	0.05	(0)	7	0.17	-	5	-	0	別名：パイナップル (100 g：98mL、100 mL：103g)
07100	-	-	-	-	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	Tr	0	0	0	0	0.03	0.01	0.1	0.2	0.04	(0)	0	0.07	-	3	-	0	別名：パイナップル ビタミンC：酸化防止用として添加品あり
07101	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	Tr	0	0	0	(0)	0	0	Tr	0	0.01	(0)	1	0	-	0	-	0	別名：パイナップル ビタミンC：酸化防止用として添加品あり
07102	-	-	-	-	0	-	-	-	12	1	(0)	0	0	0	0	Tr	0.07	0.01	0.2	(0.3)	0.06	(0)	7	0.06	-	7	-	0	別名：パイナップル 試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 37 %）
07103	-	-	-	-	0	-	-	-	17	1	(0)	0.1	0	0	0	6	0	0.02	0.1	(0.2)	0.01	(0)	2	0	-	0	-	0.1	
07104	-	-	-	-	0	-	-	-	130	11	(0)	1.1	0	0.3	Tr	-	0.02	0.03	0.5	0.6	0.04	0	7	0.29	-	44	-	0	別名：くろみのうぐいすかぐら 果実全体
07106	-	-	-	-	(0)	0	1100	16	1100	89	(0)	0.2	0	0	0	1	0.01	0.09	1.9	2.0	0.18	(0)	86	0.63	-	16	-	0	別名：くだものとけいそう 全果に対する果汁分：30 %
07107	0	1	0	7	(0)	28	42	0	56	5	(0)	0.5	0	0	0	Tr	0.05	0.04	0.7	0.9	0.38	(0)	26	0.44	1.4	16	-	0	廃棄部位：果皮及び果柄
07108	-	-	-	-	(0)	330	670	9	840	70	(0)	1.4	Tr	0	0	2	0.07	0.12	1.4	(2.0)	1.04	(0)	34	1.13	-	Tr	-	0	
07109	0	Tr	0	1	(0)	0	67	820	480	40	(0)	0.3	Tr	0.3	0	2	0.02	0.04	0.3	(0.4)	0.01	(0)	44	0.42	0.2	50	-	0	別名：パパイヤ 廃棄部位：果皮及び種子
07110	-	-	-	-	(0)	0	45	140	120	10	(0)	0.1	0	0.6	0	2	0.03	0.04	0.3	(0.7)	0.01	(0)	38	0.55	-	45	-	0	別名：パパイヤ 廃棄部位：果皮及び種子
07114	0	0	0	0	(0)	0	510	600	810	68	(0)	0.1	0.1	0	0	-	0.02	0.03	0.2	(0.3)	0.06	(0)	9	0.22	0.1	5	-	0	廃棄部位：果皮及び種子
07115	-	-	-	-	(0)	0	320	310	470	39	(0)	0.2	0	0	0	-	0.01	0.01	0.2	(0.3)	0.02	(0)	9	0	-	Tr	-	0	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 45 %） ビタミンC：酸化防止用として添加品あり
07116	0	0	0	Tr	(0)	0	21	0	21	2	(0)	0.1	0	0.2	0	-	0.04	0.01	0.1	0.1	0.04	(0)	4	0.10	0.7	2	-	0	廃棄部位：果皮及び種子 廃棄率：大粒種の場合20%
07178	0	0	0	1	(0)	Tr	39	0	39	3	(0)	0.4	0	0.2	0	22	0.05	0.01	0.2	0.2	0.05	(0)	19	0.04	1.0	3	-	0	ポリフェノール：0.2 g
07117	3	Tr	9	12	(0)	0	11	0	11	1	(0)	0.5	0	0.3	0	-	0.12	0.03	0.6	(1.0)	0.23	(0)	9	0.17	4.3	Tr	-	Tr	別名：レーズン ポリフェノール：0.4 g

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07118	1007	ぶどう 果実飲料 ストレートジュース	0	231	54	84.8	(0.3)	0.3	(0.1)	(0)	0.2	(13.9) *	(13.9)	14.4	0.1	-	14.3	-	0.2	1	30	3	14	7	0.1	0.1	0.02	0.13
07119	1008	ぶどう 果実飲料 濃縮還元ジュース	0	197	46	87.2	(0.3)	0.3	(0.1)	(0)	0.3	(11.7) *	(11.7)	12.1	0.1	-	12.0	-	0.1	2	24	5	9	7	0.3	Tr	0.02	0.07
07120	1009	ぶどう 果実飲料 70%果汁入り飲料	0	222	52	86.8	(0.2)	0.2	Tr	(0)	Tr	-	-	12.8 *	0.1	-	12.9	-	0.1	15	17	4	6	5	0.1	Tr	0.01	0.11
07121	1010	ぶどう 果実飲料 10%果汁入り飲料	0	223	52	86.9	-	Tr	Tr	(0)	Tr	-	-	13.1 *	Tr	-	13.1	-	Tr	6	3	3	1	1	0.1	Tr	0.01	0.08
07122	1011	ぶどう 缶詰	0	354	83	78.9	(0.3)	0.4	Tr	(0)	0.1	-	-	20.4 *	0.2	-	20.4	-	0.2	3	88	10	4	10	0.9	0.2	0.09	0.02
07123	1012	ぶどう ジャム	0	803	189	51.4	(0.3)	0.5	Tr	(0)	0.1	(49.1) *	(47.2)	46.3	1.5	-	47.5	-	0.5	18	130	16	10	23	3.3	0.1	0.11	0.10
07124	1013	ブルーベリー 生	0	201	48	86.4	(0.3)	0.5	(0.1)	0	0.1	(8.6)	(8.6)	9.8 *	3.3	-	12.9	-	0.1	1	70	8	5	9	0.2	0.1	0.04	0.26
07125	1014	ブルーベリー ジャム	0	738	174	55.1	(0.4)	0.7	(0.2)	0	0.3	(43.1) *	(41.3)	39.9	4.3	-	43.8	-	0.1	1	75	8	5	12	0.3	0.1	0.06	0.62
07172	1015	ブルーベリー、乾	0	1181	280	21.9	(1.5)	2.7	(1.5)	(0)	1.9	-	-	56.4 *	17.6	-	72.5	-	1.0	4	400	43	28	63	1.2	0.4	0.23	1.94
07128	1016	ホワイトサポテ 生	35	310	73	79.0	(1.2)	1.5	0.1	0	0.1	(16.3) *	(15.8)	16.1	3.1	-	18.9	-	0.5	Tr	220	13	17	28	0.2	0.2	0.09	0.09
07130	1017	まくわうり 黄肉種 生	40	142	34	90.8	(0.6)	0.8	0.1	(0)	0.1	(7.6) *	(7.4)	7.0	1.0	-	7.8	-	0.5	1	280	6	12	8	0.2	0.1	0.02	0.05
07173	1018	まくわうり 白肉種 生	40	142	34	90.8	(0.6)	0.8	0.1	(0)	0.1	(7.6) *	(7.4)	7.0	1.0	-	7.8	-	0.5	1	280	6	12	8	0.2	0.1	0.02	0.05
07131	1019	マルメロ 生	25	201	48	84.2	-	0.3	(0.1)	0	0.1	(9.5) *	(9.4)	10.0	5.1	0	15.1	-	0.3	1	160	11	7	14	0.1	0.2	0.05	0.02
07132	1020	マンゴー 生	35	289	68	82.0	(0.5)	0.6	(0.1)	(0)	0.1	(13.8)	(13.4)	15.7 *	1.3	-	16.9	-	0.4	1	170	15	12	12	0.2	0.1	0.08	0.10
07179	1021	マンゴー ドライマンゴー	0	1436	339	9.3	2.3	3.1	0.3	(0)	0.7	68.9	66.8	76.6 *	6.4	-	84.9	3.0	2.1	1	1100	37	57	81	0.5	0.6	0.20	0.53
07133	1022	マンゴスチン 生	70	303	71	81.5	-	0.6	-	0	0.2	-	-	16.1 *	1.4	-	17.5	-	0.2	1	100	6	18	12	0.1	0.2	0.07	0.35
07134	1023	メロン 温室メロン 生	50	172	40	87.8	(0.7)	1.1	(0.1)	(0)	0.1	(9.6) *	(9.3)	10.3	0.5	-	10.3	-	0.7	7	340	8	13	21	0.3	0.2	0.05	0.04
07135	1024	メロン 露地メロン 緑肉種 生	45	193	45	87.9	0.6	1.0	(0.1)	0	0.1	9.5	9.2	10.3 *	0.5	-	10.4	-	0.6	6	350	6	12	13	0.2	0.2	0.04	0.02
07174	1025	メロン 露地メロン 赤肉種 生	45	193	45	87.9	(0.6)	1.0	0.1	0	0.1	(9.5)	(9.2)	10.3 *	0.5	-	10.4	-	0.6	6	350	6	12	13	0.2	0.2	0.04	0.02
07136	1026	（もも類）もも 白肉種 生	15	161	38	88.7	0.4	0.6	(0.1)	0	0.1	8.4 *	8.0	8.4	1.3	0.3	10.2	0.4	0.4	1	180	4	7	18	0.1	0.1	0.05	0.04
07184	1027	（もも類）もも 黄肉種 生	15	204	48	85.4	0.4	0.5	Tr	-	0.2	11.4	11.0	8.6 *	1.9	2.7	13.4	0.4	0.4	0	210	3	6	21	0.1	0.1	0.06	0.03
07137	1028	（もも類）もも 果実飲料 30%果汁入り飲料（ネクター）	0	196	46	88.0	-	0.2	0	(0)	0.1	(11.8) *	(11.7)	11.3	0.4	-	11.6	-	0.1	3	35	2	2	4	0.2	Tr	0.01	0.02
07138	1029	（もも類）もも 缶詰 白肉種 果肉	0	349	82	78.5	(0.3)	0.5	(0.1)	(0)	0.1	(16.6)	(16.3)	19.4 *	1.4	-	20.6	-	0.3	4	80	3	4	9	0.2	0.2	0.04	0.03
07175	1030	（もも類）もも 缶詰 黄肉種 果肉	0	350	83	78.5	(0.4)	0.5	-	(0)	0.1	(16.6)	(16.3)	19.3 *	1.4	-	20.6	-	0.3	4	80	3	4	9	0.2	0.2	0.04	0.03
07139	1031	（もも類）もも 缶詰 液汁	0	343	81	79.5	-	0.3	-	(0)	0.1	-	-	19.5 *	0.3	-	19.8	-	0.3	4	80	2	4	7	0.2	0.1	0.04	0.03
07140	1032	（もも類）ネクタリン 生	15	164	39	87.8	(0.4)	0.7	(0.2)	(0)	0.3	(8.0) *	(7.7)	8.7	1.7	0.6	10.7	-	0.5	1	210	5	10	16	0.2	0.1	0.08	0.06
07141	1033	やももも 生	10	198	47	87.8	-	0.5	-	0	0.2	-	-	10.2 *	1.1	-	11.3	-	0.2	4	120	4	7	5	0.4	0.1	0.03	0.22

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)				(…… μg ……)			mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
07118	1007	ぶどう 果実飲料 ストレートジュース	0	0	9	3	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	-	0.02	0.01	0.1	(0.1)	0.05	(0)	1	0.06	1.9	Tr	-	0	ポリフェノール： 0.2 g (100 g：98mL、100 mL：103g)
07119	1008	ぶどう 果実飲料 濃縮還元ジュース	Tr	0	1	1	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	-	0.02	Tr	0.2	(0.2)	0.06	(0)	1	0.04	1.7	Tr	-	0	ポリフェノール： 0.1 g (100 g：98mL、100 mL：103g)
07120	1009	ぶどう 果実飲料 70%果汁入り飲料	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	Tr	0	Tr	(0)	0.05	(0)	Tr	0	-	0	-	0	ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07121	1010	ぶどう 果実飲料 10%果汁入り飲料	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	0.01	(0)	Tr	0	-	0	-	0	ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07122	1011	ぶどう 缶詰	-	-	-	-	0	-	-	-	10	1	(0)	0.2	0	0.1	0	-	0.02	0.01	0.1	(0.1)	0.03	(0)	2	0	-	0	-	0	試料： ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 37 %）
07123	1012	ぶどう ジャム	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.2	0	0.2	0	-	0.02	0.01	0.1	(0.1)	0.04	(0)	2	0.11	-	0	-	0	ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：80mL、100 mL：125g)
07124	1013	ブルーベリー 生	0	0	Tr	1	(0)	0	55	0	55	5	(0)	1.7	Tr	0.6	Tr	15	0.03	0.03	0.2	(0.2)	0.05	0	12	0.12	1.1	9	-	0	試料： ハイブッシュブルーベリー 果実全体
07125	1014	ブルーベリー ジャム	-	-	-	-	(0)	0	26	0	26	2	(0)	1.9	Tr	1.2	0	23	0.03	0.02	0.4	(0.4)	0.04	0	3	0.11	-	3	-	0	試料： ハイブッシュブルーベリー (100 g：80mL、100 mL：125g)
07172	1015	ブルーベリー、乾	(0)	(0)	(2)	(4)	(0)	10	72	8	81	7	(0)	5.1	0.1	1.9	0.1	89	0.12	0.10	1.5	(1.7)	0.20	(0)	13	0.26	-	Tr	-	0	ドライフルーツ 試料： 有機栽培品含む
07128	1016	ホワイトサポテ 生	-	-	-	-	(0)	0	13	0	13	1	(0)	0.4	0	0	0	-	0.05	0.05	0.6	(1.4)	0.06	0	36	0.22	-	18	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07130	1017	まくわうり 黄肉種 生	-	-	-	-	(0)	68	140	4	180	15	(0)	0.1	0	0.3	0	-	0.03	0.03	0.8	(0.8)	0.06	(0)	50	0.16	-	30	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07173	1018	まくわうり 白肉種 生	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.1	0	0.3	0	-	0.03	0.03	0.8	(0.8)	0.06	(0)	50	0.16	-	30	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07131	1019	マルメロ 生	-	-	-	-	(0)	0	26	51	51	4	(0)	1.0	Tr	0	0	-	0.02	0.02	0.2	0.3	0.05	0	12	0.25	-	18	-	0	廃棄部位： 果皮及び果しん
07132	1020	マンゴー 生	0	0	0	0	(0)	0	610	9	610	51	(0)	1.8	Tr	0.1	0	3	0.04	0.06	0.7	(0.9)	0.13	(0)	84	0.22	0.8	20	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07179	1021	マンゴー ドライマンゴー	2	2	1	2	(0)	15	5900	280	6100	500	(0)	6.8	0.2	0.1	0	16	0.27	0.21	3.4	4.0	0.43	(0)	260	0.46	5.3	69	-	0	
07133	1022	マンゴスチン 生	0	1	0	0	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.6	0.1	0.1	0.1	-	0.11	0.03	0.5	0.6	0.04	0	20	0.33	0.6	3	-	0	試料： 冷凍品 廃棄部位： 果皮及び種子
07134	1023	メロン 温室メロン 生	0	2	1	4	(0)	0	32	3	33	3	(0)	0.2	0	0.1	0	3	0.06	0.02	0.5	(0.6)	0.10	(0)	32	0.19	0.9	18	-	0	試料： アールス系（緑肉種） 廃棄部位： 果皮及び種子
07135	1024	メロン 露地メロン 緑肉種 生	0	1	0	2	(0)	6	140	0	140	12	(0)	0.2	0	0.1	0	3	0.05	0.02	0.8	0.9	0.11	(0)	24	0.16	0.9	25	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07174	1025	メロン 露地メロン 赤肉種 生	0	1	0	2	(0)	16	3600	0	3600	300	(0)	0.2	0	0.1	0	3	0.05	0.02	0.8	(0.9)	0.11	(0)	24	0.16	0.9	25	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07136	1026	（もも類）もも 白肉種 生	0	0	0	1	(0)	0	0	9	5	Tr	(0)	0.7	0	0	0	1	0.01	0.01	0.6	0.6	0.02	(0)	5	0.13	0.3	8	-	0	別名： 毛桃 試料： 白肉種 廃棄部位： 果皮及び核
07184	1027	（もも類）もも 黄肉種 生	0	0	0	2	-	1	140	130	210	17	-	1.3	0	Tr	0	1	0.02	0.02	0.7	0.7	0.01	0	8	0.15	0.2	6	-	0	廃棄部位： 果皮及び核 食物繊維：AOAC2011.25法 タンニン：Tr ポリフェノール：0.1 g
07137	1028	（もも類）もも 果実飲料 30%果汁入り飲料（ネクター）	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0.4	0	0	0	1	Tr	0.01	0.2	0.2	Tr	(0)	2	0.10	-	2	-	0	別名： 毛桃 果肉（ピューレー）分： 30 % ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：103mL、100 mL：97g)
07138	1029	（もも類）もも 缶詰 白肉種 果肉	-	-	-	-	(0)	0	Tr	0	Tr	(0)	(0)	1.2	0	0	0	3	0.01	0.02	0.3	(0.3)	0.01	(0)	4	0.07	-	2	-	0	別名： 毛桃 試料 ： ヘビーシラップ漬 内容総量に対する果肉分： 60 % ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07175	1030	（もも類）もも 缶詰 黄肉種 果肉	-	-	-	-	(0)	0	160	97	210	17	(0)	1.2	0	0	0	3	0.01	0.02	0.3	(0.4)	0.01	(0)	4	0.07	-	2	-	0	別名： 毛桃 内容総量に対する果肉分： 60 % ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07139	1031	（もも類）もも 缶詰 液汁	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0	0	0	0	-	0.01	0.01	0.3	0.4	0.01	(0)	3	0	-	2	-	0	別名： 毛桃 内容総量に対する液汁分： 40 % ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07140	1032	（もも類）ネクタリン 生	-	-	-	-	(0)	0	150	180	240	20	(0)	1.4	0	0	0	2	0.02	0.03	0.7	(0.8)	0.01	(0)	12	0.20	-	10	-	0	別名： 油桃 廃棄部位： 果皮及び核
07141	1033	やももも 生	-	-	-	-	(0)	0	18	2	19	2	(0)	0.3	0	0	0	-	0.04	0.03	0.3	0.4	0.05	0	26	0.21	-	4	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 種子

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
07144	1034	ライチー 生	30	261	61	82.1	(0.6)	1.0	(0.1)	0	0.1	(15.0) *	(14.9)	15.9	0.9	-	16.4	-	0.4	Tr	170	2	13	22	0.2	0.2	0.14	0.17
07146	1035	ラズベリー 生	0	150	36	88.2	-	1.1	-	0	0.1	(5.6) *	(5.6)	5.4	4.7	0.1	10.2	-	0.4	1	150	22	21	29	0.7	0.4	0.12	0.50
07147	1036	りゅうがん 乾	60	1314	310	19.4	(3.2)	5.1	(0.3)	(0)	0.4	-	-	72.1 *	2.8	-	72.9	-	2.2	2	1000	30	43	94	1.7	0.7	0.68	0.20
07148	1037	りんご 皮なし 生	15	225	53	84.1	0.1	0.1	Tr	(0)	0.2	12.4 *	12.2	13.0	1.4	0.7	15.5	0.5	0.2	Tr	120	3	3	12	0.1	Tr	0.05	0.02
07176	1038	りんご 皮つき 生	8	238	56	83.1	(0.1)	0.2	(0.1)	(0)	0.3	12.9 *	12.7	13.5	1.9	0.5	16.2	0.4	0.2	Tr	120	4	5	12	0.1	0.1	0.05	0.04
07180	1039	りんご 皮つき 焼き	0	364	86	77.2	-	0.2	-	(0)	0.4	17.3	17.0	18.8 *	2.5	-	21.9	0.6	0.3	1	170	5	7	17	0.1	0.1	0.07	0.05
07149	1040	りんご 果実飲料 ストレートジュース	0	182	43	87.7	-	0.2	Tr	(0)	0.1	10.8 *	10.7	11.4	Tr	0.4	11.8	-	0.2	3	77	2	3	6	0.4	Tr	0.03	0.03
07150	1041	りんご 果実飲料 濃縮還元ジュース	0	200	47	88.1	-	0.1	(0.1)	(0)	0.2	(10.4)	(10.3)	11.5 *	Tr	-	11.4	-	0.2	6	110	3	4	9	0.1	Tr	0.02	0.04
07151	1042	りんご 果実飲料 50%果汁入り飲料	0	197	46	88.3	-	0.1	Tr	(0)	Tr	-	-	11.5 *	0	-	11.5	-	0.1	2	55	2	2	4	0.1	Tr	0.01	0.01
07152	1043	りんご 果実飲料 30%果汁入り飲料	0	194	46	88.5	-	Tr	0	(0)	Tr	-	-	11.4 *	0	-	11.4	-	0.1	8	24	2	1	3	Tr	Tr	0.01	0.01
07153	1044	りんご 缶詰	0	346	81	79.4	(0.2)	0.3	Tr	(0)	0.1	-	-	19.9 *	0.4	-	20.1	-	0.1	2	30	4	2	4	0.2	0.1	0.02	0.01
07154	1045	りんご ジャム	0	864	203	46.9	(0.2)	0.2	Tr	(0)	0.1	(53.3) *	(51.0)	52.0	0.8	-	52.7	-	0.1	7	33	6	2	4	0	Tr	0.02	0.01
08001	1046	えのきたけ 生	15	144	34	88.6	1.6	2.7	0.1	0	0.2	1.0	0.9	4.8 *	3.9	0.1	7.6	-	0.9	2	340	Tr	15	110	1.1	0.6	0.10	0.07
08002	1047	えのきたけ ゆで	0	141	34	88.6	(1.6)	2.8	(0.1)	(0)	0.1	(1.0)	(0.9)	4.4 *	4.5	0.1	7.8	-	0.7	2	270	Tr	11	110	1.0	0.6	0.06	0.05
08037	1048	えのきたけ 油いため	0	296	71	83.3	(1.7)	3.0	(3.7)	(0)	3.9	(1.1)	(1.1)	5.5 *	4.6	0.2	8.8	-	1.0	3	380	Tr	16	120	1.2	0.6	0.11	0.08
08003	1049	えのきたけ 味付け瓶詰	0	320	76	74.1	2.4	3.6	(0.2)	(0)	0.3	10.3	9.9	14.2 *	4.1	0	16.9	-	5.1	1700	320	10	26	150	0.8	0.6	0.08	0.24
08054	1050	（きくらげ類）あらげきくらげ 生	4	57	14	93.6	0.5	0.7	0.1	0	0.1	0.1 *	0.1	0.1	5.6	-	5.4	-	0.2	7	59	10	9	16	0.1	0.1	0.01	0.02
08004	1051	（きくらげ類）あらげきくらげ 乾	0	743	184	13.1	4.5	6.9	0.4	(0)	0.7	0.9 *	0.9	0.2	79.5	0	77.0	-	2.2	46	630	82	110	110	10.0	0.8	0.18	1.15
08005	1052	（きくらげ類）あらげきくらげ ゆで	0	152	38	82.3	(0.8)	1.2	(0.1)	(0)	0.1	(0.4) *	(0.4)	0.3	16.3	-	16.1	-	0.3	10	75	35	24	11	1.7	0.1	0.04	0.20
08038	1053	（きくらげ類）あらげきくらげ 油いため	0	448	110	64.2	(1.5)	2.3	(5.0)	(0)	5.2	(0.7) *	(0.6)	0.2	28.6	-	27.8	-	0.6	11	130	29	37	18	4.3	0.3	0.06	0.33
08006	1054	（きくらげ類）きくらげ 乾	0	888	216	14.9	5.3	7.9	1.3	0	2.1	2.7	2.6	17.1 *	57.4	0	71.1	-	4.0	59	1000	310	210	230	35.0	2.1	0.31	6.18
08007	1055	（きくらげ類）きくらげ ゆで	0	56	14	93.8	(0.4)	0.6	(0.1)	(0)	0.2	(0.2) *	(0.2)	0.3	5.2	0	5.2	-	0.2	9	37	25	27	10	0.7	0.2	0.03	0.53
08008	1056	（きくらげ類）しろきくらげ 乾	0	686	170	14.6	3.4	4.9	0.5	(0)	0.7	3.6 *	3.4	7.2	68.7	0.3	74.5	-	5.3	28	1400	240	67	260	4.4	3.6	0.10	0.18
08009	1057	（きくらげ類）しろきくらげ ゆで	0	61	15	92.6	(0.3)	0.4	-	(0)	Tr	(0.3) *	(0.3)	0.4	6.4	Tr	6.7	-	0.3	2	79	27	8	11	0.2	0.3	0.01	0.01
08010	1058	くろあわびたけ 生	10	116	28	90.2	(2.3)	3.7	(0.2)	(0)	0.4	1.3	1.3	2.2 *	4.1	0.3	4.9	-	0.8	3	300	2	18	100	0.5	0.7	0.15	0.07
08039	1059	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 生	20	102	25	89.6	2.0	3.1	0.2	0	0.3	0.7 *	0.7	1.3	4.9	1.2	6.4	0.2	0.6	1	290	1	14	87	0.4	0.9	0.10	0.21
08040	1060	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 ゆで	0	89	22	91.5	(1.6)	2.5	(0.3)	(0)	0.4	(0.6) *	(0.6)	0.7	4.4	0.9	5.1	0.2	0.5	1	200	1	11	65	0.3	0.8	0.06	0.16

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																						備考
			可食部 100 g 当たり																										
							ビタミンA						ビタミンE																
								カロテン																					
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
07144	1034	ライチー 生	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	Tr	0.02	0.06	1.0	(1.0)	0.09	0	100	0	-	36	-	0	試料： 冷凍品 別名： れいし 廃棄部位： 果皮及び種子
07146	1035	ラズベリー 生	-	-	-	-	(0)	19	10	0	19	2	(0)	0.8	0.1	1.9	1.6	6	0.02	0.04	0.6	0.8	0.07	0	38	0.43	-	22	-	0	別名： レッドラズベリー、西洋きいちご 果実全体
07147	1036	りゅうがん 乾	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	(0)	0.1	Tr	0.4	0	-	0.03	0.74	2.5	(2.5)	0.20	(0)	20	0	-	0	-	0	廃棄部位： 果皮及び種子
07148	1037	りんご 皮なし 生	0	0	1	0	(0)	0	12	7	15	1	(0)	0.1	0	0	0	#VALUE!	0.02	Tr	0.1	0.1	0.04	(0)	2	0.03	0.5	4	-	0	廃棄部位： 果皮及び果しん部
07176	1038	りんご 皮つき 生	0	0	0	1	(0)	0	22	10	27	2	(0)	0.4	0	0	0	2	0.02	0.01	0.1	(0.1)	0.04	(0)	3	0.05	0.7	6	-	0	廃棄部位： 果しん部
07180	1039	りんご 皮つき 焼き	1	0	Tr	1	(0)	0	32	14	39	3	(0)	0.7	0	0	0	3	0.03	0.01	0.1	(0.2)	0.06	(0)	4	0.05	0.9	7	-	0	果しん部を除いたもの
07149	1040	りんご 果実飲料 ストレートジュース	0	0	1	Tr	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	-	0.01	0.01	0.1	0.1	0.03	(0)	3	0.21	0.5	3	-	0	(100 g：98mL、100 mL：103g)
07150	1041	りんご 果実飲料 濃縮還元ジュース	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.1	0	0	0	-	Tr	Tr	0.1	0.1	0.02	(0)	2	0.11	-	1	-	0	(100 g：98mL、100 mL：103g)
07151	1042	りんご 果実飲料 50%果汁入り飲料	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	Tr	0	0	0	-	0	0	0	Tr	0.01	(0)	1	0	-	Tr	-	0	ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07152	1043	りんご 果実飲料 30%果汁入り飲料	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	0	0	0	0	-	0	0	0	0	0.01	(0)	0	0	-	Tr	-	0	ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07153	1044	りんご 缶詰	-	-	-	-	0	-	-	-	9	1	(0)	0.1	0	0	0	-	0.01	0.01	0.1	(0.2)	0.01	(0)	3	0	-	Tr	-	0	試料： ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 50 %） ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
07154	1045	りんご ジャム	1	0	2	Tr	(0)	0	4	0	4	Tr	(0)	0.1	0	0	0	-	0.01	0	0	(Tr)	0.03	(0)	1	0	0.3	Tr	-	0	ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり (100 g：80mL、100 mL：125g)
08001	1046	えのきたけ 生	0	1	0	Tr	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.9	0	0	0	0	0	0.24	0.17	6.8	7.4	0.12	(0)	75	1.40	11.0	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08002	1047	えのきたけ ゆで	(0)	2	(0)	Tr	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.8	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.19	0.13	3.7	(4.3)	0.09	(0)	30	0.96	11.0	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08037	1048	えのきたけ 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.8	(0.6)	(Tr)	(1.2)	(Tr)	(4)	0.26	0.18	7.2	(7.8)	0.10	(0)	47	1.47	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08003	1049	えのきたけ 味付け瓶詰	-	3	-	6	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.26	0.17	4.4	4.9	0.09	(0)	39	1.04	6.9	0	-	4.3	別名： なめたけ 試料： 栽培品 液汁を除いたもの ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
08054	1050	（きくらげ類）あらげきくらげ 生	Tr	1	1	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0.05	0.4	0.6	0.01	Tr	5	0.10	1.9	0	-	Tr	別名： 裏白きくらげ 試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08004	1051	（きくらげ類）あらげきくらげ 乾	25	10	4	10	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	130.0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.01	0.44	1.7	3.9	0.08	(0)	15	0.61	21.0	(0)	-	0.1	別名： 裏白きくらげ 試料： 栽培品
08005	1052	（きくらげ類）あらげきくらげ ゆで	1	2	1	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	25.0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0.07	0.1	(0.5)	0.01	(0)	1	0	1.2	(0)	-	0	試料： 栽培品
08038	1053	（きくらげ類）あらげきくらげ 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	38.0	(0.8)	(Tr)	(1.6)	(Tr)	(6)	0	0.11	0.1	(0.9)	0.02	(0)	4	0.06	-	0	-	Tr	水戻し後、油いため 試料： 栽培品 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08006	1054	（きくらげ類）きくらげ 乾	7	9	27	6	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	85.0	0	0	0	0	0	0.19	0.87	3.2	5.5	0.10	(0)	87	1.14	27.0	0	-	0.1	試料： 栽培品
08007	1055	（きくらげ類）きくらげ ゆで	0	Tr	2	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	8.8	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.01	0.06	Tr	(0.2)	0.01	(0)	2	0	1.3	0	-	0	試料： 栽培品
08008	1056	（きくらげ類）しろきくらげ 乾	0	1	7	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	15.0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.12	0.70	2.2	3.7	0.10	(0)	76	1.37	87.0	0	-	0.1	試料： 栽培品
08009	1057	（きくらげ類）しろきくらげ ゆで	0	0	0	0	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	1.2	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0.05	Tr	(0.1)	0.01	(0)	1	0	4.4	0	-	0	試料： 栽培品
08010	1058	くろあわびたけ 生	0	3	Tr	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.3	0	0	0	0	0	0.21	0.22	2.9	(3.6)	0.09	(0)	65	1.32	10	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08039	1059	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 生	0	5	1	4	0	0	0	0	0	0	0.3	0	0	0	0	0	0.13	0.21	3.4	4.0	0.21	0	49	1.21	7.6	0	-	0	試料：栽培品、廃棄部位： 柄全体 食物繊維：AOAC2011.25法 廃棄率： 柄の基部 （いしづき）のみを除いた場合5 %
08040	1060	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.5	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.08	0.11	2.0	(2.5)	0.12	(0)	14	0.71	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄全体を除いた傘のみ

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
										脂肪酸の			利用可能炭水化物						差引き法による												
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
08041	1061	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 油いため	0	267	65	84.7	(2.0)	3.3	(3.8)	(0)	4.1	(0.8)	(0.7)	2.5 *	4.7	1.3	7.3	0.3	0.7	1	300	2	16	92	0.4	1.0	0.09	0.24
08057	1062	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 天ぷら	0	837	201	64.1	-	3.4	13.7	-	14.0	14.4 *	13.1	12.8	4.4	0.8	17.8	0.2	0.6	32	230	40	13	84	0.3	0.7	0.08	0.25
08042	1063	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 生	20	141	34	88.3	1.9	3.1	0.2	(0)	0.4	0.8	0.7	3.2 *	5.5	-	7.6	0.2	0.7	1	270	2	16	61	0.4	0.7	0.06	0.27
08043	1064	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 ゆで	0	111	27	90.8	(1.5)	2.4	(0.3)	(0)	0.4	(0.6)	(0.6)	2.1 *	4.8	-	5.9	0.2	0.4	Tr	170	1	10	45	0.2	0.5	0.05	0.19
08044	1065	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 油いため	0	349	84	81.3	(2.3)	3.8	(5.1)	(Tr)	5.4	(0.9)	(0.9)	3.9 *	6.4	-	8.8	0.3	0.7	1	330	2	18	75	0.4	0.7	0.08	0.32
08013	1066	しいたけ 乾しいたけ 乾	20	1072	258	9.1	14.1	21.2	(1.7)	0	2.8	11.8	11.2	22.1 *	46.7	-	62.5	1.9	4.4	14	2200	12	100	290	3.2	2.7	0.60	0.96
08014	1067	しいたけ 乾しいたけ ゆで	0	168	40	86.2	(2.0)	3.1	(0.2)	-	0.3	(1.8)	(1.7)	4.1 *	6.7	-	9.9	0.3	0.5	3	200	4	9	38	0.5	0.3	0.07	0.12
08053	1068	しいたけ 乾しいたけ 甘煮	0	490	116	64.7	2.4	3.3	-	0	0.4	15.8	15.2	21.1 *	6.7	2.0	28.9	Tr	2.7	1000	90	13	14	44	0.7	0.9	0.09	0.25
08015	1069	（しめじ類） はたけしめじ 生	15	105	25	92.0	-	2.6	-	(0)	0.3	-	-	1.7 *	2.7	-	4.5	-	0.7	4	260	1	8	64	0.6	0.4	0.13	0.14
08045	1070	（しめじ類） はたけしめじ ゆで	0	103	25	91.3	-	2.6	-	(0)	0.3	-	-	0.5 *	4.6	-	5.1	-	0.6	3	200	1	8	61	0.5	0.4	0.13	0.13
08016	1071	（しめじ類） ぶなしめじ 生	10	90	22	91.1	1.6	2.7	0.2	0	0.5	1.4 *	1.3	2.0	3.5	0.4	4.8	0.3	0.9	2	370	1	11	96	0.5	0.5	0.06	0.16
08017	1072	（しめじ類） ぶなしめじ ゆで	0	92	22	91.1	(1.6)	2.7	(0.1)	(0)	0.2	(1.3) *	(1.3)	1.6	4.2	0.4	5.2	0.3	0.7	2	280	2	9	90	0.4	0.6	0.05	0.16
08046	1073	（しめじ類） ぶなしめじ 油いため	0	273	66	85.9	(1.7)	3.0	(4.9)	(0)	5.5	(1.4) *	(1.3)	1.6	4.3	0.5	4.8	0.3	0.8	2	420	1	12	110	0.6	0.6	0.06	0.18
08055	1074	（しめじ類） ぶなしめじ 素揚げ	0	693	168	70.5	2.4	3.9	13.9	0.6	14.3	2.2	2.1	4.7 *	6.2	0.7	10.1	0.4	1.2	2	570	1	15	130	1.1	0.8	0.07	0.24
08056	1075	（しめじ類） ぶなしめじ 天ぷら	0	1034	248	55.5	2.5	3.4	16.5	1.1	17.1	21.0 *	19.2	19.4	4.8	0.2	23.2	0.2	0.8	46	230	58	10	78	0.5	0.3	0.05	0.21
08018	1076	（しめじ類） ほんしめじ 生	20	88	21	93.6	-	2.5	-	(0)	0.4	-	-	0.9 *	1.9	-	2.8	-	0.6	1	310	2	8	76	0.6	0.7	0.32	0.18
08047	1077	（しめじ類） ほんしめじ ゆで	0	109	26	92.1	-	2.8	-	(0)	0.6	-	-	0.8 *	3.3	-	4.1	-	0.5	1	210	2	8	67	0.6	0.9	0.29	0.17
08019	1078	たもぎたけ 生	15	97	23	91.7	(2.2)	3.6	(0.1)	(0)	0.3	0.4	0.4	1.6 *	3.3	0.4	3.7	-	0.7	1	190	2	11	85	0.8	0.6	0.32	0.06

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
08041	1061	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.5	(0.6)	(Tr)	(1.2)	(Tr)	(4)	0.16	0.18	3.3	(4.0)	0.18	(0)	20	1.28	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄全体を除いた傘のみ 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08057	1062	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 天ぷら	0	4	1	5	-	-	15	-	15	1	0.3	2.4	Tr	5.3	0.1	17	0.11	0.18	2.4	2.9	0.13	0	12	0.94	5.2	0	-	0.1	試料： 栽培品 柄全体を除いた傘のみ 植物油（なたね油） 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照 食物繊維：AOAC2011.25法
08042	1063	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 生	0	1	Tr	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.4	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.13	0.22	3.4	4.0	0.19	(0)	75	0.95	7.7	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄全体 廃棄率： 柄の基部（いしづき）のみを除いた場合5 %
08043	1064	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.4	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.06	0.12	2.0	(2.5)	0.10	(0)	25	0.56	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄全体を除いた傘のみ
08044	1065	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.5	(0.8)	(Tr)	(1.6)	0.1	(6)	0.14	0.26	4.4	(5.2)	0.18	(0)	51	1.15	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄全体を除いた傘のみ 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08013	1066	しいたけ 乾しいたけ 乾	4	5	5	3	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	17.0	0	0	0	0	0	0.48	1.74	19.0	23.0	0.49	-	270	8.77	41.0	20	-	Tr	どんこ、こうしんを含む 試料： 栽培品 廃棄部位： 柄全体
08014	1067	しいたけ 乾しいたけ ゆで	0	1	2	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	1.4	-	-	-	-	-	0.05	0.26	2.0	(2.6)	0.07	-	35	0.86	7.0	-	-	0	どんこ、こうしんを含む 試料： 栽培品 柄全体を除いた傘のみ
08053	1068	しいたけ 乾しいたけ 甘煮	2	3	4	10	0	0	0	0	0	0	0.2	0	0	0	0	0	0.01	0.06	0.6	1.1	0.04	Tr	11	0.10	5.5	4	-	2.6	
08015	1069	（しめじ類） はたけしめじ 生	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.9	0	0	0	0	(0)	0.12	0.44	5.3	5.7	0.11	(0)	20	2.08	-	0	-	0	試料： 栽培品及び天然物 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08045	1070	（しめじ類） はたけしめじ ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1.1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.08	0.28	3.6	4.0	0.07	(0)	6	1.53	-	0	-	0	試料： 栽培品及び天然物 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08016	1071	（しめじ類） ぶなしめじ 生	1	2	0	6	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.5	0	0	0	0	0	0.15	0.17	6.1	6.4	0.09	0.1	29	0.81	8.7	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき） 食物繊維：AOAC2011.25法
08017	1072	（しめじ類） ぶなしめじ ゆで	0	2	0	3	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.9	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.12	0.10	4.2	(4.6)	0.06	(0)	24	1.07	7.3	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 食物繊維：AOAC2011.25法
08046	1073	（しめじ類） ぶなしめじ 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.5	(0.6)	(Tr)	(1.2)	(Tr)	(5)	0.17	0.19	6.5	(6.8)	0.09	(0)	28	0.73	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 食物繊維：AOAC2011.25法
08055	1074	（しめじ類） ぶなしめじ 素揚げ	0	3	Tr	9	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.4	2.8	Tr	6.4	0.2	28	0.20	0.26	7.0	7.8	0.11	Tr	30	1.19	11.0	(0)	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 植物油（なたね油） 増加した脂質量： 第1章表13参照 食物繊維：AOAC2011.25法
08056	1075	（しめじ類） ぶなしめじ 天ぷら	1	1	Tr	5	0	0	24	0	24	2	0.2	3.0	0.1	6.8	0.2	27	0.09	0.18	3.0	3.6	0.06	0	13	0.42	4.2	-	-	0.1	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照 食物繊維：AOAC2011.25法
08018	1076	（しめじ類） ほんしめじ 生	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.6	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.07	0.28	5.1	5.5	0.19	(0)	24	1.59	-	0	-	0	別名： だいこくしめじ 試料： 栽培品及び天然物 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08047	1077	（しめじ類） ほんしめじ ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1.2	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.06	0.17	3.7	4.2	0.11	(0)	11	1.11	-	0	-	0	試料： 栽培品及び天然物 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08019	1078	たもぎたけ 生	1	4	0	Tr	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.8	0	0	0	0	0	0.17	0.33	12.0	(13.0)	0.12	(0)	80	1.32	23.0	0	-	0	別名： にれたけ、たもきのこ 試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	可食部100g当たり 廃棄率	エネルギー kJ	エネルギー kcal	水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 脂肪酸のコレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
08020	1079	なめこ 株採り 生	20	89	21	92.1	1.0	1.8	0.1	1.0	0.2	2.5 *	2.4	2.8	3.4	Tr	5.4	-	0.5	3	240	4	10	68	0.7	0.5	0.11	0.06
08021	1080	なめこ 株採り ゆで	0	92	22	92.7	(0.9)	1.6	(0.1)	(0)	0.1	(2.3)	(2.2)	3.0 *	2.8	Tr	5.1	-	0.5	3	210	4	10	56	0.6	0.5	0.12	0.06
08058	1081	なめこ カットなめこ 生	0	60	14	94.9	0.7	1.1	0.1	-	0.1	1.8 *	1.8	2.0	1.9	0.1	3.6	-	0.3	3	130	2	6	36	0.5	0.4	0.04	0.04
08022	1082	なめこ 水煮缶詰	0	55	13	95.5	(0.6)	1.0	(0.1)	(0)	0.1	(1.4) *	(1.4)	1.2	2.5	Tr	3.2	-	0.2	8	100	3	5	39	0.8	0.5	0.04	0.08
08023	1083	ぬめりすぎたけ 生	8	97	23	92.6	(1.3)	2.3	(0.2)	(0)	0.4	2.0	1.9	2.7 *	2.5	Tr	4.1	-	0.6	1	260	1	9	65	0.6	0.4	0.19	0.05
08024	1084	（ひらたけ類）うすひらたけ 生	8	156	37	88.0	(3.7)	6.1	(0.1)	(0)	0.2	1.6	1.5	3.5 *	3.8	0	4.8	-	0.9	1	220	2	15	110	0.6	0.9	0.15	0.11
08025	1085	（ひらたけ類）エリンギ 生	6	128	31	90.2	1.7	2.8	0.2	(0)	0.4	3.0	2.9	3.7 *	3.4	-	6.0	-	0.7	2	340	Tr	12	89	0.3	0.6	0.10	0.06
08048	1086	（ひらたけ類）エリンギ ゆで	0	134	32	89.3	(2.0)	3.2	(0.3)	(0)	0.5	(3.3) *	(3.1)	3.0	4.8	-	6.5	-	0.5	2	260	Tr	10	88	0.3	0.7	0.09	0.06
08049	1087	（ひらたけ類）エリンギ 焼き	0	170	41	85.3	(2.6)	4.2	(0.3)	(0)	0.5	(4.5) *	(4.3)	5.5	5.4	-	9.1	-	1.0	3	500	Tr	17	130	0.4	0.9	0.15	0.11
08050	1088	（ひらたけ類）エリンギ 油いため	0	286	69	84.2	(2.0)	3.2	(3.5)	(0)	3.7	(3.8)	(3.7)	5.3 *	4.2	-	8.1	-	0.8	3	380	Tr	13	100	0.3	0.7	0.11	0.07
08026	1089	（ひらたけ類）ひらたけ 生	8	143	34	89.4	2.1	3.3	0.1	(0)	0.3	1.3	1.3	4.8 *	2.6	0.2	6.2	-	0.8	2	340	1	15	100	0.7	1.0	0.15	0.16
08027	1090	（ひらたけ類）ひらたけ ゆで	0	139	33	89.1	(2.1)	3.4	(0.1)	(0)	0.2	(1.4)	(1.3)	4.1 *	3.7	0.2	6.6	-	0.7	2	260	1	10	86	0.7	1.4	0.11	0.15
08028	1091	まいたけ 生	10	89	22	92.7	1.2	2.0	0.3	(0)	0.5	0.3	0.3	1.8 *	3.5	-	4.4	-	0.6	0	230	Tr	10	54	0.2	0.7	0.22	0.04
08029	1092	まいたけ ゆで	0	113	27	91.1	(0.9)	1.6	(0.3)	(0)	0.5	(0.4)	(0.3)	3.0 *	4.3	-	6.4	-	0.3	0	110	Tr	8	36	0.2	0.6	0.14	0.03
08051	1093	まいたけ 油いため	0	276	67	85.5	1.7	2.6	4.1	(0.1)	4.4	(0.4)	(0.4)	3.3 *	4.7	-	6.8	-	0.7	0	300	Tr	13	72	0.2	0.8	0.27	0.06
08030	1094	まいたけ 乾	0	1137	273	9.3	(12.8)	21.9	(2.4)	(0)	3.9	(3.6)	(3.4)	29.5 *	40.9	-	59.9	-	5.0	3	2500	2	100	700	2.6	6.9	1.78	0.47
08031	1095	マッシュルーム 生	5	61	15	93.9	1.7	2.9	0.1	0	0.3	0.1 *	0.1	0.2	2.0	1.3	2.1	-	0.8	6	350	3	10	100	0.3	0.4	0.32	0.04
08032	1096	マッシュルーム ゆで	0	82	20	91.5	(2.2)	3.8	(0.1)	(0)	0.2	(0.2) *	(0.2)	0.3	3.3	1.8	3.7	-	0.8	6	310	4	11	99	0.3	0.6	0.36	0.05
08052	1097	マッシュルーム 油いため	0	236	57	86.4	(2.1)	3.6	(4.2)	(0)	4.5	(0.2) *	(0.2)	0.9	3.4	2.0	4.5	-	1.0	8	450	4	12	120	0.4	0.5	0.40	0.05
08033	1098	マッシュルーム 水煮缶詰	0	76	18	92.0	(1.9)	3.4	(0.1)	(0)	0.2	(0.2) *	(0.2)	0	3.2	1.7	3.3	-	1.1	350	85	8	5	55	0.8	1.0	0.19	0.04
08034	1099	まつたけ 生	3	132	32	88.3	1.2	2.0	0.2	(0)	0.6	1.6	1.5	3.4 *	4.7	1.4	8.2	-	0.9	2	410	6	8	40	1.3	0.8	0.24	0.12

食品番号	索引番号	食品名	可食部100g当たり 無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
08020	1079	なめこ 株採り 生	Tr	2	Tr	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0.07	0.12	5.3	5.5	0.05	Tr	60	1.29	7.4	0	-	0	別名： なめたけ 試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき） （柄の基部を除いた市販品の場合： 0 %）
08021	1080	なめこ 株採り ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.06	0.10	4.7	(4.8)	0.04	(0)	67	1.33	-	(0)	-	0	別名： なめたけ 試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08058	1081	なめこ カットなめこ 生	0	1	Tr	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.03	0.08	3.5	3.7	0.04	0.1	57	0.48	4.3	0	-	0	別名： なめたけ 試料： 栽培品
08022	1082	なめこ 水煮缶詰	0	2	1	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.03	0.07	2.1	(2.2)	0.02	(0)	13	0.52	3.3	0	-	0	試料： 栽培品 液汁を除いたもの ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
08023	1083	ぬめりすぎたけ 生	1	2	0	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.4	0	0	0	0	0	0.16	0.34	5.9	(6.1)	0.08	(0)	19	1.77	9.9	1	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08024	1084	（ひらたけ類）うすひらたけ 生	1	7	1	2	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	2.4	0	0	0	0	0	0.30	0.41	6.9	(8.1)	0.23	(0)	100	2.44	26.0	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08025	1085	（ひらたけ類）エリンギ 生	1	2	0	2	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1.2	0	0	0	0	(0)	0.11	0.22	6.1	6.7	0.14	(0)	65	1.16	6.9	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08048	1086	（ひらたけ類）エリンギ ゆで	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	2.6	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.08	0.16	4.2	(5.0)	0.10	(0)	20	1.02	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08049	1087	（ひらたけ類）エリンギ 焼き	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	3.1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.18	0.31	9.1	(10.0)	0.17	(0)	53	1.66	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08050	1088	（ひらたけ類）エリンギ 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1.4	(0.5)	(0)	(1.1)	(Tr)	(4)	0.13	0.24	6.8	(7.5)	0.13	(0)	36	1.31	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08026	1089	（ひらたけ類）ひらたけ 生	0	6	1	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.3	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.40	0.40	11.0	11.0	0.10	(0)	92	2.40	12.0	0	-	0	別名： かんたけ 試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08027	1090	（ひらたけ類）ひらたけ ゆで	(0)	-	0	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.5	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.30	0.27	7.0	(7.6)	0.06	(0)	71	2.36	13.0	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08028	1091	まいたけ 生	0	2	1	1	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	4.9	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.09	0.19	5.0	5.4	0.06	(0)	53	0.56	24.0	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08029	1092	まいたけ ゆで	(0)	3	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	5.9	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.04	0.07	1.8	(2.1)	0.03	(0)	24	0.63	22.0	-	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08051	1093	まいたけ 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	7.7	(0.6)	(Tr)	(1.2)	(Tr)	(5)	0.11	0.21	6.1	6.7	0.07	(0)	57	0.80	-	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08030	1094	まいたけ 乾	1	14	2	9	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	20.0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	1.24	1.92	64.0	(69.0)	0.28	(0)	220	3.67	240.0	(0)	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08031	1095	マッシュルーム 生	1	14	0	2	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.3	0	0	0	0	0	0.06	0.29	3.0	3.6	0.11	(0)	28	1.54	11.0	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
08032	1096	マッシュルーム ゆで	0	11	(0)	2	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.5	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.05	0.28	2.7	(3.5)	0.08	(0)	19	1.43	12.0	0	-	0	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの
08052	1097	マッシュルーム 油いため	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.8	(0.6)	(Tr)	(1.3)	(Tr)	(5)	0.08	0.38	3.8	(4.5)	0.12	(0)	23	1.67	-	0	-	Tr	試料： 栽培品 柄の基部（いしづき）を除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
08033	1098	マッシュルーム 水煮缶詰	1	5	(0)	2	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.4	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.03	0.24	1.0	(1.7)	0.01	(0)	2	0.11	10.0	0	-	0.9	試料： 栽培品 液汁を除いたもの ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
08034	1099	まつたけ 生	3	82	14	1	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.6	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0.10	0.10	8.0	8.3	0.15	(0)	63	1.91	18.0	0	-	0	試料： 天然物 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
										脂肪酸のグリセロール当量			利用可能炭水化物		差引き法による利用可能炭水化物															
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)								(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
08036	1100	やなぎまつたけ 生	10	78	19	92.8	-	2.4	Tr	(0)	0.1	0.7 *	0.7	1.1	3.0	0	4.0	-	0.7	1	360	Tr	13	110	0.5	0.6	0.20	0.08
09001	1101	あおさ 素干し	0	840	201	16.9	16.9	22.1	0.4	1.0	0.6	-	-	18.0 *	29.1	-	41.7	-	18.7	3900	3200	490	3200	160	5.3	1.2	0.80	17.00
09002	1102	あおのり 素干し	0	1035	249	6.5	21.4	29.4	3.3	0.4	5.2	0.2	0.2	15.7 *	35.2	0	41.0	-	17.8	3200	2500	750	1400	390	77.0	1.6	0.58	13.00
09003	1103	あまのり ほしのり	0	1154	276	8.4	30.7	39.4	2.2	21.0	3.7	0.5	0.4	17.7 *	31.2	0	38.7	-	9.8	610	3100	140	340	690	11.0	3.7	0.62	2.51
09004	1104	あまのり 焼きのり	0	1240	297	2.3	32.0	41.4	2.2	22.0	3.7	1.9	1.7	19.2 *	36.0	Tr	44.3	-	8.3	530	2400	280	300	700	11.0	3.6	0.55	3.72
09005	1105	あまのり 味付けのり	0	1262	301	3.4	31.5	40.0	(2.1)	21.0	3.5	14.3	13.5	26.0 *	25.2	0.1	41.8	0.4	11.3	1700	2700	170	290	710	8.2	3.7	0.59	2.35
09006	1106	あらめ 蒸し干し	0	754	183	16.7	(9.9)	12.4	(0.4)	0	0.7	-	-	10.9 *	48.0	-	56.2	-	14.0	2300	3200	790	530	250	3.5	1.1	0.17	0.23
09007	1107	いわのり 素干し	0	949	228	8.4	(26.5)	34.8	(0.4)	30.0	0.7	(0.5)	(0.4)	11.3 *	36.4	0	39.1	-	17.0	2100	4500	86	340	530	48.0	2.3	0.39	1.58
09012	1108	うみぶどう 生	0	24	6	97.0	-	0.5	Tr	0	0.1	-	-	0.5 *	0.8	-	1.2	-	1.2	330	39	34	51	10	0.8	Tr	0.01	0.08
09008	1109	えごのり 素干し	0	734	179	15.2	-	9.0	-	14.0	0.1	-	-	8.9 *	53.3	-	62.2	-	13.5	2400	2300	210	570	110	6.8	2.0	0.31	5.73
09009	1110	えごのり おきうと	0	29	7	96.9	-	0.3	-	1.0	0.1	-	-	0 *	2.5	-	2.5	-	0.2	20	22	19	16	3	0.6	0.1	0.01	0.34
09010	1111	おごのり 塩蔵 塩抜き	0	108	26	89.0	-	1.3	-	11.0	0.1	-	-	1.3 *	7.5	-	8.8	-	0.8	130	1	54	110	14	4.2	0.2	0.03	1.63
09011	1112	かわのり 素干し	0	1024	246	13.7	-	38.1	(1.0)	1.0	1.6	(0.4) *	(0.4)	0.6	41.7	0	41.7	-	4.9	85	500	450	250	730	61.0	5.5	0.60	2.07
09013	1113	（こんぶ類） えながおにこんぶ 素干し	0	940	224	10.4	(8.8)	11.0	0.7	Tr	1.0	-	-	33.3 *	24.9	-	55.7	-	21.9	2400	7300	650	490	340	2.5	1.0	0.07	0.20
09014	1114	（こんぶ類） がごめこんぶ 素干し	0	898	216	8.3	(6.3)	7.9	(0.4)	0	0.5	-	-	29.6 *	34.2	-	62.1	-	21.2	3000	5700	750	660	320	3.3	0.8	0.03	0.22
09015	1115	（こんぶ類） ながこんぶ 素干し	0	853	205	10.0	(6.7)	8.3	(1.1)	0	1.5	-	-	23.7 *	36.8	-	58.5	-	21.7	3000	5200	430	700	320	3.0	0.9	0.19	0.41
09016	1116	（こんぶ類） ほそめこんぶ 素干し	0	945	227	11.3	(5.5)	6.9	(1.3)	0	1.7	-	-	31.8 *	32.9	-	62.9	-	17.2	2400	4000	900	590	140	9.6	1.1	0.06	0.61
09017	1117	（こんぶ類） まこんぶ 素干し 乾	0	703	170	9.5	5.1	5.8	1.0	0	1.3	0.1	0.1	9.7 *	32.1	23.4	64.3	0.1	19.1	2600	6100	780	530	180	3.2	0.9	0.11	0.21
09056	1118	（こんぶ類） まこんぶ 素干し 水煮	0	114	28	83.9	1.0	1.1	0.2	(0)	0.3	Tr *	Tr	0.3	8.7	2.8	11.6	0	3.1	370	890	200	120	24	0.7	0.3	0.03	0.05
09018	1119	（こんぶ類） みついしこんぶ 素干し	0	979	235	9.2	(6.2)	7.7	(1.5)	0	1.9	-	-	31.9 *	34.8	-	64.7	-	16.5	3000	3200	560	670	230	5.1	1.3	0.07	0.21
09019	1120	（こんぶ類） りしりこんぶ 素干し	0	878	211	13.2	(6.4)	8.0	(1.5)	0	2.0	-	-	27.2 *	31.4	-	56.5	-	20.3	2700	5300	760	540	240	2.4	1.0	0.05	0.22
09020	1121	（こんぶ類） 刻み昆布	0	486	119	15.5	(4.3)	5.4	0.2	0	0.5	0.4 *	0.4	0	39.1	12.4	46.0	-	28.4	4300	8200	940	720	300	8.6	1.1	0.07	0.34
09021	1122	（こんぶ類） 削り昆布	0	738	177	24.4	(5.2)	6.5	0.6	0	0.9	-	-	23.6 *	28.2	-	50.2	-	18.0	2100	4800	650	520	190	3.6	1.1	0.08	0.19
09022	1123	（こんぶ類） 塩昆布	0	813	193	24.1	-	16.9	-	0	0.4	-	-	23.9 *	13.1	-	37.0	-	21.6	7100	1800	280	190	170	4.2	0.7	0.04	0.56
09023	1124	（こんぶ類） つくだ煮	0	641	152	49.6	4.7	6.0	0.9	0	1.0	20.6	19.8	25.5 *	6.8	2.1	33.3	1.0	9.5	2900	770	150	98	120	1.3	0.5	0.06	0.46
09024	1125	すいぜんじのり 素干し 水戻し	0	42	10	96.1	-	1.5	-	Tr	Tr	-	-	0 *	2.1	-	2.1	-	0.3	5	12	63	18	7	2.5	0.1	0.02	1.57
09025	1126	てんぐさ 素干し	0	800	194	15.2	-	16.1	-	51.0	1.0	-	-	6.5 *	47.3	-	53.8	-	13.9	1900	3100	230	1100	180	6.0	3.0	0.24	0.63
09026	1127	てんぐさ ところてん	0	8	2	99.1	(0.1)	0.2	-	Tr	0	-	-	0.1 *	0.6	-	0.6	-	0.1	3	2	4	4	1	0.1	Tr	0.01	0.01
09027	1128	てんぐさ 角寒天	0	640	159	20.5	(1.0)	2.4	(0.1)	Tr	0.2	-	-	1.4 *	74.1	-	74.1	-	2.8	130	52	660	100	34	4.5	1.5	0.02	3.19
09028	1129	てんぐさ 寒天	0	12	3	98.5	-	Tr	-	0	Tr	-	-	0 *	1.5	-	1.5	-	Tr	2	1	10	2	1	0.2	Tr	Tr	0.04
09049	1130	てんぐさ 粉寒天	0	641	160	16.7	0.1	0.2	(0.2)	0	0.3	0.1 *	0.1	2.9	79.0	0	81.7	-	1.2	170	30	120	39	39	7.3	0.3	0.04	1.01
09029	1131	とさかのり 赤とさか 塩蔵 塩抜き	0	80	19	92.1	-	1.5	-	9.0	0.1	-	-	1.1 *	4.0	-	5.1	-	1.2	270	37	70	31	11	1.2	0.2	0.02	0.10
09030	1132	とさかのり 青とさか 塩蔵 塩抜き	0	69	17	92.2	-	0.9	-	9.0	0.2	-	-	0.8 *	4.1	-	4.9	-	1.8	320	40	160	220	12	0.8	0.6	0.02	1.47
09050	1133	ひじき ほしひじき ステンレス釜 乾	0	739	180	6.5	7.4	9.2	1.7	0.2	3.2	0.4	0.4	6.8 *	51.8	3.1	58.4	-	22.7	1800	6400	1000	640	93	6.2	1.0	0.14	0.82
09051	1134	ひじき ほしひじき ステンレス釜 ゆで	0	45	11	94.5	0.5	0.7	(0.2)	0	0.3	0 *	0	0.3	3.7	0	3.4	-	0.8	52	160	96	37	2	0.3	0.1	0.01	0.06

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
08036	1100	やなぎまつたけ 生	1	2	0	2	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	0.4	0	0	0	0	0	0.27	0.34	6.1	6.5	0.11	(0)	33	2.61	11.0	0	-	0	試料： 栽培品 廃棄部位： 柄の基部（いしづき）
09001	1101	あおさ 素干し	2200	8	160	23	(0)	300	2500	27	2700	220	(0)	1.1	0	0	0	5	0.07	0.48	10.0	16.0	0.09	1.3	180	0.44	31.0	25	-	9.9	
09002	1102	あおのり 素干し	2700	7	39	18	(0)	2200	20000	81	21000	1700	(0)	2.5	0	0	0	3	0.92	1.66	6.3	14.0	0.50	32.0	270	0.57	71.0	62	-	8.1	
09003	1103	あまのり ほしのり	1400	7	5	93	(0)	8800	38000	1900	43000	3600	(0)	4.3	0	0	0	2600	1.21	2.68	12.0	20.0	0.61	78.0	1200	0.93	41.0	160	-	1.5	すき干ししたもの 別名： のり
09004	1104	あまのり 焼きのり	2100	9	6	220	(0)	4100	25000	980	27000	2300	(0)	4.6	0	0	0	390	0.69	2.33	12.0	20.0	0.59	58.0	1900	1.18	47.0	210	-	1.3	別名： のり
09005	1105	あまのり 味付けのり	-	-	-	-	(0)	5600	29000	1200	32000	2700	(0)	3.7	0	0	0	650	0.61	2.31	12.0	20.0	0.51	58.0	1600	1.28	-	200	-	4.3	別名： のり
09006	1106	あらめ 蒸し干し	-	-	-	-	0	0	2700	33	2700	220	(0)	0.6	0	0	0	260	0.10	0.26	2.3	(4.7)	0.02	0.1	110	0.28	-	(0)	-	5.8	
09007	1107	いわのり 素干し	-	-	-	-	(0)	3600	25000	1900	28000	2300	(0)	4.2	0	0	0	1700	0.57	2.07	5.4	(13.0)	0.38	40.0	1500	0.71	-	3	-	5.3	すき干ししたもの
09012	1108	うみぶどう 生	80	0	Tr	Tr	(0)	98	74	-	120	10	(0)	0.2	0	0	0	35	Tr	0.01	Tr	(0.1)	0	0	4	0	0.1	Tr	-	0.8	別名： くびれずた（和名）、くびれづた
09008	1109	えごのり 素干し	-	-	-	-	(0)	2	7	0	8	1	(0)	0.4	0	0	0	230	0.04	0.29	0.7	2.2	0.03	5.1	44	0.38	-	0	-	6.1	
09009	1110	えごのり おきうと	-	-	-	-	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	Tr	0	0	0	1	0	0.01	0	Tr	0	0.2	7	0	-	0	-	0.1	別名： おきゅうと
09010	1111	おごのり 塩蔵 塩抜き	-	-	-	-	(0)	0	760	54	780	65	(0)	0.1	0	0	0	160	0.02	0.18	0.1	0.3	0	0	3	0	-	0	-	0.3	
09011	1112	かわのり 素干し	-	-	-	-	(0)	2700	5600	92	6900	580	(0)	3.2	0	0	0	4	0.38	2.10	3.0	(11.0)	0.36	5.7	1200	1.20	-	0	-	0.2	すき干ししたもの
09013	1113	（こんぶ類） えながおにこんぶ 素干し	-	-	-	-	0	0	1400	31	1400	120	(0)	0.7	0	0	0	110	0.10	0.25	1.5	(3.6)	0.03	0.1	190	0.27	-	3	-	6.1	別名： らうすこんぶ、おにこんぶ（和名）
09014	1114	（こんぶ類） がごめこんぶ 素干し	-	-	-	-	(0)	0	1200	29	1200	98	(0)	0.6	0	0	0	170	0.21	0.32	1.5	(3.0)	0.03	0	42	0.13	-	0	-	7.6	別名： がごめ（和名）
09015	1115	（こんぶ類） ながこんぶ 素干し	210000	2	5	15	(0)	0	780	0	780	65	(0)	0.3	0	0	0	240	0.19	0.41	2.1	(3.7)	0.02	0.1	38	0.20	16.0	20	-	7.6	
09016	1116	（こんぶ類） ほそめこんぶ 素干し	-	-	-	-	(0)	0	1800	22	1800	150	(0)	1.5	0	0	0	96	0.06	0.28	1.6	(2.9)	0.03	0	310	0.24	-	25	-	6.1	
09017	1117	（こんぶ類） まこんぶ 素干し 乾	200000	2	14	11	(0)	0	1600	43	1600	130	(0)	2.6	0	0	0	110	0.26	0.31	1.3	2.3	0.03	(0)	240	0.35	9.7	29	-	6.6	食物繊維：AOAC2011.25法
09056	1118	（こんぶ類） まこんぶ 素干し 水煮	19000	Tr	2	1	(0)	(0)	360	5	360	30	(0)	0.6	(0)	(0)	(0)	32	0.03	0.03	0.2	0.4	Tr	0	16	0.04	1.8	1	-	0.9	食物繊維：AOAC2011.25法
09018	1119	（こんぶ類） みついしこんぶ 素干し	-	-	-	-	(0)	0	2700	89	2700	230	(0)	1.3	0	0	0	270	0.40	0.60	2.5	(4.0)	0.03	0	310	0.28	-	10	-	7.6	別名： 日高こんぶ
09019	1120	（こんぶ類） りしりこんぶ 素干し	-	-	-	-	(0)	0	850	0	850	71	(0)	1.0	0	0	0	110	0.80	0.35	2.0	(3.5)	0.02	0	170	0.24	-	15	-	6.9	
09020	1121	（こんぶ類） 刻み昆布	230000	2	33	14	(0)	0	61	0	61	5	(0)	0.3	0	0	0	91	0.15	0.33	1.2	(2.2)	0.01	0	17	0.09	12.0	0	-	10.9	
09021	1122	（こんぶ類） 削り昆布	-	-	-	-	(0)	0	760	19	760	64	(0)	0.8	0	0	0	150	0.33	0.28	1.0	(2.2)	0.02	0	32	0.14	-	19	-	5.3	別名： おぼろこんぶ、とろろこんぶ
09022	1123	（こんぶ類） 塩昆布	-	-	-	-	(0)	0	390	0	390	33	(0)	0.4	Tr	0.1	0.1	74	0.04	0.23	0.8	3.6	0.07	0	19	0.33	-	0	-	18.0	
09023	1124	（こんぶ類） つくだ煮	11000	3	6	19	0	0	56	0	56	5	0	0.1	0	0.1	0	310	0.05	0.05	0.6	1.1	0.05	0	15	0.12	4.7	Tr	-	7.4	試料： ごま入り
09024	1125	すいぜんじのり 素干し 水戻し	-	-	-	-	(0)	0	100	18	110	9	(0)	0.1	0	0	0	320	0.02	0.01	Tr	0.3	0.01	0.4	2	0.07	-	0	-	0	
09025	1126	てんぐさ 素干し	-	-	-	-	(0)	130	130	13	200	17	(0)	0.2	0	0	0	730	0.08	0.83	2.2	4.9	0.08	0.5	93	0.29	-	Tr	-	4.8	別名： まくさ（和名）
09026	1127	てんぐさ ところてん	240	Tr	Tr	1	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	Tr	-	0	別名： まくさ（和名）
09027	1128	てんぐさ 角寒天	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.01	0	0.1	(0.2)	Tr	0	0	0.46	-	0	-	0.3	別名： まくさ（和名）、棒寒天 細寒天（糸寒天）を含む
09028	1129	てんぐさ 寒天	21	0	1	0	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	別名： まくさ（和名） 角寒天をゼリー状にしたもの 角寒天2.2 g使用
09049	1130	てんぐさ 粉寒天	81	0	39	5	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	Tr	0	Tr	0.1	0.1	0	0.2	1	0	0.1	0	-	0.4	別名： まくさ（和名） 試料： てんぐさ以外の粉寒天も含む
09029	1131	とさかのり 赤とさか 塩蔵 塩抜き	630	0	Tr	1	(0)	-	-	-	15	1	(0)	0	0	0	0	17	0	0.04	0	0.3	Tr	0.1	0	0.08	0.6	0	-	0.7	
09030	1132	とさかのり 青とさか 塩蔵 塩抜き	-	-	-	-	(0)	130	200	35	280	24	(0)	0	0	0	0	26	0	0.02	0	0.2	Tr	0	7	0.05	-	0	-	0.8	石灰処理したもの
09050	1133	ひじき ほしひじき ステンレス釜 乾	45000	7	26	17	(0)	2	4400	18	4400	360	(0)	5.0	0	0.4	0	580	0.09	0.42	1.8	4.4	0	0	93	0.30	17.0	0	-	4.7	ステンレス釜で煮熟後乾燥したもの
09051	1134	ひじき ほしひじき ステンレス釜 ゆで	960	Tr	1	1	(0)	0	330	1	330	28	(0)	0.4	0	Tr	0	40	Tr	0	0	0.2	0	0	1	0	0.7	0	-	0.1	09050ほしひじきステンレス釜乾を水もどし後、ゆで

DRAFT

DRAFT

可食部100g当たり

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率 (%) REFUSE	エネルギー (kJ) ENERC	エネルギー (kcal) ENERC_KCAL	水分 (g) WATER	アミノ酸組成によるたんぱく質 PROTCAA	たんぱく質 PROT-	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量 FATNLEA	コレステロール (mg) CHOLE	脂質 FAT-	利用可能炭水化物（単糖当量） CHOAVLM	利用可能炭水化物（質量計） CHOAVL	差引き法による利用可能炭水化物 CHOAVLDF-	食物繊維総量 FIB-	糖アルコール POLYL	炭水化物 CHOCDF-	有機酸 OA	灰分 ASH	ナトリウム (mg) NA	カリウム K	カルシウム CA	マグネシウム MG	リン P	鉄 FE	亜鉛 ZN	銅 CU	マンガン MN
09052	1135	ひじき ほしひじき ステンレス釜 油いため	0	208	51	89.0	0.6	0.8	(4.4)	0	4.7	0 *	0	0.4	4.5	Tr	4.1	-	1.0	64	200	110	44	3	0.3	0.1	0.01	0.08
09053	1136	ひじき ほしひじき 鉄釜 乾	0	759	186	6.5	-	9.2	-	0.2	3.2	-	-	4.2 *	51.8	-	56.0	-	25.2	1800	6400	1000	640	93	58.0	1.0	0.14	0.82
09054	1137	ひじき ほしひじき 鉄釜 ゆで	0	53	13	94.5	-	0.7	-	0	0.3	-	-	0 *	3.7	-	3.4	-	0.8	52	160	96	37	2	2.7	0.1	0.01	0.06
09055	1138	ひじき ほしひじき 鉄釜 油いため	0	221	54	89.0	-	0.8	-	0	4.7	-	-	0 *	4.5	-	4.1	-	1.0	64	200	110	44	3	2.9	0.1	0.01	0.08
09032	1139	ひとえぐさ 素干し	0	709	172	16.0	-	16.6	-	Tr	1.0	-	-	2.1 *	44.2	-	46.3	-	20.1	4500	810	920	880	280	3.4	0.6	0.86	1.32
09033	1140	ひとえぐさ つくだ煮	0	626	148	56.5	11.2	14.4	0.5	1.0	1.3	23.8 *	22.9	20.7	4.1	0	21.1	0.3	6.7	2300	160	28	94	63	3.6	0.9	0.15	-
09034	1141	ふのり 素干し	0	858	207	14.7	-	13.8	(0.6)	24.0	1.0	-	-	15.1 *	43.1	-	57.8	-	12.7	2700	600	330	730	130	4.8	1.8	0.38	0.65
09035	1142	まつも 素干し	0	1054	252	12.6	-	27.9	(2.9)	1.0	4.9	-	-	14.3 *	28.5	-	40.8	-	13.8	1300	3800	920	700	530	11.0	5.2	0.26	1.25
09036	1143	むかでのり 塩蔵 塩抜き	0	47	12	93.7	-	0.6	0.1	2.0	0.1	-	-	Tr *	4.2	-	4.2	-	1.4	220	6	85	120	9	0.8	0.1	0.01	0.41
09037	1144	（もずく類） おきなわもずく 塩蔵 塩抜き	0	25	6	96.7	0.2	0.3	0.1	Tr	0.2	0 *	0	0.1	2.0	0	2.0	-	0.8	240	7	22	21	2	0.2	Tr	0.01	0.01
09038	1145	（もずく類） もずく 塩蔵 塩抜き	0	18	4	97.7	0.2	0.2	(0.1)	0	0.1	-	-	0.1 *	1.4	-	1.4	-	0.6	90	2	22	12	2	0.7	0.3	0.01	0.03
09039	1146	わかめ 原藻 生	35	100	24	89.0	(1.4)	1.9	(0.1)	0	0.2	-	-	2.6 *	3.6	-	5.6	-	3.3	610	730	100	110	36	0.7	0.3	0.02	0.05
09040	1147	わかめ 乾燥わかめ 素干し	0	680	164	12.7	(10.4)	13.6	(0.7)	0	1.6	-	-	12.7 *	32.7	-	41.3	-	30.8	6600	5200	780	1100	350	2.6	0.9	0.08	0.32
09041	1148	わかめ 乾燥わかめ 素干し 水戻し	0	90	22	90.2	(1.5)	2.0	(0.1)	0	0.3	-	-	0.7 *	5.8	-	5.9	-	1.6	290	260	130	130	47	0.5	0.1	0.02	0.06
09042	1149	わかめ 乾燥わかめ 板わかめ	0	835	200	7.2	(12.7)	16.7	(0.5)	1.0	1.2	-	-	20.3 *	31.7	-	47.4	-	27.5	3900	7400	960	620	330	6.4	5.2	0.13	1.59
09043	1150	わかめ 乾燥わかめ 灰干し 水戻し	0	39	9	96.0	(0.8)	1.1	Tr	1.0	0.1	-	-	0.3 *	2.2	-	2.2	-	0.6	48	60	140	55	16	0.7	0.3	0.08	-
09044	1151	わかめ カットわかめ 乾	0	770	186	9.2	14.0	17.9	1.7	0	4.0	0	0	9.1 *	39.2	0	42.1	-	26.8	9300	430	870	460	300	6.5	2.8	0.13	0.46
09058	1152	わかめ カットわかめ 水煮（沸騰水で短時間加熱したもの）	0	69	17	93.6	(1.0)	1.3	(0.4)	-	0.8	-	-	0.8 *	3.2	-	3.8	-	1.0	310	15	76	37	22	0.6	0.3	0.01	0.04
09059	1153	わかめ カットわかめ 水煮の汁	0	1	0	99.8	-	-	-	-	-	-	-	0.1 *	0	-	0.1	-	0.1	68	3	1	1	Tr	0	0	0	0
09045	1154	わかめ 湯通し塩蔵わかめ 塩抜き 生	0	55	13	93.3	1.3	1.5	0.2	0	0.3	0 *	0	0.6	3.2	0	3.4	0	1.4	530	10	50	16	30	0.5	0.2	0.04	0.03
09057	1155	わかめ 湯通し塩蔵わかめ 塩抜き ゆで	0	29	7	97.5	0.5	0.6	0.1	(0)	0.1	0	0	0.5 *	1.1	0	1.4	0	0.3	130	2	19	5	10	0.3	0.1	0.02	0.01
09046	1157	わかめ くきわかめ 湯通し塩蔵 塩抜き	0	74	18	84.9	(0.8)	1.1	(0.1)	0	0.3	-	-	0.8 *	5.1	-	5.5	-	8.2	3100	88	86	70	34	0.4	0.1	0.02	0.04
09047	1158	わかめ めかぶわかめ 生	0	59	14	94.2	0.7	0.9	0.5	0	0.6	0 *	0	0.1	3.4	0.2	3.4	-	0.9	170	88	77	61	26	0.3	0.2	0.02	0.03
10001	1159	＜魚類＞ あいなめ 生	50	443	105	76.0	(15.8)	19.1	2.9	76.0	3.4	(0.1)	(0.1)	3.9 *	(0)	-	0.1	-	1.4	150	370	55	39	220	0.4	0.5	0.06	-
10002	1160	＜魚類＞ あこうだい 生	0	362	86	79.8	14.6	16.8	1.8	56.0	2.3	(0.1)	(0.1)	2.8 *	(0)	-	0.1	-	1.0	75	310	15	24	170	0.3	0.4	0.02	Tr
10003	1161	＜魚類＞（あじ類） まあじ 皮つき 生	55	471	112	75.1	16.8	19.7	3.5	67.9	4.5	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	1.3	130	360	66	34	230	0.6	1.1	0.07	0.01
10389	1162	＜魚類＞（あじ類） まあじ 皮なし 生	0	454	108	75.6	16.5	19.7	3.0	56.2	4.1	(0.2)	(0.2)	3.7 *	(0)	-	0.2	-	1.2	110	360	12	31	220	0.9	0.6	0.09	0.01
10004	1163	＜魚類＞（あじ類） まあじ 皮つき 水煮	40	574	136	70.3	(18.6)	22.4	4.6	80.9	5.9	(0.1)	(0.1)	5.1 *	(0)	-	0.1	-	1.3	130	350	80	36	250	0.7	1.3	0.07	0.01

可食部100g当たり

食品番号	ヨウ素 (µg) ID	セレン SE	クロム CR	モリブデン MO	レチノール RETOL	α-カロテン CARTA	β-カロテン CARTB	β-クリプトキサンチン CRYPXB	β-カロテン当量 CARTBEQ	レチノール活性当量 VITA_RAE	ビタミンD VITD	α-トコフェロール (mg) TOCPHA	β-トコフェロール TOCPHB	γ-トコフェロール TOCPHG	δ-トコフェロール TOCPHD	ビタミンK (µg) VITK	ビタミンB1 (mg) THIA	ビタミンB2 RIBF	ナイアシン NIA	ナイアシン当量 NE	ビタミンB6 VITB6A	ビタミンB12 (µg) VITB12	葉酸 FOL	パントテン酸 (mg) PANTAC	ビオチン (µg) BIOT	ビタミンC (mg) VITC	アルコール (g) ALC	食塩相当量 NACL_EQ	備考
09052	1300	0	2	1	(0)	0	390	2	390	33	(0)	1.3	0	1.8	Tr	43	0.01	Tr	0	0.2	0	0	2	0	0.9	0	-	0.2	09050ほしひじきステンレス釜乾を水もどし後、油いため 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
09053	45000	7	26	17	(0)	2	4400	18	4400	360	(0)	5.0	0	0.4	0	580	0.09	0.42	1.8	3.4	0	0	93	0.30	17.0	0	-	4.7	鉄釜で煮熟後乾燥したもの
09054	960	Tr	1	1	(0)	0	330	1	330	28	(0)	0.4	0	Tr	0	40	Tr	0	0	0.1	0	0	1	0	0.7	0	-	0.1	09053ほしひじき鉄釜乾を水もどし後、ゆで
09055	1300	0	2	1	(0)	0	390	2	390	33	(0)	1.3	0	1.8	Tr	43	0.01	Tr	0	0.1	0	0	2	0	0.9	0	-	0.2	09053ほしひじき鉄釜乾を水もどし後、油いため 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
09032	-	-	-	-	(0)	140	8500	0	8600	710	(0)	2.5	0	0	0	14	0.30	0.92	2.4	5.2	0.03	0.3	280	0.88	-	38	-	11.4	すき干ししたもの
09033	-	-	-	-	(0)	33	260	0	270	23	(0)	0.1	0	0	0	12	0.06	0.26	0.4	1.3	0.03	0	23	0.19	-	0	-	5.8	別名： のりのつくだ煮
09034	-	-	-	-	(0)	38	670	34	700	59	(0)	0.7	0	0	0	430	0.16	0.61	1.7	(4.6)	0.13	0	68	0.94	-	1	-	6.9	別名： のげのり
09035	-	-	-	-	(0)	0	30000	110	30000	2500	(0)	13.0	0.2	0.2	3.1	1100	0.48	1.61	5.0	(14.0)	0.06	0	720	1.24	-	5	-	3.3	すき干ししたもの
09036	-	-	-	-	(0)	13	23	-	30	2	(0)	0	0	0	0	16	0	Tr	16.0	16.0	0	0	0	0	-	0	-	0.6	石灰処理したもの
09037	140	1	0	0	(0)	0	220	4	220	18	(0)	0.1	0	0	0	18	Tr	0.09	0	0.1	0	0	2	0	0.4	0	-	0.6	
09038	-	-	-	-	(0)	0	180	0	180	15	(0)	0.1	0	0	0	14	Tr	0.01	Tr	0.1	Tr	0.1	2	0	-	0	-	0.2	
09039	1600	1	1	3	(0)	0	930	26	940	79	(0)	0.1	0	0	0	140	0.07	0.18	0.9	(1.5)	0.03	0.3	29	0.19	4.2	15	-	1.5	基部を除いたもの 廃棄部位： 茎、中肋及びめかぶ
09040	-	-	-	-	(0)	0	7700	93	7800	650	(0)	1.0	0	0	0	660	0.39	0.83	11.0	(14.0)	0.09	0.2	440	0.46	-	27	-	16.8	
09041	1900	1	1	2	(0)	0	1200	0	1200	100	(0)	0.2	0	0	0	120	0.05	0.08	0.3	(0.9)	0.02	Tr	46	0.05	3.6	3	-	0.7	
09042	-	-	-	-	(0)	0	8400	97	8500	710	(0)	2.6	0	0	0	1800	0.62	1.50	9.5	(14.0)	0.23	0.2	510	0.48	-	20	-	9.9	
09043	-	-	-	-	0	0	37	0	37	3	(0)	0	0	0	0	70	0	0.03	0	(0.3)	0	0.2	1	0.05	-	0	-	0.1	
09044	10000	9	19	10	0	0	2200	0	2200	190	0	0.5	0	0	0	1600	0.07	0.08	0.3	5.6	0.01	2.0	18	0.06	25.0	0	-	23.5	高分子量水溶性食物繊維と不溶性食物繊維は分別していない 食物繊維：AOAC2011.25法
09058	720	1	1	0	-	-	180	-	180	15	-	Tr	-	-	-	-	Tr	0	0	(0.4)	0	0.1	1	0	2.6	0	-	0.8	高分子量水溶性食物繊維と不溶性食物繊維は分別していない 食物繊維：AOAC2011.25法
09059	36	0	0	0	-	-	0	-	-	-	-	0	-	-	-	-	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0.2	高分子量水溶性食物繊維と不溶性食物繊維は分別していない 食物繊維：AOAC2011.25法
09045	810	Tr	1	Tr	(0)	0	210	0	210	17	(0)	0.1	0	0	0	110	0.01	0.01	0	0.5	Tr	0	6	0.07	1.9	0	-	1.4	別名： 生わかめ 食物繊維：AOAC2011.25法
09057	200	0	1	0	(0)	(0)	63	(0)	63	5	(0)	Tr	(0)	(0)	(0)	50	0.01	0	0	0.2	0	(0)	0	0	0.6	(0)	-	0.3	食物繊維：AOAC2011.25法
09046	-	-	-	-	(0)	0	56	0	56	5	(0)	0	0	0	0	33	0.02	0.02	0.1	(0.9)	Tr	0	2	0.07	-	0	-	7.9	
09047	390	Tr	1	2	(0)	0	240	2	240	20	(0)	0.1	0	0	0	40	0.02	0.03	0.2	0.4	0.01	0	36	0.05	2.2	2	-	0.4	試料： 冷凍品 別名： めかぶ
10001	-	-	-	-	6	0	(0)	(0)	(0)	6	9	1.7	0	0	0	(0)	0.24	0.26	2.6	(6.1)	0.18	2.2	8	0.98	-	2	-	0.4	別名： あぶらめ、あぶらこ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10002	-	-	-	-	26	0	0	(0)	(0)	26	1	3.4	0	0	0	(0)	0.11	0.04	1.1	4.1	0.05	0.7	3	0.35	-	Tr	-	0.2	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 60%、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10003	20	46	1	0	7	0	0	0	0	7	8.9	0.6	0	0	0	Tr	0.13	0.13	5.5	9.2	0.30	7.1	5	0.41	3.3	Tr	-	0.3	別名： あじ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10389	20	42	0	(0)	7	(0)	(0)	(0)	(0)	7	7.9	0.9	0	0	0	(Tr)	0.14	0.20	6.4	10.0	0.41	9.8	9	0.53	4.7	Tr	-	0.3	別名： あじ 同一試料の皮つき、生の分析値： 第2章別表参照
10004	14	64	Tr	0	8	0	0	0	0	8	11.0	0.3	0	0	0	Tr	0.13	0.12	5.3	(9.5)	0.25	5.9	5	0.38	5.2	0	-	0.3	別名： あじ 内臓等を除き水煮したもの 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10005	1164	＜魚類＞（あじ類）まあじ 皮つき 焼き	35	661	157	65.3	(21.5)	25.9	5.1	94.0	6.4	(0.1)	(0.1)	6.3 *	(0)	-	0.1	-	1.8	180	470	100	44	320	0.8	1.5	0.08	0.01
10390	1165	＜魚類＞（あじ類）まあじ 皮つき フライ	0	1126	270	52.3	16.6	20.1	17.0	79.8	18.2	8.5	7.8	12.7 *	-	-	7.9	-	1.4	160	330	100	35	250	0.8	1.2	0.08	0.11
10006	1166	＜魚類＞（あじ類）まあじ 開き干し 生	35	628	150	68.4	(16.8)	20.2	6.7	73.0	8.8	(0.1)	(0.1)	5.6 *	(0)	-	0.1	-	2.5	670	310	36	27	220	0.8	0.7	0.09	0.01
10007	1167	＜魚類＞（あじ類）まあじ 開き干し 焼き	30	813	194	60.0	(20.5)	24.6	9.2	96.0	12.3	(0.1)	(0.1)	7.3 *	(0)	-	0.1	-	3.0	770	350	57	38	270	0.9	0.9	0.10	0.01
10391	1168	＜魚類＞（あじ類）まあじ 小型 骨付き 生	10	479	114	73.4	15.1	17.8	3.7	129.7	5.0	(0.1)	(0.1)	5.0 *	(0)	-	0.1	-	2.9	120	330	780	43	570	1.1	1.2	0.07	0.05
10392	1169	＜魚類＞（あじ類）まあじ 小型 骨付き から揚げ	0	1119	268	50.3	19.5	24.0	16.8	141.2	18.6	4.4	4.0	9.8 *	-	-	3.5	-	3.6	140	420	900	54	700	0.9	1.5	0.09	0.08
10393	1170	＜魚類＞（あじ類）まるあじ 生	50	559	133	71.2	18.1	22.1	4.6	65.7	5.6	(0.2)	(0.1)	4.8 *	(0)	-	0.2	-	1.3	59	410	53	33	260	1.2	1.3	0.09	0.01
10394	1171	＜魚類＞（あじ類）まるあじ 焼き	25	734	175	62.4	23.7	28.7	6.2	88.2	7.7	(0.2)	(0.1)	6.0 *	(0)	-	0.2	-	1.7	93	540	94	41	330	1.5	1.5	0.09	0.02
10008	1172	＜魚類＞（あじ類）にしまあじ 生	0	651	156	69.9	17.5	19.6	8.1	78.0	9.1	(0.1)	(0.1)	3.2 *	(0)	-	0.1	-	1.3	160	360	26	37	230	1.0	0.9	0.08	0.01
10009	1173	＜魚類＞（あじ類）にしまあじ 水煮	40	672	160	68.0	18.4	21.7	7.6	94.0	8.8	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.4	180	350	30	40	230	1.1	0.9	0.08	0.01
10010	1174	＜魚類＞（あじ類）にしまあじ 焼き	35	781	186	63.0	21.3	24.7	9.1	100	10.4	(0.1)	(0.1)	4.8 *	(0)	-	0.1	-	1.8	220	440	58	44	300	1.2	1.2	0.10	0.02
10011	1175	＜魚類＞（あじ類）むろあじ 生	45	621	147	67.7	(19.5)	23.6	4.8	64.0	6.9	(0.4)	(0.4)	6.6 *	(0)	-	0.4	-	1.4	56	420	19	35	280	1.6	1.0	0.13	0.02
10012	1176	＜魚類＞（あじ類）むろあじ 焼き	25	703	167	61.9	(24.6)	29.7	4.1	86.0	6.2	(0.6)	(0.5)	7.8 *	(0)	-	0.6	-	1.6	74	480	28	40	330	1.8	1.2	0.15	0.03
10013	1177	＜魚類＞（あじ類）むろあじ 開き干し	35	590	140	67.9	(18.9)	22.9	4.7	66.0	6.2	(0.1)	(0.1)	5.6 *	(0)	-	0.1	-	2.9	830	320	43	35	260	1.4	0.8	0.14	0.02
10014	1178	＜魚類＞（あじ類）むろあじ くさや	30	928	219	38.6	-	49.9	2.0	110	3.0	(0.3) *	(0.3)	1.3	(0)	-	0.3	-	8.2	1600	850	300	65	810	3.2	3.2	0.26	-
10015	1179	＜魚類＞ あなご 生	35	611	146	72.2	14.4	17.3	8.0	140	9.3	(Tr)	(Tr)	4.2 *	(0)	-	Tr	-	1.2	150	370	75	23	210	0.8	0.7	0.04	0.20
10016	1180	＜魚類＞ あなご 蒸し	0	723	173	68.5	(14.3)	17.6	10.4	180	12.7	(Tr)	(Tr)	5.6 *	(0)	-	Tr	-	1.2	120	280	64	26	180	0.9	0.8	0.04	0.22
10017	1181	＜魚類＞ あまご 養殖 生	50	415	99	76.8	-	18.3	2.8	66.0	3.6	(0.1) *	(0.1)	0.9	(0)	-	0.1	-	1.2	49	380	27	27	250	0.4	0.8	0.04	0.01
10018	1182	＜魚類＞ あまだい 生	50	432	102	76.5	16.0	18.8	2.5	52.0	3.6	(Tr)	(Tr)	3.9 *	(0)	-	Tr	-	1.1	73	360	58	29	190	0.3	0.3	0.02	Tr
10019	1183	＜魚類＞ あまだい 水煮	0	476	113	74.2	(17.2)	20.7	2.8	71.0	4.0	(Tr)	(Tr)	4.7 *	(0)	-	Tr	-	1.1	91	350	34	30	160	0.4	0.4	0.03	Tr
10020	1184	＜魚類＞ あまだい 焼き	0	464	110	73.6	(18.7)	22.5	1.9	89.0	2.6	(Tr)	(Tr)	4.5 *	(0)	-	Tr	-	1.3	110	410	54	33	220	0.5	0.5	0.04	Tr
10021	1185	＜魚類＞ あゆ 天然 生	45	391	93	77.7	15.0	18.3	1.9	83.0	2.4	(0.1)	(0.1)	3.9 *	(0)	-	0.1	-	1.5	70	370	270	24	310	0.9	0.8	0.06	0.16
10022	1186	＜魚類＞ あゆ 天然 焼き	55	629	149	64.0	(21.3)	26.6	3.0	140	6.8	(0.1)	(0.1)	9.2 *	(0)	-	0.1	-	2.5	110	510	480	35	460	5.5	1.2	0.06	0.41
10023	1187	＜魚類＞ あゆ 天然 内臓 生	0	747	180	68.6	-	9.5	14.2	200	17.5	(0.3)	(0.3)	3.6 *	(0)	-	0.3	-	4.1	90	210	43	44	180	24.0	2.0	0.34	3.03
10024	1188	＜魚類＞ あゆ 天然 内臓 焼き	0	674	161	58.6	-	23.0	7.5	230	10.1	(0.4) *	(0.4)	3.0	(0)	-	0.4	-	7.9	170	520	140	76	470	63.0	2.7	0.44	6.19
10025	1189	＜魚類＞ あゆ 養殖 生	50	579	138	72.0	14.6	17.8	6.6	110	7.9	(0.6)	(0.5)	5.1 *	(0)	-	0.6	-	1.7	55	360	250	24	320	0.8	0.9	0.05	Tr
10026	1190	＜魚類＞ あゆ 養殖 焼き	55	847	202	59.3	(18.2)	22.6	9.6	170	15.1	(0.8)	(0.7)	10.7 *	(0)	-	0.8	-	2.2	79	430	450	31	430	2.0	1.3	0.07	Tr
10027	1191	＜魚類＞ あゆ 養殖 内臓 生	0	2002	485	36.6	-	7.4	46.8	220	55.0	(0.3)	(0.3)	8.5 *	(0)	-	0.3	-	0.7	75	160	55	11	120	8.0	1.3	0.14	0.13
10028	1192	＜魚類＞ あゆ 養殖 内臓 焼き	0	2067	500	31.5	-	15.2	45.6	260	52.3	(0.4)	(0.4)	7.1 *	(0)	-	0.4	-	0.6	100	270	130	9	190	19.0	1.8	0.15	0.31

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
10005	1164	＜魚類＞（あじ類）まあじ 皮つき 焼き	27	78	2	0	8	0	0	0	0	8	12.0	0.7	0	0	0	Tr	0.15	0.15	6.8	(12.0)	0.27	7.1	5	0.47	5.3	0	-	0.4
10390	1165	＜魚類＞（あじ類）まあじ 皮つき フライ	-	-	-	-	16	0	0	1	1	16	7	3.4	Tr	5.9	0.1	23	0.12	0.15	4.6	8.2	0.15	7.5	10	0.53	-	0	-	0.4
10006	1166	＜魚類＞（あじ類）まあじ 開き干し 生	24	50	0	0	Tr	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(Tr)	3	0.7	0	Tr	0	(0)	0.10	0.15	3.7	(7.6)	0.31	6.3	6	0.81	4.5	(0)	-	1.7
10007	1167	＜魚類＞（あじ類）まあじ 開き干し 焼き	-	-	-	-	Tr	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(Tr)	2.6	1.0	0	Tr	0	(0)	0.12	0.14	4.7	(9.4)	0.32	8.5	6	0.75	-	(0)	-	2.0
10391	1168	＜魚類＞（あじ類）まあじ 小型 骨付き 生	41	52	2	(0)	33	(0)	(0)	(0)	(0)	33	5.1	0.9	0	0	0	-	0.19	0.17	4.6	7.9	0.26	5.6	11	0.47	4.4	1	-	0.3
10392	1169	＜魚類＞（あじ類）まあじ 小型 骨付き から揚げ	30	53	1	(0)	39	(0)	(0)	(0)	(0)	39	4.8	4.0	0	5.2	0.1	-	0.19	0.21	5.5	9.7	0.16	6.7	12	0.55	6.3	0	-	0.3
10393	1170	＜魚類＞（あじ類）まるあじ 生	-	-	-	-	11	0	0	0	0	11	19.0	1.2	0	0	0	1	0.10	0.19	7.4	12.0	0.47	9.9	8	0.59	-	Tr	-	0.2
10394	1171	＜魚類＞（あじ類）まるあじ 焼き	-	-	-	-	15	0	0	0	0	15	15.0	1.3	0	0	0	1	0.09	0.18	8.2	14.0	0.24	9.4	8	0.53	-	0	-	0.2
10008	1172	＜魚類＞（あじ類）にしまあじ 生	41	47	0	0	16	Tr	Tr	(0)	(Tr)	16	8	0.3	Tr	Tr	Tr	(0)	0.10	0.21	6.1	9.8	0.29	8.1	11	0.59	4.0	Tr	-	0.4
10009	1173	＜魚類＞（あじ類）にしまあじ 水煮	41	55	0	0	12	Tr	Tr	(0)	(Tr)	12	9.6	0.3	Tr	Tr	Tr	(0)	0.11	0.18	4.8	9.0	0.24	7.0	11	0.50	4.1	Tr	-	0.5
10010	1174	＜魚類＞（あじ類）にしまあじ 焼き	49	65	0	Tr	13	Tr	Tr	(0)	(Tr)	13	7.2	0.4	Tr	Tr	Tr	(0)	0.12	0.21	6.2	11.0	0.34	6.3	13	0.59	4.8	Tr	-	0.6
10011	1175	＜魚類＞（あじ類）むろあじ 生	-	-	-	-	4	0	0	(0)	(0)	4	6	0.6	0	0	0	(0)	0.18	0.32	15.0	(20.0)	0.57	13.0	5	0.74	-	Tr	-	0.1
10012	1176	＜魚類＞（あじ類）むろあじ 焼き	-	-	-	-	5	0	0	(0)	(0)	5	7	0.8	0	0	0	(0)	0.28	0.30	16.0	(22.0)	0.52	13.0	6	0.76	-	Tr	-	0.2
10013	1177	＜魚類＞（あじ類）むろあじ 開き干し	-	-	-	-	Tr	Tr	Tr	(0)	(Tr)	(Tr)	7	0.4	Tr	0.1	Tr	(0)	0.17	0.30	14.0	(18.0)	0.59	9.4	5	0.62	-	Tr	-	2.1
10014	1178	＜魚類＞（あじ類）むろあじ くさや	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	2	1.2	Tr	Tr	Tr	(0)	0.24	0.40	16.0	(26.0)	0.64	12.0	26	1.09	-	(0)	-	4.1
10015	1179	＜魚類＞ あなご 生	15	39	0	0	500	(0)	(0)	(0)	(0)	500	0.4	2.3	0	0	0	Tr	0.05	0.14	3.2	6.2	0.10	2.3	9	0.86	3.3	2	-	0.4
10016	1180	＜魚類＞ あなご 蒸し	-	-	-	-	890	(0)	(0)	(0)	(0)	890	0.8	2.9	0	0	0	Tr	0.04	0.11	2.7	(5.8)	0.10	2.5	15	0.79	-	1	-	0.3
10017	1181	＜魚類＞ あまご 養殖 生	-	-	-	-	7	0	0	(0)	(0)	7	9	1.5	0	0	0	(0)	0.15	0.16	3.9	(7.0)	0.24	5.5	6	0.51	-	1	-	0.1
10018	1182	＜魚類＞ あまだい 生	41	75	1	0	27	(0)	(0)	(0)	(0)	27	1	1.3	0	Tr	Tr	(0)	0.04	0.06	1.5	4.9	0.08	2.1	6	0.43	1.7	1	-	0.2
10019	1183	＜魚類＞ あまだい 水煮	-	-	-	-	11	(0)	(0)	(0)	(0)	11	0.3	1.1	0	Tr	0	(0)	0.04	0.06	1.3	(5.1)	0.08	2.1	5	0.39	-	1	-	0.2
10020	1184	＜魚類＞ あまだい 焼き	-	-	-	-	26	(0)	(0)	(0)	(0)	26	1	1.1	0	Tr	0	(0)	0.04	0.06	1.7	(5.8)	0.08	3.5	5	0.46	-	Tr	-	0.3
10021	1185	＜魚類＞ あゆ 天然 生	13	14	1	0	35	(0)	(0)	(0)	(0)	35	1	1.2	0	0	0	(0)	0.13	0.15	3.1	(6.5)	0.17	10.0	27	0.67	5.6	2	-	0.2
10022	1186	＜魚類＞ あゆ 天然 焼き	-	-	-	-	120	(0)	(0)	(0)	(0)	120	1.5	1.7	0	0	0	(0)	0.23	0.24	3.9	(8.8)	0.16	12.0	33	1.34	-	2	-	0.3
10023	1187	＜魚類＞ あゆ 天然 内臓 生	-	-	-	-	1700	(0)	Tr	(0)	(Tr)	1700	5	1.9	0	0	0	40	0.12	0.55	3.8	5.4	0.16	60.0	220	1.56	-	5	-	0.2
10024	1188	＜魚類＞ あゆ 天然 内臓 焼き	-	-	-	-	2000	(0)	Tr	(0)	(Tr)	2000	4	3.2	0	0	0	80	0.28	1.00	8.6	12.0	0.17	50.0	250	1.67	-	5	-	0.4
10025	1189	＜魚類＞ あゆ 養殖 生	-	-	-	-	55	(0)	(0)	(0)	(0)	55	8	5.0	0.1	0.1	0	(0)	0.15	0.14	3.5	6.8	0.28	2.6	28	1.22	-	2	-	0.1
10026	1190	＜魚類＞ あゆ 養殖 焼き	-	-	-	-	480	(0)	(0)	(0)	(0)	480	17.0	8.2	0.2	0.2	0	(0)	0.20	0.18	4.0	(8.2)	0.24	6.0	38	1.67	-	2	-	0.2
10027	1191	＜魚類＞ あゆ 養殖 内臓 生	-	-	-	-	4400	(0)	Tr	(0)	(Tr)	4400	8	7.4	0.1	0.1	0	11	0.16	0.44	2.6	3.8	0.11	9.6	260	1.46	-	2	-	0.2
10028	1192	＜魚類＞ あゆ 養殖 内臓 焼き	-	-	-	-	6000	(0)	Tr	(0)	(Tr)	6000	8.6	24.0	0.4	0.4	0	16	0.34	0.68	4.1	6.6	0.15	7.8	280	1.33	-	1	-	0.3

備考

10005: 別名： あじ
内臓等を除き焼いたもの
廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10390: 別名： あじ
三枚におろしたもの
増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照

10006: 別名： あじ
廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10007: 別名： あじ
廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10391: 別名： あじ
廃棄部位： 内臓、うろこ等

10392: 別名： あじ
内臓、うろこ等を除いて、調理したもの
増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照

10393: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚おろし）

10394: 内臓等を除き焼いたもの
廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10008: 三枚におろしたもの
（魚体全体から調理する場合、廃棄率： 50 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）

10009: 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
内臓等を除き水煮したもの

10010: 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
内臓等を除き焼いたもの

10011: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）

10012: 内臓等を除き焼いたもの
廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10013: 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10014: 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

10015: 試料： まあなご
廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等

10016: 試料： まあなご
切り身

10017: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）

10018: 試料： あかあまだい
廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）

10019: 試料： あかあまだい
切り身

10020: 試料： あかあまだい
切り身

10021: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）

10022: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等

10023: 0.2

10024: 魚体全体を焼いた後、 取り出したもの

10025: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）

10026: 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等

10027: 0.2

10028: 魚体全体を焼いた後、取り出したもの

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)	mg	(……g……)												(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10029	1193	＜魚類＞ あゆ うるか	0	654	157	59.6	-	11.4	10.3	260	13.1	(1.8)	(1.6)	4.6 *	(0)	-	1.8	-	14.1	5100	190	16	15	210	4.0	1.4	0.10	Tr
10030	1194	＜魚類＞ アラスカめぬけ 生	0	405	96	78.4	(14.2)	17.2	2.6	52.0	3.4	(0.1)	(0.1)	3.8 *	(0)	-	0.1	-	0.9	81	290	22	26	170	0.2	0.4	0.02	0.01
10031	1195	＜魚類＞ あんこう 生	0	231	54	85.4	(10.7)	13.0	0.1	78.0	0.2	(0.3)	(0.3)	2.7 *	(0)	-	0.3	-	1.1	130	210	8	19	140	0.2	0.6	0.04	Tr
10032	1196	＜魚類＞ あんこう きも 生	0	1657	401	45.1	7.9	10.0	36.9	560	41.9	(2.2)	(2.0)	9.3 *	(0)	-	2.2	-	0.8	110	220	6	9	140	1.2	2.2	1.00	-
10033	1197	＜魚類＞ いかなご 生	0	466	111	74.2	14.1	17.2	3.9	200	5.5	(0.1)	(0.1)	4.8 *	(0)	-	0.1	-	3.0	190	390	500	39	530	2.5	3.9	0.08	0.49
10034	1198	＜魚類＞ いかなご 煮干し	0	924	218	38.0	(34.5)	43.1	3.1	510	6.1	(1.5)	(1.4)	13.1 *	(0)	-	1.5	-	11.3	2800	810	740	130	1200	6.6	5.9	0.13	0.37
10035	1199	＜魚類＞ いかなご つくだ煮	0	1149	271	26.9	-	29.4	2.4	280	4.6	-	-	32.9 *	(0)	-	30.7	-	8.4	2200	670	470	80	820	2.3	3.6	0.09	0.45
10036	1200	＜魚類＞ いかなご あめ煮	0	1138	268	28.1	-	25.6	1.6	270	3.7	-	-	37.9 *	(0)	-	35.8	-	6.8	1700	430	550	92	730	3.4	3.4	0.11	0.51
10037	1201	＜魚類＞ いさき 生	45	487	116	75.8	(14.2)	17.2	4.8	71.0	5.7	(0.1)	(0.1)	4.0 *	(0)	-	0.1	-	1.2	160	300	22	32	220	0.4	0.6	0.04	0.01
10038	1202	＜魚類＞ いしだい 生	55	578	138	71.6	(16.1)	19.5	5.7	56.0	7.8	(Tr)	(Tr)	5.5 *	(0)	-	Tr	-	1.1	54	390	20	26	240	0.3	0.6	0.03	0.01
10039	1203	＜魚類＞ いとよりだい 生	0	359	85	78.8	15.6	18.1	1.0	70.0	1.7	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	1.3	85	390	46	26	200	0.5	0.4	0.05	0.02
10040	1204	＜魚類＞ いとよりだい すり身	0	376	88	76.9	-	16.7	0.3	38.0	0.4	(5.1) *	(4.6)	5.2	(0)	-	5.1	-	0.9	290	17	26	12	110	0.1	0.3	0.01	0.01
10041	1205	＜魚類＞ いぼだい 生	45	552	132	74.0	(13.6)	16.4	6.4	57.0	8.5	(Tr)	(Tr)	4.9 *	(0)	-	Tr	-	1.1	190	280	41	30	160	0.5	0.8	0.03	0.01
10042	1206	＜魚類＞ （いわし類）うるめいわし 生	35	521	124	71.7	18.4	21.3	3.6	60.0	4.8	(0.3)	(0.3)	4.4 *	(0)	-	0.3	-	1.9	95	440	85	37	290	2.3	1.3	0.16	-
10043	1207	＜魚類＞ （いわし類）うるめいわし 丸干し	15	928	219	40.1	(38.0)	45.0	3.6	220	5.1	(0.3)	(0.3)	8.8 *	(0)	-	0.3	-	9.5	2300	820	570	110	910	4.5	2.7	0.23	0.12
10044	1208	＜魚類＞ （いわし類）かたくちいわし 生	45	713	171	68.2	15.3	18.2	9.7	70.0	12.1	(0.3)	(0.3)	5.7 *	(0)	-	0.3	-	1.2	85	300	60	32	240	0.9	1.0	0.17	0.13
10045	1209	＜魚類＞ （いわし類）かたくちいわし 煮干し	0	1264	298	15.7	(52.9)	64.5	2.8	550	6.2	(0.3)	(0.3)	15.2 *	(0)	-	0.3	-	13.3	1700	1200	2200	230	1500	18.0	7.2	0.39	-
10046	1210	＜魚類＞ （いわし類）かたくちいわし 田作り	0	1290	304	14.9	(54.7)	66.6	2.8	720	5.7	(0.3)	(0.3)	15.2 *	(0)	-	0.3	-	12.5	710	1600	2500	190	2300	3.0	7.9	0.39	0.79
10047	1211	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 生	60	653	156	68.9	16.4	19.2	7.3	66.9	9.2	(0.2)	(0.2)	6.3 *	(0)	-	0.2	-	1.2	81	270	74	30	230	2.1	1.6	0.20	0.04
10048	1212	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 水煮	20	766	182	61.7	(18.7)	22.4	6.8	68.4	8.7	(0.2)	(0.2)	11.5 *	(0)	-	0.2	-	1.3	80	280	82	32	250	2.3	1.7	0.23	0.06
10049	1213	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 焼き	35	837	199	57.8	(21.1)	25.3	7.3	80.4	9.4	(0.2)	(0.2)	12.2 *	(0)	-	0.2	-	1.6	100	350	98	36	300	2.5	2.3	0.23	0.08
10395	1214	＜魚類＞ （いわし類）まいわし フライ	0	1596	384	37.8	15.9	20.0	28.0	78.2	30.3	11.3	10.3	17.0 *	-	-	10.7	-	1.3	150	290	78	33	240	2.2	1.7	0.21	0.16
10050	1215	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 塩いわし	45	599	143	66.3	(14.0)	16.8	7.2	74.0	9.6	(0.4)	(0.4)	5.6 *	(0)	-	0.4	-	6.9	2400	300	70	43	210	1.7	1.4	0.20	0.05
10051	1216	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 生干し	40	904	217	59.6	(17.2)	20.6	13.2	68.0	16.0	(1.1)	(1.0)	7.4 *	(0)	-	1.1	-	2.7	690	340	65	34	270	1.6	0.9	0.12	0.13
10052	1217	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 丸干し	15	749	177	54.6	(27.3)	32.8	4.3	110	5.5	(0.7)	(0.6)	7.4 *	(0)	-	0.7	-	6.4	1500	470	440	100	570	4.4	1.8	0.21	0.10
10053	1218	＜魚類＞ （いわし類）めざし 生	15	860	206	59.0	(15.1)	18.2	11.0	100	18.9	(0.5)	(0.5)	11.5 *	(0)	-	0.5	-	3.4	1100	170	180	31	190	2.6	1.2	0.10	1.04
10054	1219	＜魚類＞ （いわし類）めざし 焼き	15	838	200	56.2	(19.6)	23.7	8.4	120	15.0	(0.7)	(0.6)	11.4 *	(0)	-	0.7	-	4.4	1400	220	320	50	290	4.2	1.5	0.13	1.26
10396	1220	＜魚類＞ （いわし類）しらす 生	0	285	67	81.8	11.6	15.0	0.8	141.6	1.3	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	2.4	380	340	210	67	340	0.4	1.1	0.02	0.07
10445	1221	＜魚類＞ （いわし類）しらす 釜揚げしらす	0	338	80	77.4	-	17.6	(1.1)	172.3	1.7	(Tr) *	(Tr)	1.1	0	-	Tr	-	2.9	840	120	190	48	320	0.3	1.1	0.03	0.09

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA							ビタミンE																
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10029	1193	＜魚類＞ あゆ うるか	-	-	-	-	2000	(0)	14	(0)	14	2000	15.0	6.7	0.1	0.3	Tr	6	0.06	0.38	2.0	3.9	0.11	10.0	100	1.31	-	0	-	13.0	
10030	1194	＜魚類＞ アラスカめぬけ 生	-	-	-	-	20	0	0	-	0	20	3	1.0	0	0	0	(0)	0.04	0.05	1.1	(4.2)	0.07	1.6	2	0.24	-	Tr	-	0.2	別名： あかうお 切り身
10031	1195	＜魚類＞ あんこう 生	-	-	-	-	13	0	0	0	0	13	1	0.7	0	0	0	(0)	0.04	0.16	1.7	(4.1)	0.11	1.2	5	0.21	-	1	-	0.3	試料： きあんこう 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 65 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10032	1196	＜魚類＞ あんこう きも 生	96	200	Tr	5	8300	(0)	(0)	(0)	(0)	8300	110.0	14.0	0	0.1	0	(0)	0.14	0.35	1.5	3.8	0.11	39.0	88	0.89	13.0	1	-	0.3	試料： きあんこう 肝臓
10033	1197	＜魚類＞ いかなご 生	-	-	-	-	200	0	1	(0)	1	200	21.0	0.8	0	Tr	0	(0)	0.19	0.81	4.6	7.9	0.15	11.0	29	0.77	-	1	-	0.5	別名： こうなご 小型魚全体
10034	1198	＜魚類＞ いかなご 煮干し	-	-	-	-	10	(0)	(0)	(0)	(0)	10	54.0	0.8	0	Tr	0	(0)	0.27	0.18	3.3	(12.0)	0.06	4.6	50	1.15	-	0	-	7.1	別名： こうなご
10035	1199	＜魚類＞ いかなご つくだ煮	-	-	-	-	Tr	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(Tr)	23.0	0.8	0	0	0	(0)	0.02	0.27	10.0	(16.0)	0.09	7.8	85	0.76	-	(0)	-	5.6	別名： こうなご
10036	1200	＜魚類＞ いかなご あめ煮	-	-	-	-	Tr	(0)	Tr	(0)	(Tr)	(Tr)	21.0	0.4	0	0	0	(0)	0.02	0.28	11.0	(16.0)	0.07	7.2	75	0.67	-	(0)	-	4.3	別名： こうなご
10037	1201	＜魚類＞ いさき 生	-	-	-	-	41	0	0	(0)	(0)	41	15.0	0.9	0	0	0	(0)	0.06	0.12	4.0	(7.1)	0.31	5.8	12	0.77	-	Tr	-	0.4	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10038	1202	＜魚類＞ いしだい 生	-	-	-	-	39	0	0	(0)	(0)	39	3	2.1	0	0	0	(0)	0.15	0.15	4.9	(8.4)	0.34	1.3	2	0.31	-	Tr	-	0.1	別名： くちぐろ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10039	1203	＜魚類＞ いとよりだい 生	84	33	Tr	0	28	(0)	(0)	(0)	(0)	28	11.0	0.6	0	0	0	Tr	0.04	0.08	2.3	5.7	0.27	3.0	5	0.50	3.7	2	-	0.2	別名： いとより 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 50 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10040	1204	＜魚類＞ いとよりだい すり身	-	-	-	-	2	0	0	(0)	(0)	2	3	0.2	0	0	0	(0)	Tr	0.02	0.1	(3.3)	0.01	0.3	1	0.31	-	0	-	0.7	別名： いとより
10041	1205	＜魚類＞ いぼだい 生	-	-	-	-	95	(0)	(0)	(0)	(0)	95	2	0.7	0	0	0	(0)	0.04	0.19	4.7	(7.7)	0.29	2.7	7	0.57	-	1	-	0.5	別名： えぼだい 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10042	1206	＜魚類＞ （いわし類）うるめいわし 生	-	-	-	-	130	(0)	(0)	(0)	(0)	130	9	1.6	0	0	0	(0)	0.08	0.36	8.0	12.0	0.55	14.0	16	1.25	-	1	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10043	1207	＜魚類＞ （いわし類）うるめいわし 丸干し	-	-	-	-	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	8	0.1	0	0	0	Tr	0.25	0.43	16.0	(25.0)	0.69	25.0	44	0.92	-	Tr	-	5.8	廃棄部位： 頭部、ひれ等
10044	1208	＜魚類＞ （いわし類）かたくちいわし 生	38	40	0	0	11	0	0	(0)	(0)	11	4	0.4	0	0	0	(0)	0.03	0.16	9.7	13.0	0.58	14.0	19	1.07	18.0	1	-	0.2	別名： しこいわし、ひしこ、せぐろ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10045	1209	＜魚類＞ （いわし類）かたくちいわし 煮干し	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	18.0	0.9	0	0.1	0.1	(0)	0.10	0.10	17.0	(28.0)	0.28	41.0	74	1.81	-	(0)	-	4.3	別名： しこいわし、ひしこ、せぐろ、いりこ、ちりめん 魚体全体
10046	1210	＜魚類＞ （いわし類）かたくちいわし 田作り	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	30.0	0.8	0	0	0	(0)	0.10	0.11	17.0	(29.0)	0.37	65.0	230	3.74	-	(0)	-	1.8	別名： しこいわし、ひしこ、せぐろ、ごまめ 幼魚の乾燥品（調理前）
10047	1211	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 生	24	48	Tr	Tr	8	0	0	0	0	8	32.0	2.5	0	0	0	1	0.03	0.39	7.2	11.0	0.49	16.0	10	1.14	15.0	0	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10048	1212	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 水煮	-	-	-	-	5	0	0	0	0	5	13.0	1.3	0	0	0	Tr	0.05	0.29	6.3	(10.0)	0.35	18.0	7	0.87	-	0	-	0.2	頭部、内臓等を除き水煮したもの 廃棄部位： 骨、ひれ等
10049	1213	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 焼き	-	-	-	-	8	0	0	0	0	8	14.0	1.9	0	0	0	Tr	0.12	0.43	9.1	(14.0)	0.39	22.0	12	1.33	-	0	-	0.3	内臓等を除き焼いたもの 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10395	1214	＜魚類＞ （いわし類）まいわし フライ	-	-	-	-	15	0	Tr	2	1	15	21.0	5.7	Tr	8.3	0.2	37	0.04	0.39	6.3	10.0	0.28	14.0	14	1.15	-	0	-	0.4	三枚におろしたもの 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10050	1215	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 塩いわし	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	10.0	0.3	0	0	0	(0)	0.03	0.35	8.0	(11.0)	0.54	17.0	22	1.46	-	(0)	-	6.1	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等
10051	1216	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 生干し	-	-	-	-	0	-	-	-	(0)	(0)	11.0	0.2	0	0	0	Tr	Tr	0.22	12.0	(16.0)	0.48	16.0	11	1.21	-	Tr	-	1.8	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等
10052	1217	＜魚類＞ （いわし類）まいわし 丸干し	-	-	-	-	40	(0)	(0)	(0)	(0)	40	50.0	0.7	0	0	0	1	0.01	0.41	16.0	(22.0)	0.68	29.0	31	1.00	-	Tr	-	3.8	廃棄部位： 頭部、ひれ等
10053	1218	＜魚類＞ （いわし類）めざし 生	-	-	-	-	77	(0)	(0)	(0)	(0)	77	11.0	0.3	0	0	0	(0)	0.01	0.21	10.0	(14.0)	0.37	15.0	34	1.27	-	Tr	-	2.8	原材料： かたくちいわし、まいわし等 廃棄部位： 頭部、ひれ等
10054	1219	＜魚類＞ （いわし類）めざし 焼き	-	-	-	-	95	(0)	(0)	(0)	(0)	95	11.0	0.4	0	0	0	(0)	0.01	0.26	12.0	(17.0)	0.38	13.0	36	1.71	-	Tr	-	3.6	原材料： かたくちいわし、まいわし等 廃棄部位： 頭部、ひれ等
10396	1220	＜魚類＞ （いわし類）しらす 生	-	-	-	-	110	0	Tr	0	Tr	110	6.7	0.9	0	0	0	Tr	0.02	0.07	3.7	6.4	0.17	4.2	56	0.51	-	5	-	1.0	かたくちいわし、まいわし等の幼魚
10445	1221	＜魚類＞ （いわし類）しらす 釜揚げしらす	13	39	3	1	140	-	-	-	-	140	4.2	0.8	0	Tr	-	-	0.07	0.04	2.1	(5.3)	0.05	1.5	26	0.30	9.9	Tr	-	2.1	原材料： かたくちいわし、まいわし等の稚魚

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質									備考
		可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN		
10055	1222	＜魚類＞（いわし類）しらす干し 微乾燥品	0	480	113	67.5	19.8	24.5	1.1	249.3	2.1	(0.1)	(0.1)	6.0 *	0	-	0.1	-	5.6	1700	170	280	80	480	0.6	1.7	0.06	0.10		原材料： かたくちいわし、まいわし等の稚魚 主として関東向け
10056	1223	＜魚類＞（いわし類）しらす干し 半乾燥品	0	792	187	46.0	33.1	40.5	1.8	390	3.5	(0.5)	(0.5)	9.6 *	(0)	-	0.5	-	9.5	2600	490	520	130	860	0.8	3.0	0.07	0.17		原材料： かたくちいわし、まいわし等の幼魚 主として関西向け
10057	1224	＜魚類＞（いわし類）たたみいわし	0	1473	348	10.7	(60.0)	75.1	4.5	710	5.6	(0.7)	(0.6)	16.9 *	(0)	-	0.7	-	7.9	850	790	970	190	1400	2.6	6.6	0.13	-		原材料： かたくちいわし、まいわし等の幼魚 ビタミンC： 酸化防止用として添加品あり
10058	1225	＜魚類＞（いわし類）みりん干し かたくちいわし	0	1397	330	18.5	-	44.3	5.0	110	7.0	-	-	27.0 *	(0)	-	25.0	-	5.2	1100	420	800	73	660	3.7	3.5	0.32	0.36		
10059	1226	＜魚類＞（いわし類）みりん干し まいわし	0	1319	314	33.5	-	31.4	12.1	76.0	15.7	-	-	19.9 *	(0)	-	16.3	-	3.1	670	290	240	54	360	4.3	2.3	0.27	0.11		
10060	1227	＜魚類＞（いわし類）缶詰 水煮	0	703	168	66.3	(17.1)	20.7	8.5	80.0	10.6	(0.1)	(0.1)	5.8 *	(0)	-	0.1	-	2.3	330	250	320	44	360	2.6	1.4	0.19	0.13		まいわし製品 液汁を除いたもの
10061	1228	＜魚類＞（いわし類）缶詰 味付け	0	851	203	59.1	-	20.4	10.3	85.0	11.9	-	-	7.3 *	(0)	-	5.7	-	2.9	560	240	370	38	380	2.3	1.9	0.19	0.25		まいわし製品 液汁を除いたもの
10062	1229	＜魚類＞（いわし類）缶詰 トマト漬	0	696	167	68.1	-	17.5	9.6	85.0	10.8	-	-	2.5 *	(0)	-	1.3	-	2.3	280	310	360	35	320	1.9	1.7	0.19	0.18		まいわし製品 液汁を除いたもの
10063	1230	＜魚類＞（いわし類）缶詰 油漬	0	1454	351	46.2	(16.8)	20.3	29.1	86.0	30.7	(0.3)	(0.3)	5.4 *	(0)	-	0.3	-	2.5	320	280	350	36	370	1.4	2.1	0.20	0.22		別名： オイルサーディン まいわし製品 液汁を含んだもの
10064	1231	＜魚類＞（いわし類）缶詰 かば焼	0	978	234	56.1	-	16.2	14.0	70.0	15.6	-	-	10.9 *	(0)	-	9.3	-	2.8	610	270	220	31	290	2.0	1.2	0.13	0.17		まいわし製品 液汁を含んだもの
10397	1232	＜魚類＞（いわし類）缶詰 アンチョビ	0	660	157	54.3	21.3	24.2	6.0	89.4	6.8	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	14.0	5200	140	150	39	180	2.6	3.7	0.24	0.09		かたくちいわし製品 液汁を除いたもの
10065	1233	＜魚類＞ いわな 養殖 生	50	427	101	76.1	-	19.0	2.8	80.0	3.6	(0.1) *	(0.1)	0.9	(0)	-	0.1	-	1.2	49	380	39	29	260	0.3	0.8	0.04	0.02		廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10066	1234	＜魚類＞ うぐい 生	50	394	93	77.0	(16.6)	20.1	1.2	93.0	1.5	(0.2)	(0.2)	4.0 *	(0)	-	0.2	-	1.2	83	340	69	27	240	0.7	3.4	0.05	0.04		廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10067	1235	＜魚類＞ うなぎ 養殖 生	25	947	228	62.1	14.4	17.1	16.1	230	19.3	(0.3)	(0.3)	6.2 *	(0)	-	0.3	-	1.2	74	230	130	20	260	0.5	1.4	0.04	0.04		廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等
10068	1236	＜魚類＞ うなぎ きも 生	0	429	102	77.2	-	13.0	4.1	430	5.3	(3.5) *	(3.2)	4.7	(0)	-	3.5	-	1.0	140	200	19	15	160	4.6	2.7	1.08	0.08		内臓
10069	1237	＜魚類＞ うなぎ 白焼き	0	1191	287	52.1	-	20.7	22.6	220	25.8	(0.1) *	(0.1)	3.3	(0)	-	0.1	-	1.3	100	300	140	18	280	1.0	1.9	0.04	0.04		
10070	1238	＜魚類＞ うなぎ かば焼	0	1189	285	50.5	-	23.0	19.4	230	21.0	-	-	4.7 *	(0)	-	3.1	-	2.4	510	300	150	15	300	0.8	2.7	0.07	-		
10071	1239	＜魚類＞ うまづらはぎ 生	65	318	75	80.2	15.1	18.2	0.2	47.0	0.3	(Tr)	(Tr)	3.2 *	(0)	-	Tr	-	1.3	210	320	50	87	160	0.4	0.5	0.05	0.02		廃棄部位： 頭部、内臓、骨、皮、ひれ等（三枚下ろし）
10072	1240	＜魚類＞ うまづらはぎ 味付け開き干し	9	1228	289	21.5	-	58.9	1.1	140	1.6	-	-	10.9 *	(0)	-	10.4	-	7.6	2400	310	190	84	370	1.5	2.4	0.10	0.10		廃棄部位： 骨、ひれ等
10073	1241	＜魚類＞ えい 生	0	332	78	79.3	-	19.1	0.1	80.0	0.3	(0.1) *	(0.1)	0.3	(0)	-	0.1	-	1.2	270	110	4	18	170	0.9	0.5	0.04	0.01		別名： かすべ 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 60%、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10074	1242	＜魚類＞ えそ 生	0	368	87	77.6	17.6	20.1	0.6	74.0	0.8	(0.1)	(0.1)	2.8 *	(0)	-	0.1	-	1.4	120	380	80	36	260	0.3	0.4	0.02	0.17		試料： わにえそ、とかげえそ、まえそ等 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 45 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10075	1243	＜魚類＞ おいかわ 生	55	521	124	73.8	(15.9)	19.2	4.7	91.0	5.8	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	1.1	48	240	45	23	210	0.6	2.5	0.06	0.04		別名： はや、やまべ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10076	1244	＜魚類＞ おおさが 生	0	547	131	74.7	(13.5)	16.3	6.6	55.0	8.0	(0.1)	(0.1)	4.3 *	(0)	-	0.1	-	0.9	71	310	16	22	160	0.2	0.4	0.02	0.01		別名： こうじんめぬけ 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 60%、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10077	1245	＜魚類＞ おこぜ 生	60	342	81	78.8	(16.2)	19.6	0.1	75.0	0.2	(0.2)	(0.2)	3.7 *	(0)	-	0.2	-	1.2	85	360	31	26	200	0.4	0.7	0.03	0.21		試料： おにおこぜ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10078	1246	＜魚類＞ おひょう 生	0	386	91	77.0	-	19.9	1.2	49.0	1.7	(0.1) *	(0.1)	0.6	(0)	-	0.1	-	1.3	72	400	7	28	260	0.1	0.5	0.02	0.01		別名： おおひらめ 切り身
10079	1247	＜魚類＞ かさご 生	0	353	83	79.1	16.7	19.3	0.9	45.0	1.1	(0.1)	(0.1)	2.1 *	(0)	-	0.1	-	1.2	120	310	57	27	180	0.3	0.5	0.01	0.01		三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 65 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																									備考
		可食部 100 g 当たり																														
							ビタミンA							ビタミンE																		
								カロテン																								
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)				(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10055	1222	＜魚類＞（いわし類）しらす干し 微乾燥品	27	61	3	1	190	0	0	0	0	190	12.0	1.1	0	Tr	0	0	0.11	0.03	2.6	7.5	0.05	3.2	27	0.50	12.0	0	-	4.2		
10056	1223	＜魚類＞（いわし類）しらす干し 半乾燥品	-	-	-	-	240	0	0	(0)	(0)	240	61.0	1.5	0	Tr	0	(0)	0.22	0.06	7.4	15.0	0.04	6.3	58	0.72	-	Tr	-	6.6		
10057	1224	＜魚類＞（いわし類）たたみいわし	-	-	-	-	410	(0)	(0)	(0)	(0)	410	50.0	2.7	Tr	0.2	Tr	(0)	0.15	0.33	8.2	(23.0)	0.27	16.0	300	2.95	-	(0)	-	2.2		
10058	1225	＜魚類＞（いわし類）みりん干し かたくちいわし	-	-	-	-	13	-	-	-	(0)	13	25.0	1.1	0	1.8	0.1	(0)	0.02	0.24	8.2	(16.0)	0.38	15.0	23	1.77	-	(0)	-	2.8		
10059	1226	＜魚類＞（いわし類）みりん干し まいわし	-	-	-	-	16	(0)	(0)	(0)	(0)	16	53.0	0.9	0	1.2	Tr	(0)	Tr	0.50	8.9	(15.0)	0.37	14.0	19	1.41	-	(0)	-	1.7		
10060	1227	＜魚類＞（いわし類）缶詰 水煮	-	-	-	-	9	(0)	(0)	(0)	(0)	9	6	2.6	0	0	0	(0)	0.03	0.30	8.5	(12.0)	0.16	16.0	7	0.63	-	(0)	-	0.8		
10061	1228	＜魚類＞（いわし類）缶詰 味付け	-	-	-	-	9	(0)	(0)	(0)	(0)	9	20.0	2.1	0	0	0	(0)	0.03	0.30	8.0	(12.0)	0.27	13.0	6	0.61	-	(0)	-	1.4		
10062	1229	＜魚類＞（いわし類）缶詰 トマト漬	-	-	-	-	12	(0)	Tr	(0)	(Tr)	12	20.0	2.4	0	0	0	(0)	0.01	0.25	6.3	(9.6)	0.27	10.0	14	0.68	-	0	-	0.7		
10063	1230	＜魚類＞（いわし類）缶詰 油漬	-	-	-	-	25	(0)	(0)	(0)	(0)	25	7	8.2	0.1	9.2	0.9	(0)	0.08	0.32	7.8	(12.0)	0.34	18.0	10	0.81	-	0	-	0.8		
10064	1231	＜魚類＞（いわし類）缶詰 かば焼	-	-	-	-	32	0	0	(0)	(0)	32	17.0	1.8	0	0	0	(0)	0.01	0.24	6.2	(9.3)	0.24	12.0	15	0.74	-	0	-	1.5		
10397	1232	＜魚類＞（いわし類）缶詰 アンチョビ	62	52	1	-	4	(0)	(0)	(0)	(0)	4	1.7	1.9	0.1	0.1	0	-	0	0.31	4.1	11.0	0.21	14.0	23	0.48	22.0	0	-	13.1		
10065	1233	＜魚類＞ いわな 養殖 生	-	-	-	-	5	0	2	(0)	2	5	5	1.6	0	0	0	(0)	0.09	0.12	3.4	6.6	0.21	4.2	5	0.68	-	1	-	0.1		
10066	1234	＜魚類＞ うぐい 生	-	-	-	-	41	0	0	(0)	(0)	41	19.0	0.8	0	0	0	(0)	0.03	0.11	3.5	(7.2)	0.16	8.5	8	1.11	-	Tr	-	0.2		
10067	1235	＜魚類＞ うなぎ 養殖 生	17	50	0	5	2400	0	1	0	1	2400	18.0	7.4	0	0.1	0	(0)	0.37	0.48	3.0	5.3	0.13	3.5	14	2.17	6.1	2	-	0.2		
10068	1236	＜魚類＞ うなぎ きも 生	-	-	-	-	4400	(0)	(0)	(0)	(0)	4400	3	3.9	0	Tr	0	17	0.30	0.75	4.0	6.2	0.25	2.7	380	2.95	-	2	-	0.4		
10069	1237	＜魚類＞ うなぎ 白焼き	-	-	-	-	1500	(0)	(0)	(0)	(0)	1500	17.0	5.3	0	0.1	0	(0)	0.55	0.45	3.5	(6.2)	0.09	2.7	16	1.16	-	Tr	-	0.3		
10070	1238	＜魚類＞ うなぎ かば焼	77	42	2	2	1500	(0)	(0)	(0)	(0)	1500	19.0	4.9	0	0.1	0	(0)	0.75	0.74	4.1	(7.1)	0.09	2.2	13	1.29	10.0	Tr	-	1.3		
10071	1239	＜魚類＞ うまづらはぎ 生	-	-	-	-	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	8	1.1	0	0	0	(0)	0.01	0.13	3.7	7.3	0.40	1.4	4	0.50	-	Tr	-	0.5		
10072	1240	＜魚類＞ うまづらはぎ 味付け開き干し	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	69.0	0.7	0	0	0	(0)	0.02	0.05	8.2	(20.0)	0.34	4.0	16	0.74	-	(0)	-	6.1		
10073	1241	＜魚類＞ えい 生	-	-	-	-	2	0	0	(0)	(0)	2	3	0.7	0	0	0	(0)	0.05	0.12	2.5	(4.8)	0.25	3.7	3	0.55	-	1	-	0.7		
10074	1242	＜魚類＞ えそ 生	17	27	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1	0.1	0	0	0	(0)	0.07	0.10	3.3	7.2	0.24	1.7	13	0.51	1.7	2	-	0.3		
10075	1243	＜魚類＞ おいかわ 生	-	-	-	-	10	0	0	(0)	(0)	10	10.0	0.9	0	0	0	(0)	0.01	0.16	4.0	(7.5)	0.21	11.0	21	1.02	-	2	-	0.1		
10076	1244	＜魚類＞ おおさが 生	-	-	-	-	85	0	0	-	0	85	3	4.9	0	0	0	(0)	0.01	0.03	1.0	(4.0)	0.05	3.3	1	0.21	-	1	-	0.2		
10077	1245	＜魚類＞ おこぜ 生	-	-	-	-	2	0	0	(0)	(0)	2	1	0.4	0	0	0	(0)	0.01	0.12	2.4	(6.0)	0.08	0.6	3	0.51	-	0	-	0.2		
10078	1246	＜魚類＞ おひょう 生	-	-	-	-	13	0	0	(0)	(0)	13	3	0.8	0	0	0	(0)	0.09	0.07	7.1	(11.0)	0.41	2.1	12	0.47	-	Tr	-	0.2		
10079	1247	＜魚類＞ かさご 生	48	50	1	0	3	0	0	(0)	(0)	3	2	0.3	0	0	0	(0)	0.03	0.06	1.8	5.1	0.06	1.2	3	0.47	0.8	1	-	0.3		

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10080	1248	＜魚類＞ かじか 生	0	412	98	76.4	(12.4)	15.0	3.4	220	5.0	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	3.4	110	260	520	31	400	2.8	1.7	0.15	0.31
10081	1249	＜魚類＞ かじか 水煮	0	452	108	73.5	(13.1)	15.8	4.1	250	5.8	(0.2)	(0.2)	4.7 *	(0)	-	0.2	-	4.7	90	210	630	40	440	2.6	2.3	0.24	0.37
10082	1250	＜魚類＞ かじか つくだ煮	0	1240	293	23.8	-	29.4	3.6	360	5.5	-	-	35.7 *	(0)	-	33.8	-	7.5	1700	460	880	59	670	5.8	3.0	0.15	1.64
10083	1251	＜魚類＞（かじき類）くろかじき 生	0	397	93	75.6	18.6	22.9	0.1	48.0	0.2	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	1.2	70	390	5	34	260	0.5	0.7	0.03	0.01
10084	1252	＜魚類＞（かじき類）まかじき 生	0	453	107	73.8	(18.8)	23.1	1.4	46.0	1.8	(0.1)	(0.1)	4.8 *	(0)	-	0.1	-	1.2	65	380	5	35	270	0.6	0.6	0.04	0.01
10085	1253	＜魚類＞（かじき類）めかじき 生	0	581	139	72.2	15.2	19.2	6.6	71.8	7.6	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.3	71	440	3	29	260	0.5	0.7	0.04	0
10398	1254	＜魚類＞（かじき類）めかじき 焼き	0	845	202	59.9	22.4	27.5	9.8	99.5	11.1	(0)	(0)	6.0 *	(0)	-	0	-	1.9	110	630	5	41	370	0.6	0.9	0.05	0
10086	1255	＜魚類＞（かつお類）かつお 春獲り 生	0	457	108	72.2	20.6	25.8	0.4	60.0	0.5	(0.1)	(0.1)	5.4 *	(0)	-	0.1	-	1.4	43	430	11	42	280	1.9	0.8	0.11	0.01
10087	1256	＜魚類＞（かつお類）かつお 秋獲り 生	35	631	150	67.3	20.5	25.0	4.9	58.0	6.2	(0.2)	(0.2)	6.0 *	(0)	-	0.2	-	1.3	38	380	8	38	260	1.9	0.9	0.10	0.01
10088	1257	＜魚類＞（かつお類）そうだがつお 生	40	533	126	69.9	(20.9)	25.7	2.1	75.0	2.8	(0.3)	(0.3)	5.7 *	(0)	-	0.3	-	1.3	81	350	23	33	230	2.6	1.2	0.15	0.02
10089	1258	＜魚類＞（かつお類）加工品 なまり	0	534	126	66.9	(24.3)	29.8	0.4	80.0	0.7	(0.4)	(0.4)	6.2 *	(0)	-	0.4	-	2.2	110	300	11	32	300	3.7	0.9	0.17	0.02
10090	1259	＜魚類＞（かつお類）加工品 なまり節	0	687	162	58.8	(30.9)	38.0	0.7	95.0	1.1	(0.5)	(0.5)	8.0 *	(0)	-	0.5	-	1.6	95	630	20	40	570	5.0	1.2	0.20	0.03
10446	1260	＜魚類＞（かつお類）加工品 裸節	0	1296	306	22.6	-	71.6	(2.1)	164.6	3.3	(0.2) *	(0.2)	1.0	0	-	0.2	-	2.8	310	780	15	76	570	6.5	1.9	0.29	0.03
10091	1261	＜魚類＞（かつお類）加工品 かつお節	0	1410	332	15.2	64.2	77.1	1.8	180	2.9	(0.8)	(0.7)	14.8 *	(0)	-	0.8	-	4.0	130	940	28	70	790	5.5	2.8	0.27	-
10092	1262	＜魚類＞（かつお類）加工品 削り節	0	1387	327	17.2	64.0	75.7	1.9	190	3.2	(0.4)	(0.4)	13.4 *	(0)	-	0.4	-	3.5	480	810	46	91	680	9.0	2.5	0.43	0.05
10093	1263	＜魚類＞（かつお類）加工品 削り節つくだ煮	0	989	233	36.1	-	19.5	2.6	57.0	3.3	-	-	33.0 *	(0)	-	32.3	-	8.8	3100	410	54	69	290	8.0	1.3	0.18	0.35
10094	1264	＜魚類＞（かつお類）加工品 角煮	0	939	221	41.4	-	31.0	1.1	56.0	1.6	-	-	21.9 *	(0)	-	21.4	-	4.6	1500	290	10	40	220	6.0	0.7	0.09	0.26
10095	1265	＜魚類＞（かつお類）加工品 塩辛	0	231	55	72.9	-	12.0	0.7	210	1.5	(Tr) *	(Tr)	0.8	(0)	-	Tr	-	13.6	5000	130	180	37	150	5.0	12.0	0.07	0.07
10096	1266	＜魚類＞（かつお類）缶詰 味付け フレーク	0	589	139	65.8	-	18.4	2.4	53.0	2.7	-	-	11.0 *	(0)	-	10.7	-	2.4	650	280	29	30	190	2.6	0.7	0.15	0.11
10097	1267	＜魚類＞（かつお類）缶詰 油漬 フレーク	0	1200	289	55.5	(15.3)	18.8	23.4	41.0	24.2	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	1.4	350	230	5	23	160	0.9	0.5	0.07	0.02
10098	1268	＜魚類＞ かます 生	40	573	137	72.7	15.5	18.9	6.4	58.0	7.2	(0.1)	(0.1)	4.3 *	(0)	-	0.1	-	1.1	120	320	41	34	140	0.3	0.5	0.04	0.01
10099	1269	＜魚類＞ かます 焼き	40	563	134	70.3	(18.7)	23.3	4.1	83.0	4.9	(0.1)	(0.1)	5.5 *	(0)	-	0.1	-	1.4	150	360	59	42	190	0.5	0.6	0.05	0.01
10100	1270	＜魚類＞（かれい類）まがれい 生	0	377	89	77.8	17.8	19.6	1.0	71.0	1.3	(0.1)	(0.1)	2.2 *	(0)	-	0.1	-	1.2	110	330	43	28	200	0.2	0.8	0.03	0.01
10101	1271	＜魚類＞（かれい類）まがれい 水煮	35	412	97	75.6	(19.0)	21.4	0.9	87.0	1.1	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	1.2	100	320	56	29	200	0.3	0.9	0.03	0.02
10102	1272	＜魚類＞（かれい類）まがれい 焼き	35	440	104	73.9	(20.8)	23.4	1.0	100	1.3	(0.1)	(0.1)	2.9 *	(0)	-	0.1	-	1.4	130	370	70	32	240	0.3	1.0	0.04	0.02
10103	1273	＜魚類＞（かれい類）まこがれい 生	55	363	86	79.0	15.6	18.0	1.3	66.0	1.8	(0.1)	(0.1)	2.9 *	(0)	-	0.1	-	1.2	120	320	46	24	190	0.4	0.8	0.02	0.03
10399	1274	＜魚類＞（かれい類）まこがれい 焼き	0	585	138	66.2	23.7	28.5	2.0	107.9	2.8	(0.2)	(0.1)	6.3 *	(0)	-	0.2	-	1.8	180	490	75	39	300	0.8	1.2	0.03	0.06
10104	1275	＜魚類＞（かれい類）子持ちがれい 生	40	516	123	72.7	-	19.9	4.8	120	6.2	(0.1) *	(0.1)	1.5	(0)	-	0.1	-	1.1	77	290	20	27	200	0.2	0.8	0.03	0.04
10105	1276	＜魚類＞（かれい類）子持ちがれい 水煮	15	575	137	69.3	-	22.3	5.3	140	7.2	(0.1) *	(0.1)	2.0	(0)	-	0.1	-	1.1	83	270	40	28	210	0.3	1.0	0.04	0.04

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
							ビタミンA							ビタミンE																
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10080	1248	＜魚類＞ かじか 生	-	-	-	-	180	(0)	(0)	(0)	(0)	180	3	1.3	0	0	0	1	0.07	0.38	1.5	(4.2)	0.08	28.0	15	0.54	-	1	-	0.3	別名： ごり 魚体全体
10081	1249	＜魚類＞ かじか 水煮	-	-	-	-	290	(0)	(0)	(0)	(0)	290	4.9	2.5	0	0	0	1	0.06	0.30	1.1	(4.0)	0.07	28.0	21	0.42	-	Tr	-	0.2	魚体全体を水煮したもの
10082	1250	＜魚類＞ かじか つくだ煮	-	-	-	-	370	(0)	(0)	(0)	(0)	370	2	3.4	0	Tr	0	(0)	0.07	0.48	2.4	(7.7)	0.05	16.0	53	0.80	-	0	-	4.3	
10083	1251	＜魚類＞（かじき類）くろかじき 生	-	-	-	-	2	0	0	(0)	(0)	2	38.0	0.9	0	0	0	(0)	0.05	0.06	14.0	18.0	0.44	1.5	6	0.29	-	1	-	0.2	別名： くろかわ 切り身（皮なし）
10084	1252	＜魚類＞（かじき類）まかじき 生	11	55	0	0	8	0	0	(0)	(0)	8	12.0	1.2	0	0	0	(0)	0.09	0.07	10.0	(15.0)	0.44	4.3	5	1.25	13.0	2	-	0.2	切り身（皮なし）
10085	1253	＜魚類＞（かじき類）めかじき 生	16	59	Tr	0	61	0	0	0	0	61	8.8	4.4	0	0	0	1	0.06	0.09	7.6	11.0	0.37	1.9	8	0.39	2.7	1	-	0.2	別名： めか 切り身（皮なし）
10398	1254	＜魚類＞（かじき類）めかじき 焼き	-	-	-	-	85	0	0	0	0	85	10.0	6.1	0	0	0	1	0.07	0.11	10.0	15.0	0.35	2.4	8	0.46	-	0	-	0.3	切り身（皮なし）
10086	1255	＜魚類＞（かつお類）かつお 春獲り 生	11	43	0	0	5	0	0	0	0	5	4	0.3	0	0	0	(0)	0.13	0.17	19.0	24.0	0.76	8.4	6	0.70	2.6	Tr	-	0.1	別名： ほんがつお、まがつお、初がつお 試料： 第3章参照 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 35 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10087	1256	＜魚類＞（かつお類）かつお 秋獲り 生	25	100	Tr	Tr	20	0	0	0	0	20	9	0.1	0	0	0	(0)	0.10	0.16	18.0	23.0	0.76	8.6	4	0.61	5.7	Tr	-	0.1	別名： ほんがつお、まがつお、 戻りがつお 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10088	1257	＜魚類＞（かつお類）そうだがつお 生	-	-	-	-	9	0	0	-	0	9	22.0	1.2	0	0	0	(0)	0.17	0.29	16.0	(21.0)	0.54	12.0	14	1.29	-	Tr	-	0.2	試料： まるそうだ、ひらそうだ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10089	1258	＜魚類＞（かつお類）加工品 なまり	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	4	0.2	0	0	0	(0)	0.19	0.18	16.0	(22.0)	0.46	21.0	16	0.58	-	(0)	-	0.3	
10090	1259	＜魚類＞（かつお類）加工品 なまり節	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	21.0	0.4	0	0	0	(0)	0.40	0.25	35.0	(42.0)	0.36	11.0	10	0.70	-	(0)	-	0.2	
10446	1260	＜魚類＞（かつお類）加工品 裸節	60	240	3	2	10	-	-	-	-	10	6.7	1.5	0	0	0	1	0.01	0.35	45.0	(60.0)	0.65	16.0	14	0.86	15.0	-	-	0.8	
10091	1261	＜魚類＞（かつお類）加工品 かつお節	45	320	1	1	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	6	1.2	0.3	0.1	0.2	(0)	0.55	0.35	45.0	61.0	0.53	15.0	11	0.82	15.0	(0)	-	0.3	
10092	1262	＜魚類＞（かつお類）加工品 削り節	-	-	-	-	24	0	0	-	0	24	4	1.1	0	0	0	(0)	0.38	0.57	37.0	54.0	0.53	22.0	15	0.97	-	Tr	-	1.2	試料： 包装品
10093	1263	＜魚類＞（かつお類）加工品 削り節つくだ煮	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	6	0.4	0.1	1.2	Tr	(0)	0.13	0.10	12.0	(16.0)	0.19	5.3	27	0.57	-	(0)	-	7.9	
10094	1264	＜魚類＞（かつお類）加工品 角煮	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	5	0.5	0	0.1	0	(0)	0.15	0.12	17.0	(23.0)	0.21	4.0	15	0.42	-	(0)	-	3.8	
10095	1265	＜魚類＞（かつお類）加工品 塩辛	-	-	-	-	90	-	-	-	(0)	90	120.0	0.7	0	0	0	2	0.10	0.25	1.7	(4.0)	0.05	4.5	48	0.43	-	(0)	-	12.7	別名： 酒盗
10096	1266	＜魚類＞（かつお類）缶詰 味付け フレーク	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	9	1.0	0	0	0	(0)	0.14	0.13	15.0	(19.0)	0.29	8.3	9	0.37	-	(0)	-	1.7	別名： ツナ缶 液汁を含んだもの
10097	1267	＜魚類＞（かつお類）缶詰 油漬 フレーク	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	4	2.6	0.4	15.0	6.0	(0)	0.12	0.11	15.0	(19.0)	0.40	2.8	7	0.24	-	(0)	-	0.9	別名： ツナ缶 液汁を含んだもの
10098	1268	＜魚類＞ かます 生	-	-	-	-	12	(0)	(0)	(0)	(0)	12	11.0	0.9	0	0	0	(0)	0.03	0.14	4.5	8.0	0.31	2.3	8	0.47	-	Tr	-	0.3	試料： あかかます 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10099	1269	＜魚類＞ かます 焼き	-	-	-	-	13	(0)	(0)	(0)	(0)	13	10.0	0.9	0	0	0	(0)	0.03	0.14	4.2	(8.5)	0.31	3.3	13	0.52	-	Tr	-	0.4	試料： あかかます 内臓等を除き焼いたもの 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10100	1270	＜魚類＞（かれい類）まがれい 生	21	110	0	0	5	0	0	(0)	(0)	5	13.0	1.5	0	0	0	(0)	0.03	0.35	2.5	6.3	0.15	3.1	4	0.66	22.0	1	-	0.3	五枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 50 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10101	1271	＜魚類＞（かれい類）まがれい 水煮	15	77	0	0	5	0	0	(0)	(0)	5	17.0	2.0	0	0	0	(0)	0.03	0.27	2.6	(6.8)	0.14	3.3	4	0.73	15.0	Tr	-	0.3	廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等（第1章表13参照） 内臓等を除き水煮したもの（第1章表13参照）
10102	1272	＜魚類＞（かれい類）まがれい 焼き	22	97	Tr	0	7	0	0	(0)	(0)	7	18.0	2.5	0	0	0	(0)	0.03	0.41	3.1	(7.6)	0.13	4.1	6	0.75	27.0	1	-	0.3	廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等（第1章表13参照） 内臓等を除き焼いたもの（第1章表13参照）
10103	1273	＜魚類＞（かれい類）まこがれい 生	-	-	-	-	5	0	1	5	4	6	6.7	1.5	0	0	0	0	0.12	0.32	3.1	6.1	0.21	1.8	8	0.67	-	1	-	0.3	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（五枚下ろし）
10399	1274	＜魚類＞（かれい類）まこがれい 焼き	-	-	-	-	6	0	1	2	2	6	9.2	2.1	0	0	0	1	0.17	0.44	5.0	9.7	0.15	3.0	14	1.25	-	1	-	0.5	五枚におろしたもの
10104	1275	＜魚類＞（かれい類）子持ちがれい 生	-	-	-	-	12	0	0	0	0	12	4	2.9	0	0	0	Tr	0.19	0.20	2.4	5.7	0.15	4.3	20	2.41	-	4	-	0.2	試料： あかがれい及びばばがれい 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等
10105	1276	＜魚類＞（かれい類）子持ちがれい 水煮	-	-	-	-	11	0	0	0	0	11	4.7	4.2	0	0	0	Tr	0.25	0.22	2.7	6.4	0.15	4.9	23	2.58	-	3	-	0.2	試料： あかがれい及びばばがれい 頭部、内臓等を除き水煮したもの 廃棄部位： 骨、ひれ等

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10106	1277	＜魚類＞（かれい類）干しかれい	40	437	104	74.6	-	20.2	2.5	87.0	3.4	(Tr) *	(Tr)	0.9	(0)	-	Tr	-	1.8	430	280	40	29	170	0.1	0.4	0.01	0.02
10107	1278	＜魚類＞ かわはぎ 生	0	327	77	79.9	16.3	18.8	0.3	47.0	0.4	(Tr)	(Tr)	2.3 *	(0)	-	Tr	-	1.2	110	380	13	28	240	0.2	0.4	0.03	0.02
10108	1279	＜魚類＞ かんぱち 三枚おろし 生	0	501	119	73.3	(17.4)	21.0	3.5	62.0	4.2	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	1.4	65	490	15	34	270	0.6	0.7	0.05	0.01
10424	1280	＜魚類＞ かんぱち 背側 生	0	402	95	76.1	18.8	22.2	0.9	48.0	1.2	(0.1)	(0.1)	2.9 *	(0)	-	0.1	-	1.3	54	470	6	29	250	0.4	0.4	0.04	Tr
10109	1281	＜魚類＞ きす 生	55	308	73	80.8	16.1	18.5	0.1	88.0	0.2	(0)	(0)	1.7 *	(0)	-	0	-	1.2	100	340	27	29	180	0.1	0.4	0.02	0.01
10400	1282	＜魚類＞ きす 天ぷら	2	978	234	57.5	16.0	18.4	14.0	80.6	15.2	8.4	7.7	10.7 *	0.7	-	7.8	-	1.2	110	330	90	31	210	0.2	0.5	0.03	0.08
10110	1283	＜魚類＞ きちじ 生	0	989	238	63.9	12.2	13.6	19.4	74.0	21.7	(Tr)	(Tr)	3.6 *	(0)	-	Tr	-	0.8	75	250	32	32	130	0.3	0.4	0.11	-
10111	1284	＜魚類＞ きびなご 生	35	361	85	78.2	(15.5)	18.8	0.8	75.0	1.4	(0.1)	(0.1)	4.0 *	(0)	-	0.1	-	1.5	150	330	100	34	240	1.1	1.9	0.10	0.03
10112	1285	＜魚類＞ きびなご 調味干し	0	956	226	32.2	-	47.9	3.6	370	7.4	(0.5) *	(0.5)	4.3	(0)	-	0.5	-	12.0	2600	660	1400	170	1200	5.9	0.7	0.19	0.41
10113	1286	＜魚類＞ キャビア 塩蔵品	0	1014	242	51.0	(22.6)	26.2	13.0	500	17.1	(1.1)	(1.0)	8.8 *	(0)	-	1.1	-	4.6	1600	200	8	30	450	2.4	2.5	0.07	0.12
10114	1287	＜魚類＞ キングクリップ 生	0	312	73	80.5	(15.0)	18.2	0.1	56.0	0.1	(Tr)	(Tr)	3.2 *	(0)	-	Tr	-	1.2	140	340	47	28	170	0.3	0.5	0.02	0.01
10115	1288	＜魚類＞ ぎんだら 生	0	874	210	67.4	12.1	13.6	16.7	50.3	18.6	(Tr)	(Tr)	3.0 *	(0)	-	Tr	-	0.9	74	340	15	26	180	0.3	0.3	0.02	0
10401	1289	＜魚類＞ ぎんだら 水煮	0	1048	253	61.2	14.6	14.9	21.6	59.3	23.8	(0) *	(0)	1.8	(0)	-	0	-	0.8	63	280	15	25	150	0.3	0.3	0.03	0
10116	1290	＜魚類＞ きんめだい 生	60	615	147	72.1	14.6	17.8	7.9	60.0	9.0	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	1.0	59	330	31	73	490	0.3	0.3	0.02	0.01
10117	1291	＜魚類＞ ぐち 生	60	331	78	80.1	15.3	18.0	0.6	66.0	0.8	(Tr)	(Tr)	2.9 *	(0)	-	Tr	-	1.1	95	260	37	28	140	0.4	0.6	0.03	0.01
10118	1292	＜魚類＞ ぐち 焼き	45	423	100	74.3	(19.5)	23.4	0.6	85.0	0.8	(Tr)	(Tr)	4.2 *	(0)	-	Tr	-	1.5	140	330	51	34	180	0.6	0.8	0.03	0.01
10119	1293	＜魚類＞ こい 養殖 生	50	657	157	71.0	14.8	17.7	8.9	86.0	10.2	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	0.9	49	340	9	22	180	0.5	1.2	0.05	0.01
10120	1294	＜魚類＞ こい 養殖 水煮	15	793	190	66.3	(15.7)	19.2	11.8	100	13.4	(0.2)	(0.2)	5.4 *	(0)	-	0.2	-	0.9	47	330	13	22	180	0.6	1.8	0.06	0.01
10121	1295	＜魚類＞ こい 養殖 内臓 生	0	1067	258	62.6	-	9.0	22.6	260	25.9	(1.3)	(1.2)	4.6 *	(0)	-	1.3	-	1.2	95	240	9	19	130	3.1	7.0	0.31	0.10
10122	1296	＜魚類＞（こち類）まごち 生	55	401	94	75.4	(18.6)	22.5	0.3	57.0	0.5	(0.2)	(0.2)	4.3 *	(0)	-	0.2	-	1.4	110	450	51	33	260	0.2	0.6	0.02	0.01
10123	1297	＜魚類＞（こち類）めごち 生	0	310	73	81.1	17.3	17.1	0.4	52.0	0.6	(0.1) *	(0.1)	0	(0)	-	0.1	-	1.2	160	280	40	30	160	0.2	0.6	0.01	0.04
10124	1298	＜魚類＞ このしろ 生	50	612	146	70.6	15.6	19.0	7.1	68.0	8.3	(0.4)	(0.4)	5.0 *	(0)	-	0.4	-	1.7	160	370	190	27	230	1.3	0.7	0.16	-
10125	1299	＜魚類＞ このしろ 甘酢漬	0	770	184	61.5	(15.4)	19.1	8.2	74.0	10.1	-	-	12.0 *	(0)	-	6.4	-	2.9	890	120	160	16	170	1.8	0.9	0.06	0.09
10126	1300	＜魚類＞（さけ・ます類）からふとます 生	0	586	139	70.1	(17.9)	21.7	5.1	58.0	6.6	(0.1)	(0.1)	5.3 *	(0)	-	0.1	-	1.5	64	400	13	29	260	0.4	0.6	0.07	0.01

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
10106	1277	＜魚類＞（かれい類）干しかれい	-	-	-	-	2	0	0	0	0	2	1	2.3	0	0	0	(0)	0.25	0.10	5.1	8.5	0.11	1.6	11	0.71	-	1	-	1.1
10107	1278	＜魚類＞ かわはぎ 生	33	35	0	0	2	0	0	(0)	(0)	2	43.0	0.6	0	0	0	(0)	0.02	0.07	3.0	6.6	0.45	1.3	6	0.17	0.9	Tr	-	0.3
10108	1279	＜魚類＞ かんぱち 三枚おろし 生	11	29	0	0	4	(0)	(0)	(0)	(0)	4	4	0.9	0	0	0	(0)	0.15	0.16	8.0	(12.0)	0.32	5.3	10	0.52	2.4	Tr	-	0.2
10424	1280	＜魚類＞ かんぱち 背側 生	53	63	0	0	4	0	0	0	0	4	1.4	1.1	0	0	0	0	0.15	0.08	10	14.0	0.56	1.0	4	0.28	1.6	1	-	0.1
10109	1281	＜魚類＞ きす 生	21	37	1	-	1	0	0	(0)	(0)	1	0.7	0.4	0	0	0	-	0.09	0.03	2.7	6.1	0.22	2.2	11	0.18	2.3	1	-	0.3
10400	1282	＜魚類＞ きす 天ぷら	22	33	0	-	2	(0)	14	(0)	14	3	0.6	3.2	0	6.4	0.1	18	0.09	0.06	2.4	5.9	0.15	2.0	9	0.30	2.2	1	-	0.3
10110	1283	＜魚類＞ きちじ 生	84	58	0	0	65	(0)	0	(0)	(0)	65	4	2.4	0	0	0	(0)	0.03	0.07	0.8	3.1	0.04	1.0	2	0.20	0.8	2	-	0.2
10111	1284	＜魚類＞ きびなご 生	-	-	-	-	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	10.0	0.3	0	0	0	Tr	0.02	0.25	6.2	(9.6)	0.44	8.3	8	0.87	-	3	-	0.4
10112	1285	＜魚類＞ きびなご 調味干し	-	-	-	-	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	24.0	0.4	0	0.1	0.1	(0)	0.02	0.64	13.0	(22.0)	0.26	24.0	36	1.36	-	1	-	6.6
10113	1286	＜魚類＞ キャビア 塩蔵品	-	-	-	-	59	0	6	(0)	6	60	1	9.3	0	0	0	(0)	0.01	1.31	0.6	(6.3)	0.24	19.0	49	2.38	-	4	-	4.1
10114	1287	＜魚類＞ キングクリップ 生	-	-	-	-	5	(0)	(0)	(0)	(0)	5	Tr	0.2	0	0	0	(0)	0.03	0.07	1.5	(4.8)	0.09	1.3	4	0.42	-	1	-	0.4
10115	1288	＜魚類＞ ぎんだら 生	-	-	-	-	1500	0	0	0	0	1500	3.5	4.6	0	0	0	1	0.05	0.10	1.7	4.1	0.09	2.8	1	0.21	-	0	-	0.2
10401	1289	＜魚類＞ ぎんだら 水煮	-	-	-	-	1800	0	0	0	0	1800	4.2	5.4	0	0	0	1	0.04	0.08	1.6	4.6	0.09	2.6	1	0.13	-	0	-	0.2
10116	1290	＜魚類＞ きんめだい 生	-	-	-	-	63	0	0	(0)	(0)	63	2	1.7	0	0	0	(0)	0.03	0.05	2.7	5.8	0.28	1.1	9	0.23	-	1	-	0.1
10117	1291	＜魚類＞ ぐち 生	-	-	-	-	5	(0)	(0)	(0)	(0)	5	2.9	0.5	0	0	0	(0)	0.04	0.28	2.8	6.2	0.18	2.5	6	0.46	-	Tr	-	0.2
10118	1292	＜魚類＞ ぐち 焼き	-	-	-	-	7	(0)	(0)	(0)	(0)	7	3.3	0.7	0	0	0	(0)	0.05	0.25	3.0	(7.5)	0.11	2.8	9	0.45	-	Tr	-	0.4
10119	1293	＜魚類＞ こい 養殖 生	-	-	-	-	4	0	0	(0)	(0)	4	14.0	2.0	Tr	Tr	0	(0)	0.46	0.18	3.3	6.3	0.13	10.0	10	1.48	-	Tr	-	0.1
10120	1294	＜魚類＞ こい 養殖 水煮	-	-	-	-	3	0	0	(0)	(0)	3	12.0	2.0	Tr	Tr	0	(0)	0.37	0.17	3.1	(6.4)	0.11	7.5	9	1.51	-	1	-	0.1
10121	1295	＜魚類＞ こい 養殖 内臓 生	-	-	-	-	500	(0)	Tr	(0)	(Tr)	500	9	3.8	Tr	0.1	0	1	0.07	0.54	5.3	6.8	0.05	16.0	110	2.53	-	2	-	0.2
10122	1296	＜魚類＞（こち類）まごち 生	-	-	-	-	1	0	0	(0)	(0)	1	1	0.1	0	0	0	(0)	0.07	0.17	4.5	(8.6)	0.34	1.7	4	0.38	-	1	-	0.3
10123	1297	＜魚類＞（こち類）めごち 生	26	44	Tr	0	2	0	3	(0)	3	2	11.0	0	0	0	0	(0)	0.02	0.08	2.4	5.8	0.14	3.0	6	0.16	1.1	Tr	-	0.4
10124	1298	＜魚類＞ このしろ 生	35	31	1	0	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	9	2.5	0	0	0	(0)	Tr	0.17	2.1	5.6	0.33	10.0	8	1.13	7.4	0	-	0.4
10125	1299	＜魚類＞ このしろ 甘酢漬	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	7	0.5	0	0	0	(0)	Tr	0.17	2.1	(5.7)	0.15	8.1	1	0.41	-	(0)	-	2.3
10126	1300	＜魚類＞（さけ・ます類）からふとます 生	-	-	-	-	13	0	0	(0)	(0)	13	22.0	0.7	0	0	0	(0)	0.25	0.18	8.0	(12.0)	0.49	4.6	16	1.30	-	1	-	0.2

食品番号	備考
10106	試料（原材料）：やなぎむしがれい及びむしがれい（生干しひと塩品） 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10107	別名：はげ 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 65 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、皮、ひれ等）
10108	三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 40 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10424	三枚におろした後、腹側を除いたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 80 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10109	試料： しろぎす 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10400	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの 廃棄部位： 尾 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10110	別名： きんきん、きんき 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 60 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10111	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10112	
10113	
10114	切り身
10115	切り身
10401	切り身
10116	別名：きんめ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10117	別名： いしもち 試料： しろぐち 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10118	別名：いしもち、にべ 試料： しろぐち 内臓等を除き焼いたもの 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10119	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10120	頭部、尾及び内臓等を除き水煮したもの 廃棄部位： 骨、ひれ等
10121	胆のうを除いたもの
10122	別名： こち、がらごち、ぜにごち、ほんごち 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10123	関東で流通するめごち（ネズミゴチ）とは別種 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 60 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10124	別名： こはだ（小型魚）、つなし 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10125	
10126	別名： あおます 切り身

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10127	1301	＜魚類＞（さけ･ます類）からふとます 焼き	0	735	175	62.1	(23.2)	28.1	6.2	88.0	7.7	(0.1)	(0.1)	6.5 *	(0)	-	0.1	-	2.0	85	520	20	41	370	0.6	0.7	0.09	0.01
10128	1302	＜魚類＞（さけ･ます類）からふとます 塩ます	30	614	146	64.6	(17.3)	20.9	6.1	62.0	7.4	(0.6)	(0.5)	5.5 *	(0)	-	0.6	-	6.5	2300	310	27	34	250	0.4	0.5	0.06	0.01
10129	1303	＜魚類＞（さけ･ます類）からふとます 水煮缶詰	0	607	145	69.7	(17.1)	20.7	6.5	89.0	7.2	(0.1)	(0.1)	4.3 *	(0)	-	0.1	-	2.3	360	300	110	36	320	1.5	0.9	0.10	0.08
10130	1304	＜魚類＞（さけ･ます類）ぎんざけ 養殖 生	0	784	188	66.0	16.8	19.6	11.4	60.0	12.8	(0.3)	(0.3)	4.5 *	(0)	-	0.3	-	1.3	48	350	12	25	290	0.3	0.6	0.05	0.01
10131	1305	＜魚類＞（さけ･ます類）ぎんざけ 養殖 焼き	0	987	236	56.7	21.0	25.2	14.1	88.0	15.8	(0.4)	(0.4)	6.2 *	(0)	-	0.4	-	1.9	61	460	16	34	320	0.4	0.8	0.07	0.01
10132	1306	＜魚類＞（さけ･ます類）さくらます 生	0	611	146	69.8	(17.3)	20.9	6.2	54.0	7.7	(0.1)	(0.1)	5.3 *	(0)	-	0.1	-	1.5	53	390	15	28	260	0.4	0.5	0.06	0.01
10133	1307	＜魚類＞（さけ･ます類）さくらます 焼き	0	871	208	57.4	(23.5)	28.4	9.1	77.0	12.0	(0.1)	(0.1)	7.9 *	(0)	-	0.1	-	2.1	71	520	26	38	370	0.5	0.7	0.08	0.01
10134	1308	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 生	0	524	124	72.3	18.9	22.3	3.7	59.0	4.1	(0.1)	(0.1)	3.9 *	(0)	-	0.1	-	1.2	66	350	14	28	240	0.5	0.5	0.07	0.01
10135	1309	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 水煮	0	597	142	68.5	21.0	25.5	4.1	78.0	4.7	(0.1)	(0.1)	5.2 *	(0)	-	0.1	-	1.2	63	340	19	29	250	0.6	0.6	0.08	0.01
10136	1310	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 焼き	0	675	160	64.2	23.7	29.1	4.6	85.0	5.1	(0.1)	(0.1)	6.0 *	(0)	-	0.1	-	1.5	82	440	19	35	310	0.6	0.7	0.08	0.01
10137	1311	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 新巻き 生	0	581	138	67.0	(18.8)	22.8	4.4	70.0	6.1	(0.1)	(0.1)	5.8 *	(0)	-	0.1	-	4.0	1200	380	28	29	230	1.0	0.4	0.07	0.02
10138	1312	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 新巻き 焼き	0	744	177	59.5	(24.1)	29.3	5.5	95.0	7.9	(0.1)	(0.1)	7.7 *	(0)	-	0.1	-	3.2	830	480	44	36	300	1.7	0.6	0.08	0.03
10139	1313	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 塩ざけ	0	766	183	63.6	19.4	22.4	9.7	64.0	11.1	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	2.8	720	320	16	30	270	0.3	0.4	0.05	0.01
10140	1314	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ イクラ	0	1057	252	48.4	(28.8)	32.6	11.7	480	15.6	(0.2)	(0.2)	7.9 *	(0)	-	0.2	-	3.2	910	210	94	95	530	2.0	2.1	0.76	0.06
10141	1315	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ すじこ	0	1099	263	45.7	27.0	30.5	13.5	510	17.4	(0.9)	(0.8)	8.4 *	(0)	-	0.9	-	5.5	1900	180	62	80	490	2.7	2.2	0.73	0.07
10142	1316	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ めふん	0	312	74	65.4	-	16.9	0.5	300	0.9	(0.4) *	(0.4)	0.8	(0)	-	0.4	-	16.4	5800	300	35	28	220	6.8	1.5	0.13	0.03
10143	1317	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 水煮缶詰	0	656	156	68.2	(18.0)	21.2	7.5	66.0	8.5	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	2.0	230	290	190	34	310	0.4	0.8	0.07	0.03
10447	1318	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ サケ節 削り節	0	1469	346	14.3	(65.7)	77.4	(3.0)	287.9	3.4	(0.2)	(0.2)	14.1 *	0	-	0.2	-	2.9	300	840	51	81	620	2.0	1.8	0.24	0.05
10144	1319	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 生	0	908	218	62.1	17.3	20.1	14.4	71.8	16.5	(0.1)	(0.1)	4.9 *	(0)	-	0.1	-	1.4	43	370	9	27	240	0.3	0.5	0.05	0.01
10433	1320	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 水煮	0	980	236	58.6	19.8	22.5	17.4	82.3	18.4	(0.1) *	(0.1)	2.8	(0)	-	0.1	-	1.4	40	330	12	27	230	0.3	0.4	0.05	0.01
10434	1321	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 蒸し	0	958	230	60.2	20.0	23.8	15.3	78.6	15.8	(0.1)	(0.1)	3.1 *	(0)	-	0.1	-	1.4	49	360	10	28	250	0.3	0.3	0.06	0.01
10435	1322	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 電子レンジ調理	0	930	223	61.2	19.0	22.9	14.8	71.8	15.4	(0.1)	(0.1)	3.5 *	(0)	-	0.1	-	1.5	47	380	8	29	260	0.3	0.3	0.06	0.01
10145	1323	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 焼き	0	1125	270	54.6	19.8	24.5	19.1	92.9	19.7	(0.3)	(0.3)	4.9 *	(0)	-	0.3	-	1.7	55	460	17	34	310	0.3	0.5	0.05	0.01

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10127	1301	＜魚類＞（さけ･ます類）からふとます 焼き	-	-	-	-	15	0	0	(0)	(0)	15	31.0	0.9	0	0	0	(0)	0.24	0.27	10.0	(15.0)	0.36	7.9	19	1.60	-	1	-	0.2	別名： あおます 切り身
10128	1302	＜魚類＞（さけ･ます類）からふとます 塩ます	-	-	-	-	19	0	0	0	0	19	20.0	0.4	0	0	0	(0)	0.21	0.17	6.8	(11.0)	0.48	2.1	10	1.07	-	1	-	5.8	別名： あおます 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10129	1303	＜魚類＞（さけ･ます類）からふとます 水煮缶詰	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	7	0.7	0	0	0	(0)	0.15	0.13	6.0	(9.8)	0.25	3.4	15	0.66	-	(0)	-	0.9	別名： あおます 液汁を除いたもの
10130	1304	＜魚類＞（さけ･ます類）ぎんざけ 養殖 生	9	29	1	0	36	-	-	-	Tr	36	15.0	1.8	Tr	Tr	Tr	(0)	0.15	0.14	5.3	9.0	0.32	5.2	9	1.37	4.5	1	-	0.1	別名： ぎんます 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 35 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10131	1305	＜魚類＞（さけ･ます類）ぎんざけ 養殖 焼き	10	37	Tr	0	37	-	-	-	Tr	37	21.0	2.7	Tr	Tr	Tr	(0)	0.13	0.19	7.4	12.0	0.31	7.5	10	1.65	6.1	1	-	0.2	別名： ぎんます 切り身
10132	1306	＜魚類＞（さけ･ます類）さくらます 生	-	-	-	-	63	0	0	(0)	(0)	63	10.0	2.3	0	0	0	(0)	0.11	0.14	8.8	(13.0)	0.52	7.6	21	0.97	-	1	-	0.1	別名： ます 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 30 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10133	1307	＜魚類＞（さけ･ます類）さくらます 焼き	-	-	-	-	55	0	0	(0)	(0)	55	15.0	3.3	0	0	0	(0)	0.12	0.23	10.0	(15.0)	0.32	9.2	26	1.28	-	1	-	0.2	別名： ます 切り身
10134	1308	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 生	5	31	1	0	11	0	0	(0)	(0)	11	32.0	1.2	0	Tr	0	(0)	0.15	0.21	6.7	11.0	0.64	5.9	20	1.27	9.0	1	-	0.2	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 40 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10135	1309	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 水煮	6	34	2	0	13	0	0	(0)	(0)	13	34.0	1.1	0	Tr	0	(0)	0.15	0.23	6.6	12.0	0.51	5.3	21	1.21	10.0	Tr	-	0.2	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 切り身
10136	1310	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 焼き	5	41	3	0	14	0	0	(0)	(0)	14	39.0	1.4	0	Tr	0	(0)	0.17	0.26	8.7	14.0	0.57	6.0	24	1.67	12.0	1	-	0.2	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 切り身
10137	1311	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 新巻き 生	-	-	-	-	Tr	(0)	0	(0)	(0)	(Tr)	21.0	0.7	0	0	0	(0)	0.18	0.20	6.2	(11.0)	0.56	6.0	24	1.45	-	1	-	3.0	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 30 %、廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等）
10138	1312	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 新巻き 焼き	-	-	-	-	Tr	(0)	0	(0)	(0)	(Tr)	25.0	1.0	0	0	0	(0)	0.22	0.24	7.7	(13.0)	0.52	6.3	40	1.80	-	1	-	2.1	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 切り身
10139	1313	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 塩ざけ	18	43	0	0	24	0	0	(0)	(0)	24	23.0	0.4	0	0	0	(0)	0.14	0.15	7.1	12.0	0.58	6.9	11	0.95	11.0	1	-	1.8	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 20 %、廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等）
10140	1314	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ イクラ	-	-	-	-	330	0	0	(0)	(0)	330	44.0	9.1	0	0	0	(0)	0.42	0.55	0.1	(6.1)	0.06	47.0	100	2.36	-	6	-	2.3	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ
10141	1315	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ すじこ	-	-	-	-	670	0	0	0	0	670	47.0	11.0	0	Tr	0	Tr	0.42	0.61	0.4	6.0	0.23	54.0	160	2.40	-	9	-	4.8	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 卵巣を塩蔵したもの
10142	1316	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ めふん	-	-	-	-	250	0	0	(0)	(0)	250	20.0	0.4	0	0	0	1	Tr	6.38	2.7	5.5	0.07	330.0	60	0.91	-	(0)	-	14.7	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 腎臓を塩辛にしたもの
10143	1317	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ 水煮缶詰	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	8	0.6	0	0	0	(0)	0.15	0.12	7.0	(11.0)	0.10	6.0	10	0.41	-	(0)	-	0.6	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 液汁を除いたもの
10447	1318	＜魚類＞（さけ･ます類）しろさけ サケ節 削り節	31	120	1	1	3	-	-	-	-	3	33.0	2.0	0	0	0	0	0.04	0.52	12.0	(27.0)	0.46	22.0	27	1.95	33.0	-	-	0.8	別名： さけ（標準和名）、あきさけ、あきあじ 試料： 包装品
10144	1319	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 生	5	19	0	0	14	0	0	0	0	14	8.3	3.8	0	0.1	0	6	0.23	0.10	7.4	11.0	0.45	7.2	27	1.31	6.3	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身
10433	1320	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 水煮	5	20	0	Tr	15	(0)	(0)	(0)	(0)	15	7.5	4.9	(0)	(0)	(0)	8	0.26	0.10	6.2	11.0	0.50	7.3	17	1.16	5.7	1	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身
10434	1321	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 蒸し	8	24	0	Tr	16	(0)	(0)	(0)	(0)	16	7.5	3.4	(0)	(0)	(0)	6	0.25	0.11	7.0	12.0	0.52	8.4	18	1.11	7.1	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身
10435	1322	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 電子レンジ調理	7	23	Tr	Tr	18	(0)	(0)	(0)	(0)	18	6.1	2.9	(0)	(0)	(0)	6	0.29	0.11	7.5	12.0	0.61	8.9	17	1.24	6.5	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身
10145	1323	＜魚類＞（さけ･ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 焼き	8	26	0	Tr	17	0	0	0	0	17	11.0	4.4	0	0.2	0	8	0.24	0.13	8.2	13.0	0.43	5.6	28	1.69	8.8	3	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10436	1324	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき ソテー	0	1104	266	54.6	22.3	25.2	19.6	78.6	20.4	(0.1) *	(0.1)	1.9	(0)	-	0.1	-	1.7	55	450	10	33	300	0.3	0.3	0.06	0.01
10437	1325	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮つき 天ぷら	0	1175	282	52.6	18.2	21.0	19.5	64.6	20.1	-	-	8.5 *	-	-	5.1	-	1.2	66	410	27	26	240	0.4	0.5	0.05	0.05
10438	1326	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし 生	0	928	223	62.5	16.7	19.6	15.7	63.6	17.0	(0.1)	(0.1)	3.6 *	(0)	-	0.1	-	1.4	43	380	5	28	250	0.3	0.4	0.05	0.01
10439	1327	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし 水煮	10	1016	244	58.7	19.1	22.7	16.8	74.9	17.9	(0.1)	(0.1)	4.0 *	(0)	-	0.1	-	1.4	39	350	5	28	240	0.3	0.3	0.05	0.01
10440	1328	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし 蒸し	8	951	228	60.3	19.4	23.2	15.1	70.1	15.8	(0.1)	(0.1)	3.8 *	(0)	-	0.1	-	1.4	49	360	13	29	250	0.3	0.3	0.06	0.01
10441	1329	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし 電子レンジ調理	8	963	231	60.2	18.5	22.7	15.7	70.4	16.5	(0.1)	(0.1)	3.9 *	(0)	-	0.1	-	1.6	47	400	6	30	270	0.3	0.3	0.07	0.01
10442	1330	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし 焼き	10	953	229	59.8	19.2	23.9	15.0	71.7	15.7	(0.1)	(0.1)	4.2 *	(0)	-	0.1	-	1.7	52	440	5	31	280	0.3	0.3	0.07	0.01
10443	1331	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし ソテー	10	1119	269	53.2	22.3	25.8	20.0	77.5	21.0	(0.1) *	(0.1)	2.8	(0)	-	0.1	-	1.7	54	450	7	34	300	0.3	0.3	0.06	0.01
10444	1332	＜魚類＞（さけ・ます類）たいせいようさけ 養殖 皮なし 天ぷら	10	1107	266	54.8	17.3	20.0	17.9	57.6	18.6	-	-	8.9 *	-	-	5.5	-	1.1	62	390	27	25	230	0.3	0.4	0.05	0.05
10146	1333	＜魚類＞（さけ・ます類）にじます 海面養殖 皮つき 生	0	841	201	63.0	18.7	21.4	11.7	69.1	14.2	(0.1)	(0.1)	5.2 *	(0)	-	0.1	-	1.3	64	390	13	28	250	0.3	0.5	0.04	0.01
10402	1334	＜魚類＞（さけ・ます類）にじます 海面養殖 皮なし 生	0	734	176	67.5	17.8	20.5	10.1	52.0	10.8	(0.2)	(0.2)	3.5 *	(0)	-	0.2	-	1.2	50	420	8	29	250	0.3	0.4	0.04	0.01
10147	1335	＜魚類＞（さけ・ます類）にじます 海面養殖 皮つき 焼き	0	994	238	55.3	(23.3)	27.2	13.3	97.9	15.8	(0.4)	(0.4)	6.2 *	(0)	-	0.4	-	1.8	68	490	22	55	350	0.3	0.6	0.05	0.01
10148	1336	＜魚類＞（さけ・ます類）にじます 淡水養殖 皮つき 生	45	489	116	74.5	16.2	19.7	3.7	72.0	4.6	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	1.1	50	370	24	28	240	0.2	0.6	0.04	0.01
10149	1337	＜魚類＞（さけ・ます類）べにざけ 生	0	536	127	71.4	(18.6)	22.5	3.7	51.0	4.5	(0.1)	(0.1)	4.8 *	(0)	-	0.1	-	1.5	57	380	10	31	260	0.4	0.5	0.07	0.01
10150	1338	＜魚類＞（さけ・ます類）べにざけ 焼き	0	685	163	63.4	(23.6)	28.5	4.9	76.0	6.0	(0.1)	(0.1)	6.2 *	(0)	-	0.1	-	2.0	72	490	16	39	340	0.5	0.7	0.08	0.01
10151	1339	＜魚類＞（さけ・ます類）べにざけ くん製	0	602	143	64.0	-	25.7	4.4	50.0	5.5	(0.1) *	(0.1)	1.2	(0)	-	0.1	-	4.7	1500	250	19	20	240	0.8	0.5	0.07	0.01
10152	1340	＜魚類＞（さけ・ます類）ますのすけ 生	0	737	176	66.5	(16.1)	19.5	9.7	54.0	12.5	(Tr)	(Tr)	6.2 *	(0)	-	Tr	-	1.5	38	380	18	28	250	0.3	0.4	0.06	0.01
10153	1341	＜魚類＞（さけ・ます類）ますのすけ 焼き	0	995	238	54.9	(21.8)	26.4	13.1	79.0	16.7	(Tr)	(Tr)	8.1 *	(0)	-	Tr	-	2.0	48	520	30	33	330	0.4	0.6	0.05	0.01
10154	1342	＜魚類＞（さば類）まさば 生	50	883	211	62.1	17.8	20.6	12.8	60.7	16.8	(0.3)	(0.3)	6.2 *	(0)	-	0.3	-	1.1	110	330	6	30	220	1.2	1.1	0.12	0.01
10155	1343	＜魚類＞（さば類）まさば 水煮	0	1054	253	57.4	(19.2)	22.6	17.3	79.8	22.6	(0.3)	(0.3)	5.2 *	(0)	-	0.3	-	1.0	94	280	7	29	210	1.3	1.1	0.14	0.01
10156	1344	＜魚類＞（さば類）まさば 焼き	0	1100	264	54.1	(21.4)	25.2	17.1	78.9	22.4	(0.4)	(0.3)	6.1 *	(0)	-	0.4	-	1.3	120	370	10	34	280	1.6	1.4	0.16	0.01
10403	1345	＜魚類＞（さば類）まさば フライ	0	1317	316	47.2	16.7	20.0	21.9	70.1	25.1	6.8	6.2	13.1 *	-	-	6.5	-	1.1	130	310	14	30	210	1.3	1.1	0.13	0.08

食品番号	索引番号	無機質				ビタミン																						アルコール	食塩相当量	備考
						ビタミンA						ビタミンE																		
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC			
		(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)							
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10436	1324	8	23	0	Tr	22	(0)	(0)	(0)	(0)	22	6.9	5.8	Tr	2.5	0.1	9	0.31	0.13	8.8	14.0	0.51	7.9	23	1.61	7.6	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
10437	1325	5	18	0	1	5	0	8	0	8	6	5.6	5.7	Tr	4.3	0.1	19	0.27	0.14	7.5	12.0	0.45	4.2	23	1.26	6.1	2	-	0.2	別名： アトランティックサーモン 切り身 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10438	1326	6	17	0	0	14	(0)	(0)	(0)	(0)	14	7.3	3.6	-	-	-	6	0.24	0.08	7.7	12.0	0.49	8.0	25	1.30	6.1	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身。刺身と同等
10439	1327	5	21	0	0	16	(0)	(0)	(0)	(0)	16	7	4.7	(0)	(0)	(0)	8	0.27	0.10	6.5	11.0	0.55	7.5	17	1.25	5.9	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身 廃棄部位： 皮、小骨
10440	1328	7	24	0	Tr	17	(0)	(0)	(0)	(0)	17	7.3	3.4	(0)	(0)	(0)	6	0.25	0.10	6.9	12.0	0.57	9.3	18	1.09	7.7	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身 廃棄部位： 皮、小骨
10441	1329	7	24	0	Tr	22	(0)	(0)	(0)	(0)	22	6.4	3.1	(0)	(0)	(0)	7	0.29	0.11	7.2	12.0	0.58	9.7	21	1.12	6.8	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身 廃棄部位： 皮、小骨
10442	1330	7	24	0	Tr	21	(0)	(0)	(0)	(0)	21	7.7	3.7	(0)	(0)	(0)	7	0.25	0.11	8.3	13.0	0.52	9.4	17	1.22	8.7	1	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身 廃棄部位： 皮、小骨
10443	1331	7	23	0	Tr	22	(0)	(0)	(0)	(0)	22	6.6	6.0	Tr	2.8	0.1	10	0.31	0.13	9.1	15.0	0.50	7.9	24	1.56	7.8	2	-	0.1	別名： アトランティックサーモン 切り身 廃棄部位： 皮、小骨 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
10444	1332	5	17	0	1	4	0	8	0	8	5	5.3	5.4	Tr	4.0	0.1	19	0.27	0.13	7.5	12.0	0.51	3.7	18	1.15	5.7	2	-	0.2	別名： アトランティックサーモン 切り身 廃棄部位： 皮、小骨 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10146	1333	4	22	0	(0)	57	(0)	0	(0)	(0)	57	11.0	5.5	0	1.1	0	-	0.17	0.10	6.8	11.0	0.45	5.2	12	1.78	5.4	2	-	0.2	別名： スチールヘッドトラウト、サーモントラウト 切り身
10402	1334	3	21	0	(0)	27	(0)	(0)	(0)	(0)	27	7	3.8	0	0.9	0	-	0.21	0.12	6.7	11.0	0.59	3.8	9	1.74	5.5	3	-	0.1	別名： スチールヘッドトラウト、サーモントラウト 同一試料の皮つき、生の分析値： 第2章別表参照
10147	1335	-	-	-	(0)	74	(0)	0	(0)	(0)	74	12.0	5.9	0	-	0	-	0.20	0.15	7.0	(12.0)	0.30	2.8	15	2.68	-	5	-	0.2	別名： スチールヘッドトラウト、サーモントラウト 切り身
10148	1336	-	-	-	-	17	0	0	0	0	17	12.0	1.2	Tr	0	0	(0)	0.21	0.10	4.0	7.3	0.36	6.0	13	1.63	-	2	-	0.1	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10149	1337	-	-	-	-	27	0	0	(0)	(0)	27	33.0	1.3	0	0	0	(0)	0.26	0.15	6.0	(10.0)	0.41	9.4	13	1.23	-	Tr	-	0.1	切り身
10150	1338	-	-	-	-	35	0	0	(0)	(0)	35	38.0	1.8	0	0	0	(0)	0.27	0.22	7.2	(12.0)	0.39	3.8	15	1.49	-	2	-	0.2	切り身
10151	1339	-	-	-	-	43	-	-	-	(0)	43	28.0	1.2	0	0	0	(0)	0.23	0.23	8.5	13.0	0.52	8.0	10	1.50	-	(0)	-	3.8	切り身 皮の割合： 10 %
10152	1340	-	-	-	-	160	0	0	-	0	160	16.0	3.3	0	0	0	(0)	0.13	0.12	7.7	(11.0)	0.43	3.4	12	1.38	-	1	-	0.1	別名： キングサーモン 切り身
10153	1341	-	-	-	-	200	0	0	-	0	200	17.0	3.8	0	0	0	(0)	0.14	0.20	8.1	(13.0)	0.36	4.1	15	1.77	-	Tr	-	0.1	別名： キングサーモン 切り身
10154	1342	21	70	2	0	37	0	1	0	1	37	5.1	1.3	0	0	0	2	0.21	0.31	12.0	16.0	0.59	13.0	11	0.66	4.9	1	-	0.3	別名： さば 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10155	1343	23	66	6	0	31	0	0	0	0	31	4.3	2.0	0	0	0	-	0.25	0.30	11.0	(15.0)	0.48	19.0	13	0.75	8.5	0	-	0.2	別名： さば 切り身
10156	1344	24	21	6	1	34	0	0	0	0	34	4.9	2.1	0	0	0	4	0.30	0.37	13.0	(18.0)	0.54	22.0	13	0.79	8.2	0	-	0.3	別名： さば 切り身
10403	1345	-	-	-	-	42	0	1	1	1	42	3.5	3.2	0	3.7	0.1	19	0.20	0.30	9.9	14.0	0.33	11.0	16	0.70	-	0	-	0.3	別名： さば 切り身 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10157	1346	＜魚類＞（さば類）まさば さば節	0	1399	330	14.6	(62.7)	73.9	2.8	300	5.1	(Tr)	(Tr)	13.5 *	(0)	-	Tr	-	6.4	370	1100	860	140	1200	7.2	8.4	0.43	0.05
10404	1347	＜魚類＞（さば類）ごまさば 生	50	551	131	70.7	19.9	23.0	3.7	59.3	5.1	(0.3)	(0.2)	4.5 *	(0)	-	0.3	-	1.3	66	420	12	33	260	1.6	1.1	0.13	0.01
10405	1348	＜魚類＞（さば類）ごまさば 水煮	0	585	139	68.8	20.9	24.8	3.8	62.0	5.2	(0.2)	(0.2)	5.4 *	(0)	-	0.2	-	1.2	56	350	13	31	240	1.8	1.2	0.15	0.01
10406	1349	＜魚類＞（さば類）ごまさば 焼き	0	734	174	60.8	25.5	31.1	4.7	74.0	6.6	(0.3)	(0.3)	7.4 *	(0)	-	0.3	-	1.6	88	540	19	46	350	2.2	1.4	0.14	0.01
10158	1350	＜魚類＞（さば類）たいせいようさば 生	0	1223	295	54.5	15.3	17.2	23.4	68.0	26.8	(0.4)	(0.4)	5.6 *	(0)	-	0.4	-	1.1	99	320	7	28	210	0.9	0.9	0.06	0.01
10159	1351	＜魚類＞（さば類）たいせいようさば 水煮	0	1287	310	51.4	16.3	18.6	24.0	78.0	28.5	(0.4)	(0.4)	7.3 *	(0)	-	0.4	-	1.1	96	280	9	27	210	1.0	1.0	0.07	0.01
10160	1352	＜魚類＞（さば類）たいせいようさば 焼き	0	1354	326	47.0	18.2	21.8	23.8	80.0	29.3	(0.5)	(0.5)	9.6 *	(0)	-	0.5	-	1.4	120	390	12	33	260	1.2	1.1	0.09	0.01
10161	1353	＜魚類＞（さば類）加工品 塩さば	0	1099	263	52.1	22.8	26.2	16.3	59.0	19.1	(0.1)	(0.1)	6.3 *	(0)	-	0.1	-	2.5	720	300	27	35	200	2.0	0.6	0.07	0.02
10162	1354	＜魚類＞（さば類）加工品 開き干し	25	1260	303	50.1	16.4	18.7	22.7	65.0	28.5	(0.2)	(0.2)	8.3 *	(0)	-	0.2	-	2.5	680	300	25	25	200	2.0	1.0	0.09	-
10163	1355	＜魚類＞（さば類）加工品 しめさば	0	1215	292	50.6	17.5	18.6	20.6	65.0	26.9	-	-	9.1 *	(0)	-	1.7	-	2.2	640	200	9	24	160	1.1	0.4	0.18	0.01
10164	1356	＜魚類＞（さば類）缶詰 水煮	0	727	174	66.0	(17.3)	20.9	9.3	84.0	10.7	(0.2)	(0.2)	5.2 *	(0)	-	0.2	-	2.2	340	260	260	31	190	1.6	1.7	0.14	0.02
10165	1357	＜魚類＞（さば類）缶詰 みそ煮	0	876	210	61.0	-	16.3	12.5	70.0	13.9	-	-	8.0 *	(0)	-	6.6	-	2.2	430	250	210	29	250	2.0	1.2	0.14	0.09
10166	1358	＜魚類＞（さば類）缶詰 味付け	0	871	208	59.6	-	21.4	11.2	95.0	12.6	-	-	5.4 *	(0)	-	4.0	-	2.4	530	260	180	35	300	2.0	1.3	0.16	0.09
10167	1359	＜魚類＞（さめ類）あぶらつのざめ 生	0	578	138	72.4	(8.3)	16.8	6.6	50.0	9.4	(Tr)	(Tr)	11.2 *	(0)	-	Tr	-	1.4	100	450	6	19	200	1.0	0.3	0.04	0.01
10168	1360	＜魚類＞（さめ類）よしきりざめ 生	0	336	79	79.2	9.4	18.9	0.2	54.0	0.6	(Tr)	(Tr)	9.9 *	(0)	-	Tr	-	1.3	210	290	5	19	150	0.4	0.5	0.06	-
10169	1361	＜魚類＞（さめ類）ふかひれ	0	1463	344	13.0	(41.7)	83.9	0.5	250	1.6	(Tr)	(Tr)	43.4 *	(0)	-	Tr	-	1.5	180	3	65	94	36	1.2	3.1	0.06	0.09
10170	1362	＜魚類＞ さより 生	40	374	88	77.9	(16.2)	19.6	0.9	100	1.3	(Tr)	(Tr)	3.8 *	(0)	-	Tr	-	1.2	190	290	41	37	190	0.3	1.9	0.03	0.02
10171	1363	＜魚類＞ さわら 生	0	676	161	68.6	18.0	20.1	8.4	60.0	9.7	(0.1)	(0.1)	3.5 *	(0)	-	0.1	-	1.5	65	490	13	32	220	0.8	1.0	0.03	0.01
10172	1364	＜魚類＞ さわら 焼き	0	771	184	63.8	(20.7)	23.6	9.2	87.0	10.8	(0.1)	(0.1)	4.6 *	(0)	-	0.1	-	1.7	90	610	22	36	310	0.9	1.1	0.05	0.01
10173	1365	＜魚類＞ さんま 皮つき 生	0	1193	287	55.6	16.3	18.1	22.7	68.0	25.6	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	1.0	140	200	28	28	180	1.4	0.8	0.12	0.02
10407	1366	＜魚類＞ さんま 皮なし 生	0	1151	277	57.0	15.7	17.8	21.7	54.2	25.0	(0.2)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.2	-	0.8	120	200	15	25	160	1.3	0.6	0.13	0.01
10174	1367	＜魚類＞ さんま 皮つき 焼き	35	1171	281	53.2	19.3	23.3	19.8	72.1	22.8	(0.2)	(0.2)	6.5 *	(0)	-	0.2	-	1.2	130	260	37	30	220	1.7	0.9	0.15	0.03
10175	1368	＜魚類＞ さんま 開き干し	30	968	232	59.7	(17.2)	19.3	15.8	80.0	19.0	(0.1)	(0.1)	5.5 *	(0)	-	0.1	-	1.9	500	260	60	28	140	1.1	0.7	0.12	0.02
10176	1369	＜魚類＞ さんま みりん干し	15	1598	382	25.1	-	23.9	20.3	98.0	25.8	-	-	25.9 *	(0)	-	20.4	-	4.8	1400	370	120	50	250	2.2	1.3	0.22	0.07
10177	1370	＜魚類＞ さんま 缶詰 味付け	0	1081	259	53.9	-	18.9	17.2	98.0	18.9	-	-	7.3 *	(0)	-	5.6	-	2.7	540	160	280	37	350	1.9	1.1	0.16	0.08
10178	1371	＜魚類＞ さんま 缶詰 かば焼	0	916	219	57.0	-	17.4	11.7	80.0	13.0	-	-	11.0 *	(0)	-	9.7	-	2.9	600	250	250	37	260	2.9	0.1	0.14	0.09
10179	1372	＜魚類＞ しいら 生	0	423	100	75.5	(17.6)	21.3	1.4	55.0	1.9	(Tr)	(Tr)	4.1 *	(0)	-	Tr	-	1.3	50	480	13	31	250	0.7	0.5	0.05	0.01

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10157	1346	＜魚類＞（さば類）まさば さば節	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	12.0	0.9	0	0	0	(0)	0.25	0.85	15.0	(29.0)	0.68	6.0	30	1.55	-	(0)	-	0.9	
10404	1347	＜魚類＞（さば類）ごまさば 生	-	-	-	-	8	0	0	0	0	8	4.3	1.2	0	0	0	4	0.17	0.28	15.0	20.0	0.65	13.0	10	0.72	-	Tr	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚おろし）
10405	1348	＜魚類＞（さば類）ごまさば 水煮	-	-	-	-	8	0	0	0	0	8	4.9	1.1	0	0	0	4	0.15	0.28	13.0	18.0	0.51	14.0	12	0.76	-	0	-	0.1	切り身
10406	1349	＜魚類＞（さば類）ごまさば 焼き	-	-	-	-	11	0	0	0	0	11	5.7	1.7	0	0	0	5	0.21	0.36	19.0	24.0	0.55	17.0	18	1.01	-	0	-	0.2	切り身
10158	1350	＜魚類＞（さば類）たいせいようさば 生	69	45	0	0	44	0	0	0	0	44	10.0	0.7	0	0	0	(0)	0.14	0.35	6.5	10.0	0.35	8.1	12	0.72	6.6	1	-	0.3	別名： ノルウェーさば 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 35 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10159	1351	＜魚類＞（さば類）たいせいようさば 水煮	67	45	0	0	42	0	0	0	0	42	6.6	0.6	0	0	0	(0)	0.19	0.34	5.3	9.1	0.28	12.0	13	0.72	8.2	Tr	-	0.2	別名： ノルウェーさば 切り身
10160	1352	＜魚類＞（さば類）たいせいようさば 焼き	89	59	0	0	63	0	0	0	0	63	11.0	0.8	0	0	0	(0)	0.22	0.38	7.6	12.0	0.33	8.8	16	0.93	10	Tr	-	0.3	別名： ノルウェーさば 切り身
10161	1353	＜魚類＞（さば類）加工品 塩さば	110	78	1	0	9	(0)	(0)	(0)	(0)	9	11.0	0.5	0	0	0	(0)	0.16	0.59	12.0	17.0	0.41	7.1	10	0.59	5.9	(0)	-	1.8	切り身
10162	1354	＜魚類＞（さば類）加工品 開き干し	110	110	0	0	9	(0)	(0)	(0)	(0)	9	12.0	2.4	0	0	0	(0)	0.13	0.59	8.5	12.0	0.42	11.0	11	0.63	8.9	0	-	1.7	廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10163	1355	＜魚類＞（さば類）加工品 しめさば	430	73	1	Tr	14	0	0	(0)	(0)	14	8	0.5	0	0	0	(0)	0.13	0.28	7.7	12.0	0.36	11.0	4	0.71	7.6	Tr	-	1.6	
10164	1356	＜魚類＞（さば類）缶詰 水煮	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	11.0	3.2	0	0	0	(0)	0.15	0.40	8.0	(12.0)	0.36	12.0	12	0.55	-	(0)	-	0.9	液汁を除いたもの
10165	1357	＜魚類＞（さば類）缶詰 みそ煮	-	-	-	-	42	(0)	(0)	(0)	(0)	42	5	1.9	Tr	0.3	0.2	(0)	0.04	0.37	5.9	(9.0)	0.30	9.6	21	0.50	-	0	-	1.1	液汁を含んだもの
10166	1358	＜魚類＞（さば類）缶詰 味付け	-	-	-	-	31	(0)	(0)	(0)	(0)	31	5	2.4	0	0	0	(0)	0.03	0.27	7.4	(11.0)	0.33	11.0	24	0.52	-	0	-	1.3	液汁を除いたもの
10167	1359	＜魚類＞（さめ類）あぶらつのざめ 生	-	-	-	-	210	-	-	-	(0)	210	1	2.2	0	0	0	(0)	0.04	0.08	1.0	(3.0)	0.33	1.7	2	0.73	-	Tr	-	0.3	別名： ふか、あぶらざめ 切り身
10168	1360	＜魚類＞（さめ類）よしきりざめ 生	-	-	-	-	9	-	-	-	(0)	9	0	0.9	0	0	0	(0)	0.11	0.11	0.9	3.2	0.24	0.3	4	0.49	-	Tr	-	0.5	別名： ふか 切り身
10169	1361	＜魚類＞（さめ類）ふかひれ	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	1	0.4	0	0	0	(0)	Tr	Tr	0.5	(11.0)	0.02	0.9	23	0.24	-	(0)	-	0.5	別名： さめひれ、きんし
10170	1362	＜魚類＞ さより 生	-	-	-	-	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(Tr)	3	0.9	0	0	0	(0)	Tr	0.12	5.2	(8.8)	0.33	5.5	10	0.44	-	2	-	0.5	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10171	1363	＜魚類＞ さわら 生	-	-	-	-	12	(0)	(0)	(0)	(0)	12	7	0.3	0	0	0	(0)	0.09	0.35	9.5	13.0	0.40	5.3	8	1.16	-	Tr	-	0.2	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 30 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10172	1364	＜魚類＞ さわら 焼き	-	-	-	-	16	(0)	(0)	(0)	(0)	16	12.0	1.1	0	0	0	(0)	0.09	0.34	12.0	(16.0)	0.29	5.3	8	1.12	-	Tr	-	0.2	切り身
10173	1365	＜魚類＞ さんま 皮つき 生	22	32	2	1	16	0	0	0	0	16	16.0	1.7	0	0	0	1	0.01	0.28	7.4	11.0	0.54	16.0	15	0.74	7.4	0	-	0.4	別名： さいら 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 35 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10407	1366	＜魚類＞ さんま 皮なし 生	30	25	Tr	-	26	(0)	(0)	(0)	(0)	26	11.0	2.6	0	Tr	0	-	0	0.32	7.9	11.0	0.58	15.0	12	0.57	8.4	1	-	0.3	別名： さいら
10174	1367	＜魚類＞ さんま 皮つき 焼き	25	45	1	1	11	0	0	0	0	11	13.0	1.0	0	0	0	Tr	Tr	0.30	9.8	14.0	0.42	16.0	17	0.93	9.4	0	-	0.3	別名： さいら 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（第1章表12参照） 魚体全体を焼いたもの（第1章表12参照）
10175	1368	＜魚類＞ さんま 開き干し	-	-	-	-	25	(0)	(0)	(0)	(0)	25	14.0	1.5	0	0	0	(0)	Tr	0.30	4.0	(8.0)	0.54	10.0	10	0.84	-	(0)	-	1.3	別名： さいら 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10176	1369	＜魚類＞ さんま みりん干し	-	-	-	-	31	(0)	(0)	(0)	(0)	31	20.0	0.5	0	0.1	0	(0)	Tr	0.30	3.0	(7.9)	0.35	11.0	14	1.34	-	(0)	-	3.6	別名： さいら 廃棄部位： 骨、ひれ等
10177	1370	＜魚類＞ さんま 缶詰 味付け	-	-	-	-	25	(0)	(0)	(0)	(0)	25	13.0	2.8	0	0	0	(0)	Tr	0.20	3.5	(7.4)	0.30	12.0	29	0.55	-	(0)	-	1.4	別名： さいら 液汁を除いたもの
10178	1371	＜魚類＞ さんま 缶詰 かば焼	-	-	-	-	28	(0)	(0)	(0)	(0)	28	12.0	2.4	0	0	0	(0)	Tr	0.27	6.2	(9.8)	0.28	12.0	12	0.55	-	(0)	-	1.5	別名： さいら 液汁を含んだもの
10179	1372	＜魚類＞ しいら 生	-	-	-	-	8	(0)	(0)	(0)	(0)	8	5	0.5	0	0	0	(0)	0.20	0.15	9.0	(13.0)	0.46	2.6	3	0.36	-	1	-	0.1	別名： まんびき 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 55%、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10180	1373	＜魚類＞（ししゃも類）ししゃも 生干し 生	10	639	152	67.6	(17.4)	21.0	7.1	230	8.1	(0.2)	(0.2)	4.9 *	(0)	-	0.2	-	3.1	490	380	330	48	430	1.6	1.8	0.10	0.11
10181	1374	＜魚類＞（ししゃも類）ししゃも 生干し 焼き	10	680	162	64.1	(20.1)	24.3	6.6	300	7.8	(0.2)	(0.2)	5.7 *	(0)	-	0.2	-	3.6	640	400	360	57	540	1.7	2.1	0.11	0.18
10182	1375	＜魚類＞（ししゃも類）からふとししゃも 生干し 生	0	669	160	69.3	12.6	15.6	9.9	290	11.6	(0.5)	(0.5)	5.2 *	(0)	-	0.5	-	3.0	590	200	350	55	360	1.4	2.0	0.06	0.04
10183	1376	＜魚類＞（ししゃも類）からふとししゃも 生干し 焼き	0	710	170	66.4	(14.3)	18.2	9.9	370	11.3	(0.6)	(0.5)	5.8 *	(0)	-	0.6	-	3.5	770	210	380	65	450	1.6	2.4	0.07	0.06
10184	1377	＜魚類＞ したびらめ 生	45	369	87	78.0	-	19.2	1.2	75.0	1.6	(Tr) *	(Tr)	0.4	(0)	-	Tr	-	1.2	140	310	36	31	160	0.3	0.5	0.02	0.02
10185	1378	＜魚類＞ しまあじ 養殖 生	55	617	147	68.9	-	21.9	6.6	71.0	8.0	(0.1) *	(0.1)	1.5	(0)	-	0.1	-	1.1	53	390	16	29	250	0.7	1.1	0.04	0.01
10186	1379	＜魚類＞ しらうお 生	0	295	70	82.6	(11.2)	13.6	1.4	220	2.0	(0.1)	(0.1)	3.1 *	(0)	-	0.1	-	1.7	170	250	150	39	270	0.4	1.2	0.03	0.09
10187	1380	＜魚類＞ シルバー 生	0	580	138	72.4	(15.4)	18.6	6.5	46.0	7.9	(Tr)	(Tr)	4.7 *	(0)	-	Tr	-	1.1	85	440	11	31	220	0.6	0.5	0.06	0.01
10188	1381	＜魚類＞ すずき 生	0	477	113	74.8	(16.4)	19.8	3.5	67.0	4.2	(Tr)	(Tr)	4.2 *	(0)	-	Tr	-	1.2	81	370	12	29	210	0.2	0.5	0.02	0.01
10189	1382	＜魚類＞（たい類）きだい 生	60	422	100	76.9	(15.4)	18.6	2.5	67.0	3.1	(0.2)	(0.2)	4.0 *	(0)	-	0.2	-	1.2	73	390	23	30	210	0.2	0.4	0.02	0.01
10190	1383	＜魚類＞（たい類）くろだい 生	55	574	137	71.4	(16.9)	20.4	5.4	78.0	6.7	(0.3)	(0.3)	5.1 *	(0)	-	0.3	-	1.2	59	400	13	36	250	0.3	0.8	0.03	0.01
10191	1384	＜魚類＞（たい類）ちだい 生	0	411	97	76.8	16.6	19.4	1.9	74.0	2.4	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	1.3	75	390	33	32	230	0.6	0.4	0.03	0.01
10192	1385	＜魚類＞（たい類）まだい 天然 生	50	543	129	72.2	17.8	20.6	4.6	65.0	5.8	(0.1)	(0.1)	4.1 *	(0)	-	0.1	-	1.3	55	440	11	31	220	0.2	0.4	0.02	0.01
10193	1386	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮つき 生	55	669	160	68.5	18.1	20.9	7.8	69.0	9.4	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	1.3	52	450	12	32	240	0.2	0.5	0.02	0
10194	1387	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮つき 水煮	20	761	182	65.0	(18.7)	22.2	9.3	90.1	11.9	(0.1)	(0.1)	5.8 *	(0)	-	0.1	-	1.2	50	440	20	29	220	0.2	0.5	0.03	0
10195	1388	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮つき 焼き	35	779	186	63.8	(19.2)	22.7	9.4	90.6	12.0	(0.1)	(0.1)	6.1 *	(0)	-	0.1	-	1.4	55	500	24	32	260	0.2	0.5	0.02	0.01
10408	1389	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮なし 生	0	551	131	71.9	18.5	21.2	4.8	59.9	5.9	(0.2)	(0.1)	3.5 *	(0)	-	0.2	-	1.3	43	490	7	33	260	0.2	0.4	0.02	0
10196	1390	＜魚類＞ たかさご 生	40	392	93	76.7	(16.7)	20.2	1.1	50.0	1.5	(0.1)	(0.1)	4.0 *	(0)	-	0.1	-	1.5	48	510	51	36	290	0.5	0.7	0.04	0.01
10197	1391	＜魚類＞ たかべ 生	40	618	148	71.0	(15.5)	18.7	7.4	70.0	9.0	(Tr)	(Tr)	4.9 *	(0)	-	Tr	-	1.3	120	380	41	34	210	0.6	1.3	0.04	0.01
10198	1392	＜魚類＞ たちうお 生	35	991	238	61.6	14.6	16.5	17.7	72.0	20.9	(Tr)	(Tr)	5.1 *	(0)	-	Tr	-	1.0	88	290	12	29	180	0.2	0.5	0.02	0.02
10199	1393	＜魚類＞（たら類）すけとうだら 生	0	304	72	81.6	14.2	17.4	0.5	75.5	1.0	(0.1)	(Tr)	2.6 *	(0)	-	0.1	-	1.1	100	350	13	24	180	0.2	0.5	0.03	0
10409	1394	＜魚類＞（たら類）すけとうだら フライ	0	813	195	61.9	16.5	19.2	11.3	88.9	11.9	7.2 *	6.5	9.1	-	-	5.7	-	1.2	140	340	34	27	190	0.4	0.7	0.05	0.08
10200	1395	＜魚類＞（たら類）すけとうだら すり身	0	416	98	75.1	(13.9)	17.5	0.1	27.0	0.2	-	-	10.2 *	(0)	-	6.6	-	0.6	120	130	7	21	130	0.1	0.3	0.03	0.01
10201	1396	＜魚類＞（たら類）すけとうだら すきみだら	0	700	165	38.2	(32.3)	40.5	0.2	140	0.3	(0.1)	(0.1)	8.4 *	(0)	-	0.1	-	20.9	7400	540	130	54	340	1.9	0.1	0.09	0.02
10202	1397	＜魚類＞（たら類）すけとうだら たらこ 生	0	553	131	65.2	21.0	24.0	2.9	350	4.7	(0.4)	(0.4)	5.2 *	(0)	-	0.4	-	5.7	1800	300	24	13	390	0.6	3.1	0.08	0.04
10203	1398	＜魚類＞（たら類）すけとうだら たらこ 焼き	0	668	158	58.6	(24.2)	28.3	3.7	410	6.1	(0.5)	(0.5)	7.0 *	(0)	-	0.5	-	6.5	2100	340	27	15	470	0.7	3.8	0.10	0.05
10204	1399	＜魚類＞（たら類）すけとうだら からしめんたいこ	0	511	121	66.6	-	21.0	2.3	280	3.3	-	-	4.0 *	(0)	-	3.0	-	6.1	2200	180	23	11	290	0.7	2.7	0.08	0.04

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA							ビタミンE																
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
10180	1373	＜魚類＞（ししゃも類）ししゃも 生干し 生	74	35	1	1	100	0	6	0	6	100	0.6	0.8	0	Tr	0	1	0.02	0.25	1.7	(5.5)	0.07	7.5	37	1.95	18.0	1	-	1.2
10181	1374	＜魚類＞（ししゃも類）ししゃも 生干し 焼き	-	-	-	-	75	0	11	0	11	76	0.6	1.1	0	Tr	0	1	0.04	0.29	0.9	(5.3)	0.07	8.7	36	1.93	-	1	-	1.6
10182	1375	＜魚類＞（ししゃも類）からふとししゃも 生干し 生	27	41	1	1	120	0	0	0	0	120	0.4	1.6	0	0.1	0	Tr	Tr	0.31	1.5	4.8	0.08	8.7	21	1.20	17.0	1	-	1.5
10183	1376	＜魚類＞（ししゃも類）からふとししゃも 生干し 焼き	-	-	-	-	90	0	0	0	0	90	0.5	2.1	0	0.1	0	Tr	0.01	0.37	0.8	(4.6)	0.08	10.0	20	1.19	-	1	-	2.0
10184	1377	＜魚類＞ したびらめ 生	-	-	-	-	30	0	0	0	0	30	2	0.6	0	0	0	(0)	0.06	0.14	3.3	(6.8)	0.20	2.6	12	0.26	-	1	-	0.4
10185	1378	＜魚類＞ しまあじ 養殖 生	-	-	-	-	10	0	0	-	0	10	18.0	1.6	0	0	0	(0)	0.25	0.15	8.3	(12.0)	0.52	3.2	2	0.88	-	Tr	-	0.1
10186	1379	＜魚類＞ しらうお 生	-	-	-	-	50	(0)	(0)	(0)	(0)	50	1	1.8	0	Tr	0	(0)	0.08	0.10	1.8	(4.3)	0.12	3.3	58	0.94	-	4	-	0.4
10187	1380	＜魚類＞ シルバー 生	-	-	-	-	100	(0)	(0)	(0)	(0)	100	3	3.1	0	0	0	(0)	0.08	0.18	7.6	(11.0)	0.50	1.8	4	0.48	-	0	-	0.2
10188	1381	＜魚類＞ すずき 生	-	-	-	-	180	0	0	0	0	180	10.0	1.2	0	0	0	(0)	0.02	0.20	3.9	(7.5)	0.27	2.0	8	0.93	-	3	-	0.2
10189	1382	＜魚類＞（たい類）きだい 生	-	-	-	-	50	0	0	0	0	50	4	1.5	0	0	0	(0)	0.03	0.04	2.8	(6.2)	0.20	3.2	8	0.38	-	1	-	0.2
10190	1383	＜魚類＞（たい類）くろだい 生	-	-	-	-	12	0	0	0	0	12	4	1.4	0	0	0	(0)	0.12	0.30	5.5	(9.2)	0.42	3.7	14	0.62	-	3	-	0.1
10191	1384	＜魚類＞（たい類）ちだい 生	24	43	Tr	0	21	(0)	0	(0)	(0)	21	2	1.3	0	0	0	(0)	0.03	0.10	4.7	8.6	0.33	3.0	3	0.49	4.3	2	-	0.2
10192	1385	＜魚類＞（たい類）まだい 天然 生	-	-	-	-	8	0	0	0	0	8	5	1.0	0	0	0	(0)	0.09	0.05	6.0	9.8	0.31	1.2	5	0.64	-	1	-	0.1
10193	1386	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮つき 生	6	36	1	0	11	0	0	0	0	11	7	2.4	0	0	0	-	0.32	0.08	5.6	9.6	0.40	1.5	4	1.34	7.7	3	-	0.1
10194	1387	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮つき 水煮	11	44	Tr	1	10	0	0	0	0	10	4.7	3.4	0	0	0	-	0.16	0.07	5.7	(10)	0.35	2.6	3	1.23	8.2	2	-	0.1
10195	1388	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮つき 焼き	8	46	Tr	Tr	17	0	0	0	0	17	5.6	4.6	0	0	0	-	0.14	0.09	6.3	(11.0)	0.32	2.6	3	1.25	9.4	3	-	0.1
10408	1389	＜魚類＞（たい類）まだい 養殖 皮なし 生	9	32	Tr	-	10	(0)	(0)	(0)	(0)	10	4.5	2.6	0	0	0	-	0.31	0.08	7.2	12.0	0.56	1.8	4	1.40	9.0	3	-	0.1
10196	1390	＜魚類＞ たかさご 生	-	-	-	-	7	0	0	-	0	7	2	0.1	0	0	0	(0)	0.03	0.07	4.3	(8.0)	0.20	4.4	3	0.46	-	Tr	-	0.1
10197	1391	＜魚類＞ たかべ 生	-	-	-	-	16	-	-	-	(0)	16	4	1.4	0	0	0	(0)	0.06	0.18	3.7	(7.1)	0.23	2.0	3	0.48	-	1	-	0.3
10198	1392	＜魚類＞ たちうお 生	-	-	-	-	52	0	0	0	0	52	14.0	1.2	0	0	0	(0)	0.01	0.07	3.9	6.9	0.20	0.9	2	0.56	-	1	-	0.2
10199	1393	＜魚類＞（たら類）すけとうだら 生	160	25	0	0	10	0	0	0	0	10	0.5	0.9	0	0	0	0	0.05	0.11	1.4	4.4	0.09	2.9	12	0.20	2.5	1	-	0.3
10409	1394	＜魚類＞（たら類）すけとうだら フライ	-	-	-	-	18	0	0	1	1	18	0.4	3.2	0	4.5	0.1	18	0.05	0.13	1.5	5.0	0.08	2.5	19	0.31	-	Tr	-	0.4
10200	1395	＜魚類＞（たら類）すけとうだら すり身	-	-	-	-	5	0	0	-	0	5	1	0.6	0	0	0	(0)	0.03	0.05	0.4	(3.4)	0.01	0.6	4	0.19	-	0	-	0.3
10201	1396	＜魚類＞（たら類）すけとうだら すきみだら	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	1	1.1	0	0	0	(0)	0.13	0.18	2.2	(9.2)	0.10	2.5	7	0.43	-	0	-	18.8
10202	1397	＜魚類＞（たら類）すけとうだら たらこ 生	130	130	1	Tr	24	0	0	0	0	24	1.7	7.1	0	Tr	0	Tr	0.71	0.43	50.0	54.0	0.25	18.0	52	3.68	18.0	33	-	4.6
10203	1398	＜魚類＞（たら類）すけとうだら たらこ 焼き	-	-	-	-	34	0	0	0	0	34	1.6	8.1	0	Tr	0	Tr	0.77	0.53	57.0	(62.0)	0.27	23.0	50	3.68	-	21	-	5.3
10204	1399	＜魚類＞（たら類）すけとうだら からしめんたいこ	-	-	-	-	37	0	37	18	46	41	1	6.5	0	0	0	1	0.34	0.33	20.0	(24.0)	0.17	11.0	43	2.16	-	76	-	5.6

食品番号	備考
10180	試料： ひと塩品 廃棄部位： 頭部及び尾
10181	試料： ひと塩品 廃棄部位： 頭部及び尾
10182	別名： カペリン 試料： ひと塩品 魚体全体
10183	別名： カペリン 試料： ひと塩品 魚体全体
10184	試料： くろうしのした、あかしたびらめ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（五枚下ろし）
10185	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10186	
10187	別名： 銀ひらす、銀ワレフー 切り身
10188	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 55 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10189	別名： れんこだい 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10190	別名： ちぬ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10191	別名： はなだい 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 55 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10192	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10193	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10194	頭部、内臓等を除き水煮したもの 廃棄部位： 骨、ひれ等
10195	内臓等を除き焼いたもの 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10408	同一試料の皮つき、生の分析値： 第2章別表参照
10196	別名： ぐるくん 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10197	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10198	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10199	別名： すけそう、すけそうだら、すけとう 三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 65 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10409	切り身 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10200	
10201	
10202	別名： もみじこ
10203	別名： もみじこ
10204	ビタミンC： 添加品を含む

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質		利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)											(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10205	1400	＜魚類＞（たら類）まだら 生	0	307	72	80.9	14.2	17.6	0.1	58.0	0.2	(0.1)	(0.1)	3.5 *	(0)	-	0.1	-	1.2	110	350	32	24	230	0.2	0.5	0.04	0.01
10206	1401	＜魚類＞（たら類）まだら 焼き	0	439	103	72.8	(19.9)	25.2	0.2	100	0.2	(0.2)	(0.2)	5.5 *	(0)	-	0.2	-	1.6	140	480	48	33	280	0.4	0.9	0.05	0.02
10207	1402	＜魚類＞（たら類）まだら しらこ 生	0	253	60	83.8	(7.3)	13.4	0.4	360	0.8	(0.2)	(0.2)	6.6 *	(0)	-	0.2	-	1.8	110	390	6	23	430	0.2	0.7	0.03	0.01
10208	1403	＜魚類＞（たら類）まだら 塩だら	0	261	61	82.1	(12.0)	15.2	Tr	60.0	0.1	(Tr)	(Tr)	3.2 *	(0)	-	Tr	-	2.6	790	290	23	22	170	0.3	0.4	0.02	0.01
10209	1404	＜魚類＞（たら類）まだら 干しだら	45	1271	299	18.5	(57.8)	73.2	0.6	240	0.8	(0.1)	(0.1)	15.7 *	(0)	-	0.1	-	7.4	1500	1600	80	89	840	0.1	1.8	0.16	0.03
10210	1405	＜魚類＞（たら類）加工品 でんぶ	0	1170	276	26.9	(20.1)	25.5	0.6	133.3	1.1	-	-	47.3 *	(0)	-	41.5	-	5.0	1600	120	260	31	220	1.3	1.0	0.44	0.19
10448	1406	＜魚類＞（たら類）加工品 桜でんぶ	0	1496	351	5.6	9.6	10.6	0.1	72.6	0.5	83.1 *	79.4	81.6	0	-	80.2	-	3.1	930	43	300	17	180	0.4	0.6	0.03	0.03
10211	1407	＜魚類＞ ちか 生	45	349	82	78.3	(16.1)	19.5	0.4	89.0	0.6	(Tr)	(Tr)	3.6 *	(0)	-	Tr	-	1.6	250	340	35	41	240	0.3	1.3	0.08	0.03
10213	1408	＜魚類＞ どじょう 生	0	306	72	79.1	13.5	16.1	0.6	210	1.2	(Tr)	(Tr)	3.2 *	(0)	-	Tr	-	3.6	96	290	1100	42	690	5.6	2.9	0.08	0.38
10214	1409	＜魚類＞ どじょう 水煮	0	322	76	77.9	(14.0)	17.1	0.5	220	1.2	(Tr)	(Tr)	3.8 *	(0)	-	Tr	-	3.8	100	330	1200	47	750	6.4	3.1	0.06	0.43
10215	1410	＜魚類＞ とびうお 生	40	380	89	76.9	18.0	21.0	0.5	59.0	0.7	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	1.3	64	320	13	37	340	0.5	0.8	0.06	0.01
10421	1411	＜魚類＞ とびうお 煮干し	0	1382	325	12.5	68.0	80.0	1.1	280	2.2	(0.1)	(0.1)	10.9 *	(0)	-	0.1	-	7.5	610	1200	1200	170	1300	2.2	3.3	0.20	0.10
10422	1412	＜魚類＞ とびうお 焼き干し	0	1312	309	11.8	61.5	73.4	1.5	295.4	3.3	(0.1)	(0.1)	12.5 *	(0)	-	0.1	-	12.7	690	1100	3200	200	2300	2.7	5.4	0.23	0.26
10212	1413	＜魚類＞ ナイルティラピア 生	0	521	124	73.5	17.0	19.8	4.6	59.0	5.3	(0.2)	(0.2)	3.7 *	(0)	-	0.2	-	1.2	60	370	29	24	180	0.5	0.4	0.02	0.01
10216	1414	＜魚類＞ なまず 生	55	583	139	72.0	-	18.4	7.3	73.0	8.6	(Tr) *	(Tr)	1.3	(0)	-	Tr	-	1.0	46	320	18	23	170	0.4	0.6	0.03	0.02
10217	1415	＜魚類＞ にぎす 生	45	358	84	78.5	(15.5)	18.7	0.9	120	1.2	(0.1)	(0.1)	3.7 *	(0)	-	0.1	-	1.5	190	320	70	27	220	0.4	0.4	0.03	0.01
10218	1416	＜魚類＞ にしん 生	45	816	196	66.1	14.8	17.4	13.1	68.0	15.1	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.3	110	350	27	33	240	1.0	1.1	0.09	0.02
10219	1417	＜魚類＞ にしん 身欠きにしん	9	935	224	60.6	(17.4)	20.9	14.6	230	16.7	(0.2)	(0.2)	5.8 *	(0)	-	0.2	-	1.6	170	430	66	38	290	1.5	1.3	0.10	0.04
10220	1418	＜魚類＞ にしん 開き干し	25	996	239	59.8	(15.4)	18.5	17.1	85.0	19.7	(0.2)	(0.2)	5.9 *	(0)	-	0.2	-	1.8	360	350	25	33	260	1.9	1.0	0.11	0.02
10221	1419	＜魚類＞ にしん くん製	45	1167	280	43.9	(19.2)	23.1	19.9	86.0	22.1	(Tr)	(Tr)	6.1 *	(0)	-	Tr	-	10.9	3900	280	150	36	400	3.5	1.1	0.16	0.03
10222	1420	＜魚類＞ にしん かずのこ 生	0	588	139	66.1	(27.1)	25.2	3.4	370	6.7	(0.2) *	(0.2)	1.7	(0)	-	0.2	-	1.8	320	210	50	34	140	1.2	2.3	0.07	0.06
10223	1421	＜魚類＞ にしん かずのこ 乾	0	1510	358	16.5	(70.1)	65.2	8.4	1000	13.6	(0.5) *	(0.5)	0.8	(0)	-	0.5	-	4.2	1400	46	65	150	500	1.9	5.4	0.08	0.07
10224	1422	＜魚類＞ にしん かずのこ 塩蔵 水戻し	0	340	80	80.0	(16.1)	15.0	1.6	230	3.0	(0.6) *	(0.5)	1.0	(0)	-	0.6	-	1.4	480	2	8	4	94	0.4	1.3	0.06	0.02
10225	1423	＜魚類＞ はぜ 生	60	332	78	79.4	16.1	19.1	0.1	92.0	0.2	(0.1)	(0.1)	3.2 *	(0)	-	0.1	-	1.2	93	350	42	27	190	0.2	0.6	0.02	0.10
10226	1424	＜魚類＞ はぜ つくだ煮	0	1174	277	23.2	-	24.3	1.6	270	3.0	-	-	41.3 *	(0)	-	39.9	-	9.6	2200	480	1200	73	820	12.0	3.2	0.08	1.20
10227	1425	＜魚類＞ はぜ 甘露煮	0	1103	260	29.5	-	21.1	1.1	210	2.2	-	-	41.4 *	(0)	-	40.3	-	6.9	1500	200	980	58	650	4.2	2.7	0.05	1.27
10228	1426	＜魚類＞ はたはた 生	0	425	101	78.8	12.8	14.1	4.4	100	5.7	(Tr)	(Tr)	2.6 *	(0)	-	Tr	-	1.4	180	250	60	18	120	0.5	0.6	0.06	-
10229	1427	＜魚類＞ はたはた 生干し	50	644	154	71.1	14.8	16.7	9.2	130	10.3	(Tr)	(Tr)	3.0 *	(0)	-	Tr	-	1.9	510	240	17	23	180	0.3	0.8	0.04	0.01

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA							ビタミンE																	
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10205	1400	＜魚類＞（たら類）まだら 生	350	31	0	0	10	0	0	-	0	10	1	0.8	0	0	0	(0)	0.10	0.10	1.4	4.4	0.07	1.3	5	0.44	2.5	Tr	-	0.3	別名： たら 切り身 (魚体全体から調理する場合、廃棄率： 65 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等)
10206	1401	＜魚類＞（たら類）まだら 焼き	-	-	-	-	9	0	0	-	0	9	0.7	1.3	0	0	0	(0)	0.09	0.12	1.4	(5.6)	0.09	3.9	7	0.53	-	Tr	-	0.4	別名： たら 切り身
10207	1402	＜魚類＞（たら類）まだら しらこ 生	-	-	-	-	8	0	0	-	0	8	2	1.8	0	0	0	(0)	0.24	0.13	1.5	(2.2)	0.01	3.1	11	0.68	-	2	-	0.3	別名： たら
10208	1403	＜魚類＞（たら類）まだら 塩だら	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	3	0.7	0	0	0	(0)	0.13	0.20	2.0	(4.6)	0.11	1.4	6	0.26	-	Tr	-	2.0	別名： たら 切り身
10209	1404	＜魚類＞（たら類）まだら 干しだら	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	6	0.3	0	0	0	(0)	0.20	0.30	4.0	(16.0)	0.34	8.6	22	1.37	-	(0)	-	3.8	別名： たら 試料： 無頭開き干し品 廃棄部位： 骨、皮等
10210	1405	＜魚類＞（たら類）加工品 でんぶ	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	0.5	0.8	0	0	0	(0)	0.04	0.08	1.9	(6.2)	0.04	0.4	16	0.15	-	(0)	-	4.2	別名： たら 別名： 茶でんぶ、しょうゆでんぶ 試料： しょうゆ添加品
10448	1406	＜魚類＞（たら類）加工品 桜でんぶ	58	14	4	Tr	2	-	-	-	-	2	0	0.1	-	-	-	-	0.01	0.01	0.2	2.3	Tr	0.6	3	0.06	0.9	-	-	2.4	
10211	1407	＜魚類＞ ちか 生	-	-	-	-	4	0	0	(0)	(0)	4	1	0.9	0	0	0	(0)	0	0.14	2.7	(6.2)	0.19	5.4	7	0.71	-	Tr	-	0.6	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10213	1408	＜魚類＞ どじょう 生	-	-	-	-	13	0	25	0	25	15	4	0.6	0	0	0	1	0.09	1.09	4.0	6.7	0.10	8.5	16	0.66	-	1	-	0.2	魚体全体
10214	1409	＜魚類＞ どじょう 水煮	-	-	-	-	13	0	23	0	23	15	5.5	0.4	0	0	0	1	0.08	1.00	4.2	(7.1)	0.08	6.3	11	0.43	-	Tr	-	0.3	魚体全体
10215	1410	＜魚類＞ とびうお 生	-	-	-	-	3	0	0	0	0	3	2	2.3	0	0	0	(0)	0.01	0.10	7.1	11.0	0.47	3.3	8	0.42	-	1	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10421	1411	＜魚類＞ とびうお 煮干し	42	120	1	2	9	0	0	0	0	9	3.9	4.0	0	0	0	1	0	0.32	17.0	32.0	0.24	13.0	22	0.62	14.0	0	-	1.5	別名： あご 頭部等を除いたもの
10422	1412	＜魚類＞ とびうお 焼き干し	62	140	4	4	17	0	0	0	0	17	3.3	2.4	0	0	0	1	Tr	0.32	16.0	29.0	0.21	15.0	40	0.82	14.0	0	-	1.8	別名： あご、焼きあご 頭部等を除いたもの
10212	1413	＜魚類＞ ナイルティラピア 生	-	-	-	-	3	-	-	-	0	3	11.0	1.9	0.1	0.1	0	(0)	0.04	0.20	3.1	6.8	0.67	2.3	5	1.08	-	1	-	0.2	別名： いずみだい、ちかだい、テラピア 切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 55 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10216	1414	＜魚類＞ なまず 生	-	-	-	-	70	-	-	-	7	71	4	6.3	Tr	0.1	0	(0)	0.33	0.10	1.8	(4.2)	0.16	2.3	10	0.81	-	0	-	0.1	試料： なまず（国産）、アメリカなまず 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10217	1415	＜魚類＞ にぎす 生	-	-	-	-	75	-	-	-	(0)	75	Tr	0.5	0	0	0	(0)	0.12	0.26	3.5	(6.9)	0.15	3.4	8	0.77	-	1	-	0.5	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10218	1416	＜魚類＞ にしん 生	-	-	-	-	18	0	0	0	0	18	22.0	3.1	0	0	0	(0)	0.01	0.23	4.0	7.3	0.42	17.0	13	1.06	-	Tr	-	0.3	別名： かどいわし 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10219	1417	＜魚類＞ にしん 身欠きにしん	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	50.0	2.7	0	0.3	0	(0)	0.01	0.03	4.7	(8.6)	0.21	13.0	12	1.24	-	(0)	-	0.4	別名： かどいわし 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等
10220	1418	＜魚類＞ にしん 開き干し	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	36.0	2.1	0	0	0	(0)	0.01	0.03	4.7	(8.2)	0.25	9.0	7	1.28	-	(0)	-	0.9	別名： かどいわし 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10221	1419	＜魚類＞ にしん くん製	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	48.0	0.5	0	0	0	(0)	0.01	0.35	5.0	(9.3)	0.10	15.0	16	1.74	-	(0)	-	9.9	別名： かどいわし 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10222	1420	＜魚類＞ にしん かずのこ 生	-	-	-	-	15	-	-	-	(0)	15	13.0	5.1	0	0	0	Tr	0.15	0.22	1.4	(10.0)	0.26	11.0	120	1.37	-	Tr	-	0.8	別名： かどいわし
10223	1421	＜魚類＞ にしん かずのこ 乾	-	-	-	-	7	0	0	0	0	7	32.0	6.4	0	0	0	0	Tr	0.07	0.4	(22.0)	0.28	4.8	23	1.13	-	0	-	3.6	別名： かどいわし
10224	1422	＜魚類＞ にしん かずのこ 塩蔵 水戻し	-	-	-	-	2	0	0	0	0	2	17.0	0.9	0	0	0	0	Tr	0.01	Tr	(5.2)	0.04	4.5	0	0	-	0	-	1.2	別名： かどいわし
10225	1423	＜魚類＞ はぜ 生	-	-	-	-	6	0	7	4	9	7	3	1.0	0	0	0	(0)	0.04	0.04	1.4	4.8	0.07	2.7	8	0.42	-	1	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10226	1424	＜魚類＞ はぜ つくだ煮	-	-	-	-	150	0	39	24	51	160	5	2.4	0	0	0	(0)	0.11	0.41	2.4	(6.7)	0.06	6.8	230	0.79	-	0	-	5.6	
10227	1425	＜魚類＞ はぜ 甘露煮	-	-	-	-	21	0	8	3	10	22	6	0.6	0	0	0	(0)	0.05	0.11	0.9	(4.7)	0.03	5.8	15	0.23	-	0	-	3.8	
10228	1426	＜魚類＞ はたはた 生	32	37	Tr	0	20	-	-	-	(0)	20	2	2.2	0	0	0	(0)	0.02	0.14	3.0	5.6	0.08	1.7	7	0.50	3.3	0	-	0.5	三枚におろしたもの （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 60 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10229	1427	＜魚類＞ はたはた 生干し	37	37	1	0	22	0	0	0	0	22	1	2.8	0	0	0	(0)	0.05	0.05	0.9	3.7	0.08	3.5	11	0.50	3.6	3	-	1.3	廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10230	1428	＜魚類＞ はまふえふき 生	55	359	85	77.7	(16.9)	20.5	0.2	47.0	0.3	(0.1)	(0.1)	3.8 *	(0)	-	0.1	-	1.4	80	450	43	29	250	0.3	0.5	0.03	0
10231	1429	＜魚類＞ はも 生	0	555	132	71.0	18.9	22.3	4.3	75.0	5.3	(Tr)	(Tr)	4.4 *	(0)	-	Tr	-	1.4	66	450	79	29	280	0.2	0.6	0.03	0.07
10233	1430	＜魚類＞ ひらまさ 生	0	541	128	71.1	(18.7)	22.6	3.6	68.0	4.9	(0.1)	(0.1)	5.3 *	(0)	-	0.1	-	1.3	47	450	12	36	300	0.4	0.7	0.04	0.01
10234	1431	＜魚類＞ ひらめ 天然 生	40	399	94	76.8	-	20.0	1.6	55.0	2.0	(Tr) *	(Tr)	0.4	(0)	-	Tr	-	1.2	46	440	22	26	240	0.1	0.4	0.03	0.01
10235	1432	＜魚類＞ ひらめ 養殖 皮つき 生	40	486	115	73.7	19.0	21.6	3.1	61.8	3.7	(Tr)	(Tr)	3.0 *	(0)	-	Tr	-	1.3	43	440	30	30	240	0.1	0.5	0.02	0.03
10410	1433	＜魚類＞ ひらめ 養殖 皮なし 生	0	424	100	76.0	17.5	21.2	1.9	53.1	2.5	(0.1)	(0.1)	3.4 *	(0)	-	0.1	-	1.2	41	470	8	31	230	0.1	0.3	0.02	0.01
10236	1434	＜魚類＞（ふぐ類）とらふぐ 養殖 生	0	339	80	78.9	-	19.3	0.2	65.0	0.3	(0.2) *	(0.2)	0.3	(0)	-	0.2	-	1.3	100	430	6	25	250	0.2	0.9	0.02	0.01
10237	1435	＜魚類＞（ふぐ類）まふぐ 生	0	333	78	79.3	15.6	18.9	0.3	55.0	0.4	(Tr)	(Tr)	3.5 *	(0)	-	Tr	-	1.4	83	470	5	24	260	0.2	1.5	0.02	0
10238	1436	＜魚類＞ ふな 生	50	394	93	78.0	15.3	18.2	2.0	64.0	2.5	(0.1)	(0.1)	3.4 *	(0)	-	0.1	-	1.2	30	340	100	23	160	1.5	1.9	0.04	0.02
10239	1437	＜魚類＞ ふな 水煮	35	439	104	75.6	(16.8)	20.3	2.3	84.0	2.8	(0.1)	(0.1)	4.2 *	(0)	-	0.1	-	1.2	46	310	140	24	230	1.5	2.1	0.04	0.02
10240	1438	＜魚類＞ ふな 甘露煮	0	1127	266	28.7	-	15.5	2.4	160	3.6	-	-	45.6 *	(0)	-	44.4	-	7.8	1300	240	1200	58	710	6.5	5.2	0.11	0.62
10449	1439	＜魚類＞ ふな ふなずし	20	763	181	57.0	19.1	21.3	5.6	304.8	7.9	-	-	13.6 *	0	-	9.2	-	4.7	1500	64	350	20	240	0.9	2.9	0.23	0.34
10241	1440	＜魚類＞ ぶり 成魚 生	0	929	222	59.6	18.6	21.4	13.1	72.0	17.6	(0.3)	(0.3)	7.7 *	(0)	-	0.3	-	1.1	32	380	5	26	130	1.3	0.7	0.08	0.01
10242	1441	＜魚類＞ ぶり 成魚 焼き	0	1087	260	51.8	(22.2)	26.2	14.5	89.0	20.4	(0.3)	(0.3)	10.2 *	(0)	-	0.3	-	1.3	40	440	6	28	170	2.3	0.9	0.10	0.01
10243	1442	＜魚類＞ ぶり はまち 養殖 皮つき 生	0	904	217	61.5	17.8	20.7	13.4	76.6	17.2	(0.3)	(0.3)	6.2 *	(0)	-	0.3	-	1.1	38	340	19	29	210	1.0	0.8	0.09	0.01
10411	1443	＜魚類＞ ぶり はまち 養殖 皮なし 生	0	751	180	66.4	17.6	21.0	9.9	77.6	12.0	(0.3)	(0.3)	5.0 *	(0)	-	0.3	-	1.1	36	390	5	29	220	1.1	0.5	0.10	0.01
10244	1444	＜魚類＞ ほうぼう 生	50	464	110	74.9	(16.2)	19.6	3.0	55.0	4.2	(Tr)	(Tr)	4.6 *	(0)	-	Tr	-	1.3	110	380	42	34	200	0.4	0.5	0.04	0.05
10245	1445	＜魚類＞ ホキ 生	0	331	78	80.4	(14.1)	17.0	1.0	49.0	1.3	(Tr)	(Tr)	3.3 *	(0)	-	Tr	-	1.3	160	330	20	24	160	0.3	0.4	0.02	0.01
10246	1446	＜魚類＞ ほっけ 生	50	435	103	77.1	15.4	17.3	3.2	73.0	4.4	(0.1)	(0.1)	3.1 *	(0)	-	0.1	-	1.1	81	360	22	33	220	0.4	1.1	0.10	0.01
10247	1447	＜魚類＞ ほっけ 塩ほっけ	40	475	113	72.4	(15.8)	18.1	4.1	60.0	4.9	(0.1)	(0.1)	3.2 *	(0)	-	0.1	-	4.5	1400	350	20	30	220	0.5	0.4	0.04	0.01
10248	1448	＜魚類＞ ほっけ 開き干し 生	35	676	161	67.0	18.0	20.6	8.3	86.0	9.4	(0.1)	(0.1)	3.7 *	(0)	-	0.1	-	3.0	690	390	170	37	330	0.5	0.9	0.05	0.03
10412	1449	＜魚類＞ ほっけ 開き干し 焼き	25	749	179	63.7	19.6	23.1	9.4	101.1	10.9	(0.2)	(0.2)	4.0 *	(0)	-	0.2	-	3.3	770	410	180	41	360	0.6	1.0	0.06	0.03
10249	1450	＜魚類＞ ぼら 生	50	500	119	74.7	15.5	19.2	4.3	65.0	5.0	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	1.0	87	330	17	24	170	0.7	0.5	0.06	0.01
10250	1451	＜魚類＞ ぼら からすみ	0	1481	353	25.9	-	40.4	14.9	860	28.9	(0.3)	(0.3)	14.3 *	(0)	-	0.3	-	4.5	1400	170	9	23	530	1.5	9.3	0.19	0.04
10251	1452	＜魚類＞ ほんもろこ 生	0	419	100	75.1	-	17.5	3.2	210	4.1	(0.1) *	(0.1)	1.0	(0)	-	0.1	-	3.2	86	320	850	39	640	1.3	3.4	0.07	0.21
10252	1453	＜魚類＞（まぐろ類）きはだ 生	0	432	102	74.0	20.6	24.3	0.6	37.0	1.0	(Tr)	(Tr)	3.4 *	(0)	-	Tr	-	1.3	43	450	5	37	290	2.0	0.5	0.06	0.01
10253	1454	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 天然 赤身 生	0	490	115	70.4	22.3	26.4	0.8	50.0	1.4	(0.1)	(0.1)	4.9 *	(0)	-	0.1	-	1.7	49	380	5	45	270	1.1	0.4	0.04	0.01
10254	1455	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 天然 脂身 生	0	1281	308	51.4	16.7	20.1	23.5	55.0	27.5	(0.1)	(0.1)	7.5 *	(0)	-	0.1	-	0.9	71	230	7	35	180	1.6	0.5	0.04	Tr

食品番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10230	-	-	-	-	8	0	0	-	0	8	11.0	0.6	0	0	0	(0)	0.15	0.07	6.4	(10.0)	0.30	3.7	3	0.40	-	Tr	-	0.2	別名： たまみ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10231	-	-	-	-	59	0	0	0	0	59	5	1.1	0	0	0	(0)	0.04	0.18	3.8	7.8	0.23	1.9	21	0.46	-	1	-	0.2	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 40 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10233	-	-	-	-	19	0	0	-	0	19	5	1.4	0	0	0	(0)	0.20	0.14	7.6	(12.0)	0.52	2.1	8	0.26	-	3	-	0.1	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 40 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10234	-	-	-	-	12	0	0	0	0	12	3	0.6	0	0	0	(0)	0.04	0.11	5.0	(8.6)	0.33	1.0	16	0.82	-	3	-	0.1	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（五枚下ろし）
10235	8	47	Tr	0	19	0	0	0	0	19	1.9	1.6	0	0	0	-	0.12	0.34	6.2	10.0	0.44	1.5	13	0.89	10.0	5	-	0.1	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（五枚下ろし）
10410	11	41	0	(0)	9	(0)	(0)	(0)	(0)	9	2.3	1.6	0	0	0	-	0.22	0.07	6.7	11.0	0.48	1.1	12	0.86	8.4	10	-	0.1	同一試料の皮つき、生の分析値： 第2章別表参照
10236	-	-	-	-	3	0	0	-	0	3	4	0.8	0	0	0	(0)	0.06	0.21	5.9	(9.6)	0.45	1.9	3	0.36	-	Tr	-	0.3	切り身（皮なし） （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 80 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、皮、ひれ等）
10237	-	-	-	-	7	0	0	-	0	7	6	0.6	0	0	0	(0)	0.04	0.17	7.0	11.0	0.50	3.0	3	0.23	-	0	-	0.2	切り身（皮なし） （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 75 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、皮、ひれ等）
10238	-	-	-	-	12	-	-	-	(0)	12	4	1.5	0	0	0	(0)	0.55	0.14	2.3	5.3	0.11	5.5	14	0.69	-	1	-	0.1	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10239	-	-	-	-	15	-	-	-	(0)	15	3.8	1.5	0	0	0	(0)	0.49	0.12	1.6	(5.0)	0.10	4.4	8	0.71	-	Tr	-	0.1	内臓等を除去後水煮したもの 廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10240	-	-	-	-	60	-	-	-	10	61	2	0.5	0	0.7	0.3	(0)	0.16	0.16	1.3	(3.9)	0.03	6.7	13	0.24	-	0	-	3.3	
10449	24	48	1	36	43	-	-	-	-	43	3.6	4.6	0	0	0	4	Tr	0.07	0.3	4.1	0.03	7.4	15	0.14	28.0	0	-	3.9	廃棄部位： 頭部、ひれ、尾 試料： 魚の表面に付着した飯をヘラ等で軽く拭ったもの
10241	24	57	Tr	0	50	-	-	-	(0)	50	8	2.0	0	0	0	(0)	0.23	0.36	9.5	14.0	0.42	3.8	7	1.01	7.7	2	-	0.1	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 40 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10242	-	-	-	-	42	-	-	-	(0)	42	5.4	2.1	0	0	0	(0)	0.24	0.39	10.0	(15.0)	0.38	3.8	6	1.38	-	2	-	0.1	切り身
10243	14	32	Tr	0	32	0	0	0	0	32	4	4.6	0	0.1	0	-	0.16	0.21	9.0	13.0	0.45	4.6	9	0.99	6.4	2	-	0.1	切り身 （魚体全体から調理する場合、廃棄率： 40 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等）
10411	14	35	0	(0)	41	(0)	(0)	(0)	(0)	41	4.4	5.5	0	0.2	0	-	0.17	0.23	7.9	12.0	0.53	6.6	9	0.99	6.4	3	-	0.1	同一試料の皮つき、生の分析値： 第2章別表参照
10244	-	-	-	-	9	-	-	-	(0)	9	3	0.5	0	0	0	(0)	0.09	0.15	5.0	(8.6)	0.44	2.2	5	0.82	-	3	-	0.3	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10245	-	-	-	-	43	-	-	-	(0)	43	1	0.9	0	0	0	(0)	0.03	0.16	1.3	(4.4)	0.07	0.7	13	0.42	-	0	-	0.4	切り身
10246	-	-	-	-	25	0	0	0	0	25	3	1.7	0	0	0	(0)	0.09	0.17	2.5	5.5	0.17	11.0	9	1.16	-	1	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10247	-	-	-	-	20	-	-	-	(0)	20	3	0.7	0	0	0	(0)	0.10	0.27	2.9	(6.0)	0.18	7.3	2	0.79	-	Tr	-	3.6	廃棄部位： 骨、ひれ、皮等
10248	15	31	1	0	30	0	0	0	0	30	4.6	1.3	0	0	0	-	0.10	0.24	3.5	7.1	0.21	5.3	7	0.65	3.7	4	-	1.8	廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10412	17	34	1	(0)	39	(0)	(0)	(0)	(0)	39	3.5	1.6	0	0	0	-	0.14	0.26	3.7	7.7	0.17	5.3	11	0.65	4.5	2	-	2.0	廃棄部位： 頭部、骨、ひれ等
10249	-	-	-	-	8	0	0	0	0	8	10.0	1.6	0	0	0	(0)	0.16	0.26	4.5	8.1	0.43	4.7	4	0.66	-	1	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10250	-	-	-	-	350	0	8	2	8	350	33.0	9.7	0	0	0	7	0.01	0.93	2.7	9.4	0.26	28.0	62	5.17	-	10	-	3.6	
10251	-	-	-	-	250	0	0	-	0	250	5	2.9	0	0	0	(0)	0.03	0.20	2.5	(5.4)	0.13	9.0	37	0.73	-	2	-	0.2	別名： もろこ 魚体全体
10252	14	74	1	0	2	Tr	Tr	-	Tr	2	6	0.4	0	0	0	(0)	0.15	0.09	18.0	22.0	0.64	5.8	5	0.36	1.4	0	-	0.1	別名： きはだまぐろ、きわだ 切り身（皮なし）
10253	14	110	0	0	83	0	0	0	0	83	5	0.8	0	0	0	Tr	0.10	0.05	14.0	19.0	0.85	1.3	8	0.41	1.9	2	-	0.1	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 切り身（皮なし）
10254	-	-	-	-	270	0	0	0	0	270	18.0	1.5	0	0	0	(0)	0.04	0.07	9.8	14.0	0.82	1.0	8	0.47	-	4	-	0.2	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび、とろ 切り身（皮なし）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)											
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10450	1456	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 生	0	643	153	68.8	20.5	24.8	6.7	53.1	7.6	(0.3)	(0.3)	2.8 *	0	-	0.3	-	1.3	28	430	3	38	270	0.8	0.5	0.02	Tr
10451	1457	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 水煮	0	727	173	64.1	22.5	27.2	6.8	58.9	8.3	(0.3)	(0.2)	5.4 *	0	-	0.3	-	1.2	25	400	3	38	270	1.0	0.6	0.02	Tr
10452	1458	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 蒸し	0	786	187	62.0	22.9	28.0	8.1	62.3	9.9	(0.2)	(0.2)	5.8 *	0	-	0.2	-	1.2	26	410	3	39	270	0.9	0.6	0.02	0.01
10453	1459	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 電子レンジ調理	0	802	191	60.0	24.9	30.4	7.2	65.3	8.7	(0.3)	(0.3)	6.6 *	0	-	0.3	-	1.4	33	490	4	44	310	1.1	0.6	0.02	0.01
10454	1460	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 焼き	0	848	202	59.6	24.0	29.0	9.2	66.1	10.6	(0.3)	(0.2)	5.8 *	0	-	0.3	-	1.4	33	500	3	42	290	0.9	0.6	0.02	0.01
10455	1461	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 ソテー	0	812	194	61.6	23.1	28.0	9.2	60.6	10.2	(0.3)	(0.3)	4.7 *	0	-	0.3	-	1.4	29	470	3	43	300	0.9	0.6	0.02	0.01
10456	1462	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 天ぷら	0	927	222	57.8	20.7	25.1	11.6	56.7	12.6	-	-	8.6 *	0	-	3.2	-	1.3	38	440	13	40	280	1.0	0.5	0.04	0.04
10255	1463	＜魚類＞（まぐろ類）びんなが 生	0	469	111	71.8	21.6	26.0	0.6	49.0	0.7	(0.2)	(0.2)	4.7 *	(0)	-	0.2	-	1.3	38	440	9	41	310	0.9	0.5	0.05	0.01
10256	1464	＜魚類＞（まぐろ類）みなみまぐろ 赤身 生	0	375	88	77.0	16.9	21.6	0.2	52.0	0.4	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.2	43	400	5	27	240	1.8	0.4	0.04	0.01
10257	1465	＜魚類＞（まぐろ類）みなみまぐろ 脂身 生	0	1337	322	50.3	16.6	20.3	25.4	59.0	28.3	(0.1)	(0.1)	6.6 *	(0)	-	0.1	-	1.0	44	280	9	29	210	0.6	0.4	0.05	0.01
10258	1466	＜魚類＞（まぐろ類）めじまぐろ 生	0	587	139	68.7	(20.5)	25.2	3.8	58.0	4.8	(0.1)	(0.1)	5.8 *	(0)	-	0.1	-	1.2	42	410	9	40	290	1.8	0.5	0.09	0.01
10425	1467	＜魚類＞（まぐろ類）めばち 赤身 生	0	485	115	72.2	21.9	25.4	1.7	40.9	2.3	(0.3)	(0.3)	3.0 *	(0)	-	0.3	-	1.3	39	440	3	35	270	0.9	0.4	0.03	Tr
10426	1468	＜魚類＞（まぐろ類）めばち 脂身 生	0	662	158	67.8	20.0	23.9	6.8	51.5	7.5	(0.4)	(0.3)	4.2 *	(0)	-	0.4	-	1.2	100	400	4	31	240	0.7	0.4	0.03	Tr
10260	1469	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 水煮 フレーク ライト	0	297	70	82.0	(13.0)	16.0	0.5	35.0	0.7	(0.2)	(0.2)	3.4 *	(0)	-	0.2	-	1.1	210	230	5	26	160	0.6	0.7	0.05	0.01
10261	1470	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 水煮 フレーク ホワイト	0	404	96	77.6	(14.9)	18.3	2.2	34.0	2.5	(0.4)	(0.4)	4.1 *	(0)	-	0.4	-	1.2	260	280	6	34	200	1.0	0.7	0.04	0.02
10262	1471	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 味付け フレーク	0	567	134	65.7	-	19.0	1.8	58.0	2.3	-	-	10.4 *	(0)	-	9.9	-	3.1	760	280	24	31	350	4.0	1.0	0.12	0.13
10263	1472	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 油漬 フレーク ライト	0	1098	265	59.1	(14.4)	17.7	21.3	32.0	21.7	(0.1)	(0.1)	3.8 *	(0)	-	0.1	-	1.4	340	230	4	25	160	0.5	0.3	0.04	0.01
10264	1473	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 油漬 フレーク ホワイト	0	1158	279	56.0	(15.3)	18.8	21.8	38.0	23.6	(0.1)	(0.1)	5.4 *	(0)	-	0.1	-	1.5	370	190	2	27	270	1.8	0.4	0.03	0.02
10265	1474	＜魚類＞ マジェランあいなめ 生	0	1010	243	62.8	(11.0)	13.3	19.6	59.0	22.9	(0.1)	(0.1)	5.7 *	(0)	-	0.1	-	0.9	65	300	10	18	210	0.1	0.3	0.01	0.01
10266	1475	＜魚類＞ まながつお 生	40	651	156	70.8	-	17.1	9.7	70.0	10.9	(Tr) *	(Tr)	1.2	(0)	-	Tr	-	1.2	160	370	21	25	190	0.3	0.5	0.02	0.01

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
10450	1456	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 生	31	79	0	0	840	-	-	-	-	840	4	1.5	-	-	-	-	0.16	0.05	15.0	20.0	0.51	2.5	10	0.27	1.1	2	-	0.1
10451	1457	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 水煮	34	88	0	0	900	-	-	-	-	900	4.1	1.8	-	-	-	-	0.16	0.04	14.0	20.0	0.40	3.2	12	0.28	1.3	2	-	0.1
10452	1458	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 蒸し	38	91	0	0	990	-	-	-	-	990	4.3	1.9	-	-	-	-	0.17	0.04	15.0	20.0	0.31	3.4	11	0.27	1.3	2	-	0.1
10453	1459	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 電子レンジ調理	39	94	0	0	970	-	-	-	-	970	4.3	1.8	-	-	-	-	0.19	0.05	18.0	24.0	0.29	3.4	9	0.25	1.4	2	-	0.1
10454	1460	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 焼き	42	94	Tr	0	1100	-	-	-	-	1100	5	2.0	-	-	-	-	0.19	0.04	19.0	24.0	0.33	3.3	11	0.33	1.5	2	-	0.1
10455	1461	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 ソテー	36	90	Tr	0	910	-	-	-	-	910	4.4	1.9	-	-	-	-	0.18	0.05	17.0	23.0	0.42	3.2	10	0.25	1.4	2	-	0.1
10456	1462	＜魚類＞（まぐろ類）くろまぐろ 養殖 赤身 天ぷら	33	88	0	1	820	-	-	-	-	820	4.1	2.5	-	-	-	-	0.17	0.06	15.0	20.0	0.25	3.1	6	0.30	1.5	1	-	0.1
10255	1463	＜魚類＞（まぐろ類）びんなが 生	12	71	1	0	4	0	0	-	0	4	7	0.7	0	0	0	(0)	0.13	0.10	21.0	26.0	0.94	2.8	4	0.31	1.2	1	-	0.1
10256	1464	＜魚類＞（まぐろ類）みなみまぐろ 赤身 生	5	73	0	0	6	0	0	0	0	6	4	1.0	0	0	0	(0)	0.03	0.05	11.0	15.0	1.08	2.2	5	0.30	2.2	Tr	-	0.1
10257	1465	＜魚類＞（まぐろ類）みなみまぐろ 脂身 生	38	120	1	0	34	0	0	0	0	34	5	1.5	0	0	0	(0)	0.10	0.06	11.0	15.0	1.00	1.5	4	0.29	4.4	5	-	0.1
10258	1466	＜魚類＞（まぐろ類）めじまぐろ 生	-	-	-	-	61	0	0	-	0	61	12.0	1.2	0	0	0	(0)	0.19	0.19	19.0	(24.0)	0.73	6.9	6	0.59	-	1	-	0.1
10425	1467	＜魚類＞（まぐろ類）めばち 赤身 生	18	75	Tr	0	17	0	0	0	0	17	3.6	0.9	0	0	0	Tr	0.09	0.05	15.0	20.0	0.76	1.4	5	0.15	1.5	1	-	0.1
10426	1468	＜魚類＞（まぐろ類）めばち 脂身 生	42	74	Tr	0	37	0	Tr	0	Tr	37	8.1	2.0	0	Tr	0	1	0.07	0.05	13.0	18.0	0.80	1.0	5	0.17	1.5	1	-	0.3
10260	1469	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 水煮 フレーク ライト	-	-	-	-	10	0	0	-	0	10	3	0.4	0	0	0	(0)	0.01	0.04	9.5	(13.0)	0.26	1.1	4	0.13	-	0	-	0.5
10261	1470	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 水煮 フレーク ホワイト	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	2	0.4	0	0	0	(0)	0.07	0.03	11.0	(15.0)	0.15	1.4	7	0.13	-	(0)	-	0.7
10262	1471	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 味付け フレーク	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	5	0.7	0	0	0	(0)	0.07	0.03	8.0	(12.0)	0.16	3.7	13	0.23	-	(0)	-	1.9
10263	1472	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 油漬 フレーク ライト	-	-	-	-	8	0	0	-	0	8	2	2.8	0.4	17.0	6.1	44	0.01	0.03	8.8	(12.0)	0.26	1.1	3	0.09	-	0	-	0.9
10264	1473	＜魚類＞（まぐろ類）缶詰 油漬 フレーク ホワイト	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	4	8.3	0.1	7.6	0.1	-	0.05	0.13	12.0	(16.0)	0.15	2.0	2	0.12	-	(0)	-	0.9
10265	1474	＜魚類＞ マジェランあいなめ 生	-	-	-	-	1800	0	0	-	0	1800	17.0	2.2	0	0	0	(0)	0.02	0.08	0.9	(3.3)	0.04	0.6	5	0.29	-	Tr	-	0.2
10266	1475	＜魚類＞ まながつお 生	-	-	-	-	90	-	-	-	(0)	90	5	1.4	0	0	0	(0)	0.22	0.13	3.6	(6.9)	0.30	1.4	7	1.37	-	1	-	0.4

食品番号	備考
10450	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む 切り身
10451	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む 切り身
10452	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む 切り身
10453	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む 切り身
10454	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む 切り身
10455	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む、切り身 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
10456	別名： まぐろ、ほんまぐろ、しび 蓄養を含む 切り身 植物油（なたね油） 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10255	別名： びんちょう、とんぼ、びんながまぐろ 切り身（皮なし）
10256	別名： インドまぐろ 切り身（皮なし）
10257	別名： インドまぐろ、とろ 切り身（皮なし）
10258	くろまぐろの幼魚 別名： まめじ 切り身（皮なし）
10425	別名： ばちまぐろ、めばちまぐろ 切り身（皮なし）
10426	別名： ばちまぐろ、めばちまぐろ、とろ 切り身（皮なし）
10260	別名： ツナ缶 原材料： きはだ 液汁を含んだもの
10261	別名： ツナ缶 材料： びんなが 液汁を含んだもの
10262	別名： ツナ缶 液汁を含んだもの
10263	別名： ツナ缶 原材料： きはだ 液汁を含んだもの
10264	別名： ツナ缶 原材料： びんなが 液汁を含んだもの
10265	別名： メロ、おおくち、マゼランあいなめ 切り身
10266	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)											
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10232	1476	＜魚類＞ みなみくろたち 生	0	473	112	73.8	(17.9)	21.7	2.6	63.0	3.0	(0.1)	(0.1)	4.3 *	(0)	-	0.1	-	1.4	120	460	22	34	240	0.6	0.5	0.05	0.03
10267	1477	＜魚類＞ みなみだら 生	0	288	68	81.9	(13.6)	16.4	0.2	65.0	0.3	(Tr)	(Tr)	2.9 *	(0)	-	Tr	-	1.4	220	320	23	41	160	0.3	0.3	0.04	0.02
10268	1478	＜魚類＞ むつ 生	0	729	175	69.7	14.5	16.7	11.6	59.0	12.6	(Tr)	(Tr)	3.2 *	(0)	-	Tr	-	1.0	85	390	25	20	180	0.5	0.4	0.03	0.01
10269	1479	＜魚類＞ むつ 水煮	0	673	161	68.3	(18.9)	22.2	7.7	70.0	8.4	(Tr)	(Tr)	4.1 *	(0)	-	Tr	-	1.1	80	410	49	23	230	0.6	0.4	0.03	0.01
10270	1480	＜魚類＞ めじな 生	0	476	113	74.7	(16.0)	19.4	3.4	56.0	4.5	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	1.3	91	380	27	30	240	0.3	0.9	0.03	0.01
10271	1481	＜魚類＞ めばる 生	55	423	100	77.2	15.6	18.1	2.8	75.0	3.5	(Tr)	(Tr)	3.2 *	(0)	-	Tr	-	1.2	75	350	80	27	200	0.4	0.4	0.05	-
10272	1482	＜魚類＞ メルルーサ 生	5	309	73	81.1	14.6	17.0	0.5	45.0	0.6	(Tr)	(Tr)	2.5 *	(0)	-	Tr	-	1.3	140	320	12	38	150	0.2	0.4	0.02	0.01
10273	1483	＜魚類＞ やつめうなぎ 生	55	1018	245	61.5	-	15.8	18.8	150	21.8	(0.2)	(0.2)	3.2 *	(0)	-	0.2	-	0.7	49	150	7	15	180	2.0	1.6	0.15	0.03
10274	1484	＜魚類＞ やつめうなぎ 干しやつめ	20	1880	449	14.3	-	50.3	24.3	480	31.2	(0.5)	(0.5)	7.4 *	(0)	-	0.5	-	3.7	130	650	16	49	240	32.0	5.9	1.80	0.10
10275	1485	＜魚類＞ やまめ 養殖 生	45	453	108	75.6	-	18.4	3.7	65.0	4.3	(0.3) *	(0.3)	0.9	(0)	-	0.3	-	1.4	50	420	85	28	280	0.5	0.8	0.04	0.01
10276	1486	＜魚類＞ わかさぎ 生	0	300	71	81.8	11.8	14.4	1.2	210	1.7	(0.1)	(0.1)	3.1 *	(0)	-	0.1	-	2.0	200	120	450	25	350	0.9	2.0	0.19	0.13
10277	1487	＜魚類＞ わかさぎ つくだ煮	0	1302	308	19.3	-	28.7	3.6	450	5.5	-	-	40.1 *	(0)	-	38.2	-	8.3	1900	480	970	69	780	2.6	4.4	0.11	1.74
10278	1488	＜魚類＞ わかさぎ あめ煮	0	1276	301	21.0	-	26.3	2.8	400	5.1	-	-	42.7 *	(0)	-	40.4	-	7.2	1600	410	960	66	740	2.1	5.2	0.08	2.29
10279	1489	＜貝類＞ あかがい 生	75	296	70	80.4	10.6	13.5	0.1	46.0	0.3	(3.5)	(3.2)	6.6 *	(0)	-	3.5	-	2.3	300	290	40	55	140	5.0	1.5	0.06	-
10280	1490	＜貝類＞ あげまき 生	35	189	44	87.1	(5.9)	8.1	0.3	38.0	0.6	(2.0)	(1.8)	4.5 *	(0)	-	2.0	-	2.2	600	120	66	49	120	4.1	1.5	0.40	0.20
10281	1491	＜貝類＞ あさり 生	60	115	27	90.3	4.6	6.0	0.1	40.0	0.3	(0.4)	(0.4)	2.0 *	(0)	-	0.4	-	3.0	870	140	66	100	85	3.8	1.0	0.06	0.10
10282	1492	＜貝類＞ あさり つくだ煮	0	927	218	38.0	(16.1)	20.8	1.0	61.0	2.4	-	-	36.2 *	(0)	-	30.1	-	8.7	2900	270	260	79	300	19.0	2.8	0.18	0.94
10283	1493	＜貝類＞ あさり 缶詰 水煮	0	433	102	73.2	(15.7)	20.3	0.9	89.0	2.2	(1.9)	(1.7)	7.8 *	(0)	-	1.9	-	2.4	390	9	110	46	260	30.0	3.4	0.29	1.24
10284	1494	＜貝類＞ あさり 缶詰 味付け	0	528	124	67.2	(12.8)	16.6	0.9	77.0	1.9	-	-	16.3 *	(0)	-	11.5	-	2.8	640	35	87	44	180	28.0	3.2	0.24	1.23
10427	1495	＜貝類＞ あわび くろあわび 生	55	324	76	79.5	11.2	14.3	0.3	106.9	0.8	3.7	3.3	7.2 *	(0)	-	3.6	0.1	1.7	430	160	25	69	82	2.2	-	-	0.01
10428	1496	＜貝類＞ あわび まだかあわび 生	55	316	74	80.0	(11.5)	14.6	0.1	103.8	0.4	(3.3)	(2.9)	6.8 *	(0)	-	3.3	-	1.5	330	250	21	58	130	1.8	-	-	0.01
10429	1497	＜貝類＞ あわび めがいあわび 生	55	315	74	80.1	8.8	12.2	0.1	106.8	0.3	(6.8)	(6.1)	9.4 *	(0)	-	6.8	-	1.4	320	230	19	50	110	0.7	-	-	0.01
10286	1498	＜貝類＞ あわび 干し	0	1090	257	27.9	(27.0)	38.0	0.6	390	1.6	(23.8)	(21.4)	35.8 *	(0)	-	23.8	-	8.7	2900	490	39	110	300	2.0	1.6	0.74	0.05
10287	1499	＜貝類＞ あわび 塩辛	0	393	93	72.5	(10.5)	14.8	2.6	190	3.9	(1.4)	(1.3)	7.0 *	(0)	-	1.4	-	7.4	2600	180	55	88	160	34.0	2.2	0.25	0.11
10288	1500	＜貝類＞ あわび 水煮缶詰	0	359	85	77.2	(13.8)	19.4	0.3	140	0.4	(1.0)	(0.9)	6.8 *	(0)	-	1.0	-	2.0	570	130	20	58	230	1.8	0.6	0.42	0.02
10289	1501	＜貝類＞ いがい 生	60	269	63	82.9	7.5	10.3	0.8	47.0	1.6	3.1	2.8	6.6 *	(0)	-	3.2	Tr	2.2	540	230	43	73	160	3.5	1.0	0.05	0.86
10290	1502	＜貝類＞ いたやがい 養殖 生	65	231	55	84.9	(7.8)	10.8	0.4	33.0	0.8	(1.5)	(1.4)	4.9 *	(0)	-	1.5	-	2.0	450	260	48	74	170	2.0	6.1	0.10	4.90
10291	1503	＜貝類＞ エスカルゴ 水煮缶詰	0	318	75	79.9	(11.9)	16.5	0.4	240	1.0	(0.8)	(0.7)	6.0 *	(0)	-	0.8	-	1.8	260	5	400	37	130	3.9	1.5	3.07	0.38
10292	1504	＜貝類＞ かき 養殖 生	75	245	58	85.0	4.9	6.9	1.3	38.1	2.2	2.5	2.3	6.7 *	(0)	-	4.9	0.1	2.1	460	190	84	65	100	2.1	14.0	1.04	0.39
10293	1505	＜貝類＞ かき 養殖 水煮	0	378	90	78.7	7.3	9.9	2.2	60.2	3.6	7.1	6.5	10.1 *	(0)	-	7.1	0.1	1.7	350	180	59	42	140	2.9	18.0	1.44	0.37

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10232	1476	＜魚類＞ みなみくろたち 生	-	-	-	-	55	-	-	-	(0)	55	2	1.9	0	0	0	(0)	0.06	0.20	7.5	(11.0)	0.50	6.5	4	0.85	-	1	-	0.3	別名： バラクータ、みなみおおすみやき、おおしびかます 切り身
10267	1477	＜魚類＞ みなみだら 生	-	-	-	-	6	-	-	-	(0)	6	7	0.8	0	0	0	(0)	0.03	0.27	1.7	(4.7)	0.09	1.6	11	0.44	-	0	-	0.6	切り身
10268	1478	＜魚類＞ むつ 生	-	-	-	-	8	-	-	-	(0)	8	4	0.9	0	0	0	(0)	0.03	0.16	2.4	5.5	0.10	1.9	6	0.31	-	Tr	-	0.2	切り身 (魚体全体から調理する場合、廃棄率： 50 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等)
10269	1479	＜魚類＞ むつ 水煮	-	-	-	-	11	-	-	-	(0)	11	3.6	0.6	0	0	0	(0)	0.04	0.16	2.8	(6.9)	0.13	2.5	4	0.25	-	Tr	-	0.2	切り身
10270	1480	＜魚類＞ めじな 生	-	-	-	-	55	0	0	-	0	55	1	0.8	0	0	0	(0)	0.05	0.38	2.7	(6.2)	0.16	1.8	2	0.44	-	0	-	0.2	別名： ぐれ 切り身 (魚体全体から調理する場合、廃棄率： 55 %、廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等)
10271	1481	＜魚類＞ めばる 生	-	-	-	-	11	-	-	-	(0)	11	1	1.5	0	0	0	(0)	0.07	0.17	1.6	5.0	0.11	1.5	5	0.37	-	2	-	0.2	廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10272	1482	＜魚類＞ メルルーサ 生	-	-	-	-	5	-	-	-	(0)	5	1	1.3	0	0	0	(0)	0.09	0.04	1.0	4.1	0.07	0.8	5	0.32	-	Tr	-	0.4	別名： ヘイク 切り身 廃棄部位： 皮
10273	1483	＜魚類＞ やつめうなぎ 生	-	-	-	-	8200	0	0	0	0	8200	3	3.8	0	0	0	(0)	0.25	0.85	3.0	5.6	0.20	4.9	19	1.18	-	2	-	0.1	試料： かわやつめ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等
10274	1484	＜魚類＞ やつめうなぎ 干しやつめ	-	-	-	-	1900	0	0	0	0	1900	12.0	2.4	0	0	0	(0)	0.33	1.69	7.0	15.0	0.14	55.0	100	5.76	-	(0)	-	0.3	試料： かわやつめ 内臓を含んだもの 廃棄部位： 頭部、皮等
10275	1485	＜魚類＞ やまめ 養殖 生	-	-	-	-	15	-	-	-	Tr	15	8	2.2	0	0	0	(0)	0.15	0.16	3.8	(6.9)	0.22	6.6	13	1.48	-	3	-	0.1	別名： やまべ 廃棄部位： 頭部、内臓、骨、ひれ等（三枚下ろし）
10276	1486	＜魚類＞ わかさぎ 生	29	22	1	1	99	0	2	-	2	99	2	0.7	0	Tr	0	Tr	0.01	0.14	1.6	4.0	0.17	7.9	21	0.51	4.0	1	-	0.5	
10277	1487	＜魚類＞ わかさぎ つくだ煮	-	-	-	-	460	0	15	34	32	460	8	4.2	0	0	0	(0)	0.24	0.32	3.4	(8.3)	0.06	9.4	59	0.77	-	Tr	-	4.8	
10278	1488	＜魚類＞ わかさぎ あめ煮	-	-	-	-	420	0	16	75	53	420	9	3.6	0	0	0	(0)	0.28	0.35	3.6	(8.1)	0.06	11.0	52	0	-	0	-	4.1	
10279	1489	＜貝類＞ あかがい 生	-	-	-	-	30	-	-	-	60	35	(0)	0.9	0	0	0	1	0.20	0.20	2.5	4.6	0.10	59.0	20	1.02	-	2	-	0.8	廃棄部位： 貝殻及び内臓
10280	1490	＜貝類＞ あげまき 生	-	-	-	-	20	0	85	-	85	27	1	0.8	0	0	0	(0)	0.30	0.14	1.3	(2.5)	0.04	59.0	11	0.37	-	1	-	1.5	廃棄部位： 貝殻
10281	1491	＜貝類＞ あさり 生	55	38	4	9	2	1	21	0	22	4	0	0.4	0	0	0	Tr	0.02	0.16	1.4	2.4	0.04	52.0	11	0.39	23.0	1	-	2.2	廃棄部位： 貝殻
10282	1492	＜貝類＞ あさり つくだ煮	-	-	-	-	26	25	190	0	200	43	(0)	1.4	0	0	0	4	0.02	0.18	1.1	(4.4)	0.09	15.0	42	0.40	-	0	-	7.4	
10283	1493	＜貝類＞ あさり 缶詰 水煮	-	-	-	-	3	-	-	-	35	6	(0)	2.7	0.1	0	0	3	Tr	0.09	0.8	(4.0)	0.01	64.0	10	0	-	(0)	-	1.0	液汁を除いたもの
10284	1494	＜貝類＞ あさり 缶詰 味付け	-	-	-	-	3	-	-	-	36	6	(0)	2.3	0	0	0	4	Tr	0.06	1.2	(3.9)	0.01	36.0	1	0	-	(0)	-	1.6	液汁を除いたもの
10427	1495	＜貝類＞ あわび くろあわび 生	200	8	6	15	0	0	17	-	17	1	(0)	0.3	0	0	0	-	0.15	0.09	0.8	2.6	0.02	0.4	20	2.44	1.2	1	-	1.1	廃棄部位： 貝殻及び内蔵
10428	1496	＜貝類＞ あわび まだかあわび 生	190	8	5	14	0	0	28	-	28	2	(0)	1.1	0	0	0	-	0.02	0.10	1.5	(3.4)	0.02	0.4	22	2.05	1.1	2	-	0.8	廃棄部位： 貝殻及び内蔵
10429	1497	＜貝類＞ あわび めがいあわび 生	190	8	5	14	0	0	9	-	9	1	(0)	0.3	0	0	0	-	0.16	0.09	1.1	2.5	0.02	0.4	29	1.71	1.1	1	-	0.8	廃棄部位： 貝殻及び内蔵
10286	1498	＜貝類＞ あわび 干し	-	-	-	-	0	0	45	2	47	4	(0)	1.2	0	0	0	3	0.36	0.11	3.3	(8.2)	0.05	2.4	87	0.71	-	Tr	-	7.4	
10287	1499	＜貝類＞ あわび 塩辛	-	-	-	-	Tr	-	-	-	700	58	(0)	2.5	0	0	0	92	0.20	0.70	1.5	(3.4)	0.10	12.0	130	1.13	-	(0)	-	6.6	
10288	1500	＜貝類＞ あわび 水煮缶詰	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	1.5	0	0	0	0	0.04	0.04	1.0	(3.5)	0.02	0.7	3	0.23	-	(0)	-	1.4	液汁を除いたもの
10289	1501	＜貝類＞ いがい 生	65	37	5	9	34	-	-	-	Tr	34	(0)	1.1	0	0	0	Tr	0.01	0.37	1.4	3.7	0.02	10.0	42	0.63	6.4	5	-	1.4	別名： ムール貝 廃棄部位： 貝殻、足糸等
10290	1502	＜貝類＞ いたやがい 養殖 生	-	-	-	-	5	0	9	-	9	6	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0	0.20	1.4	(2.9)	0.07	13.0	14	0.24	-	Tr	-	1.1	別名： しゃくしがい 廃棄部位： 貝殻
10291	1503	＜貝類＞ エスカルゴ 水煮缶詰	-	-	-	-	0	-	-	-	-	(0)	0	0.6	0	0	0	5	0	0.09	0	(2.3)	0	0.6	1	0	-	0	-	0.7	液汁を除いたもの
10292	1504	＜貝類＞ かき 養殖 生	67	46	3	4	24	1	6	0	6	24	0.1	1.3	0	Tr	0	0	0.07	0.14	1.5	2.6	0.07	23.0	39	0.54	4.8	3	-	1.2	試料： まがき 廃棄部位： 貝殻
10293	1505	＜貝類＞ かき 養殖 水煮	71	62	4	5	42	1	10	0	11	43	0.1	2.9	0	Tr	0	Tr	0.07	0.15	1.6	3.3	0.07	24.0	31	0.41	7.4	3	-	0.9	試料： まがき むき身

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10430	1506	＜貝類＞ かき 養殖 フライ	0	1076	256	46.6	5.5	7.6	10.0	36.4	11.1	15.6	14.2	36.0 *	-	-	32.9	0.1	1.8	380	180	67	53	110	1.8	12.0	0.87	0.37
10294	1507	＜貝類＞ かき くん製油漬缶詰	0	1196	288	51.2	-	12.5	21.7	110	22.6	(11.2) *	(10.1)	12.1	(0)	-	11.2	-	2.5	300	140	35	42	260	4.5	25.0	2.81	1.03
10295	1508	＜貝類＞ さざえ 生	85	353	83	78.0	14.2	19.4	0.1	140	0.4	(0.8)	(0.7)	6.3 *	(0)	-	0.8	-	1.4	240	250	22	54	140	0.8	2.2	0.39	0.02
10296	1509	＜貝類＞ さざえ 焼き	85	387	91	75.6	(15.2)	21.3	0.1	170	0.4	(0.9)	(0.8)	7.2 *	(0)	-	0.9	-	1.8	280	220	29	67	120	0.9	2.5	0.73	0.03
10318	1510	＜貝類＞ さるぼう 味付け缶詰	0	526	124	66.1	-	15.9	1.3	110	2.2	(12.9) *	(11.6)	13.8	(0)	-	12.9	-	2.9	870	55	60	41	140	11.0	4.1	0.13	1.39
10297	1511	＜貝類＞ しじみ 生	75	230	54	86.0	5.8	7.5	0.6	61.6	1.4	(4.5)	(4.1)	6.4 *	(0)	-	4.5	-	1.2	180	83	240	10	120	8.3	2.3	0.41	2.78
10413	1512	＜貝類＞ しじみ 水煮	80	403	95	76.0	12.3	15.4	1.2	126.5	2.7	(5.5)	(5.0)	8.7 *	(0)	-	5.5	-	1.8	100	66	250	11	200	15.0	4.0	0.61	7.30
10298	1513	＜貝類＞ たいらがい 貝柱 生	0	401	94	75.2	(15.8)	21.8	0.1	23.0	0.2	(1.5)	(1.4)	7.7 *	(0)	-	1.5	-	1.3	260	260	16	36	150	0.6	4.3	0.01	0.03
10299	1514	＜貝類＞ たにし 生	30	308	73	78.8	(9.4)	13.0	0.3	72.0	1.1	(3.6)	(3.2)	7.9 *	(0)	-	3.6	-	3.5	23	70	1300	77	140	19.0	6.2	1.90	2.10
10300	1515	＜貝類＞ つぶ 生	0	347	82	78.2	13.6	17.8	0.1	110	0.2	(2.3)	(2.1)	6.6 *	(0)	-	2.3	-	1.5	380	160	60	92	120	1.3	1.2	0.06	0.04
10301	1516	＜貝類＞ とこぶし 生	60	332	78	78.9	(11.6)	16.0	0.1	150	0.4	(3.0)	(2.7)	7.7 *	(0)	-	3.0	-	1.7	260	250	24	55	160	1.8	1.4	0.30	0.06
10303	1517	＜貝類＞ とりがい 斧足 生	0	343	81	78.6	10.1	12.9	0.1	22.0	0.3	(6.9)	(6.2)	9.9 *	(0)	-	6.9	-	1.3	100	150	19	43	120	2.9	1.6	0.05	0.11
10304	1518	＜貝類＞ ばい 生	55	345	81	78.5	(11.8)	16.3	0.3	110	0.6	(3.1)	(2.8)	7.9 *	(0)	-	3.1	-	1.5	220	320	44	84	160	0.7	1.3	0.09	0.04
10305	1519	＜貝類＞ ばかがい 生	65	238	56	84.6	8.5	10.9	0.2	120	0.5	(2.4)	(2.2)	5.1 *	(0)	-	2.4	-	1.6	300	220	42	51	150	1.1	1.8	0.05	0.07
10306	1520	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり 生	60	149	35	88.8	4.5	6.1	0.3	25.2	0.6	(1.8)	(1.6)	3.7 *	(0)	-	1.8	-	2.8	780	160	130	81	96	2.1	1.7	0.10	0.14
10307	1521	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり 水煮	75	337	79	78.6	(10.6)	14.9	0.6	78.8	1.5	(2.9)	(2.6)	7.8 *	(0)	-	2.9	-	2.3	490	180	130	69	190	3.9	2.5	0.23	0.30
10308	1522	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり 焼き	70	299	70	79.8	(9.5)	13.3	0.4	65.3	1.0	(2.8)	(2.5)	7.2 *	(0)	-	2.8	-	3.1	770	230	140	87	140	3.3	2.4	0.20	0.30
10309	1523	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり つくだ煮	0	895	211	40.1	-	27.0	1.2	100	2.8	-	-	23.0 *	(0)	-	21.4	-	8.7	2800	320	120	95	340	7.2	4.2	0.20	1.03
10310	1524	＜貝類＞（はまぐり類）ちょうせんはまぐり 生	60	174	41	88.1	4.6	6.5	0.5	27.0	1.0	1.3	1.2	4.4 *	(0)	-	2.7	0.1	2.3	510	170	160	69	94	5.1	1.2	0.11	0.22
10311	1525	＜貝類＞ ほたてがい 生	50	279	66	82.3	10.0	13.5	0.4	33.0	0.9	(1.5)	(1.4)	5.5 *	(0)	-	1.5	-	1.8	320	310	22	59	210	2.2	2.7	0.13	0.12
10312	1526	＜貝類＞ ほたてがい 水煮	60	379	89	76.8	(12.7)	17.6	0.8	52.0	1.9	(1.9)	(1.7)	7.9 *	(0)	-	1.9	-	1.8	250	330	24	57	250	2.8	3.1	0.17	0.12
10313	1527	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 生	0	347	82	78.4	12.3	16.9	0.1	35.2	0.3	(3.5)	(3.1)	7.9 *	(0)	-	3.5	-	1.3	120	380	7	41	230	0.2	1.5	0.03	0.02
10414	1528	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 焼き	0	521	123	67.8	18.0	23.8	0.1	52.2	0.3	(4.6)	(4.2)	12.4 *	(0)	-	4.6	-	1.7	150	480	13	56	320	0.3	2.2	0.04	0.03
10314	1529	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 煮干し	0	1279	301	17.1	(46.9)	65.7	0.5	150	1.4	(7.6)	(6.8)	27.3 *	(0)	-	7.6	-	8.2	2500	810	34	120	610	1.2	6.1	0.08	0.10
10315	1530	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 水煮缶詰	0	371	87	76.4	(13.9)	19.5	0.2	62.0	0.6	(1.5)	(1.4)	7.5 *	(0)	-	1.5	-	2.0	390	250	50	37	170	0.7	2.7	0.03	0.07
10316	1531	＜貝類＞ ほっきがい 生	65	278	66	82.1	(8.0)	11.1	0.3	51.0	1.1	(3.8)	(3.4)	7.7 *	(0)	-	3.8	-	1.9	250	260	62	75	160	4.4	1.8	0.15	0.11
10317	1532	＜貝類＞ みるがい 水管 生	80	325	77	78.9	(13.2)	18.3	0.1	36.0	0.4	(0.3)	(0.3)	5.6 *	(0)	-	0.3	-	2.1	330	420	55	75	160	3.3	1.0	0.04	0.16
10319	1533	＜えび・かに類＞（えび類）あまえび 生	65	358	85	78.2	15.2	19.8	0.7	130	1.5	(0.1)	(0.1)	4.2 *	(0)	-	0.1	-	1.6	300	310	50	42	240	0.1	1.0	0.44	0.02
10320	1534	＜えび・かに類＞（えび類）いせえび 生	70	365	86	76.6	17.4	20.9	0.1	93.0	0.4	(Tr)	(Tr)	3.7 *	(0)	-	Tr	-	2.1	350	400	37	39	330	0.1	1.8	0.65	0.02
10321	1535	＜えび・かに類＞（えび類）くるまえび 養殖 生	55	383	90	76.1	18.2	21.6	0.3	170	0.6	(Tr)	(Tr)	3.7 *	(0)	-	Tr	-	1.7	170	430	41	46	310	0.7	1.4	0.42	0.02
10322	1536	＜えび・かに類＞（えび類）くるまえび 養殖 ゆで	55	492	116	69.3	(23.3)	28.2	0.2	240	0.5	(Tr)	(Tr)	5.1 *	(0)	-	Tr	-	2.0	200	500	61	57	390	1.0	1.8	0.62	0.03
10323	1537	＜えび・かに類＞（えび類）くるまえび 養殖 焼き	55	410	97	74.4	(19.5)	23.5	0.2	200	0.4	(Tr)	(Tr)	4.3 *	(0)	-	Tr	-	1.7	180	400	55	49	330	1.4	1.6	0.58	0.02

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
10430	1506	＜貝類＞ かき 養殖 フライ	50	44	3	6	18	1	11	0	12	19	0.1	3.1	0.1	4.0	0.2	21	0.07	0.16	1.4	2.6	0.07	30.0	33	0.39	4.4	2	-	1.0
10294	1507	＜貝類＞ かき くん製油漬缶詰	-	-	-	-	Tr	-	-	-	18	2	(0)	9.5	0	6.7	0.9	0	0.05	0.09	1.6	(3.5)	0.02	32.0	25	0.56	-	(0)	-	0.8
10295	1508	＜貝類＞ さざえ 生	97	19	6	5	Tr	44	340	11	360	31	(0)	2.3	0	0	0	3	0.04	0.09	1.7	4.1	0.05	1.3	16	0.24	1.9	1	-	0.6
10296	1509	＜貝類＞ さざえ 焼き	-	-	-	-	Tr	64	490	16	530	44	(0)	2.8	0	0	0	2	0.04	0.10	1.5	(4.1)	0.06	1.1	22	0.30	-	1	-	0.7
10318	1510	＜貝類＞ さるぼう 味付け缶詰	-	-	-	-	Tr	-	-	-	90	8	(0)	2.5	0	0	0	(0)	0.01	0.07	1.6	(4.1)	0.04	25.0	11	0.19	-	(0)	-	2.2
10297	1511	＜貝類＞ しじみ 生	-	-	-	-	25	13	97	1	100	33	0.2	1.7	0	0	0	2	0.02	0.44	1.5	3.1	0.10	68.0	26	0.53	-	2	-	0.4
10413	1512	＜貝類＞ しじみ 水煮	-	-	-	-	57	29	220	1	230	76	0.6	3.9	0	0	0	5	0.02	0.57	1.5	5.0	0.04	82.0	37	0.35	-	1	-	0.3
10298	1513	＜貝類＞ たいらがい 貝柱 生	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	0.8	0	0	0	(0)	0.01	0.09	1.5	(4.6)	0.06	-	25	0.51	-	2	-	0.7
10299	1514	＜貝類＞ たにし 生	-	-	-	-	15	-	-	-	960	95	(0)	0.5	0	0	0	1	0.11	0.32	2.0	(3.8)	0.05	18.0	28	0.52	-	Tr	-	0.1
10300	1515	＜貝類＞ つぶ 生	-	-	-	-	0	-	-	-	19	2	(0)	1.8	0	0	0	(0)	Tr	0.12	0.9	3.4	0.11	6.5	15	0.59	-	Tr	-	1.0
10301	1516	＜貝類＞ とこぶし 生	-	-	-	-	0	7	54	0	58	5	(0)	1.3	0	0	0	(0)	0.15	0.14	1.7	(4.0)	0.07	3.2	24	1.57	-	1	-	0.7
10303	1517	＜貝類＞ とりがい 斧足 生	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	1.2	0	0	0	(0)	0.16	0.06	1.7	3.7	0.04	10.0	18	1.10	-	1	-	0.3
10304	1518	＜貝類＞ ばい 生	-	-	-	-	0	-	-	-	10	1	(0)	2.2	0	0	0	0	0.03	0.14	1.3	(3.6)	0.11	4.3	14	1.02	-	2	-	0.6
10305	1519	＜貝類＞ ばかがい 生	-	-	-	-	4	0	5	0	5	5	(0)	0.8	0	0	0	(0)	0.14	0.06	2.1	3.8	0.08	7.9	18	0.79	-	1	-	0.8
10306	1520	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり 生	-	-	-	-	7	0	25	-	25	9	(0)	0.6	0	0	0	Tr	0.08	0.16	1.1	2.1	0.08	28.0	20	0.37	-	1	-	2.0
10307	1521	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり 水煮	-	-	-	-	12	0	50	-	50	16	(0)	2.8	0	0	0	1	0.15	0.27	1.6	(4.1)	0.05	20.0	23	0.45	-	1	-	1.2
10308	1522	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり 焼き	-	-	-	-	12	0	48	-	48	16	(0)	2.3	0	0	0	Tr	0.13	0.29	1.9	(4.1)	0.12	33.0	27	0.57	-	2	-	2.0
10309	1523	＜貝類＞（はまぐり類）はまぐり つくだ煮	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	1.9	0	0	0	2	0.02	0.10	1.6	(6.1)	0.11	45.0	49	0.34	-	(0)	-	7.1
10310	1524	＜貝類＞（はまぐり類）ちょうせんはまぐり 生	27	21	4	6	3	4	28	0	30	6	(0)	0.5	0	0	0	0	0.13	0.12	1.2	2.2	0.07	19.0	21	0.57	13.0	1	-	1.3
10311	1525	＜貝類＞ ほたてがい 生	-	-	-	-	10	1	150	0	150	23	(0)	0.9	0	0	0	1	0.05	0.29	1.7	3.4	0.07	11.0	87	0.66	-	3	-	0.8
10312	1526	＜貝類＞ ほたてがい 水煮	-	-	-	-	15	2	230	0	230	34	(0)	1.7	0	0	0	2	0.04	0.29	1.9	(4.1)	0.06	18.0	83	0.64	-	2	-	0.6
10313	1527	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 生	2	18	3	1	1	0	0	0	0	1	0	0.8	0	0	0	0	0.01	0.06	1.9	4.1	0.11	1.7	61	0.28	1.7	2	-	0.3
10414	1528	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 焼き	-	-	-	-	1	0	0	0	0	1	0	1.1	0	0	0	Tr	0.01	0.08	2.7	5.9	0.14	2.1	41	0.34	-	1	-	0.4
10314	1529	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 煮干し	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	2.5	0	0	0	(0)	0.12	0.30	4.6	(14.0)	0.12	5.2	22	0.75	-	(0)	-	6.4
10315	1530	＜貝類＞ ほたてがい 貝柱 水煮缶詰	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	1.1	0	0	0	(0)	Tr	0.05	1.0	(3.7)	0.09	2.6	7	0	-	(0)	-	1.0
10316	1531	＜貝類＞ ほっきがい 生	-	-	-	-	6	-	-	-	10	7	(0)	1.4	0	0	0	(0)	0.01	0.16	1.9	(3.5)	0.12	48.0	45	0.20	-	2	-	0.6
10317	1532	＜貝類＞ みるがい 水管 生	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	0.6	0	0	0	(0)	Tr	0.14	2.0	(4.6)	0.05	9.1	13	0.64	-	1	-	0.8
10319	1533	＜えび・かに類＞（えび類）あまえび 生	18	33	Tr	1	3	0	0	0	0	3	(0)	3.4	0	0	0	(0)	0.02	0.03	1.1	4.4	0.04	2.4	25	0.21	2.1	Tr	-	0.8
10320	1534	＜えび・かに類＞（えび類）いせえび 生	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	3.8	0	0	0	(0)	0.01	0.03	2.1	5.2	0.14	0.3	15	0.41	-	1	-	0.9
10321	1535	＜えび・かに類＞（えび類）くるまえび 養殖 生	4	35	0	1	0	0	49	0	49	4	(0)	1.6	0	0	0	(0)	0.11	0.06	3.8	7.0	0.12	1.9	23	1.11	2.6	Tr	-	0.4
10322	1536	＜えび・かに類＞（えび類）くるまえび 養殖 ゆで	-	-	-	-	0	0	56	0	56	5	(0)	2.3	0	0	0	(0)	0.09	0.05	4.5	(8.6)	0.08	2.0	17	1.07	-	Tr	-	0.5
10323	1537	＜えび・かに類＞（えび類）くるまえび 養殖 焼き	-	-	-	-	0	0	53	0	53	4	(0)	2.7	0	0	0	(0)	0.11	0.05	3.6	(7.0)	0.08	2.3	15	1.06	-	1	-	0.5

食品番号	備考
10430	試料： まがき むき身 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10294	試料： まがき 液汁を含んだもの
10295	廃棄部位： 貝殻及び内臓
10296	廃棄部位： 貝殻及び内臓
10318	別名： もがい、赤貝（さるぼう）味付け缶詰 液汁を除いたもの
10297	廃棄部位： 貝殻
10413	廃棄部位： 貝殻
10298	別名： たいらぎ（標準和名）
10299	試料： まるたにし、ひめたにし 廃棄部位： 貝殻
10300	別名： ばい 試料： えぞばら、ひめえぞばら、えぞばい むき身 （貝全体の場合、廃棄率： 70 %、廃棄部位： 貝殻及び内臓）
10301	廃棄部位： 貝殻及び内臓
10303	
10304	別名： つぶ 試料： ちじみえぞばら、おおえっちゅうばい等 廃棄部位： 貝殻及び内臓
10305	別名： あおやぎ 廃棄部位： 貝殻及び内臓
10306	廃棄部位： 貝殻
10307	廃棄部位： 貝殻
10308	液汁を含んだもの 廃棄部位： 貝殻
10309	
10310	廃棄部位： 貝殻
10311	廃棄部位： 貝殻
10312	廃棄部位： 貝殻
10313	
10414	
10314	
10315	液汁を除いたもの
10316	別名： うばがい（標準和名） 廃棄部位： 貝殻
10317	別名： みるくい（標準和名） 廃棄部位： 貝殻及び内臓
10319	別名： ほっこくあかえび（標準和名） 廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10320	廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10321	廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10322	廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10323	廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10431	1538	＜えび･かに類＞（えび類）さくらえび 生	0	331	78	78.9	12.0	16.6	1.2	198.8	2.0	(0.1)	(0.1)	4.9 *	-	-	0.1	-	3.1	270	310	630	69	330	0.3	1.3	0.90	0.05
10324	1539	＜えび･かに類＞（えび類）さくらえび ゆで	0	335	79	75.6	-	18.2	0.7	230	1.5	(Tr) *	(Tr)	0.8	-	-	Tr	-	4.7	830	250	690	92	360	0.5	1.4	2.05	0.09
10325	1540	＜えび･かに類＞（えび類）さくらえび 素干し	0	1181	278	19.4	-	64.9	2.1	700	4.0	(0.1) *	(0.1)	2.0	-	-	0.1	-	11.6	1200	1200	2000	310	1200	3.2	4.9	3.34	0.23
10326	1541	＜えび･かに類＞（えび類）さくらえび 煮干し	0	1047	247	23.2	-	59.1	1.1	700	2.5	(0.1) *	(0.1)	1.5	-	-	0.1	-	15.1	3400	680	1500	260	860	3.0	4.1	2.61	0.20
10327	1542	＜えび･かに類＞（えび類）大正えび 生	55	379	89	76.3	(17.9)	21.7	0.1	160	0.3	(0.1)	(0.1)	4.1 *	(0)	-	0.1	-	1.6	200	360	34	45	300	0.1	1.4	0.61	0.02
10328	1543	＜えび･かに類＞（えび類）しばえび 生	50	330	78	79.3	15.7	18.7	0.2	170	0.4	(0.1)	(0.1)	3.3 *	(0)	-	0.1	-	1.5	250	260	56	30	270	1.0	1.0	0.35	0.11
10415	1544	＜えび･かに類＞（えび類）バナメイえび 養殖 生	20	348	82	78.6	16.5	19.6	0.3	156.6	0.6	(0.7)	(0.6)	3.3 *	(0)	-	0.7	-	1.3	140	270	68	37	220	1.4	1.2	0.33	0.10
10416	1545	＜えび･かに類＞（えび類）バナメイえび 養殖 天ぷら	10	810	194	62.0	17.1	20.0	9.6	162.7	10.3	7.1	6.5	9.2 *	0.9	-	6.5	-	1.2	140	250	96	36	200	0.5	1.3	0.29	0.11
10329	1546	＜えび･かに類＞（えび類）ブラックタイガー 養殖 生	15	326	77	79.9	(15.2)	18.4	0.1	150	0.3	(0.3)	(0.3)	3.7 *	(0)	-	0.3	-	1.1	150	230	67	36	210	0.2	1.4	0.39	0.02
10330	1547	＜えび･かに類＞（えび類）加工品 干しえび	0	876	207	24.2	-	48.6	1.2	510	2.8	(0.3) *	(0.3)	1.9	-	-	0.3	-	24.1	1500	740	7100	520	990	15.0	3.9	5.17	3.93
10331	1548	＜えび･かに類＞（えび類）加工品 つくだ煮	0	1015	239	31.8	-	25.9	1.3	230	2.2	-	-	31.0 *	-	-	30.1	-	10.0	1900	350	1800	110	440	3.9	3.1	1.56	1.24
10332	1549	＜えび･かに類＞（かに類）がざみ 生	65	258	61	83.1	(10.7)	14.4	0.1	79.0	0.3	(0.3)	(0.3)	4.2 *	(0)	-	0.3	-	1.9	360	300	110	60	200	0.3	3.7	1.10	0.06
10333	1550	＜えび･かに類＞（かに類）毛がに 生	70	286	67	81.9	12.1	15.8	0.3	47.0	0.5	(0.2)	(0.2)	4.1 *	(0)	-	0.2	-	1.6	220	340	61	38	260	0.5	3.3	0.47	0.03
10334	1551	＜えび･かに類＞（かに類）毛がに ゆで	60	330	78	79.2	(13.7)	18.4	0.3	53.0	0.5	(0.2)	(0.2)	5.2 *	(0)	-	0.2	-	1.7	240	280	66	39	200	0.6	3.8	0.46	0.02
10335	1552	＜えび･かに類＞（かに類）ずわいがに 生	70	249	59	84.0	10.6	13.9	0.2	44.0	0.4	(0.1)	(0.1)	3.6 *	(0)	-	0.1	-	1.6	310	310	90	42	170	0.5	2.6	0.35	0.02
10336	1553	＜えび･かに類＞（かに類）ずわいがに ゆで	55	274	65	82.5	(11.2)	15.0	0.3	61.0	0.6	(0.1)	(0.1)	4.2 *	(0)	-	0.1	-	1.8	240	240	120	55	150	0.7	3.1	0.56	0.02
10337	1554	＜えび･かに類＞（かに類）ずわいがに 水煮缶詰	0	291	69	81.1	(12.1)	16.3	0.2	70.0	0.4	(0.2)	(0.2)	4.6 *	(0)	-	0.2	-	2.0	670	21	68	29	120	0.5	4.7	0.35	0.10
10338	1555	＜えび･かに類＞（かに類）たらばがに 生	70	239	56	84.7	10.1	13.0	0.5	34.0	0.9	(0.2)	(0.2)	2.9 *	(0)	-	0.2	-	1.8	340	280	51	41	220	0.3	3.2	0.43	0.03
10339	1556	＜えび･かに類＞（かに類）たらばがに ゆで	60	328	77	80.0	14.3	17.5	0.8	53.0	1.5	(0.3)	(0.3)	3.2 *	(0)	-	0.3	-	1.7	310	230	48	51	190	0.2	4.2	0.41	0.04
10340	1557	＜えび･かに類＞（かに類）たらばがに 水煮缶詰	0	360	85	77.0	(15.3)	20.6	0.1	60.0	0.3	(0.1)	(0.1)	5.5 *	(0)	-	0.1	-	2.0	580	90	52	34	220	0.2	6.3	0.58	0.06
10341	1558	＜えび･かに類＞（かに類）加工品 がん漬	0	246	58	54.7	-	8.4	0.2	36.0	0.4	-	-	5.6 *	-	-	5.4	-	31.1	7500	250	4000	530	200	1.7	2.4	1.36	4.43
10342	1559	＜いか･たこ類＞（いか類）あかいか 生	25	343	81	79.3	13.4	17.9	0.8	280	1.5	(Tr)	(Tr)	5.1 *	(0)	-	Tr	-	1.4	200	330	12	46	280	0.1	1.2	0.21	0.02
10343	1560	＜いか･たこ類＞（いか類）けんさきいか 生	20	325	77	80.0	(12.7)	17.5	0.4	350	1.0	(0.1)	(0.1)	5.5 *	(0)	-	0.1	-	1.4	210	330	12	46	260	0.1	1.3	0.16	0.02
10344	1561	＜いか･たこ類＞（いか類）こういか 生	35	272	64	83.4	10.6	14.9	0.6	210	1.3	(0.1)	(0.1)	4.1 *	(0)	-	0.1	-	1.3	280	220	17	48	170	0.1	1.5	0.45	0.02
10345	1562	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 生	30	321	76	80.2	(13.4)	17.9	0.3	245.6	0.8	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.3	210	300	11	46	250	0.1	1.5	0.29	Tr
10346	1563	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 水煮	0	415	98	74.6	(16.1)	21.9	0.4	305.6	0.9	(0.1)	(0.1)	7.5 *	(0)	-	0.1	-	1.4	230	310	14	52	280	0.1	1.8	0.40	0.01
10347	1564	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 焼き	0	460	108	71.8	(17.3)	23.6	0.4	345.5	1.0	(0.1)	(0.1)	8.9 *	(0)	-	0.1	-	1.6	330	360	14	57	300	0.2	1.9	0.41	Tr
10417	1565	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 胴 皮つき 生	0	329	78	79.8	13.8	18.6	0.4	207.7	0.7	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.4	200	330	10	48	280	0.1	1.4	0.27	0.01
10418	1566	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 胴 皮なし 生	0	339	80	79.1	13.8	18.6	0.3	180.3	0.6	(0.1)	(0.1)	5.4 *	(0)	-	0.1	-	1.4	200	340	10	48	270	0.1	1.5	0.27	0.01
10419	1567	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 胴 皮なし 天ぷら	0	734	175	64.9	13.1	16.7	9.8	145.6	10.8	9.0 *	8.2	10.2	0.8	-	6.3	-	1.2	180	280	26	40	230	0.1	1.3	0.16	0.06
10420	1568	＜いか･たこ類＞（いか類）するめいか 耳･足 生	0	317	75	80.8	13.0	16.9	0.6	293.7	0.9	(0)	(0)	4.4 *	(0)	-	0	-	1.3	230	270	13	45	210	0.1	1.6	0.31	0
10348	1569	＜いか･たこ類＞（いか類）ほたるいか 生	0	310	74	83.0	7.8	11.8	2.3	240	3.5	(0.2)	(0.2)	5.4 *	(0)	-	0.2	-	1.5	270	290	14	39	170	0.8	1.3	3.42	0.05

食品番号	索引番号	無機質				ビタミン																								備考
						ビタミンA						ビタミンE																		
							カロテン																							
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10431	1538	110	64	1	3	1	Tr	6	0	6	2	0.1	2.3	0	Tr	0	0	0.10	0.08	2.3	5.1	0.10	4.5	94	0.29	5.2	1	-	0.7	殻付き
10324	1539	-	-	-	-	6	0	3	0	3	7	(0)	2.8	0	0	0	0	0.10	0.08	1.1	(4.2)	0.09	4.3	41	0.37	-	0	-	2.1	殻つき
10325	1540	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	(7.2)	0	(0.1)	0	(0)	0.17	0.15	5.5	(17.0)	0.21	11.0	230	1.16	-	0	-	3.0	殻つき
10326	1541	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	(3.4)	0	(0.1)	0	(0)	0.16	0.11	3.5	(14.0)	0.05	3.5	82	0.51	-	0	-	8.6	殻つき
10327	1542	-	-	-	-	6	0	4	0	4	6	(0)	1.8	0	0	0	(0)	0.03	0.04	2.4	(5.8)	0.07	2.1	45	0.61	-	1	-	0.5	別名： こうらいえび（標準和名） 廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10328	1543	-	-	-	-	3	0	20	0	20	4	(0)	1.7	0	0	0	(0)	0.02	0.06	2.2	5.5	0.10	1.1	57	0.38	-	2	-	0.6	廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10415	1544	10	27	2	-	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	1.7	0	0.3	0	(0)	0.03	0.04	3.6	6.8	0.14	1.2	38	0.23	1.9	1	-	0.3	廃棄部位： 頭部、殻、内臓、尾部等
10416	1545	9	28	1	-	0	(0)	16	(0)	16	1	0	3.6	0	4.7	0.1	13	0.04	0.06	3.3	6.8	0.10	1.1	34	0.23	1.8	Tr	-	0.3	頭部、殻、内臓等除いたもの 廃棄部位： 殻及び尾部 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10329	1546	4	26	2	1	1	0	0	-	0	1	(0)	1.4	0	0.1	0	(0)	0.07	0.03	2.6	(5.5)	0.07	0.9	15	0.59	1.9	Tr	-	0.4	別名： うしえび（標準和名） 無頭、殻つき 廃棄部位： 殻及び尾部
10330	1547	-	-	-	-	14	0	5	0	5	14	(0)	2.5	0	0	0	(0)	0.10	0.19	4.3	(12.0)	0.19	11.0	46	0.72	-	0	-	3.8	試料（原材料）：さるえび
10331	1548	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	6.3	0	0.2	0	(0)	0.14	0.11	5.0	(9.1)	0.08	6.3	35	0.65	-	(0)	-	4.8	
10332	1549	-	-	-	-	0	0	7	0	7	1	(0)	1.8	0	0	0	(0)	0.02	0.15	4.2	(6.3)	0.18	4.7	22	0.78	-	Tr	-	0.9	別名： わたりがに 廃棄部位： 殻、内臓等
10333	1550	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	2.2	0	0	0	(0)	0.07	0.23	2.3	4.5	0.16	1.9	13	0.41	-	Tr	-	0.6	廃棄部位： 殻、内臓等
10334	1551	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	3.7	0	0	0	(0)	0.07	0.23	2.4	(5.1)	0.13	2.5	10	0.40	-	Tr	-	0.6	殻つきでゆでたもの 廃棄部位： 殻、内臓等
10335	1552	58	97	1	2	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	2.1	0	0	0	(0)	0.24	0.60	8.0	10.0	0.13	4.3	15	0.48	3.0	Tr	-	0.8	別名： まつばがに 廃棄部位： 殻、内臓等
10336	1553	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	2.6	0	0	0	(0)	0.21	0.57	6.1	(8.3)	0.11	7.2	9	0.54	-	Tr	-	0.6	別名： まつばがに 殻つきでゆでたもの 廃棄部位： 殻、内臓等
10337	1554	-	-	-	-	0	-	-	-	(0)	(0)	(0)	2.0	0	0	0	(0)	0	0.03	0.1	(2.5)	Tr	0.2	1	0	-	0	-	1.7	別名： まつばがに 液汁を除いたもの
10338	1555	43	25	1	1	0	0	7	0	7	1	(0)	1.9	0	0	0	(0)	0.05	0.07	2.1	4.3	0.14	5.8	21	0.65	4.9	1	-	0.9	廃棄部位： 殻、内臓等
10339	1556	62	35	1	2	0	0	8	0	8	1	(0)	3.0	0	0	0	(0)	0.07	0.06	1.8	5.1	0.13	9.9	15	0.48	5.4	Tr	-	0.8	廃棄部位： 殻、内臓等 殻つきでゆでたもの
10340	1557	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	2.9	0	0	0	(0)	0.02	0.10	0.2	(3.3)	0.04	6.1	4	0.26	-	(0)	-	1.5	液汁を除いたもの
10341	1558	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	(0)	1.8	0	0.2	0	1	0.10	0.50	2.0	(3.2)	0.07	2.2	7	0.26	-	(0)	-	19.1	しおまねきの塩辛
10342	1559	5	28	1	1	4	0	0	0	0	4	(0)	2.2	0	0	0	(0)	0.01	0.02	2.1	4.7	0.10	2.3	2	0.31	4.0	1	-	0.5	別名： ばかいか、むらさきいか 廃棄部位： 内臓等
10343	1560	-	-	-	-	7	0	0	0	0	7	(0)	1.6	0	0	0	(0)	0.01	0.02	2.5	(5.0)	0.11	2.5	4	0.28	-	2	-	0.5	廃棄部位： 内臓等
10344	1561	4	23	0	0	5	Tr	Tr	-	Tr	5	(0)	2.2	Tr	Tr	Tr	(0)	0.03	0.05	1.3	3.3	0.06	1.4	3	0.52	1.6	1	-	0.7	別名： すみいか 廃棄部位： 内臓等
10345	1562	7	41	Tr	1	13	0	0	0	0	13	0.3	2.1	0	Tr	0	-	0.07	0.05	4.0	(6.5)	0.21	4.9	5	0.34	4.9	1	-	0.5	廃棄部位： 内臓等 胴 55.9 %、足・耳 44.1 %
10346	1563	10	42	0	0	16	0	0	0	0	16	0	2.5	0	Tr	0	-	0.05	0.06	4.9	(8.0)	0.23	5.3	5	0.42	5.4	1	-	0.6	内臓等を除き水煮したもの
10347	1564	10	46	0	Tr	22	0	0	0	0	22	0	2.5	0	Tr	0	-	0.09	0.07	5.8	(9.1)	0.26	5.4	7	0.44	6.3	1	-	0.8	内臓等を除き焼いたもの
10417	1565	6	40	Tr	-	12	(0)	(0)	(0)	(0)	12	0.3	1.9	0	Tr	0	-	0.06	0.04	5.1	7.8	0.27	4.4	6	0.36	5.3	2	-	0.5	
10418	1566	6	38	1	-	11	(0)	(0)	(0)	(0)	11	0.2	1.5	0	Tr	0	-	0.06	0.04	4.7	7.4	0.29	4.3	2	0.31	5.3	2	-	0.5	
10419	1567	5	31	Tr	-	10	(0)	13	(0)	13	11	0.2	3.0	0	4.0	0.1	6	0.07	0.07	4.1	6.6	0.24	3.8	3	0.31	4.4	1	-	0.4	増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
10420	1568	8	42	Tr	-	15	(0)	(0)	(0)	(0)	15	0.4	2.4	0	Tr	0	-	0.09	0.06	2.6	5.0	0.14	5.6	4	0.32	4.4	1	-	0.6	
10348	1569	-	-	-	-	1500	-	-	-	Tr	1500	(0)	4.3	0	0.1	0	Tr	0.19	0.27	2.6	4.6	0.15	14.0	34	1.09	-	5	-	0.7	内臓等を含んだもの

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10349	1570	＜いか・たこ類＞（いか類） ほたるいか ゆで	0	386	91	78.1	(11.5)	17.7	1.5	380	2.9	(0.4)	(0.4)	8.1 *	(0)	-	0.4	-	0.9	240	240	22	32	200	1.1	1.9	2.97	0.08
10350	1571	＜いか・たこ類＞（いか類） ほたるいか くん製	0	1291	305	23.0	-	43.1	3.4	930	7.5	-	-	25.4 *	(0)	-	21.3	-	5.1	1500	240	55	56	650	10.0	5.2	12.00	0.34
10351	1572	＜いか・たこ類＞（いか類） ほたるいか つくだ煮	0	1037	245	39.8	-	27.0	3.8	390	6.7	-	-	25.8 *	(0)	-	22.9	-	3.6	1200	96	26	31	270	2.7	3.3	6.22	0.19
10352	1573	＜いか・たこ類＞（いか類） やりいか 生	25	333	79	79.7	13.1	17.6	0.5	320	1.0	(0.4)	(0.4)	5.3 *	(0)	-	0.4	-	1.3	170	300	10	42	280	0.1	1.2	0.25	0.02
10353	1574	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 するめ	0	1290	304	20.2	(50.1)	69.2	1.7	980	4.3	(0.4)	(0.4)	22.1 *	(0)	-	0.4	-	5.9	890	1100	43	170	1100	0.8	5.4	0.99	0.06
10354	1575	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 さきいか	0	1136	268	26.4	-	45.5	0.8	370	3.1	-	-	19.6 *	(0)	-	17.3	-	7.7	2700	230	23	82	430	1.6	2.8	0.27	0.07
10355	1576	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 くん製	0	856	202	43.5	-	35.2	0.7	280	1.5	-	-	13.6 *	(0)	-	12.8	-	7.0	2400	240	9	34	330	0.7	2.1	0.26	0.02
10356	1577	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 切りいかあめ煮	0	1312	310	22.8	(16.4)	22.7	3.1	360	4.7	-	-	54.0 *	(0)	-	46.1	-	3.7	1100	210	65	81	300	0.8	2.2	0.50	0.12
10357	1578	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 いかあられ	0	1225	289	26.7	(14.5)	20.0	1.0	190	1.8	-	-	55.4 *	(0)	-	49.1	-	2.4	700	230	18	41	260	0.4	1.3	0.02	0.12
10358	1579	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 塩辛	0	480	114	67.3	-	15.2	2.7	230	3.4	-	-	7.2 *	(0)	-	6.5	-	7.6	2700	170	16	48	210	1.1	1.7	1.91	0.03
10359	1580	＜いか・たこ類＞（いか類） 加工品 味付け缶詰	0	540	127	66.9	-	21.4	0.7	420	1.8	-	-	8.8 *	(0)	-	7.7	-	2.2	700	110	16	38	220	0.6	2.5	1.12	0.05
10360	1581	＜いか・たこ類＞（たこ類） いいだこ 生	0	271	64	83.2	(10.6)	14.6	0.4	150	0.8	(0.1)	(0.1)	4.6 *	(0)	-	0.1	-	1.3	250	200	20	43	190	2.2	3.1	2.96	0.06
10361	1582	＜いか・たこ類＞（たこ類） まだこ 生	15	297	70	81.1	11.7	16.4	0.2	150	0.7	(0.1)	(0.1)	5.3 *	(0)	-	0.1	-	1.7	280	290	16	55	160	0.6	1.6	0.30	0.03
10362	1583	＜いか・たこ類＞（たこ類） まだこ ゆで	0	387	91	76.2	(15.1)	21.7	0.2	150	0.7	(0.1)	(0.1)	7.2 *	(0)	-	0.1	-	1.3	230	240	19	52	120	0.2	1.8	0.43	0.04
10432	1584	＜いか・たこ類＞（たこ類） みずだこ 生	20	258	61	83.5	9.4	13.4	0.4	102.5	0.9	(0.1)	(0.1)	5.0 *	(0)	-	0.1	-	1.8	430	270	19	60	150	0.1	1.6	0.64	0.04
10363	1585	＜その他＞ あみ つくだ煮	0	975	230	35.0	-	19.1	1.1	120	1.8	-	-	35.8 *	-	-	35.1	-	9.0	2700	350	490	100	410	7.1	1.7	0.97	0.63
10364	1586	＜その他＞ あみ 塩辛	0	264	62	63.7	(8.6)	12.9	0.6	140	1.1	-	-	5.6 *	-	-	0.8	-	21.5	7800	280	460	82	270	0.5	0.8	0.70	0.13
10365	1587	＜その他＞ うに 生うに	0	460	109	73.8	11.7	16.0	2.5	290	4.8	(3.3)	(3.0)	9.8 *	(0)	-	3.3	-	2.1	220	340	12	27	390	0.9	2.0	0.05	0.05
10366	1588	＜その他＞ うに 粒うに	0	726	172	51.8	-	17.2	3.5	280	5.8	-	-	17.9 *	(0)	-	15.6	-	9.6	3300	280	46	63	310	1.1	1.9	0.10	0.05
10367	1589	＜その他＞ うに 練りうに	0	701	166	53.1	-	13.5	2.1	250	2.9	-	-	23.2 *	(0)	-	22.4	-	8.1	2800	230	38	41	220	1.8	1.3	0.06	0.05
10368	1590	＜その他＞ おきあみ 生	0	356	84	78.5	10.2	15.0	2.1	60.0	3.2	(0.2)	(0.2)	6.1 *	-	-	0.2	-	3.1	420	320	360	85	310	0.8	1.0	2.30	0.15
10369	1591	＜その他＞ おきあみ ゆで	0	327	78	79.8	(9.2)	13.8	2.1	62.0	3.0	(Tr)	(Tr)	5.6 *	-	-	Tr	-	3.4	620	200	350	110	310	0.6	0.9	1.83	0.11
10370	1592	＜その他＞ くらげ 塩蔵 塩抜き	0	90	21	94.2	-	5.2	Tr	31.0	0.1	(Tr) *	(Tr)	0.1	(0)	-	Tr	-	0.5	110	1	2	4	26	0.3	Tr	0.06	Tr
10371	1593	＜その他＞ しゃこ ゆで	0	375	89	77.2	15.3	19.2	0.8	150	1.7	(0.2)	(0.2)	5.0 *	(0)	-	0.2	-	1.7	310	230	88	40	250	0.8	3.3	3.46	0.13
10372	1594	＜その他＞ なまこ 生	20	94	22	92.2	3.6	4.6	0.1	1.0	0.3	(0.5)	(0.5)	1.7 *	(0)	-	0.5	-	2.4	680	54	72	160	25	0.1	0.2	0.04	0.03
10373	1595	＜その他＞ なまこ このわた	0	227	54	80.2	-	11.4	0.7	3.0	1.8	(0.5) *	(0.5)	1.6	(0)	-	0.5	-	6.1	1800	330	41	95	170	4.0	1.4	0.10	0.44
10374	1596	＜その他＞ ほや 生	80	116	27	88.8	-	5.0	0.5	33.0	0.8	(0.8) *	(0.7)	1.1	(0)	-	0.8	-	4.6	1300	570	32	41	55	5.7	5.3	0.19	-
10375	1597	＜その他＞ ほや 塩辛	0	293	69	79.7	-	11.6	0.6	34.0	1.1	-	-	4.3 *	(0)	-	3.8	-	3.8	1400	79	14	25	75	3.0	2.5	0.10	0.08
10376	1598	＜水産練り製品＞ かに風味かまぼこ	0	378	89	75.6	-	12.1	0.4	17.0	0.5	-	-	9.3 *	(0)	-	9.2	-	2.6	850	76	120	19	77	0.2	0.2	0.04	0.02
10423	1599	＜水産練り製品＞ 黒はんぺん	0	501	119	70.4	9.5	11.2	2.0	34.6	2.9	14.0	12.9	15.2 *	0.9	0.1	13.7	-	1.9	560	110	110	17	150	1.0	0.6	0.07	0.05
10377	1600	＜水産練り製品＞ 昆布巻きかまぼこ	0	353	83	76.4	-	8.9	0.3	17.0	0.5	-	-	11.2 *	-	-	11.0	-	3.2	950	430	70	39	55	0.3	0.2	0.03	0.03
10378	1601	＜水産練り製品＞ す巻きかまぼこ	0	378	89	75.8	-	12.0	0.6	19.0	0.8	-	-	8.9 *	(0)	-	8.7	-	2.7	870	85	25	13	60	0.2	0.2	0.03	0.03
10379	1602	＜水産練り製品＞ 蒸しかまぼこ	0	394	93	74.4	11.2	12.0	0.5	15.0	0.9	-	-	11.0 *	(0)	-	9.7	-	3.0	1000	110	25	14	60	0.3	0.2	0.03	0.03
10380	1603	＜水産練り製品＞ 焼き抜きかまぼこ	0	434	102	72.8	-	16.2	0.8	27.0	1.0	-	-	7.6 *	(0)	-	7.4	-	2.6	930	100	25	16	60	0.2	0.2	0.02	0.05
10381	1604	＜水産練り製品＞ 焼き竹輪	0	506	119	69.9	-	12.2	1.7	25.0	2.0	-	-	13.8 *	(0)	-	13.5	-	2.4	830	95	15	15	110	1.0	0.3	0.03	0.03
10382	1605	＜水産練り製品＞ だて巻	0	800	190	58.8	-	14.6	6.3	180	7.5	-	-	18.8 *	(0)	-	17.6	-	1.5	350	110	25	11	120	0.5	0.6	0.04	0.03
10383	1606	＜水産練り製品＞ つみれ	0	440	104	75.4	-	12.0	2.6	40.0	4.3	-	-	8.2 *	(0)	-	6.5	-	1.8	570	180	60	17	120	1.0	0.6	0.06	0.06
10384	1607	＜水産練り製品＞ なると	0	339	80	77.8	-	7.6	0.3	17.0	0.4	-	-	11.7 *	(0)	-	11.6	-	2.6	800	160	15	11	110	0.5	0.2	0.01	0.02

食品番号	可食部100g当たり 無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10349	-	-	-	-	1900	-	-	-	Tr	1900	(0)	4.5	0	0.1	0	1	0.20	0.30	2.3	(5.3)	0.09	14.0	29	0.64	-	Tr	-	0.6	内臓等を含んだもの
10350	-	-	-	-	150	-	-	-	Tr	150	(0)	2.3	0	0.1	0	1	0.40	0.50	4.5	(12.0)	0.04	27.0	25	1.28	-	0	-	3.8	
10351	-	-	-	-	690	-	-	-	Tr	690	(0)	1.9	0	0.1	0	1	0.09	0.21	1.3	(5.9)	0.03	17.0	10	0.64	-	0	-	3.0	
10352	-	-	-	-	8	0	0	0	0	8	(0)	1.4	0	0	0	(0)	0.04	0.03	3.5	5.9	0.10	1.1	5	0.27	-	2	-	0.4	廃棄部位： 内臓等
10353	-	-	-	-	22	0	0	0	0	22	(0)	4.4	0	Tr	0	(0)	0.10	0.10	14.0	(24.0)	0.34	12.0	11	1.57	-	0	-	2.3	
10354	-	-	-	-	3	-	-	-	(0)	3	(0)	1.7	0	0	0	(0)	0.06	0.09	8.9	(15.0)	0.32	6.9	1	0.47	-	0	-	6.9	
10355	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	1.8	0	0.1	0	(0)	0.10	0.15	9.0	(14.0)	0.10	5.3	2	0.17	-	(0)	-	6.1	
10356	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	1.9	0	0.3	0	(0)	0.06	0.10	7.0	(10.0)	0.10	10.0	12	0.17	-	(0)	-	2.8	
10357	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	1.1	0	0.1	0	(0)	0.07	0.10	7.0	(9.8)	0.14	3.3	6	0.31	-	(0)	-	1.8	
10358	-	-	-	-	200	Tr	Tr	0	1	200	(0)	3.3	0	0.1	0	Tr	Tr	0.10	3.3	(5.5)	0.31	17.0	13	0.61	-	Tr	-	6.9	試料： 赤作り
10359	-	-	-	-	7	-	-	-	(0)	7	(0)	2.8	0	0	0	(0)	0.02	0.07	2.2	(5.2)	0.11	3.8	4	0.20	-	0	-	1.8	液汁を除いたもの
10360	-	-	-	-	35	0	9	0	9	36	(0)	2.7	0	0	0	(0)	0.01	0.08	3.2	(5.3)	0.11	2.0	37	0.70	-	1	-	0.6	内臓等を含んだもの
10361	-	-	-	-	5	-	-	-	(0)	5	(0)	1.9	0	0	0	Tr	0.03	0.09	2.2	4.3	0.07	1.3	4	0.24	-	Tr	-	0.7	廃棄部位： 内臓等
10362	8	28	1	1	5	0	0	0	0	5	(0)	1.9	0	0	0	(0)	0.03	0.05	1.9	(4.6)	0.07	1.2	2	0.17	5.6	Tr	-	0.6	内臓等を除きゆでたもの
10432	8	46	0	1	4	0	0	0	0	4	0.1	1.1	0	0	0	0	0.04	0.05	1.9	3.7	0.05	0.8	6	0.43	2.4	1	-	1.1	廃棄部位： 頭部、内臓
10363	-	-	-	-	170	0	16	0	16	170	(0)	4.7	0	0	0	7	0.13	0.21	1.8	(4.7)	0.08	7.0	35	0.78	-	0	-	6.9	別名： にほんいさざあみ（標準和名）
10364	-	-	-	-	65	0	0	0	0	65	(0)	2.4	0	0	0	0	0.07	0.07	1.8	(3.8)	0.09	2.7	22	0.61	-	0	-	19.8	別名： にほんいさざあみ（標準和名）
10365	-	-	-	-	0	63	650	23	700	58	(0)	3.6	0	Tr	0	27	0.10	0.44	1.1	4.4	0.15	1.3	360	0.72	-	3	-	0.6	試料： むらさきうに、ぼふんうに 生殖巣のみ （うに全体の場合、廃棄率： 95%、廃棄部位： 殻等）
10366	-	-	-	-	Tr	-	-	-	1000	83	(0)	3.6	0.1	4.9	4.1	22	0.14	0.65	1.4	(4.9)	0.07	5.4	98	1.32	-	0	-	8.4	
10367	-	-	-	-	Tr	-	-	-	300	25	(0)	4.4	0.3	7.7	3.8	15	Tr	0.30	0.7	(3.5)	0.06	4.8	87	1.22	-	0	-	7.1	
10368	-	-	-	-	180	-	-	-	16	180	(0)	2.5	0	0	0	(0)	0.15	0.26	1.9	4.2	0.09	6.2	49	0.50	-	2	-	1.1	試料： なんきょくおきあみ、冷凍品（殻つき）
10369	-	-	-	-	150	-	-	-	13	150	(0)	2.2	0	0	0	(0)	0.21	0.25	1.4	(3.5)	0.07	4.0	36	0.30	-	1	-	1.6	試料： なんきょくおきあみ 海水でゆでた後冷凍したもの
10370	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	(0)	Tr	0.01	0	0.9	0	0.2	3	0	-	0	-	0.3	
10371	-	-	-	-	180	0	15	0	15	180	(0)	2.8	0	0	0	(0)	0.26	0.13	1.2	4.8	0.06	13.0	15	0.30	-	0	-	0.8	ゆでしゃこ（むきみ）
10372	78	37	2	3	0	0	5	0	5	Tr	(0)	0.4	0	0	0	(0)	0.05	0.02	0.1	0.7	0.04	2.3	4	0.71	2.6	0	-	1.7	廃棄部位： 内臓等
10373	-	-	-	-	60	-	-	-	75	66	(0)	0.4	0	0	0	23	0.20	0.50	4.6	6.5	0.13	11.0	78	2.13	-	0	-	4.6	内臓を塩辛にしたもの
10374	-	-	-	-	Tr	-	-	-	0	Tr	(0)	1.2	0	0	0	(0)	0.01	0.13	0.5	1.3	0.02	3.8	32	0.33	-	3	-	3.3	試料： まぼや、あかぼや 廃棄部位： 外皮及び内臓
10375	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	(0)	1.3	0	0	0	(0)	0.01	0.18	0.6	2.5	0.03	5.6	13	0.07	-	(0)	-	3.6	
10376	-	-	-	-	21	0	0	-	0	21	1	0.9	0	0.4	0.3	0	0.01	0.04	0.2	(2.5)	0.01	0.7	3	0.08	-	1	-	2.2	別名： かにかま
10423	13	30	2	2	4	0	0	0	0	4	4.8	0.1	0	0	0	Tr	Tr	0.10	2.4	4.6	0.10	4.8	3	0.25	4.2	0	-	1.4	
10377	-	-	-	-	Tr	-	-	-	75	6	Tr	0.3	0	0	0	(0)	0.03	0.08	0.4	1.9	0.01	0	7	0.05	-	Tr	-	2.4	昆布 10 %を使用したもの
10378	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	1	0.3	0	0.3	0.1	(0)	Tr	0.01	0.5	(2.8)	0.01	0.5	2	0.06	-	(0)	-	2.2	
10379	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	2	0.2	0	0	0	(0)	Tr	0.01	0.5	2.8	0.01	0.3	5	0	-	0	-	2.5	蒸し焼きかまぼこを含む
10380	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	2	0.3	0	0	0	(0)	0.05	0.08	0.7	(3.8)	0.02	0.1	2	0.04	-	(0)	-	2.4	
10381	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	1	0.4	0	0.7	0.1	(0)	0.05	0.08	0.7	(3.1)	0.01	0.8	4	0.04	-	(0)	-	2.1	
10382	-	-	-	-	60	-	-	-	Tr	60	1	1.8	0	0.8	0.1	(0)	0.04	0.20	0.2	2.6	0.03	0.3	16	0.52	-	(0)	-	0.9	
10383	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	5	0.2	0	0.1	0.3	(0)	0.02	0.20	4.5	6.5	0.09	2.2	3	0.15	-	(0)	-	1.4	
10384	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	Tr	0.1	0	0	0	(0)	Tr	0.01	0.7	2.0	Tr	0.4	1	0.04	-	(0)	-	2.0	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物									有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																													
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)											
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
10385	1608	＜水産練り製品＞ はんぺん	0	396	93	75.7	-	9.9	0.9	15.0	1.0	-	-	11.5 *	(0)	-	11.4	-	2.0	590	160	15	13	110	0.5	0.1	0.02	0.01
10386	1609	＜水産練り製品＞ さつま揚げ	0	571	135	67.5	-	12.5	3.0	20.0	3.7	-	-	14.6 *	(0)	-	13.9	-	2.4	730	60	60	14	70	0.8	0.3	0.08	0.04
10387	1610	＜水産練り製品＞ 魚肉ハム	0	653	155	66.0	-	13.4	6.1	28.0	6.7	-	-	11.7 *	(0)	-	11.1	-	2.8	900	110	45	15	50	1.0	0.7	0.06	0.11
10388	1611	＜水産練り製品＞ 魚肉ソーセージ	0	662	158	66.1	10.3	11.5	6.5	30.0	7.2	-	-	14.5 *	(0)	-	12.6	-	2.6	810	70	100	11	200	1.0	0.4	0.06	0.11
11001	1612	＜畜肉類＞ いのしし 肉 脂身つき 生	0	1014	244	60.1	-	18.8	18.6	86.0	19.8	(0.5) *	(0.5)	1.7	(0)	-	0.5	-	0.8	45	270	4	20	170	2.5	3.2	0.12	0.01
11002	1613	＜畜肉類＞ いのぶた 肉 脂身つき 生	0	1172	283	56.7	-	18.1	23.2	66.0	24.1	(0.3) *	(0.3)	1.2	(0)	-	0.3	-	0.8	50	280	4	19	150	0.8	1.8	0.06	0.01
11003	1614	＜畜肉類＞ うさぎ 肉 赤肉 生	0	550	131	72.2	18.0	20.5	4.7	63.0	6.3	(Tr)	(Tr)	4.1 *	(0)	-	Tr	-	1.0	35	400	5	27	300	1.3	1.0	0.05	0.01
11004	1615	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 脂身つき 生	0	1069	258	58.8	-	17.7	20.6	72.0	22.3	(0.3) *	(0.3)	2.0	(0)	-	0.3	-	0.9	47	280	4	19	150	0.9	4.9	0.07	0
11005	1616	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 皮下脂肪なし 生	0	993	239	60.7	-	18.3	18.3	71.0	19.8	(0.3) *	(0.3)	1.8	(0)	-	0.3	-	0.9	48	290	4	19	160	0.8	5.1	0.08	0
11006	1617	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 赤肉 生	0	762	183	66.3	-	20.2	11.2	66.0	12.2	(0.3) *	(0.3)	1.3	(0)	-	0.3	-	1.0	52	320	4	21	170	2.7	5.7	0.09	0
11007	1618	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 脂身 生	0	2850	692	17.8	-	4.0	72.8	110	78.0	(0)	(0)	5.2 *	(0)	-	0	-	0.2	19	81	2	4	35	0.6	0.4	0.02	0
11008	1619	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かたロース 脂身つき 生	0	1573	380	47.9	(11.8)	13.8	(35.0)	89.0	37.4	(0.2)	(0.2)	4.6 *	(0)	-	0.2	-	0.7	42	210	3	14	120	0.7	4.6	0.06	0.01
11009	1620	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かたロース 皮下脂肪なし 生	0	1544	373	48.6	(11.9)	14.0	(34.1)	88.0	36.5	(0.2)	(0.2)	4.6 *	(0)	-	0.2	-	0.7	42	210	3	14	120	0.7	4.6	0.06	0.01
11010	1621	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かたロース 赤肉 生	0	1215	293	56.4	(13.9)	16.5	24.4	84.0	26.1	(0.2)	(0.2)	4.5 *	(0)	-	0.2	-	0.8	49	240	3	16	140	2.4	5.6	0.07	0.01
11011	1622	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身つき 生	0	2119	514	34.5	8.4	9.7	53.4	86.3	56.5	(0.1) *	(0.1)	3.4	(0)	-	0.1	-	0.4	39	150	2	10	84	1.2	2.6	0.03	0
11249	1623	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身つき ゆで	0	2223	539	29.2	11.3	12.6	54.8	92.0	58.2	(0.1) *	(0.1)	4.4	(0)	-	0.1	-	0.3	20	75	2	8	62	1.4	3.2	0.03	0
11248	1624	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身つき 焼き	0	2232	541	27.7	12.9	14.6	54.3	95.4	56.8	(0.2) *	(0.2)	4.5	(0)	-	0.2	-	0.6	50	200	3	13	110	1.6	3.6	0.04	0
11012	1625	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 皮下脂肪なし 生	0	2069	502	36.1	9.4	10.3	51.5	85.0	54.4	(0.1) *	(0.1)	2.5	(0)	-	0.1	-	0.5	41	160	3	10	88	1.3	2.8	0.03	0
11013	1626	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 赤肉 生	0	1632	395	47.2	12.1	14.0	38.5	76.0	40.0	(0.2) *	(0.2)	1.6	(0)	-	0.2	-	0.6	53	210	3	14	120	1.7	3.9	0.04	0
11014	1627	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身 生	0	2775	674	17.7	4.6	4.2	72.9	99.8	78.0	(0) *	(0)	4.6	(0)	-	0	-	0.2	20	69	2	4	39	0.6	0.9	0.01	0
11015	1628	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］サーロイン 脂身つき 生	0	1900	460	40.0	(10.2)	11.7	(44.4)	86.0	47.5	(0.3)	(0.3)	4.9 *	(0)	-	0.3	-	0.5	32	180	3	12	100	0.9	2.8	0.05	0
11016	1629	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］サーロイン 皮下脂肪なし 生	0	1742	422	43.7	11.4	12.9	(39.8)	83.0	42.5	(0.3)	(0.3)	4.6 *	(0)	-	0.3	-	0.6	34	200	3	13	110	0.8	3.1	0.05	0
11017	1630	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］サーロイン 赤肉 生	0	1219	294	55.9	(14.5)	17.1	24.1	72.0	25.8	(0.4)	(0.4)	4.7 *	(0)	-	0.4	-	0.8	42	260	4	18	150	2.0	4.2	0.07	0
11018	1631	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ばら 脂身つき 生	0	1950	472	38.4	(9.6)	11.0	45.6	98.0	50.0	(0.1)	(0.1)	6.0 *	(0)	-	0.1	-	0.5	44	160	4	10	87	1.4	3.0	0.09	0
11019	1632	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 脂身つき 生	0	979	235	61.2	(16.2)	19.2	16.8	74.9	18.7	(0.5)	(0.5)	4.8 *	(0)	-	0.5	-	1.0	45	320	4	22	160	2.5	4.0	0.07	0.01
11020	1633	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 皮下脂肪なし 生	0	882	212	63.4	17.4	20.2	13.9	73.3	15.5	(0.6)	(0.5)	4.3 *	(0)	-	0.6	-	1.0	47	330	4	23	170	2.7	4.3	0.08	0.01
11251	1634	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 皮下脂肪なし ゆで	0	1257	302	50.1	23.1	25.7	20.9	106.5	23.3	(0.2)	(0.2)	5.4 *	(0)	-	0.2	-	0.6	23	120	4	15	120	3.4	6.4	0.10	0
11250	1635	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 皮下脂肪なし 焼き	0	1249	300	49.5	23.9	27.7	20.5	99.8	22.7	(0.5)	(0.5)	4.9 *	(0)	-	0.5	-	1.1	50	350	5	25	190	3.8	6.3	0.10	0
11021	1636	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 赤肉 生	0	736	176	67.0	(17.9)	21.3	9.7	69.9	10.7	(0.6)	(0.5)	4.4 *	(0)	-	0.6	-	1.0	48	350	4	24	180	2.8	4.5	0.08	0.01
11022	1637	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 脂身 生	0	2735	664	20.3	(4.1)	4.4	69.2	110.7	75.4	(0)	(0)	6.1 *	(0)	-	0	-	0.3	24	99	2	5	44	0.8	0.6	0.02	0

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
10385	1608	＜水産練り製品＞ はんぺん	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	Tr	0.4	0	0.7	0.2	(0)	Tr	0.01	0.7	2.4	0.07	0.4	7	0.10	-	(0)	-	1.5	
10386	1609	＜水産練り製品＞ さつま揚げ	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	1	0.4	Tr	0.6	0.3	(0)	0.05	0.10	0.5	2.6	0.02	1.2	5	0.04	-	(0)	-	1.9	別名： あげはん
10387	1610	＜水産練り製品＞ 魚肉ハム	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	1.6	0.6	0.1	0.6	0.2	(0)	0.20	0.60	5.0	(7.3)	0.05	0.4	5	0.21	-	(0)	-	2.3	別名： フィッシュハム
10388	1611	＜水産練り製品＞ 魚肉ソーセージ	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	0.9	0.2	0	0.1	0	(0)	0.20	0.60	5.0	7.0	0.02	0.3	4	0.06	-	(0)	-	2.1	別名： フィッシュソーセージ
11001	1612	＜畜肉類＞ いのしし 肉 脂身つき 生	0	11	Tr	1	4	-	-	-	Tr	4	0.4	0.5	0	0.1	0	1	0.24	0.29	5.2	(9.0)	0.35	1.7	1	1.02	5.0	1	-	0.1	別名： ぼたん肉
11002	1613	＜畜肉類＞ いのぶた 肉 脂身つき 生	-	-	-	-	11	-	-	-	(0)	11	1.1	0.4	0	Tr	0	3	0.62	0.16	6.2	(9.9)	0.48	0.7	Tr	1.23	-	1	-	0.1	
11003	1614	＜畜肉類＞ うさぎ 肉 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.5	0	0	0	1	0.10	0.19	8.5	12.0	0.53	5.6	7	0.74	-	1	-	0.1	試料： 家うさぎ
11004	1615	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 脂身つき 生	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0	0.4	0	Tr	0	7	0.08	0.21	4.3	7.3	0.32	1.5	6	1.00	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 4.3 %、筋間脂肪： 11.0 %
11005	1616	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0	0.4	0	Tr	0	6	0.08	0.22	4.5	7.6	0.33	1.6	6	1.04	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 11.5 %
11006	1617	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 赤肉 生	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	0	0.3	0	0	0	4	0.09	0.24	4.9	8.3	0.37	1.7	7	1.14	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11007	1618	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かた 脂身 生	-	-	-	-	3	-	-	-	(0)	3	0	0.9	Tr	0.1	0	23	0.02	0.03	1.0	1.7	0.06	0.5	1	0.24	-	0	-	0	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪
11008	1619	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かたロース 脂身つき 生	-	-	-	-	3	-	-	-	1	3	0	0.5	0	Tr	0	8	0.06	0.17	3.2	(5.9)	0.18	1.1	6	0.90	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 1.8 %、筋間脂肪： 17.0 %
11009	1620	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かたロース 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	3	-	-	-	1	3	0	0.5	0	Tr	0	8	0.06	0.17	3.3	(6.1)	0.18	1.1	6	0.91	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 17.4 %
11010	1621	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］かたロース 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.4	0	Tr	0	7	0.07	0.21	3.8	(7.1)	0.21	1.2	7	1.07	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11011	1622	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身つき 生	1	8	0	1	10	0	3	-	3	11	0	0.6	0	0.1	0	8	0.04	0.09	2.4	4.2	0.15	1.1	3	0.35	1.1	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 8.8 %、筋間脂肪： 34.6 %
11249	1623	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身つき ゆで	1	9	0	Tr	8	0	3	-	3	8	0	0.7	0	0.1	0	8	0.03	0.08	1.6	3.9	0.13	1.2	3	0.20	1.2	0	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢）
11248	1624	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身つき 焼き	1	11	Tr	1	7	0	3	-	3	8	0	0.7	0	0.1	0	9	0.05	0.12	3.2	5.6	0.19	1.7	5	0.49	1.5	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢）
11012	1625	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 皮下脂肪なし 生	1	8	0	1	10	0	3	-	3	10	0	0.6	0	0.1	0	8	0.04	0.09	2.6	4.5	0.16	1.2	4	0.37	1.1	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 37.9 %
11013	1626	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 赤肉 生	1	11	0	1	6	0	2	-	2	7	0	0.4	0	Tr	0	7	0.05	0.13	3.5	6.3	0.23	1.5	5	0.50	1.4	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11014	1627	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］リブロース 脂身 生	Tr	4	1	Tr	15	0	4	-	4	16	0	0.9	0	0.1	0	10	0.02	0.03	1.0	1.6	0.05	0.7	2	0.15	0.7	Tr	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪
11015	1628	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］サーロイン 脂身つき 生	-	-	-	-	3	-	-	-	1	3	0	0.6	0	0.1	0	10	0.05	0.12	3.6	(5.8)	0.23	1.1	5	0.66	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 11.5 %、筋間脂肪： 24.5 %
11016	1629	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］サーロイン 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	3	-	-	-	1	3	0	0.5	0	0.1	0	9	0.05	0.13	4.0	6.5	0.26	1.1	6	0.72	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 27.7 %
11017	1630	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］サーロイン 赤肉 生	-	-	-	-	2	-	-	-	Tr	2	0	0.4	0	0.1	0	7	0.07	0.17	5.3	(8.7)	0.35	1.4	8	0.93	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11018	1631	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ばら 脂身つき 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.6	0	0.1	0	16	0.04	0.11	3.1	(5.2)	0.16	1.2	2	0.74	-	1	-	0.1	別名： カルビ 試料： 黒毛和種（去勢）
11019	1632	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 脂身つき 生	-	-	-	-	Tr	0	0	0	0	Tr	0	0.3	0	Tr	0	6	0.09	0.20	5.6	(9.6)	0.34	1.2	8	1.09	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 5.6 %、筋間脂肪： 6.8 %
11020	1633	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 皮下脂肪なし 生	1	14	Tr	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0	0	0	5	0.09	0.21	5.9	10.0	0.36	1.2	9	1.14	2.1	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 7.2 %
11251	1634	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 皮下脂肪なし ゆで	Tr	19	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0.4	0	0	0	11	0.05	0.19	3.3	9.0	0.23	1.3	6	0.89	2.5	0	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢）
11250	1635	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 皮下脂肪なし 焼き	Tr	19	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0.4	0	0	0	10	0.09	0.24	6.6	12.0	0.35	1.9	7	1.18	2.9	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢）
11021	1636	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 赤肉 生	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0	0	0	4	0.10	0.22	6.2	(11.0)	0.38	1.3	9	1.19	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11022	1637	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］もも 脂身 生	-	-	-	-	3	0	0	0	0	3	0	0.7	0	0.1	0	24	0.02	0.02	1.3	(1.7)	0.07	0.4	1	0.35	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11023	1638	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ そともも 脂身つき 生	0	1015	244	60.8	(15.5)	17.8	(18.2)	68.0	20.0	(0.5)	(0.5)	4.6 *	(0)	-	0.5	-	0.9	46	310	3	20	170	1.1	3.7	0.07	0
11024	1639	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ そともも 皮下脂肪なし 生	0	910	219	63.3	(16.2)	18.7	(15.1)	66.0	16.6	(0.5)	(0.5)	4.5 *	(0)	-	0.5	-	0.9	47	320	3	21	180	1.0	3.9	0.08	0
11025	1640	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ そともも 赤肉 生	0	666	159	69.0	(17.9)	20.7	7.8	59.0	8.7	(0.6)	(0.5)	4.3 *	(0)	-	0.6	-	1.0	50	360	3	23	200	2.4	4.3	0.09	0
11026	1641	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ ランプ 脂身つき 生	0	1321	319	53.8	(13.2)	15.1	(27.5)	81.0	29.9	(0.4)	(0.4)	4.7 *	(0)	-	0.4	-	0.8	40	260	3	17	150	1.4	3.8	0.08	0
11027	1642	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ ランプ 皮下脂肪なし 生	0	1213	293	56.3	(14.0)	16.0	(24.3)	78.0	26.4	(0.4)	(0.4)	4.6 *	(0)	-	0.4	-	0.9	42	270	3	18	150	1.3	4.0	0.08	0
11028	1643	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ ランプ 赤肉 生	0	817	196	65.7	(16.6)	19.2	12.5	69.0	13.6	(0.5)	(0.5)	4.1 *	(0)	-	0.5	-	1.0	47	320	3	22	180	2.9	4.9	0.10	0
11029	1644	＜畜肉類＞ うし［和牛肉］ ヒレ 赤肉 生	0	861	207	64.6	(16.6)	19.1	13.8	66.0	15.0	(0.3)	(0.3)	4.0 *	(0)	-	0.3	-	1.0	40	340	3	22	180	2.5	4.2	0.09	0.01
11030	1645	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 脂身つき 生	0	961	231	62.0	-	17.1	18.0	66.0	19.8	(0.3) *	(0.3)	2.1	0	-	0.3	-	0.9	59	290	4	18	160	2.1	4.5	0.07	0.01
11309	1646	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 脂身つき ゆで	0	1285	309	54.9	-	20.8	-	75.1	23.8	(0.1)	(0.1)	10.4 *	0	-	0.1	-	0.4	22	88	3	12	89	2.3	5.5	0.08	0
11310	1647	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 脂身つき 焼き	0	1237	298	50.3	-	23.0	-	77.2	25.5	(0.1) *	(0.1)	0	0	-	0.2	-	1.0	67	290	4	20	170	2.8	5.8	0.10	0
11031	1648	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 皮下脂肪なし 生	0	1098	262	65.9	-	17.9	13.4	60.0	14.9	(0.2)	(0.2)	12.4 *	(0)	-	0.4	-	0.9	59	310	4	20	170	0.9	4.5	0.09	Tr
11032	1649	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 赤肉 生	0	577	138	71.7	17.4	20.4	5.7	56.9	6.7	(0.2)	(0.1)	3.4 *	0	-	0.2	0.6	1.0	69	340	4	22	190	2.5	5.5	0.08	0.01
11301	1650	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 赤肉 ゆで	0	733	174	63.2	24.5	27.9	6.0	77.2	7.1	(1.0)	(0.9)	5.6 *	0	-	1.0	-	0.7	43	220	4	19	160	3.4	7.2	0.12	0.01
11302	1651	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 赤肉 焼き	0	737	175	63.4	23.6	26.9	6.7	70.7	7.7	(0.8)	(0.7)	5.2 *	0	-	0.8	-	1.1	71	380	4	25	220	3.1	6.3	0.10	0.01
11033	1652	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かた 脂身 生	0	2676	650	21.9	-	4.5	67.7	110	73.3	(0)	(0)	5.6 *	(0)	-	0	-	0.3	21	84	2	5	44	0.7	0.5	0.02	0.01
11034	1653	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かたロース 脂身つき 生	0	1222	295	56.4	(13.7)	16.2	(24.7)	71.0	26.4	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	0.8	50	260	4	16	140	0.9	4.7	0.06	0.01
11035	1654	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かたロース 皮下脂肪なし 生	0	1183	285	57.3	(13.9)	16.5	(23.5)	70.0	25.2	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	0.8	51	270	4	17	140	0.9	4.8	0.07	0.01
11036	1655	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ かたロース 赤肉 生	0	818	196	65.9	(16.1)	19.1	12.7	67.0	13.9	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	0.9	57	310	4	19	160	2.4	5.7	0.08	0.01
11037	1656	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ リブロース 脂身つき 生	0	1573	380	47.9	12.5	14.1	35.0	81.0	37.1	(0.2)	(0.2)	3.9 *	(0)	-	0.2	-	0.7	40	230	4	14	120	1.0	3.7	0.05	0.01
11039	1657	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ リブロース 脂身つき ゆで	0	1771	428	39.1	16.8	17.2	40.0	100	43.0	(0.3) *	(0.3)	3.7	(0)	-	0.3	-	0.4	26	130	5	12	96	1.2	4.9	0.04	0
11038	1658	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ リブロース 脂身つき 焼き	0	1891	457	33.4	18.9	20.4	42.3	110	45.0	(0.3) *	(0.3)	4.5	(0)	-	0.3	-	0.9	53	290	4	18	160	1.4	5.3	0.06	0.01
11040	1659	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ リブロース 皮下脂肪なし 生	0	1454	351	50.7	(13.0)	15.0	31.4	81.0	33.4	(0.2)	(0.2)	4.2 *	(0)	-	0.2	-	0.7	42	240	4	15	130	0.9	4.0	0.05	0.01
11041	1660	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ リブロース 赤肉 生	0	955	230	62.2	16.2	18.8	16.4	78.0	17.8	(0.3)	(0.3)	4.3 *	(0)	-	0.3	-	0.9	51	300	4	19	160	2.1	5.2	0.06	0.01
11042	1661	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ リブロース 脂身 生	0	2893	703	15.6	3.2	3.7	76.7	89.0	80.5	(0) *	(0)	4.3	(0)	-	0	-	0.2	18	72	3	4	37	0.6	0.5	0.02	0.01
11043	1662	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ サーロイン 脂身つき 生	0	1295	313	54.4	(14.0)	16.5	(26.7)	69.0	27.9	(0.4)	(0.4)	4.1 *	(0)	-	0.4	-	0.8	48	270	4	16	150	1.0	2.9	0.06	Tr
11044	1663	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ サーロイン 皮下脂肪なし 生	0	1051	253	60.0	16.0	18.4	(19.3)	66.0	20.2	(0.5)	(0.5)	3.8 *	(0)	-	0.5	-	0.9	53	300	4	17	170	0.8	3.3	0.06	Tr
11045	1664	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ サーロイン 赤肉 生	0	699	167	68.2	(18.0)	21.1	8.8	62.0	9.1	(0.6)	(0.5)	4.1 *	(0)	-	0.6	-	1.0	60	340	4	20	190	2.1	3.8	0.07	0

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11023	1638	-	-	-	-	1	-	-	-	0	1	0	0.3	0	Tr	0	8	0.08	0.18	5.7	(9.4)	0.39	1.1	5	0.89	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 6.0 %、筋間脂肪： 11.4 %
11024	1639	-	-	-	-	Tr	-	-	-	0	Tr	0	0.2	0	Tr	0	7	0.08	0.19	6.0	(9.9)	0.41	1.1	5	0.92	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 12.2 %
11025	1640	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	0	0.2	0	0	0	5	0.09	0.22	6.6	(11.0)	0.46	1.2	6	1.00	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11026	1641	-	-	-	-	2	-	-	-	0	2	0	0.5	0	Tr	0	10	0.08	0.19	4.3	(7.3)	0.33	1.2	7	1.22	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪： 7.4 %、筋間脂肪： 19.8 %
11027	1642	-	-	-	-	2	-	-	-	0	2	0	0.4	0	Tr	0	9	0.09	0.20	4.5	(7.7)	0.35	1.3	8	1.29	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 筋間脂肪： 21.4 %
11028	1643	-	-	-	-	1	-	-	-	Tr	1	0	0.4	0	0	0	5	0.10	0.25	5.4	(9.5)	0.42	1.6	9	1.54	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11029	1644	-	-	-	-	1	-	-	-	Tr	1	0	0.4	0	0	0	4	0.09	0.24	4.3	(8.4)	0.37	1.6	8	1.28	-	1	-	0.1	試料： 黒毛和種（去勢）
11030	1645	Tr	14	0	1	5	0	1	0	1	5	0	0.4	0	Tr	0	9	0.08	0.20	3.9	6.7	0.33	2.8	6	1.00	1.7	1	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 7.9 %、筋間脂肪： 12.2 %]
11309	1646	0	15	0	0	Tr	0	Tr	0	1	1	0	0.5	0	Tr	0	12	0.05	0.16	1.7	5.2	0.22	3.1	3	0.56	2.1	0	-	0.1	
11310	1647	1	15	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0.5	0	Tr	0	13	Tr	0.01	6.1	9.9	0.05	4.0	50	0.40	2.6	0	-	0.1	
11031	1648	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	0	0.4	0	Tr	0	6	0.09	0.21	4.3	7.3	0.34	2.3	7	1.15	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 13.1 %
11032	1649	1	17	0	1	3	0	1	0	1	3	0	0.3	0	0	0	5	0.10	0.24	4.6	8.9	0.40	3.4	8	1.16	2.2	1	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11301	1650	1	25	0	Tr	1	-	-	-	-	1	0.1	0.5	0	Tr	0	8	0.08	0.26	4.2	11.0	0.34	2.9	9	0.82	2.9	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11302	1651	1	23	0	1	1	-	-	-	-	1	0.1	0.5	0	Tr	0	8	0.12	0.30	6.2	12.0	0.48	3.3	11	1.27	2.8	1	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11033	1652	-	-	-	-	17	-	-	-	(0)	17	0	0.8	0	0.2	0	23	0.02	0.03	1.3	2.1	0.08	0.5	1	0.42	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪
11034	1653	-	-	-	-	7	-	-	-	3	7	0.1	0.5	0	Tr	0	8	0.06	0.17	3.6	(6.7)	0.21	1.7	7	0.84	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 2.2 %、筋間脂肪： 16.6 %
11035	1654	-	-	-	-	7	-	-	-	3	7	0.1	0.5	0	Tr	0	8	0.06	0.17	3.7	(6.9)	0.22	1.7	7	0.85	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 16.9 %
11036	1655	-	-	-	-	5	-	-	-	Tr	5	0.1	0.5	0	Tr	0	6	0.07	0.20	4.1	(7.9)	0.25	2.0	8	0.97	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11037	1656	Tr	10	2	Tr	12	0	8	0	8	13	0.1	0.5	0	0.1	0	10	0.05	0.12	4.0	6.6	0.22	1.0	6	0.64	1.1	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 7.7 %、筋間脂肪： 23.1 %
11039	1657	Tr	13	2	Tr	13	0	9	0	9	14	0.1	0.4	0	0	0	12	0.04	0.11	3.2	6.9	0.17	1.0	7	0.38	1.3	0	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11038	1658	1	15	4	Tr	13	0	10	0	10	14	0.1	0.6	0	0	0	12	0.07	0.17	5.1	9.3	0.25	1.4	10	0.58	1.7	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11040	1659	Tr	11	2	0	12	0	7	0	7	12	0.1	0.4	0	0.1	0	9	0.05	0.13	4.2	(7.1)	0.23	1.1	6	0.67	1.1	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 24.9 %
11041	1660	Tr	14	2	Tr	10	0	4	0	4	10	0.2	0.3	0	0	0	7	0.06	0.17	5.2	9.0	0.29	1.3	8	0.81	1.1	2	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11042	1661	0	2	1	0	17	0	15	0	15	18	0	0.8	Tr	0.2	0	17	0.02	0.02	1.3	1.6	0.05	0.4	1	0.26	0.9	1	-	0	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪
11043	1662	-	-	-	-	8	-	-	-	4	8	0	0.4	0	0.1	0	7	0.06	0.10	5.3	(8.4)	0.38	0.8	6	0.66	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 12.7 %、筋間脂肪： 13.7 %
11044	1663	-	-	-	-	7	-	-	-	2	7	0	0.4	0	Tr	0	6	0.06	0.11	5.9	9.5	0.43	0.8	7	0.72	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 15.6 %
11045	1664	-	-	-	-	5	-	-	-	Tr	5	0	0.3	0	0	0	4	0.07	0.12	6.7	(11.0)	0.50	0.9	8	0.80	-	2	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11046	1665	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ばら 脂身つき 生	0	1574	381	47.4	11.1	12.8	37.3	78.7	39.4	(0.3) *	(0.2)	3.5	(0)	-	0.3	-	0.6	56	190	3	12	110	1.4	2.8	0.04	0
11252	1666	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ばら 脂身つき 焼き	0	1865	451	38.7	13.8	15.9	41.7	88.3	44.2	(0.3)	(0.2)	5.0 *	(0)	-	0.3	-	0.7	60	220	3	14	120	1.8	3.6	0.05	0
11047	1667	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ もも 脂身つき 生	0	817	196	65.8	(16.0)	19.5	12.6	69.0	13.3	(0.4)	(0.4)	4.6 *	(0)	-	0.4	-	1.0	49	330	4	22	180	1.4	4.5	0.08	0.01
11048	1668	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ もも 皮下脂肪なし 生	0	708	169	68.2	17.1	20.5	9.2	67.0	9.9	(0.4)	(0.4)	4.4 *	(0)	-	0.4	-	1.0	50	340	4	23	190	1.3	4.7	0.08	0.01
11050	1669	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ もも 皮下脂肪なし ゆで	0	983	235	56.4	25.0	28.4	12.8	94.0	13.8	(0.6)	(0.5)	5.0 *	(0)	-	0.6	-	0.8	35	220	5	20	160	1.7	6.6	0.11	0.01
11049	1670	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ もも 皮下脂肪なし 焼き	0	951	227	56.9	23.4	28.0	12.0	87.0	13.2	(0.6)	(0.5)	6.4 *	(0)	-	0.6	-	1.3	65	430	5	28	230	1.7	6.4	0.11	0.02
11051	1671	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ もも 赤肉 生	0	546	130	71.7	(17.9)	21.9	4.2	65.0	4.9	(0.4)	(0.4)	5.2 *	(0)	-	0.4	-	1.1	52	360	4	24	200	2.7	5.1	0.09	0.01
11052	1672	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ もも 脂身 生	0	2446	594	30.2	(4.8)	5.1	63.8	92.0	64.1	(0.2) *	(0.2)	0.8	(0)	-	0.2	-	0.4	30	140	2	7	56	1.1	0.7	0.02	0.01
11053	1673	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ そともも 脂身つき 生	0	915	220	64.0	(15.0)	18.2	(15.9)	68.0	16.3	(0.6)	(0.5)	4.2 *	(0)	-	0.6	-	0.9	55	310	4	20	150	1.4	3.2	0.06	Tr
11054	1674	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ そともも 皮下脂肪なし 生	0	747	179	67.8	(16.0)	19.6	(10.7)	66.0	11.1	(0.6)	(0.5)	4.5 *	(0)	-	0.6	-	0.9	57	330	4	21	160	1.3	3.5	0.07	Tr
11055	1675	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ そともも 赤肉 生	0	551	131	72.0	(17.4)	21.3	4.6	63.0	5.0	(0.7)	(0.6)	5.0 *	(0)	-	0.7	-	1.0	61	360	4	23	170	2.4	3.8	0.07	0
11056	1676	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ランプ 脂身つき 生	0	971	234	62.1	(15.3)	18.6	(17.1)	65.0	17.8	(0.6)	(0.5)	4.6 *	(0)	-	0.6	-	0.9	54	300	4	20	150	1.4	3.7	0.08	Tr
11057	1677	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ランプ 皮下脂肪なし 生	0	845	203	64.9	(16.1)	19.7	(13.2)	63.0	13.9	(0.6)	(0.5)	4.9 *	(0)	-	0.6	-	0.9	56	310	4	21	160	1.3	3.9	0.09	Tr
11058	1678	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ランプ 赤肉 生	0	596	142	70.2	(17.9)	22.0	5.3	59.0	6.1	(0.7)	(0.6)	5.5 *	(0)	-	0.7	-	1.0	60	340	4	23	180	2.7	4.4	0.10	0
11059	1679	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ヒレ 赤肉 生	0	740	177	67.3	17.7	20.8	10.1	59.8	11.2	(0.5)	(0.4)	3.8 *	(0)	-	0.5	-	1.0	56	380	4	23	200	2.4	3.4	0.08	0.01
11253	1680	＜畜肉類＞ うし［乳用肥育牛肉］ ヒレ 赤肉 焼き	0	993	238	56.3	24.8	27.2	13.6	73.9	15.2	(0.4)	(0.4)	4.0 *	(0)	-	0.4	-	1.3	74	440	5	28	230	3.5	6.0	0.12	0.01
11254	1681	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ リブロース 脂身つき 生	0	2016	489	36.2	10.3	12.0	49.6	88.3	51.8	(0.3) *	(0.2)	3.3	(0)	-	0.3	-	0.6	42	190	3	11	99	1.2	3.0	0.03	0
11256	1682	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ リブロース 脂身つき ゆで	0	2228	540	29.1	12.4	13.2	54.5	101.5	56.5	(0.1) *	(0.1)	3.8	(0)	-	0.1	-	0.2	16	58	2	7	56	1.3	3.7	0.03	0
11255	1683	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ リブロース 脂身つき 焼き	0	2371	575	26.4	12.6	14.5	58.2	102.2	60.1	(0.2) *	(0.2)	2.2	(0)	-	0.2	-	0.6	47	190	3	12	100	1.5	3.8	0.04	0
11257	1684	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ リブロース 皮下脂肪なし 生	0	1808	438	41.0	11.7	13.6	43.3	83.7	45.2	(0.3) *	(0.3)	3.3	(0)	-	0.3	-	0.6	48	220	3	13	110	1.3	3.5	0.04	0
11258	1685	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ リブロース 赤肉 生	0	1400	338	50.5	14.5	16.7	31.0	74.6	32.3	(0.4) *	(0.4)	3.2	(0)	-	0.4	-	0.8	59	270	3	16	140	1.7	4.5	0.04	0
11259	1686	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ リブロース 脂身 生	0	3121	759	10.6	2.9	3.6	83.0	112.9	86.7	(0) *	(0)	3.3	(0)	-	0	-	0.2	13	39	2	2	25	0.3	0.3	0.01	0
11260	1687	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ ばら 脂身つき 生	0	1839	445	41.4	10.8	12.2	42.6	98.4	44.4	(0.3)	(0.3)	4.6 *	(0)	-	0.3	-	0.5	59	200	3	12	110	1.4	3.0	0.03	0
11261	1688	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ もも 脂身つき 生	0	1291	312	53.9	14.6	16.4	28.0	84.9	28.9	(0.4) *	(0.3)	2.7	(0)	-	0.4	-	0.8	63	270	3	17	140	2.1	3.9	0.06	0
11262	1689	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ もも 皮下脂肪なし 生	0	1037	250	59.5	16.2	18.3	20.4	76.0	21.6	(0.4) *	(0.4)	3.0	(0)	-	0.4	-	0.9	68	300	3	19	160	2.3	4.5	0.07	0
11264	1690	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ もも 皮下脂肪なし ゆで	0	1374	331	49.8	22.7	25.7	26.6	97.8	28.2	(0.2) *	(0.2)	0.5	(0)	-	0.2	-	0.4	29	130	3	15	120	2.8	5.8	0.08	0
11263	1691	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ もも 皮下脂肪なし 焼き	0	1298	313	49.7	21.4	25.0	25.0	93.5	27.6	(0.5) *	(0.4)	2.8	(0)	-	0.5	-	1.0	63	320	4	21	190	2.9	5.6	0.08	0
11265	1692	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ もも 赤肉 生	0	922	222	62.7	17.1	19.3	16.9	71.1	17.5	(0.5) *	(0.4)	2.4	(0)	-	0.5	-	0.9	71	320	4	20	170	2.4	4.8	0.07	0
11266	1693	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ もも 脂身 生	0	2807	682	17.6	4.6	4.8	73.7	141.5	75.8	(0.1) *	(0.1)	3.9	(0)	-	0.1	-	0.2	29	81	2	4	37	0.5	0.4	0.01	0
11267	1694	＜畜肉類＞ うし［交雑牛肉］ ヒレ 赤肉 生	0	954	229	62.3	16.8	19.0	16.4	60.4	18.0	(0.4)	(0.4)	3.6 *	(0)	-	0.4	-	0.9	56	330	4	21	180	2.7	3.8	0.07	0
11060	1695	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かた 脂身つき 生	0	667	160	69.4	-	19.0	9.3	59.0	10.6	(0.1) *	(0.1)	1.4	(0)	-	0.1	-	0.9	54	320	4	20	170	1.1	5.0	0.08	Tr
11061	1696	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かた 皮下脂肪なし 生	0	580	138	71.5	-	19.6	6.6	59.0	7.8	(0.1) *	(0.1)	1.3	(0)	-	0.1	-	1.0	56	330	4	21	180	1.0	5.3	0.09	Tr
11062	1697	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かた 赤肉 生	0	481	114	73.9	-	20.4	3.6	59.0	4.6	(0.1) *	(0.1)	1.1	(0)	-	0.1	-	1.0	58	340	4	22	180	2.4	5.5	0.09	0

食品番号	ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)	mg	μg	mg	(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11046	Tr	10	1	Tr	13	0	1	1	2	13	0	0.6	0	0.1	0	11	0.05	0.12	3.2	5.4	0.21	1.9	3	0.60	1.5	1	-	0.1	別名： カルビ 試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11252	1	13	1	1	12	0	1	1	2	12	0	0.8	0	0.1	0	13	0.06	0.14	4.0	6.9	0.26	2.1	5	0.60	1.9	Tr	-	0.2	別名： カルビ 試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11047	-	-	-	-	3	0	0	0	0	3	0	0.6	0	Tr	0	5	0.08	0.20	4.9	(8.9)	0.32	1.2	9	1.02	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 6.2 %、筋間脂肪： 8.0 %
11048	Tr	20	1	Tr	2	0	0	0	0	2	0	0.5	0	Tr	0	4	0.08	0.21	5.1	9.4	0.33	1.2	9	1.06	2.1	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 8.5 %
11050	Tr	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0	0	0	7	0.07	0.23	4.1	10.0	0.40	1.5	11	0.78	2.5	0	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11049	1	24	Tr	1	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0	0	0	6	0.10	0.27	7.6	13.0	0.39	1.9	12	1.08	2.5	1	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11051	-	-	-	-	1	0	0	0	0	1	0	0.4	0	0	0	2	0.09	0.22	5.4	(10)	0.35	1.3	10	1.12	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11052	-	-	-	-	17	0	0	0	0	17	0	1.9	Tr	0.1	0	23	0.03	0.03	1.9	(2.4)	0.11	0.4	2	0.43	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪
11053	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	0	0.5	0	Tr	0	8	0.08	0.17	4.4	(8.1)	0.34	1.6	6	0.91	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 9.9 %、筋間脂肪： 9.3 %
11054	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	0	0.4	0	Tr	0	6	0.09	0.19	4.6	(8.7)	0.37	1.7	6	0.96	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 10.4 %
11055	-	-	-	-	2	-	-	-	Tr	2	0	0.2	0	0	0	5	0.09	0.21	5.0	(9.5)	0.40	1.9	7	1.02	-	1	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11056	-	-	-	-	6	-	-	-	0	6	0	0.7	0	0.1	0	8	0.08	0.19	3.7	(7.5)	0.30	1.6	6	0.93	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪： 7.7 %、筋間脂肪： 12.4 %
11057	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	0	0.6	0	0.1	0	6	0.09	0.20	3.9	(8.0)	0.31	1.7	6	0.98	-	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 筋間脂肪： 13.4 %
11058	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.4	0	0.1	0	4	0.10	0.23	4.2	(8.8)	0.34	1.9	7	1.06	-	2	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛） 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11059	1	15	0	1	4	0	1	Tr	2	4	0	0.5	0	0	0	4	0.12	0.26	4.7	9.2	0.43	3.0	11	0.90	2.1	1	-	0.1	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11253	1	19	1	1	3	0	1	0	1	3	0	0.3	0	0	0	6	0.16	0.35	6.2	12.0	0.45	4.9	10	1.16	3.9	Tr	-	0.2	試料： ホルスタイン種（去勢、肥育牛）
11254	1	10	1	1	3	0	2	1	2	3	0	0.6	0	0.1	0	7	0.05	0.10	3.2	5.4	0.21	1.1	6	0.45	1.4	1	-	0.1	皮下脂肪： 15.8 %、筋間脂肪： 20.0 %
11256	Tr	11	1	Tr	0	0	2	1	2	Tr	0	0.7	0	0.1	0	9	0.03	0.08	1.4	4.1	0.14	1.3	3	0.25	1.6	0	-	Tr	
11255	1	11	1	1	0	0	2	1	2	0	0	0.7	0	0.1	0	10	0.06	0.11	3.3	5.8	0.20	1.8	14	0.50	1.8	Tr	-	0.1	
11257	1	11	1	1	3	0	1	1	2	3	0	0.5	0	0.1	0	6	0.05	0.11	3.6	6.2	0.24	1.2	6	0.50	1.5	1	-	0.1	筋間脂肪： 23.7 %
11258	1	14	1	2	2	0	1	Tr	1	2	0	0.4	0	0.1	0	4	0.07	0.14	4.6	7.9	0.31	1.4	7	0.61	1.6	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11259	1	2	1	Tr	4	0	3	1	4	5	0	0.9	0	0.1	0	11	0.01	0.02	0.6	0.9	0.02	0.7	5	0.16	0.9	Tr	-	Tr	皮下脂肪及び筋間脂肪
11260	1	10	1	Tr	3	0	2	1	2	3	0	0.5	0	Tr	0	10	0.05	0.10	3.2	5.5	0.23	1.7	6	0.40	1.6	1	-	0.2	
11261	1	14	1	1	2	0	1	0	1	2	0	0.3	0	Tr	0	8	0.08	0.16	3.9	7.3	0.31	2.1	12	0.62	2.0	1	-	0.2	皮下脂肪： 13.5 %、筋間脂肪： 6.0 %
11262	1	16	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0.2	0	0	0	6	0.09	0.18	4.3	8.2	0.35	2.3	14	0.69	2.2	1	-	0.2	筋間脂肪： 7.0 %
11264	1	27	1	Tr	0	0	1	0	1	0	0	0.6	0	0.1	0	7	0.05	0.15	3.3	8.8	0.32	1.6	12	0.38	2.6	0	-	0.1	
11263	1	23	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0.5	0	0.1	0	6	0.09	0.18	5.1	10.0	0.40	2.1	15	0.77	2.7	1	-	0.2	
11265	1	17	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0.2	0	0	0	5	0.10	0.19	4.5	8.7	0.38	2.4	15	0.73	2.3	1	-	0.2	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11266	1	3	2	1	4	0	4	1	4	5	0	0.8	0	0.1	0	19	0.02	0.02	1.1	1.6	0.04	0.8	3	0.17	1.1	Tr	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪
11267	Tr	15	0	1	2	0	1	0	1	2	0	0.1	0	0	0	2	0.11	0.23	4.4	8.6	0.39	2.0	9	0.85	1.8	1	-	0.1	
11060	-	-	-	-	7	-	-	-	0	7	0.3	0.6	0	0	0	3	0.08	0.22	3.0	6.2	0.26	2.2	5	0.89	-	1	-	0.1	皮下脂肪： 5.3 %、筋間脂肪： 5.4 %
11061	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	0.3	0.6	0	0	0	2	0.08	0.23	3.1	6.4	0.27	2.3	6	0.92	-	1	-	0.1	筋間脂肪： 5.7 %
11062	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0.2	0.6	0	0	0	1	0.09	0.25	3.2	6.6	0.27	2.4	6	0.95	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質		利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)	mg	(……g……)															(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11063	1698	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かた 脂身 生	0	2210	537	32.0	-	7.1	56.5	65.0	60.5	(0) *	(0)	4.0	(0)	-	0	-	0.4	24	140	6	7	65	0.9	1.1	0.03	0.01
11064	1699	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かたロース 脂身つき 生	0	918	221	63.8	(15.1)	17.9	(15.8)	69.0	17.4	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	0.8	49	300	4	18	150	1.2	5.8	0.07	0.01
11065	1700	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かたロース 皮下脂肪なし 生	0	909	219	64.0	(15.2)	18.0	(15.5)	69.0	17.1	(0.1)	(0.1)	4.5 *	(0)	-	0.1	-	0.8	49	300	4	18	150	1.2	5.8	0.07	0.01
11066	1701	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かたロース 赤肉 生	0	670	160	69.8	(16.6)	19.7	8.6	69.0	9.5	(0.1)	(0.1)	4.1 *	(0)	-	0.1	-	0.9	54	320	4	20	170	2.4	6.4	0.08	0.01
11067	1702	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身つき 生	0	883	212	63.8	17.3	20.1	14.2	65.8	15.4	(0.4)	(0.3)	3.8 *	(0)	-	0.4	-	0.9	44	330	4	20	170	2.2	4.7	0.07	0.01
11269	1703	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身つき ゆで	0	1276	307	50.2	23.0	25.8	21.9	94.1	23.9	(0.1)	(0.1)	4.4 *	(0)	-	0.1	-	0.5	18	130	2	14	110	2.7	6.5	0.08	0
11268	1704	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身つき 焼き	0	1275	306	49.8	21.6	25.0	21.9	89.4	23.9	(0.3)	(0.3)	5.7 *	(0)	-	0.3	-	1.0	41	320	3	21	180	2.9	6.3	0.08	Tr
11068	1705	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 皮下脂肪なし 生	0	848	203	64.5	(17.1)	20.3	13.1	65.8	14.4	(0.4)	(0.3)	4.3 *	(0)	-	0.4	-	0.9	45	330	4	20	170	2.2	4.8	0.07	0.01
11069	1706	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 赤肉 生	0	681	163	68.6	(18.3)	21.7	8.2	65.4	9.1	(0.4)	(0.4)	3.9 *	(0)	-	0.4	-	1.0	47	350	4	21	180	2.3	5.2	0.07	0.01
11070	1707	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身 生	0	2690	653	19.9	(4.7)	5.7	66.7	70.6	73.1	(0.1)	(0.1)	8.3 *	(0)	-	0.1	-	0.3	17	130	1	6	53	1.1	1.1	0.02	0
11071	1708	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ サーロイン 脂身つき 生	0	1135	273	57.7	(14.7)	17.4	(21.5)	59.0	23.7	(0.4)	(0.4)	5.4 *	(0)	-	0.4	-	0.8	39	290	3	18	150	1.4	3.1	0.06	0
11072	1709	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ サーロイン 皮下脂肪なし 生	0	910	218	63.1	(16.1)	19.1	(14.9)	57.0	16.5	(0.4)	(0.4)	5.0 *	(0)	-	0.4	-	0.9	42	320	4	20	170	1.3	3.4	0.07	0
11073	1710	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ サーロイン 赤肉 生	0	534	127	72.1	(18.5)	22.0	3.8	55.0	4.4	(0.5)	(0.5)	4.5 *	(0)	-	0.5	-	1.0	48	360	4	23	190	2.2	3.9	0.08	0
11074	1711	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ばら 脂身つき 生	0	1396	338	51.8	-	14.4	31.0	67.0	32.9	(0.2) *	(0.2)	2.1	(0)	-	0.2	-	0.7	52	230	4	14	130	1.5	3.0	0.05	0
11075	1712	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 脂身つき 生	0	620	148	71.4	(16.5)	19.6	7.5	61.5	8.6	(0.4)	(0.4)	3.6 *	(0)	-	0.4	-	1.0	41	310	3	21	170	2.4	3.8	0.08	0.01
11076	1713	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 皮下脂肪なし 生	0	558	133	73.0	17.2	20.0	5.7	60.8	6.7	(0.4)	(0.4)	3.1 *	(0)	-	0.4	-	1.0	42	320	3	22	170	2.5	3.9	0.08	0.01
11271	1714	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 皮下脂肪なし ゆで	0	854	204	60.0	27.1	30.0	9.2	95.6	11.0	(0.2)	(0.2)	3.1 *	(0)	-	0.2	-	0.6	19	130	3	16	130	3.5	7.5	0.10	0.01
11270	1715	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 皮下脂肪なし 焼き	0	858	205	60.4	24.1	28.0	11.9	88.7	14.1	(0.4) *	(0.4)	2.5	(0)	-	0.4	-	1.1	41	320	4	23	190	3.3	6.6	0.09	0.02
11077	1716	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 赤肉 生	0	493	117	74.2	(17.8)	21.2	3.6	61.8	4.3	(0.4)	(0.4)	3.4 *	(0)	-	0.4	-	1.0	44	340	4	23	180	2.6	4.1	0.08	0.01
11078	1717	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 脂身 生	0	2391	580	28.1	(6.0)	6.3	58.7	77.3	64.4	(0.2)	(0.1)	6.9 *	(0)	-	0.2	-	0.4	19	120	2	7	61	0.9	0.8	0.02	0.01
11079	1718	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ そともも 脂身つき 生	0	820	197	65.8	(15.8)	18.7	(12.7)	65.0	14.3	(0.3)	(0.3)	4.8 *	(0)	-	0.3	-	0.9	48	320	4	20	170	1.1	2.9	0.08	Tr
11080	1719	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ そともも 皮下脂肪なし 生	0	745	178	67.6	(16.3)	19.3	(10.5)	64.0	11.9	(0.3)	(0.3)	4.7 *	(0)	-	0.3	-	0.9	49	330	4	20	180	1.0	3.0	0.08	Tr
11081	1720	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ そともも 赤肉 生	0	494	117	73.6	(17.8)	21.2	3.1	62.0	3.9	(0.3)	(0.3)	4.4 *	(0)	-	0.3	-	1.0	53	360	4	22	190	1.9	3.3	0.09	0
11082	1721	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ランプ 脂身つき 生	0	892	214	63.8	(15.6)	18.4	(14.7)	64.0	16.4	(0.4)	(0.4)	4.9 *	(0)	-	0.4	-	1.0	45	310	3	20	170	1.3	3.4	0.10	Tr
11083	1722	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ランプ 皮下脂肪なし 生	0	729	174	67.7	(16.6)	19.7	(9.8)	62.0	11.1	(0.5)	(0.5)	4.8 *	(0)	-	0.5	-	1.0	47	330	4	21	190	1.1	3.7	0.11	Tr
11084	1723	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ランプ 赤肉 生	0	475	112	73.8	(18.2)	21.6	2.4	60.0	3.0	(0.5)	(0.5)	4.5 *	(0)	-	0.5	-	1.1	52	360	4	23	210	2.6	4.1	0.12	0
11085	1724	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ヒレ 赤肉 生	0	519	123	73.3	(18.5)	20.5	4.2	62.0	4.8	(0.3)	(0.3)	2.9 *	(0)	-	0.3	-	1.1	45	370	4	24	180	2.8	2.8	0.11	0.02
11086	1725	＜畜肉類＞ うし［子牛肉］ リブロース 皮下脂肪なし 生	0	399	94	76.0	(17.9)	21.7	0.5	64.0	0.9	(0.3)	(0.3)	4.5 *	(0)	-	0.3	-	1.1	67	360	5	23	190	1.6	2.8	0.07	0
11087	1726	＜畜肉類＞ うし［子牛肉］ ばら 皮下脂肪なし 生	0	475	113	74.5	(17.2)	20.9	2.9	71.0	3.6	(0)	(0)	4.4 *	(0)	-	0	-	1.0	100	320	6	19	160	1.7	3.6	0.07	0
11088	1727	＜畜肉類＞ うし［子牛肉］ もも 皮下脂肪なし 生	0	452	107	74.8	(17.4)	21.2	2.1	71.0	2.7	(0.2)	(0.2)	4.6 *	(0)	-	0.2	-	1.1	54	390	5	23	200	1.3	2.3	0.06	0
11089	1728	＜畜肉類＞ うし［ひき肉］ 生	0	1040	251	61.4	14.4	17.1	19.8	63.7	21.1	(0.3)	(0.3)	3.6 *	(0)	-	0.3	-	0.8	64	260	6	17	100	2.4	5.2	0.06	Tr
11272	1729	＜畜肉類＞ うし［ひき肉］ 焼き	0	1168	280	52.2	22.7	25.9	18.8	83.2	21.3	(0.4)	(0.3)	5.1 *	(0)	-	0.4	-	1.2	92	390	8	26	150	3.4	7.6	0.09	0.01
11090	1730	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 舌 生	0	1313	318	54.0	12.3	13.3	29.7	97.1	31.8	(0.2) *	(0.2)	3.2	(0)	-	0.2	-	0.7	60	230	3	15	130	2.0	2.8	0.09	0.01
11273	1731	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 舌 焼き	0	1662	401	41.4	17.9	20.2	34.1	118.2	37.1	(0.2)	(0.2)	5.7 *	(0)	-	0.2	-	1.0	78	320	4	22	180	2.9	4.6	0.12	0.01
11091	1732	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 心臓 生	0	535	128	74.8	13.7	16.5	6.2	110	7.6	(0.1)	(0.1)	4.3 *	(0)	-	0.1	-	1.0	70	260	5	23	170	3.3	2.1	0.42	-
11092	1733	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 肝臓 生	0	502	119	71.5	17.4	19.6	2.1	240	3.7	(3.7)	(3.3)	7.4 *	(0)	-	3.7	-	1.5	55	300	5	17	330	4.0	3.8	5.30	-
11093	1734	＜畜肉類＞ うし［副生物］ じん臓 生	0	497	118	75.7	13.6	16.7	5.0	310	6.4	(0.2)	(0.2)	4.6 *	(0)	-	0.2	-	1.0	80	280	6	12	200	4.5	1.5	0.28	-
11094	1735	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 第一胃 ゆで	0	697	166	66.6	(19.2)	24.5	6.9	240	8.4	(0)	(0)	6.8 *	(0)	-	0	-	0.5	51	130	11	14	82	0.7	4.2	0.08	0.03

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
		可食部 100 g 当たり					ビタミンA						ビタミンE																	
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)										(……mg……)					μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11063	1698	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かた 脂身 生	-	-	-	-	30	-	-	-	(0)	30	1.2	1.2	0	0	0	15	0.03	0.04	1.6	2.8	0.14	0.5	3	0.36	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪
11064	1699	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かたロース 脂身つき 生	-	-	-	-	10	-	-	-	2	10	0.4	0.7	0	0	0	5	0.07	0.20	3.5	(7.1)	0.25	1.8	7	1.00	-	1	-	0.1	皮下脂肪：0.5 %、筋間脂肪：12.1 %
11065	1700	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かたロース 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	10	-	-	-	2	10	0.4	0.7	0	0	0	5	0.07	0.20	3.5	(7.2)	0.25	1.8	8	1.00	-	1	-	0.1	筋間脂肪：12.1 %
11066	1701	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ かたロース 赤肉 生	-	-	-	-	7	-	-	-	Tr	7	0.2	0.5	0	Tr	0	3	0.07	0.23	3.8	(7.9)	0.27	2.1	8	1.11	-	2	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11067	1702	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身つき 生	1	20	0	1	9	0	2	0	2	9	0.4	0.7	0	0	0	4	0.08	0.16	5.0	9.1	0.37	1.3	7	0.85	1.4	2	-	0.1	皮下脂肪：1.8 %、筋間脂肪：8.2 %
11269	1703	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身つき ゆで	1	24	Tr	1	14	0	2	0	2	14	0.5	1.0	0	-	0	5	0.04	0.14	2.7	8.2	0.26	1.3	6	0.50	1.7	0	-	Tr	
11268	1704	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身つき 焼き	1	23	Tr	1	12	0	2	0	2	12	0.5	1.1	0	0	0	5	0.08	0.18	5.0	10.0	0.40	1.6	7	1.07	1.9	1	-	0.1	
11068	1705	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 皮下脂肪なし 生	1	21	0	1	9	0	1	0	1	9	0.4	0.7	0	0	0	4	0.08	0.16	5.1	(9.2)	0.38	1.4	7	0.87	1.4	2	-	0.1	筋間脂肪：8.3 %
11069	1706	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 赤肉 生	1	22	0	1	7	0	0	0	0	7	0.2	0.6	0	0	0	3	0.09	0.17	5.4	(9.9)	0.40	1.5	7	0.93	1.5	2	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11070	1707	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ リブロース 脂身 生	Tr	4	Tr	0	28	0	17	0	17	29	2.2	1.6	0	0	0	16	0.01	0.02	1.6	(2.0)	0.11	0.3	2	0.21	0.5	0	-	Tr	皮下脂肪及び筋間脂肪
11071	1708	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ サーロイン 脂身つき 生	-	-	-	-	10	-	-	-	5	11	0.6	0.7	0	0	0	5	0.05	0.12	4.9	(8.4)	0.42	0.6	5	0.52	-	1	-	0.1	皮下脂肪：12.8 %、筋間脂肪：15.5 %
11072	1709	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ サーロイン 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	8	-	-	-	3	8	0.4	0.6	0	0	0	4	0.06	0.13	5.4	(9.3)	0.46	0.7	5	0.57	-	1	-	0.1	筋間脂肪：17.8 %
11073	1710	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ サーロイン 赤肉 生	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0	0.4	0	0	0	1	0.06	0.16	6.2	(11.0)	0.54	0.8	6	0.65	-	2	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11074	1711	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ばら 脂身つき 生	-	-	-	-	24	-	-	-	Tr	24	0.4	1.1	0	0	0	13	0.05	0.12	3.9	6.3	0.28	1.3	5	0.50	-	1	-	0.1	別名： カルビ
11075	1712	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 脂身つき 生	-	-	-	-	5	0	2	0	2	5	0.2	0.5	0	0	0	4	0.08	0.19	5.0	(9.0)	0.44	1.5	8	0.78	-	1	-	0.1	皮下脂肪：3.4 %、筋間脂肪：4.0 %
11076	1713	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 皮下脂肪なし 生	1	12	0	1	4	0	1	0	1	4	0.1	0.4	0	0	0	4	0.09	0.20	5.1	9.2	0.45	1.5	8	0.78	1.9	1	-	0.1	筋間脂肪：4.2 %
11271	1714	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 皮下脂肪なし ゆで	1	19	1	Tr	8	0	2	0	2	8	0	0.7	0	0	0	5	0.05	0.18	3.2	9.7	0.35	1.2	7	0.62	2.5	Tr	-	Tr	
11270	1715	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 皮下脂肪なし 焼き	1	17	1	1	8	0	1	0	1	8	0	0.6	0	0	0	8	0.08	0.22	5.6	11.0	0.53	1.7	10	0.88	2.6	1	-	0.1	
11077	1716	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 赤肉 生	-	-	-	-	3	0	0	0	0	3	0.1	0.4	0	0	0	3	0.09	0.21	5.4	(9.7)	0.48	1.6	8	0.82	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11078	1717	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ もも 脂身 生	-	-	-	-	35	0	31	0	31	38	0.9	1.2	0	0	0	19	0.02	0.03	1.6	(2.2)	0.13	0.4	2	0.46	-	1	-	Tr	皮下脂肪及び筋間脂肪
11079	1718	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ そともも 脂身つき 生	-	-	-	-	9	-	-	-	6	9	0.3	0.7	0	0	0	6	0.06	0.16	4.3	(8.1)	0.37	1.3	6	0.80	-	1	-	0.1	皮下脂肪：4.5 %、筋間脂肪：12.2 %
11080	1719	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ そともも 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	7	-	-	-	4	8	0.3	0.7	0	0	0	5	0.06	0.17	4.4	(8.3)	0.38	1.4	6	0.82	-	1	-	0.1	筋間脂肪：12.8 %
11081	1720	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ そともも 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0.2	0.7	0	0	0	3	0.07	0.19	4.9	(9.3)	0.42	1.5	7	0.87	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11082	1721	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ランプ 脂身つき 生	-	-	-	-	10	-	-	-	7	11	0.4	0.8	0	0	0	5	0.09	0.24	4.0	(7.7)	0.44	1.9	7	0.91	-	1	-	0.1	皮下脂肪：9.7 %、筋間脂肪：11.5 %
11083	1722	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ランプ 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	8	-	-	-	4	8	0.3	0.8	0	0	0	4	0.10	0.26	4.2	(8.2)	0.47	2.0	7	0.96	-	1	-	0.1	筋間脂肪：12.8 %
11084	1723	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ランプ 赤肉 生	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0.2	0.7	0	0	0	1	0.11	0.29	4.6	(9.0)	0.52	2.3	8	1.03	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11085	1724	＜畜肉類＞ うし［輸入牛肉］ ヒレ 赤肉 生	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0.4	0.7	0	0	0	2	0.10	0.25	4.7	(8.7)	0.39	2.0	5	1.26	-	1	-	0.1	
11086	1725	＜畜肉類＞ うし［子牛肉］ リブロース 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	0	-	-	-	Tr	0	0	0.1	0	0	0	Tr	0.09	0.17	8.9	(13.0)	0.48	1.2	6	0.72	-	1	-	0.2	
11087	1726	＜畜肉類＞ うし［子牛肉］ ばら 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.2	0	0	0	3	0.10	0.18	6.2	(9.7)	0.26	1.6	3	0.84	-	1	-	0.3	
11088	1727	＜畜肉類＞ うし［子牛肉］ もも 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.1	0	0	0	1	0.08	0.16	9.3	(13.0)	0.44	0.8	5	0.72	-	1	-	0.1	
11089	1728	＜畜肉類＞ うし［ひき肉］ 生	1	11	2	1	12	0	11	0	11	13	0.1	0.5	0	0	0	9	0.08	0.19	4.2	7.5	0.25	1.6	5	0.72	1.8	1	-	0.2	
11272	1729	＜畜肉類＞ うし［ひき肉］ 焼き	1	15	3	2	5	0	13	0	13	6	0.1	0.7	0	0	0	9	0.11	0.26	6.3	11.0	0.34	1.7	7	1.02	2.9	Tr	-	0.2	
11090	1730	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 舌 生	1	10	0	2	3	0	4	1	5	3	0	0.9	0	0	0	9	0.10	0.23	3.8	6.4	0.14	3.8	14	0.68	1.9	1	-	0.2	別名： たん
11273	1731	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 舌 焼き	1	16	0	2	3	0	6	1	6	3	0	1.2	0	0.1	0	11	0.11	0.36	5.2	9.1	0.16	5.4	14	0.99	3.1	1	-	0.2	別名： たん焼き
11091	1732	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 心臓 生	-	-	-	-	9	-	-	-	Tr	9	0	0.6	0	0.1	0	5	0.42	0.90	5.8	9.4	0.29	12.0	16	2.16	-	4	-	0.2	別名： はつ
11092	1733	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 肝臓 生	4	50	Tr	94	1100	-	-	-	40	1100	0	0.3	0	0	0	1	0.22	3.00	14.0	18.0	0.89	53.0	1000	6.40	76.0	30	-	0.1	別名： レバー 試料： 和牛
11093	1734	＜畜肉類＞ うし［副生物］ じん臓 生	6	210	0	43	4	-	-	-	14	5	0	0.3	0	0	0	6	0.46	0.85	5.5	9.8	0.45	22.0	250	4.08	90.0	3	-	0.2	別名： まめ
11094	1735	＜畜肉類＞ うし［副生物］ 第一胃 ゆで	-	-	-	-	1	-	-	-	(Tr)	1	Tr	0.4	0	0	0	6	0.04	0.14	1.7	(5.6)	0.01	2.0	3	0.49	-	2	-	0.1	別名： みの、がつ

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂肪酸の	コレステロール	脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)						mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11095	1736	＜畜肉類＞ うし［副生物］第二胃 ゆで	0	772	186	71.6	(9.7)	12.4	14.7	130	15.7	(0)	(0)	3.7 *	(0)	-	0	-	0.3	39	64	7	6	55	0.6	1.5	0.04	0.07
11096	1737	＜畜肉類＞ うし［副生物］第三胃 生	0	240	57	86.6	(9.2)	11.7	0.9	120	1.3	(0)	(0)	2.9 *	(0)	-	0	-	0.4	50	83	16	10	80	6.8	2.6	0.08	0.07
11097	1738	＜畜肉類＞ うし［副生物］第四胃 ゆで	0	1272	308	58.5	(8.7)	11.1	28.7	190	30.0	(0)	(0)	3.7 *	(0)	-	0	-	0.4	38	51	8	8	86	1.8	1.4	0.11	0.07
11098	1739	＜畜肉類＞ うし［副生物］小腸 生	0	1106	268	63.3	(7.8)	9.9	24.7	210	26.1	(0)	(0)	3.5 *	(0)	-	0	-	0.7	77	180	7	10	140	1.2	1.2	0.07	0.10
11099	1740	＜畜肉類＞ うし［副生物］大腸 生	0	624	150	77.2	(7.3)	9.3	12.2	150	13.0	(0)	(0)	2.8 *	(0)	-	0	-	0.5	61	120	9	8	77	0.8	1.3	0.05	0.05
11100	1741	＜畜肉類＞ うし［副生物］直腸 生	0	444	106	80.7	(9.1)	11.6	6.4	160	7.0	(0)	(0)	3.1 *	(0)	-	0	-	0.7	87	190	9	10	100	0.6	1.7	0.05	0.04
11101	1742	＜畜肉類＞ うし［副生物］腱 ゆで	0	640	152	66.5	-	28.3	4.3	67.0	4.9	(0) *	(0)	0.6	(0)	-	0	-	0.3	93	19	15	4	23	0.7	0.1	0.02	Tr
11102	1743	＜畜肉類＞ うし［副生物］子宮 ゆで	0	402	95	78.2	-	18.4	2.4	150	3.0	(0) *	(0)	0.6	(0)	-	0	-	0.4	79	74	8	7	63	1.2	1.7	0.06	0.02
11103	1744	＜畜肉類＞ うし［副生物］尾 生	40	1814	440	40.7	-	11.6	43.7	76.0	47.1	(Tr) *	(Tr)	3.4	(0)	-	Tr	-	0.6	50	110	7	13	85	2.0	4.3	0.08	-
11274	1745	＜畜肉類＞ うし［副生物］横隔膜 生	0	1194	288	57.0	13.1	14.8	25.9	69.6	27.3	(0.3) *	(0.3)	2.8	(0)	-	0.3	0.4	0.7	48	250	2	16	140	3.2	3.7	0.13	0.01
11296	1746	＜畜肉類＞ うし［副生物］横隔膜 ゆで	0	1717	414	39.6	20.2	21.3	35.0	100.4	36.7	(0.2)	(0.2)	4.5 *	(0)	-	0.2	0.2	0.5	25	120	3	14	130	4.2	5.6	0.19	0.01
11297	1747	＜畜肉類＞ うし［副生物］横隔膜 焼き	0	1661	401	39.4	19.8	21.1	35.5	104.5	37.2	(0.3) *	(0.2)	4.0	(0)	-	0.3	0.4	0.8	49	270	3	19	170	4.1	5.3	0.19	0.01
11104	1748	＜畜肉類＞ うし［加工品］ローストビーフ	0	795	190	64.0	18.9	21.7	10.7	70.0	11.7	1.4	1.4	4.1 *	(0)	0	0.9	0.7	1.7	310	260	6	24	200	2.3	4.1	0.10	0.01
11105	1749	＜畜肉類＞ うし［加工品］コンビーフ缶詰	0	795	191	63.4	18.1	19.8	12.6	68.0	13.0	1.0 *	0.9	3.4	(0)	0	1.7	0.3	2.1	690	110	15	13	120	3.5	4.1	0.11	0.04
11106	1750	＜畜肉類＞ うし［加工品］味付け缶詰	0	659	156	64.3	17.4	19.2	4.1	48.0	4.4	12.9 *	12.3	11.6	(0)	0	9.9	0.3	2.2	720	180	8	16	110	3.4	4.0	0.09	0.09
11107	1751	＜畜肉類＞ うし［加工品］ビーフジャーキー	0	1285	304	24.4	47.5	54.8	5.8	150	7.8	9.6	9.2	14.1 *	(0)	0	6.4	1.6	6.6	1900	760	13	54	420	6.4	8.8	0.25	0.13
11108	1752	＜畜肉類＞ うし［加工品］スモークタン	0	1134	273	55.9	16.0	18.1	21.0	120	23.0	1.2	1.2	4.5 *	(0)	0	0.9	0.5	2.1	630	190	6	16	150	2.6	4.2	0.12	0.02
11109	1753	＜畜肉類＞ うま 肉 赤肉 生	0	433	102	76.1	17.6	20.1	2.2	65.0	2.5	(0.3)	(0.3)	3.1 *	(0)	-	0.3	-	1.0	50	300	11	18	170	4.3	2.8	0.11	-
11110	1754	＜畜肉類＞ くじら 肉 赤肉 生	0	425	100	74.3	19.9	24.1	0.3	38.0	0.4	(0.2)	(0.2)	4.5 *	(0)	-	0.2	-	1.0	62	260	3	29	210	2.5	1.1	0.06	0.01
11111	1755	＜畜肉類＞ くじら うねす 生	0	1361	328	49.0	-	18.8	28.1	190	31.4	(0.2) *	(0.2)	3.5	(0)	-	0.2	-	0.6	150	70	8	10	98	0.4	3.3	0.03	Tr
11112	1756	＜畜肉類＞ くじら 本皮 生	0	2386	577	21.0	-	9.7	52.4	120	68.8	(0.2)	(0.2)	16.6 *	(0)	-	0.2	-	0.3	59	44	6	3	33	0.2	0.2	0.02	Tr
11113	1757	＜畜肉類＞ くじら さらしくじら	0	120	28	93.7	-	5.3	0.8	16.0	0.9	(0) *	(0)	0.1	(0)	-	0	-	0.1	1	Tr	1	Tr	13	0	Tr	0.01	0
11114	1758	＜畜肉類＞ しか あかしか 赤肉 生	0	432	102	74.6	(18.9)	22.3	0.9	69.0	1.5	(0.5)	(0.5)	4.5 *	(0)	-	0.5	-	1.1	58	350	4	26	200	3.1	3.1	0.18	0.02
11275	1759	＜畜肉類＞ しか にほんじか 赤肉 生	0	501	119	71.4	22.0	23.9	3.0	58.8	4.0	(0.3) *	(0.3)	1.8	(0)	-	0.3	0.5	1.2	55	390	4	27	230	3.9	2.9	0.15	0.02
11294	1760	＜畜肉類＞ しか にほんじか えぞしか 赤肉 生	0	528	126	71.4	20.8	22.6	4.5	59.5	5.2	(0.6) *	(0.6)	2.3	(0)	-	0.6	-	1.1	52	350	4	26	210	3.4	2.8	0.14	0.01
11295	1761	＜畜肉類＞ しか にほんじか ほんしゅうじか・きゅうしゅうしか 赤肉 生	0	452	107	74.4	18.5	22.6	1.8	52.0	2.5	(0.1)	(0.1)	3.6 *	(0)	-	0.1	0.5	1.1	51	380	3	26	220	3.9	2.7	0.15	0.02
11115	1762	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 脂身つき 生	0	836	201	65.7	-	18.5	14.0	65.0	14.6	(0.2) *	(0.2)	0.8	(0)	-	0.2	-	1.0	53	320	4	21	180	0.5	2.7	0.09	0.01
11116	1763	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 皮下脂肪なし 生	0	663	158	69.8	-	19.7	8.8	64.0	9.3	(0.2) *	(0.2)	0.7	(0)	-	0.2	-	1.0	55	340	4	22	190	0.4	2.9	0.09	0.01
11117	1764	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 赤肉 生	0	481	114	74.0	-	20.9	3.3	64.0	3.8	(0.2) *	(0.2)	0.7	(0)	-	0.2	-	1.1	58	360	4	24	200	1.1	3.1	0.10	0.01
11118	1765	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 脂身 生	0	2727	663	22.0	-	5.3	71.3	68.0	72.4	(0) *	(0)	1.1	(0)	-	0	-	0.3	23	98	2	5	54	0.4	0.4	0.03	0.01
11119	1766	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 脂身つき 生	0	986	237	62.6	(14.7)	17.1	18.4	69.0	19.2	(0.1)	(0.1)	3.4 *	(0)	-	0.1	-	1.0	54	300	4	18	160	0.6	2.7	0.09	0.01
11120	1767	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 皮下脂肪なし 生	0	880	212	65.1	(15.2)	17.8	15.2	69.0	16.0	(0.1)	(0.1)	3.5 *	(0)	-	0.1	-	1.0	56	310	4	19	170	0.5	2.9	0.09	0.01
11121	1768	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 赤肉 生	0	611	146	71.3	(16.7)	19.7	7.1	68.0	7.8	(0.1)	(0.1)	3.8 *	(0)	-	0.1	-	1.1	61	340	4	21	190	1.1	3.2	0.10	0.01
11122	1769	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 脂身 生	0	2650	644	23.6	(5.4)	5.4	69.1	73.0	70.7	(0) *	(0)	1.5	(0)	-	0	-	0.3	21	110	2	5	56	0.4	0.6	0.03	0
11123	1770	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 脂身つき 生	0	1029	248	60.4	17.2	19.3	18.5	61.0	19.2	(0.2)	(0.2)	3.0 *	(0)	-	0.2	-	0.9	42	310	4	22	180	0.3	1.6	0.05	0.01

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11095	1736	＜畜肉類＞ うし［副生物］第二胃 ゆで	-	-	-	-	3	-	-	-	(Tr)	3	0.1	0.3	0	0	0	16	0.02	0.10	1.0	(3.0)	0.01	2.0	12	0.44	-	0	-	0.1	別名： はちのす
11096	1737	＜畜肉類＞ うし［副生物］第三胃 生	-	-	-	-	4	-	-	-	(Tr)	4	0	0.1	0	0	0	4	0.04	0.32	1.7	(3.6)	0.02	4.6	33	0.64	-	4	-	0.1	別名： せんまい
11097	1738	＜畜肉類＞ うし［副生物］第四胃 ゆで	-	-	-	-	5	-	-	-	(Tr)	5	0.2	0.5	0	0	0	35	0.05	0.14	0.6	(2.4)	0.01	3.6	10	0.34	-	0	-	0.1	別名： あかせんまい、ギアラ、あぼみ
11098	1739	＜畜肉類＞ うし［副生物］小腸 生	-	-	-	-	2	-	-	-	(Tr)	2	0	0.3	0	0	0	9	0.07	0.23	3.1	(4.7)	0.05	21.0	15	1.21	-	15	-	0.2	別名： ひも
11099	1740	＜畜肉類＞ うし［副生物］大腸 生	-	-	-	-	2	-	-	-	(Tr)	2	0	0.2	0	0	0	15	0.04	0.14	2.1	(3.6)	0.01	1.3	8	0.66	-	6	-	0.2	別名： しまちょう、てっちゃん
11100	1741	＜畜肉類＞ うし［副生物］直腸 生	-	-	-	-	2	-	-	-	(Tr)	2	0	0.2	0	0	0	12	0.05	0.15	2.3	(4.2)	0.01	1.7	24	0.85	-	6	-	0.2	別名： てっぽう
11101	1742	＜畜肉類＞ うし［副生物］腱 ゆで	-	-	-	-	0	-	-	-	(Tr)	(0)	0	0.1	0	0	0	8	0	0.04	0.2	4.9	0	0.4	3	0.11	-	0	-	0.2	別名： すじ
11102	1743	＜畜肉類＞ うし［副生物］子宮 ゆで	-	-	-	-	0	-	-	-	(Tr)	(0)	0	0.2	0	0	0	5	0.01	0.10	0.5	3.6	0.01	1.7	10	0.35	-	0	-	0.2	別名： こぶくろ
11103	1744	＜畜肉類＞ うし［副生物］尾 生	-	-	-	-	20	-	-	-	Tr	20	0	0.3	0	0.1	0	Tr	0.06	0.17	2.6	4.5	0.26	1.8	3	1.95	-	1	-	0.1	別名： テール 皮を除いたもの 廃棄部位： 骨
11274	1745	＜畜肉類＞ うし［副生物］横隔膜 生	1	14	0	1	4	0	3	1	3	4	0	0.7	0	0.1	0	5	0.14	0.35	4.0	7.1	0.18	3.8	6	1.06	2.9	1	-	0.1	別名： はらみ、さがり
11296	1746	＜畜肉類＞ うし［副生物］横隔膜 ゆで	2	20	(0)	1	5	(0)	2	1	2	5	(0)	1.0	(0)	0.1	(0)	7	0.08	0.35	2.7	7.4	0.13	3.9	7	0.71	-	Tr	-	0.1	別名： はらみ、さがり
11297	1747	＜畜肉類＞ うし［副生物］横隔膜 焼き	2	19	(0)	1	4	(0)	3	1	3	5	(0)	1.1	(0)	0.1	(0)	7	0.15	0.46	5.0	9.6	0.21	6.3	9	1.29	-	1	-	0.1	別名： はらみ、さがり
11104	1748	＜畜肉類＞ うし［加工品］ローストビーフ	1	15	1	1	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0.1	0.3	0	0	0	4	0.08	0.25	6.3	11.0	0.47	1.6	9	0.98	2.1	0	-	0.8	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11105	1749	＜畜肉類＞ うし［加工品］コンビーフ缶詰	9	10	4	1	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0	0.8	0	0.3	0.2	5	0.02	0.14	7.6	12.0	0.04	1.3	5	0.20	1.6	0	-	1.8	
11106	1750	＜畜肉類＞ うし［加工品］味付け缶詰	2	11	2	3	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0	0.7	0	0	0	3	0.33	0.19	2.4	6.1	0.06	1.4	8	0.22	1.5	0	-	1.8	試料： 大和煮缶詰 液汁を含んだもの（液汁36％）
11107	1751	＜畜肉類＞ うし［加工品］ビーフジャーキー	5	38	11	3	5	-	-	-	(0)	5	0.3	2.2	0	0.2	0.1	8	0.13	0.45	12.0	23.0	0.85	3.5	12	1.25	4.5	1	-	4.8	ビタミンE及びビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11108	1752	＜畜肉類＞ うし［加工品］スモークタン	3	18	2	3	18	-	-	-	(0)	18	0.3	0.6	0	0.1	0	16	0.08	0.27	3.4	6.9	0.13	4.7	4	1.12	4.5	1	-	1.6	ビタミンE及びビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11109	1753	＜畜肉類＞ うま 肉 赤肉 生	0	17	0	1	9	-	-	-	Tr	9	-	0.9	0	0	0	2	0.10	0.24	5.8	9.9	0.02	7.1	4	1.01	1.1	1	-	0.1	別名： さくら肉 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11110	1754	＜畜肉類＞ くじら 肉 赤肉 生	2	32	Tr	0	7	-	-	-	(0)	7	0.1	0.6	Tr	Tr	Tr	Tr	0.06	0.23	12.0	17.0	0.46	2.0	4	0.31	1.6	1	-	0.2	試料： ミンクくじら 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11111	1755	＜畜肉類＞ くじら うねす 生	-	-	-	-	130	-	-	-	(0)	130	0.8	3.1	Tr	Tr	Tr	2	0.11	0.20	2.4	5.5	0.06	0.7	3	0.29	-	6	-	0.4	試料： ミンクくじら
11112	1756	＜畜肉類＞ くじら 本皮 生	-	-	-	-	130	-	-	-	(0)	130	0.3	4.8	Tr	Tr	Tr	3	0.11	0.05	0.5	2.1	0.01	0.4	1	0.11	-	5	-	0.1	試料： ミンクくじら
11113	1757	＜畜肉類＞ くじら さらしくじら	-	-	-	-	8	-	-	-	Tr	8	0	0.1	0	0	0	Tr	0	0	0	0.9	0	0	0	0	-	0	-	0	試料： ミンクくじら
11114	1758	＜畜肉類＞ しか あかしか 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	(0)	3	Tr	0.5	0	0	0	4	0.21	0.35	8.0	(8.0)	0.54	0.6	1	0.81	-	1	-	0.1	試料： 冷凍品、ニュージーランド産
11275	1759	＜畜肉類＞ しか にほんじか 赤肉 生	1	7	0	0	4	0	0	0	0	4	0	0.8	0	0	0	1	0.20	0.35	6.9	12.0	0.60	1.3	4	0.76	2.2	1	-	0.1	試料： えぞしか、ほんしゅうじか・きゅうしゅうじか
11294	1760	＜畜肉類＞ しか にほんじか えぞしか 赤肉 生	1	6	0	0	5	0	0	0	0	5	0	0.6	0	0	0	0	0.21	0.32	7.9	13.0	0.55	1.3	4	0.75	2.1	1	-	0.1	試料： えぞしか
11295	1761	＜畜肉類＞ しか にほんじか ほんしゅうじか・きゅうしゅうしか 赤肉 生	Tr	6	Tr	0	3	0	0	0	0	3	0	0.8	0	0	0	2	0.18	0.34	5.2	10.0	0.58	1.1	3	0.70	2.0	1	-	0.1	試料： ほんしゅうじか・きゅうしゅうじか
11115	1762	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 脂身つき 生	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	0.2	0.3	0	Tr	0	1	0.66	0.23	4.9	8.0	0.32	0.4	2	1.16	-	2	-	0.1	皮下脂肪： 8.2 %、筋間脂肪： 7.5 %
11116	1763	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	0.2	0.3	0	Tr	0	1	0.71	0.25	5.3	8.6	0.34	0.4	2	1.23	-	2	-	0.1	筋間脂肪： 8.0 %
11117	1764	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0.1	0.3	0	0	0	1	0.75	0.27	5.6	9.1	0.37	0.4	2	1.29	-	2	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11118	1765	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かた 脂身 生	-	-	-	-	16	-	-	-	(0)	16	0.7	0.5	0	0.1	0	4	0.20	0.05	1.4	2.3	0.06	0.5	2	0.48	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪
11119	1766	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 脂身つき 生	-	-	-	-	6	-	-	-	0	6	0.3	0.4	0	Tr	0	2	0.63	0.23	3.6	(7.0)	0.28	0.5	2	1.18	-	2	-	0.1	皮下脂肪： 5.7 %、筋間脂肪： 12.4 %
11120	1767	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	6	-	-	-	0	6	0.3	0.4	0	Tr	0	2	0.66	0.25	3.7	(7.2)	0.30	0.4	2	1.23	-	2	-	0.1	筋間脂肪： 13.1 %
11121	1768	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 赤肉 生	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0.2	0.3	0	0	0	1	0.72	0.28	4.0	(8.0)	0.33	0.4	2	1.34	-	2	-	0.2	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11122	1769	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］かたロース 脂身 生	-	-	-	-	16	-	-	-	(0)	16	0.7	0.8	0	0.1	0	4	0.23	0.05	1.5	(2.0)	0.07	0.5	2	0.48	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪
11123	1770	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 脂身つき 生	1	21	3	Tr	6	-	-	-	0	6	0.1	0.3	0	Tr	0	3	0.69	0.15	7.3	11.0	0.32	0.3	1	0.98	3.7	1	-	0.1	皮下脂肪： 11.4 %、筋間脂肪： 7.9 %

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11125	1771	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 脂身つき ゆで	0	1241	299	51.0	21.7	23.9	23.4	77.0	24.1	(0.3) *	(0.3)	3.1	(0)	-	0.3	-	0.7	25	180	5	19	140	0.4	2.2	0.06	0.01
11124	1772	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 脂身つき 焼き	0	1288	310	49.1	23.2	26.7	22.1	76.0	22.7	(0.3)	(0.3)	4.4 *	(0)	-	0.3	-	1.2	52	400	6	29	250	0.4	2.2	0.07	0.01
11276	1773	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 脂身つき とんかつ	0	1780	429	31.2	19.0	22.0	35.1	60.0	35.9	9.6 *	8.8	12.9	0.7	-	9.8	-	1.1	110	340	14	27	200	0.6	1.9	0.07	0.12
11126	1774	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 皮下脂肪なし 生	0	793	190	65.7	(18.4)	21.1	11.3	61.0	11.9	(0.3)	(0.3)	3.6 *	(0)	-	0.3	-	1.0	45	340	5	24	200	0.3	1.8	0.06	0.01
11127	1775	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 赤肉 生	0	589	140	70.3	19.7	22.7	5.1	61.0	5.6	(0.3)	(0.3)	3.8 *	(0)	-	0.3	-	1.1	48	360	5	26	210	0.7	1.9	0.06	0.01
11128	1776	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ロース 脂身 生	0	2860	695	18.3	5.3	5.1	74.9	62.0	76.3	(0) *	(0)	1.3	(0)	-	0	-	0.3	15	110	1	5	54	0.2	0.3	0.03	0
11129	1777	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ばら 脂身つき 生	0	1511	366	49.4	12.8	14.4	34.9	70.1	35.4	(0.1) *	(0.1)	2.2	(0)	-	0.1	-	0.7	50	240	3	15	130	0.6	1.8	0.04	0.01
11277	1778	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ばら 脂身つき 焼き	0	1833	444	37.1	16.5	19.6	41.9	81.3	43.9	(0.1) *	(0.1)	3.6	(0)	-	0.1	-	0.8	56	270	4	17	140	0.7	2.2	0.05	0
11130	1779	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］もも 脂身つき 生	0	715	171	68.1	(16.9)	20.5	9.5	67.0	10.2	(0.2)	(0.2)	4.6 *	(0)	-	0.2	-	1.0	47	350	4	24	200	0.7	2.0	0.08	0.01
11131	1780	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］もも 皮下脂肪なし 生	0	579	138	71.2	18.0	21.5	5.4	66.0	6.0	(0.2)	(0.2)	4.3 *	(0)	-	0.2	-	1.1	49	360	4	25	210	0.7	2.1	0.08	0.01
11133	1781	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］もも 皮下脂肪なし ゆで	0	777	185	61.8	25.2	28.9	7.1	91.0	8.1	(0.3)	(0.3)	4.9 *	(0)	-	0.3	-	0.9	27	200	5	24	190	0.9	3.0	0.12	0.01
11132	1782	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］もも 皮下脂肪なし 焼き	0	781	186	60.4	26.8	30.2	6.7	88.0	7.6	(0.3)	(0.3)	4.6 *	(0)	-	0.3	-	1.5	58	450	5	33	270	1.0	3.1	0.11	0.02
11134	1783	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］もも 赤肉 生	0	502	119	73.0	(18.0)	22.1	3.1	66.0	3.6	(0.2)	(0.2)	4.8 *	(0)	-	0.2	-	1.1	50	370	4	26	220	0.9	2.2	0.08	0.01
11135	1784	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］もも 脂身 生	0	2517	611	25.5	(6.5)	6.5	65.0	79.0	67.6	(0) *	(0)	2.5	(0)	-	0	-	0.4	22	140	1	8	73	0.7	0.5	0.04	0.01
11136	1785	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］そともも 脂身つき 生	0	921	221	63.5	(15.6)	18.8	15.9	69.0	16.5	(0.2)	(0.2)	4.0 *	(0)	-	0.2	-	1.0	51	320	4	22	190	0.5	1.9	0.07	0.01
11137	1786	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］そともも 皮下脂肪なし 生	0	731	175	67.9	(16.6)	20.2	10.1	69.0	10.7	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	1.0	54	340	4	23	200	0.5	2.1	0.07	0.01
11138	1787	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］そともも 赤肉 生	0	560	133	71.8	(17.5)	21.4	5.0	68.0	5.5	(0.2)	(0.2)	4.7 *	(0)	-	0.2	-	1.1	57	360	4	25	210	0.9	2.3	0.08	0.01
11139	1788	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］そともも 脂身 生	0	2599	631	24.9	(6.6)	6.6	67.2	76.0	68.1	(0) *	(0)	0.9	(0)	-	0	-	0.4	22	130	1	7	64	0.5	0.4	0.03	0
11140	1789	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ヒレ 赤肉 生	0	498	118	73.4	18.5	22.2	3.3	59.1	3.7	(0.3)	(0.3)	3.7 *	(0)	-	0.3	-	1.2	56	430	3	27	230	0.9	2.2	0.07	0.01
11278	1790	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ヒレ 赤肉 焼き	0	851	202	53.8	33.2	39.3	4.9	102.9	5.9	(0.4)	(0.4)	6.1 *	(0)	-	0.4	-	2.0	92	690	6	45	380	1.6	3.6	0.12	0.01
11279	1791	＜畜肉類＞ ぶた［大型種肉］ヒレ 赤肉 とんかつ	0	1582	379	33.3	21.8	25.1	24.0	70.8	25.3	15.6	14.2	18.5 *	0.9	-	14.9	-	1.4	140	440	17	33	260	1.3	2.7	0.12	0.15
11141	1792	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かた 脂身つき 生	0	932	224	63.6	-	18.3	16.8	69.0	17.2	(0) *	(0)	0.4	(0)	-	0	-	0.9	53	320	4	20	180	0.5	3.0	0.08	0.02
11142	1793	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かた 皮下脂肪なし 生	0	719	172	68.5	-	19.7	10.4	67.0	10.8	(0) *	(0)	0.4	(0)	-	0	-	1.0	57	350	5	22	190	0.5	3.3	0.08	0.02
11143	1794	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かた 赤肉 生	0	477	113	74.0	-	21.4	3.1	66.0	3.5	(0) *	(0)	0.4	(0)	-	0	-	1.1	61	380	5	24	210	1.2	3.6	0.09	0.02
11144	1795	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かた 脂身 生	0	2872	698	19.1	-	4.9	75.4	80.0	75.7	(0) *	(0)	0.3	(0)	-	0	-	0.3	20	91	2	5	50	0.4	0.4	0.04	0
11145	1796	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かたロース 脂身つき 生	0	1002	241	62.0	(15.2)	17.7	18.6	76.0	19.3	(0)	(0)	3.2 *	(0)	-	0	-	1.0	55	310	4	20	180	0.7	3.2	0.09	0.01
11146	1797	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かたロース 皮下脂肪なし 生	0	882	212	64.8	(15.8)	18.5	15.0	75.0	15.7	(0)	(0)	3.4 *	(0)	-	0	-	1.0	57	330	4	21	180	0.6	3.4	0.09	0.01
11147	1798	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かたロース 赤肉 生	0	588	140	71.5	(17.4)	20.6	6.1	73.0	6.8	(0)	(0)	3.9 *	(0)	-	0	-	1.1	63	360	4	23	200	1.3	3.8	0.10	0.01
11148	1799	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］かたロース 脂身 生	0	2730	663	22.3	(5.4)	5.4	71.3	88.0	71.9	(0) *	(0)	0.6	(0)	-	0	-	0.4	22	110	2	6	59	0.5	0.7	0.03	0

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11125	1771	Tr	26	3	Tr	3	-	-	-	0	3	0.1	Tr	0	0	0	3	0.54	0.16	4.9	10.0	0.32	0.6	1	0.67	4.3	Tr	-	0.1	
11124	1772	2	29	2	1	2	-	-	-	0	2	0.1	0.1	0	0	0	3	0.90	0.21	9.2	15.0	0.33	0.5	1	1.19	5.2	1	-	0.1	
11276	1773	Tr	23	Tr	4	11	(0)	6	0	6	11	0.7	3.5	0	7.5	0.2	16	0.75	0.15	7.0	11.0	0.31	0.5	6	0.79	5.0	1	-	0.3	増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11126	1774	1	23	3	Tr	5	-	-	-	0	5	0.1	0.3	0	Tr	0	2	0.75	0.16	8.0	(12.0)	0.35	0.3	1	1.05	3.3	1	-	0.1	筋間脂肪： 8.9 %
11127	1775	1	25	3	1	4	-	-	-	Tr	4	0.1	0.3	0	0	0	2	0.80	0.18	8.6	13.0	0.38	0.3	1	1.11	3.0	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11128	1776	0	4	1	0	15	-	-	-	(0)	15	0.2	0.4	0	0.1	0	4	0.22	0.05	1.8	2.3	0.07	0.6	1	0.44	6.9	1	-	0	皮下脂肪及び筋間脂肪
11129	1777	0	13	0	Tr	11	0	0	0	0	11	0.5	0.5	0	0.1	0	6	0.51	0.13	4.7	7.3	0.22	0.5	2	0.64	3.7	1	-	0.1	
11277	1778	Tr	18	1	1	11	0	0	0	0	11	0.6	0.6	0	0.1	0	8	0.57	0.14	6.5	10.0	0.27	0.7	1	0.68	4.7	Tr	-	0.1	
11130	1779	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	0.1	0.3	0	Tr	0	2	0.90	0.21	6.2	(10.0)	0.31	0.3	2	0.84	-	1	-	0.1	皮下脂肪： 6.9 %、筋間脂肪： 3.4 %
11131	1780	0	23	0	1	3	-	-	-	0	3	0.1	0.3	0	Tr	0	2	0.94	0.22	6.5	11.0	0.32	0.3	2	0.87	2.7	1	-	0.1	筋間脂肪： 3.7 %
11133	1781	0	34	Tr	1	1	-	-	-	0	1	0.1	Tr	0	0	0	3	0.82	0.23	5.8	12.0	0.38	0.4	2	0.74	3.4	1	-	0.1	
11132	1782	Tr	31	1	1	1	-	-	-	0	1	0.1	Tr	0	0	0	3	1.19	0.28	9.4	16.0	0.43	0.5	1	1.07	3.8	1	-	0.1	
11134	1783	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0.1	0.3	0	0	0	2	0.96	0.23	6.6	(11.0)	0.33	0.3	2	0.88	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11135	1784	-	-	-	-	13	-	-	-	(0)	13	0.5	0.7	Tr	0.1	0	6	0.34	0.05	2.5	(3.2)	0.13	0.5	1	0.49	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪
11136	1785	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	0.2	0.4	0	Tr	0	2	0.79	0.18	5.1	(9.0)	0.36	0.3	1	0.97	-	1	-	0.1	皮下脂肪： 10.2 %、筋間脂肪： 7.4 %
11137	1786	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	0.2	0.4	0	Tr	0	2	0.85	0.20	5.4	(9.6)	0.39	0.3	1	1.04	-	2	-	0.1	筋間脂肪： 8.3 %
11138	1787	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0.2	0.4	0	0	0	2	0.90	0.21	5.7	(10.0)	0.41	0.3	1	1.10	-	2	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11139	1788	-	-	-	-	16	-	-	-	(0)	16	0.4	0.5	Tr	0.1	0	5	0.27	0.05	2.2	(2.9)	0.11	0.4	2	0.38	-	1	-	0.1	皮下脂肪及び筋間脂肪
11140	1789	1	21	1	1	3	(0)	0	(0)	(0)	3	0.3	0.3	0	0	0	3	1.32	0.25	6.9	12.0	0.54	0.5	1	0.93	3.0	1	-	0.1	
11278	1790	1	40	0	1	2	0	0	0	0	2	0.3	0.3	0	Tr	0	6	2.09	0.44	13.0	21.0	0.76	0.9	1	1.55	6.4	1	-	0.2	
11279	1791	Tr	30	Tr	6	3	(0)	7	0	7	3	0.3	4.1	0	9.3	0.2	32	1.09	0.32	7.1	13.0	0.33	0.6	6	1.16	4.6	1	-	0.4	増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11141	1792	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	Tr	0.3	0	Tr	0	Tr	0.70	0.22	4.8	7.9	0.30	0.3	1	0.92	-	1	-	0.1	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪： 9.9 %、筋間脂肪： 9.1 %
11142	1793	-	-	-	-	3	-	-	-	0	3	Tr	0.3	0	Tr	0	Tr	0.75	0.24	5.2	8.5	0.33	0.3	1	0.99	-	1	-	0.1	別名：黒豚 試料： バークシャー種 筋間脂肪： 10.1 %
11143	1794	-	-	-	-	2	-	-	-	Tr	2	0	0.3	0	0	0	0	0.82	0.27	5.6	9.2	0.36	0.3	1	1.07	-	2	-	0.2	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11144	1795	-	-	-	-	15	-	-	-	(0)	15	0.2	0.4	0	0.1	0	1	0.19	0.04	1.4	2.2	0.07	0.3	1	0.28	-	1	-	0.1	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪
11145	1796	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	Tr	0.3	0	Tr	0	Tr	0.70	0.24	4.8	(8.3)	0.33	0.4	1	0.98	-	1	-	0.1	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪： 6.6 %、筋間脂肪： 12.6 %
11146	1797	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	Tr	0.3	0	Tr	0	Tr	0.74	0.25	5.0	(8.7)	0.35	0.4	1	1.01	-	1	-	0.1	別名：黒豚 試料： バークシャー種 筋間脂肪： 13.6 %
11147	1798	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.3	0	0	0	Tr	0.82	0.29	5.4	(9.6)	0.39	0.4	1	1.10	-	2	-	0.2	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11148	1799	-	-	-	-	11	-	-	-	(0)	11	0.2	0.6	0	0.1	0	1	0.21	0.04	2.2	(2.7)	0.09	0.3	1	0.47	-	0	-	0.1	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物								有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物				ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)										(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11149	1800	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 脂身つき 生	0	1140	275	58.0	(15.6)	18.3	22.1	62.0	22.6	(0.2)	(0.2)	3.5 *	(0)	-	0.2	-	0.9	39	310	3	20	170	0.3	1.6	0.05	0.01
11150	1801	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 皮下脂肪なし 生	0	846	203	64.6	17.8	20.6	13.1	62.0	13.6	(0.2)	(0.2)	3.5 *	(0)	-	0.2	-	1.0	43	340	4	23	190	0.2	1.8	0.05	0.01
11151	1802	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 赤肉 生	0	553	131	71.2	(19.3)	22.9	4.1	61.0	4.6	(0.2)	(0.2)	4.3 *	(0)	-	0.2	-	1.1	47	380	4	26	210	0.6	2.0	0.05	0.01
11152	1803	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 脂身 生	0	2944	716	17.3	(4.1)	4.1	77.7	66.0	78.3	(0) *	(0)	0.6	(0)	-	0	-	0.3	15	82	1	5	45	0.2	0.3	0.02	0
11153	1804	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ばら 脂身つき 生	0	1643	398	45.8	(11.6)	13.4	39.0	70.0	40.1	(0) *	(0)	2.8	(0)	-	0	-	0.7	43	220	3	14	120	0.6	1.6	0.04	0.01
11154	1805	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 脂身つき 生	0	878	211	64.2	(16.1)	19.5	14.3	71.0	15.1	(0.2)	(0.2)	4.4 *	(0)	-	0.2	-	1.0	48	330	4	22	190	0.5	2.0	0.07	0.01
11155	1806	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 皮下脂肪なし 生	0	641	153	69.6	(17.4)	21.3	7.1	70.0	7.8	(0.2)	(0.2)	4.8 *	(0)	-	0.2	-	1.1	51	360	4	24	200	0.5	2.2	0.07	0.01
11156	1807	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 赤肉 生	0	559	133	71.5	(17.9)	21.9	4.7	70.0	5.3	(0.2)	(0.2)	4.9 *	(0)	-	0.2	-	1.1	53	370	4	25	210	0.9	2.3	0.07	0.01
11157	1808	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 脂身 生	0	2765	672	20.7	(5.2)	5.2	72.3	81.0	73.8	(0) *	(0)	1.5	(0)	-	0	-	0.3	18	110	1	6	58	0.5	0.4	0.03	0.01
11158	1809	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 脂身つき 生	0	1047	252	60.6	(14.9)	18.0	19.6	70.0	20.3	(0.2)	(0.2)	4.0 *	(0)	-	0.2	-	0.9	49	320	4	21	170	0.6	2.2	0.08	0.02
11159	1810	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 皮下脂肪なし 生	0	664	159	69.2	(17.2)	21.0	8.0	68.0	8.5	(0.2)	(0.2)	4.5 *	(0)	-	0.2	-	1.1	55	360	4	25	190	0.5	2.6	0.09	0.02
11160	1811	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 赤肉 生	0	544	129	72.0	(17.9)	21.9	4.3	68.0	4.8	(0.2)	(0.2)	4.7 *	(0)	-	0.2	-	1.1	57	380	4	26	200	1.1	2.7	0.09	0.02
11161	1812	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 脂身 生	0	2714	660	22.2	(4.9)	4.9	71.1	79.0	72.5	(0) *	(0)	1.4	(0)	-	0	-	0.4	21	120	1	6	63	0.5	0.5	0.03	0
11162	1813	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ヒレ 赤肉 生	0	443	105	74.2	(18.5)	22.7	1.3	65.0	1.7	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.3	48	400	4	28	220	1.2	2.3	0.09	0.02
11163	1814	＜畜肉類＞ ぶた［ひき肉］生	0	868	209	64.8	15.9	17.7	16.1	74.0	17.2	(0.1) *	(0.1)	2.3	(0)	-	0.1	-	0.9	57	290	6	20	120	1.0	2.8	0.07	0.01
11280	1815	＜畜肉類＞ ぶた［ひき肉］焼き	0	1202	289	51.5	22.3	25.7	19.9	94.5	21.5	(0.1)	(0.1)	5.0 *	(0)	-	0.1	-	1.3	80	440	7	29	170	1.6	3.7	0.09	0.03
11164	1816	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］舌 生	0	853	205	66.7	12.6	15.9	15.2	110	16.3	(0.1)	(0.1)	4.6 *	(0)	-	0.1	-	1.0	80	220	8	15	160	2.3	2.0	0.20	-
11165	1817	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］心臓 生	0	497	118	75.7	13.4	16.2	5.0	110	7.0	(0.1)	(0.1)	4.8 *	(0)	-	0.1	-	1.0	80	270	5	17	170	3.5	1.7	0.35	-
11166	1818	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］肝臓 生	0	484	114	72.0	17.3	20.4	1.9	250	3.4	(2.5)	(2.3)	7.1 *	(0)	-	2.5	-	1.7	55	290	5	20	340	13.0	6.9	0.99	-
11167	1819	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］じん臓 生	0	404	96	79.0	11.4	14.1	3.3	370	5.8	(Tr)	(Tr)	5.2 *	(0)	-	Tr	-	1.1	160	200	7	11	220	3.7	2.4	0.41	-
11168	1820	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］胃 ゆで	0	465	111	76.8	(13.9)	17.4	4.1	250	5.1	(0)	(0)	4.4 *	(0)	-	0	-	0.7	100	150	9	15	140	1.5	2.4	0.19	0.05
11169	1821	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］小腸 ゆで	0	663	159	73.7	(11.2)	14.0	11.1	240	11.9	(0)	(0)	3.5 *	(0)	-	0	-	0.4	13	14	21	13	130	1.4	2.0	0.08	0.04
11170	1822	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］大腸 ゆで	0	691	166	74.1	(9.4)	11.7	12.9	210	13.8	(0)	(0)	3.2 *	(0)	-	0	-	0.4	21	27	15	10	93	1.6	1.8	0.12	0.03
11171	1823	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］子宮 生	0	273	64	83.8	(11.7)	14.6	0.5	170	0.9	(0)	(0)	3.3 *	(0)	-	0	-	0.7	130	150	7	8	100	1.9	1.3	0.11	0.01
11172	1824	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］豚足 ゆで	40	944	227	62.7	-	20.1	16.3	110	16.8	(Tr) *	(Tr)	0.5	(0)	-	Tr	-	0.4	110	50	12	5	32	1.4	1.0	0.07	-

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
							ビタミンA						ビタミンE																	
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
11149	1800	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 脂身つき 生	Tr	22	0	1	6	-	-	-	0	6	0.1	0.3	0	Tr	0	2	0.77	0.13	7.1	(11.0)	0.35	0.3	1	0.66	4.4	1	-	0.1
11150	1801	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 皮下脂肪なし 生	Tr	24	0	1	5	-	-	-	0	5	0.1	0.3	0	Tr	0	3	0.86	0.14	7.9	12.0	0.39	0.3	1	0.71	4.0	1	-	0.1
11151	1802	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 赤肉 生	Tr	27	0	1	4	-	-	-	Tr	4	0.1	0.3	0	0	0	3	0.96	0.15	8.8	(13.0)	0.43	0.3	1	0.77	3.6	1	-	0.1
11152	1803	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ロース 脂身 生	0	7	0	1	14	-	-	-	(0)	14	0.1	0.4	0	0.1	0	1	0.19	0.04	2.0	(2.4)	0.08	0.4	1	0.31	7.1	1	-	0
11153	1804	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ばら 脂身つき 生	-	-	-	-	9	-	-	-	Tr	9	0.1	0.4	0	0.1	0	1	0.45	0.11	4.2	(6.6)	0.23	0.3	2	0.62	-	1	-	0.1
11154	1805	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 脂身つき 生	-	-	-	-	5	-	-	-	0	5	0.1	0.3	0	Tr	0	3	0.90	0.19	7.2	(11.0)	0.37	0.3	1	0.92	-	1	-	0.1
11155	1806	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	0.1	0.3	0	Tr	0	4	0.98	0.20	7.8	(12.0)	0.40	0.3	1	0.99	-	1	-	0.1
11156	1807	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 赤肉 生	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0.1	0.3	0	Tr	0	4	1.01	0.21	8.1	(13.0)	0.42	0.3	1	1.02	-	1	-	0.1
11157	1808	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］もも 脂身 生	-	-	-	-	13	-	-	-	(0)	13	0.1	0.3	0	0.1	0	1	0.23	0.04	2.0	(2.5)	0.08	0.3	1	0.30	-	0	-	0
11158	1809	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 脂身つき 生	-	-	-	-	4	-	-	-	0	4	Tr	0.3	0	Tr	0	Tr	0.70	0.18	5.7	(9.4)	0.34	0.3	1	0.76	-	1	-	0.1
11159	1810	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 皮下脂肪なし 生	-	-	-	-	3	-	-	-	0	3	Tr	0.3	0	Tr	0	Tr	0.81	0.21	6.5	(11.0)	0.41	0.3	1	0.86	-	1	-	0.1
11160	1811	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	Tr	3	0	0.3	0	0	0	0	0.84	0.22	6.7	(11.0)	0.43	0.3	1	0.89	-	1	-	0.1
11161	1812	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］そともも 脂身 生	-	-	-	-	10	-	-	-	(0)	10	0.1	0.3	0	0.1	0	1	0.24	0.05	2.5	(3.0)	0.01	0.3	1	0.31	-	0	-	0.1
11162	1813	＜畜肉類＞ ぶた［中型種肉］ヒレ 赤肉 生	-	-	-	-	2	-	-	-	Tr	2	0	0.3	0	0	0	0	1.22	0.25	5.4	(10.0)	0.48	0.2	1	0.90	-	1	-	0.1
11163	1814	＜畜肉類＞ ぶた［ひき肉］生	1	19	2	1	9	0	0	0	0	9	0.4	0.5	0	0	0	5	0.69	0.22	5.5	8.9	0.36	0.6	2	1.22	3.3	1	-	0.1
11280	1815	＜畜肉類＞ ぶた［ひき肉］焼き	1	28	2	1	10	0	0	0	0	10	0.4	0.5	0	Tr	0	5	0.94	0.30	8.1	13.0	0.42	0.9	1	1.61	5.0	1	-	0.2
11164	1816	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］舌 生	-	-	-	-	7	-	-	-	Tr	7	2	0.3	0	0	0	Tr	0.37	0.43	4.5	7.8	0.21	2.2	4	1.49	-	3	-	0.2
11165	1817	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］心臓 生	-	-	-	-	9	-	-	-	Tr	9	0.7	0.4	0	0	0	1	0.38	0.95	6.0	9.5	0.32	2.5	5	2.70	-	4	-	0.2
11166	1818	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］肝臓 生	1	67	0	120	13000	-	-	-	Tr	13000	1.3	0.4	0	0	0	Tr	0.34	3.60	14.0	19.0	0.57	25.0	810	7.19	80.0	20	-	0.1
11167	1819	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］じん臓 生	2	240	0	72	75	-	-	-	Tr	75	1.7	0.2	0	0	0	8	0.33	1.75	6.0	9.7	0.43	15.0	130	4.36	100.0	15	-	0.4
11168	1820	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］胃 ゆで	-	-	-	-	4	-	-	-	(0)	4	0.5	0.4	0	0	0	14	0.10	0.23	2.9	(6.4)	0.04	0.9	31	0.59	-	5	-	0.3
11169	1821	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］小腸 ゆで	-	-	-	-	15	-	-	-	(0)	15	0.3	0.3	0	0	0	5	0.01	0.03	0.1	(2.9)	0	0.4	17	0.24	-	0	-	0
11170	1822	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］大腸 ゆで	-	-	-	-	8	-	-	-	(0)	8	0.5	0.5	0	0	0	26	0.03	0.07	0.1	(2.4)	0	1.0	25	0.27	-	0	-	0.1
11171	1823	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］子宮 生	-	-	-	-	8	-	-	-	(0)	8	0.2	0.2	0	0	0	5	0.06	0.14	2.2	(5.1)	0.01	3.8	8	0.38	-	11	-	0.3
11172	1824	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］豚足 ゆで	-	-	-	-	6	-	-	-	(0)	6	1	0.4	0	0	0	1	0.05	0.12	0.7	4.1	0.02	0.4	1	0.16	-	0	-	0.3

食品番号	備考
11149	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪： 13.8 %、筋間脂肪： 10.6 %
11150	別名：黒豚 試料： バークシャー種 筋間脂肪： 12.2 %
11151	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11152	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪
11153	別名：黒豚 試料： バークシャー種
11154	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪： 11.1 %、筋間脂肪： 3.2 %
11155	別名：黒豚 試料： バークシャー種 筋間脂肪： 3.6 %
11156	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11157	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪
11158	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪： 18.4 %、筋間脂肪： 4.5 %
11159	別名：黒豚 試料： バークシャー種 筋間脂肪： 5.5 %
11160	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪を除いたもの
11161	別名：黒豚 試料： バークシャー種 皮下脂肪及び筋間脂肪
11162	別名：黒豚 試料： バークシャー種
11163	
11280	
11164	別名： たん
11165	別名： はつ
11166	別名： レバー
11167	別名： まめ
11168	別名： がつ、ぶたみの
11169	別名： ひも
11170	別名：しろ、しろころ
11171	別名： こぶくろ
11172	皮付きのもの 廃棄部位： 骨

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11173	1825	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］軟骨 ゆで	0	952	229	63.5	(15.1)	17.8	17.3	140	17.9	(0)	(0)	3.3 *	(0)	-	0	-	0.8	120	110	100	13	120	1.6	1.5	0.11	0.02
11174	1826	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］骨付きハム	10	866	208	62.9	14.4	16.7	14.4	64.0	16.6	0.9	0.9	5.0 *	(0)	-	0.8	0.4	3.0	970	200	6	19	210	0.7	1.6	0.05	0.01
11175	1827	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ボンレスハム	0	483	115	72.0	15.8	18.7	3.4	49.0	4.0	1.2	1.1	4.8 *	(0)	-	1.8	0.5	3.5	1100	260	8	20	340	0.7	1.6	0.07	0.01
11176	1828	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム ロースハム	0	881	211	61.1	16.0	18.6	13.5	60.6	14.5	1.2	1.1	6.0 *	0	-	2.0	0.5	3.0	910	290	4	20	280	0.5	1.6	0.04	0.01
11303	1829	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム ゆで	0	971	233	58.9	17.4	19.7	15.6	69.3	16.6	0.9	0.9	5.8 *	0	-	1.6	-	2.3	730	220	4	21	250	0.5	1.8	0.04	0.01
11304	1830	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム 焼き	0	1001	240	54.6	20.6	23.6	14.5	77.0	15.1	1.3	1.3	6.6 *	0	-	2.4	-	3.6	1100	370	5	24	340	0.6	1.8	0.05	0.01
11305	1831	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム フライ	0	1796	432	27.8	15.4	17.3	30.6	50.0	32.3	1.2	1.2	23.2 *	0	-	20.0	0.4	2.5	820	260	24	22	240	0.6	1.3	0.07	0.19
11177	1832	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ショルダーハム	0	917	221	62.7	13.9	16.1	16.2	56.0	18.2	1.1	1.1	4.4 *	(0)	-	0.6	0.3	2.4	640	290	7	19	270	1.0	2.0	0.09	0.02
11181	1833	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］生ハム 促成	0	1014	243	55.0	20.6	24.0	16.0	78.0	16.6	3.4 *	3.3	3.3	(0)	-	0.5	1.1	3.9	1100	470	6	27	200	0.7	2.2	0.08	0.02
11182	1834	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］生ハム 長期熟成	0	1051	253	49.5	22.0	25.7	18.0	98.0	18.4	0.1 *	0.1	3.4	(0)	-	0	0.7	6.4	2200	480	11	25	200	1.2	3.0	0.11	0.03
11178	1835	＜畜肉類＞ ぶた［プレスハム類］プレスハム	0	477	113	73.3	12.9	15.4	3.7	43.0	4.5	4.9	4.5	6.8 *	(0)	-	3.9	0.5	2.9	930	150	8	13	260	1.2	1.5	0.09	0.03
11180	1836	＜畜肉類＞ ぶた［プレスハム類］チョップドハム	0	558	132	68.0	10.1	11.7	3.6	39.0	4.2	8.8	8.1	14.6 *	(0)	-	12.7	0.3	3.4	1000	290	15	17	260	0.8	1.5	0.06	0.03
11183	1837	＜畜肉類＞ ぶた［ベーコン類］ばらベーコン	0	1652	400	45.0	11.2	12.9	38.1	50.0	39.1	2.7 *	2.6	2.4	(0)	-	0.3	0.6	2.7	800	210	6	18	230	0.6	1.8	0.08	-
11184	1838	＜畜肉類＞ ぶた［ベーコン類］ロースベーコン	0	843	202	62.5	14.6	16.8	12.8	50.0	14.6	1.3	1.3	6.7 *	(0)	-	3.2	0.6	2.9	870	260	6	19	270	0.5	1.2	0.04	0.01
11185	1839	＜畜肉類＞ ぶた［ベーコン類］ショルダーベーコン	0	744	178	65.4	16.2	17.2	10.4	51.0	11.9	1.6	1.6	4.3 *	(0)	-	2.5	0.7	3.0	940	240	12	17	290	0.8	1.6	0.07	0.02
11186	1840	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ ウインナーソーセージ	0	1319	319	52.3	10.5	11.5	29.3	60.1	30.6	3.4 *	3.1	5.4	0	-	3.3	0.2	2.3	740	180	6	12	200	0.5	1.3	0.05	0.03
11306	1841	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ ゆで	0	1356	328	52.3	10.9	12.1	30.7	62.1	32.0	1.8 *	1.8	3.6	0	-	1.4	0.3	2.2	700	170	5	12	200	0.6	1.4	0.05	0.03
11307	1842	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ 焼き	0	1426	345	50.2	11.8	13.0	31.2	64.3	31.8	0	-	4.1 *	0	-	2.4	0.3	2.5	810	200	6	13	220	0.6	1.5	0.06	0.03
11308	1843	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ フライ	0	1557	376	45.8	11.2	12.8	33.8	59.9	34.9	0	-	6.5 *	-	-	4.2	0.3	2.3	730	180	9	13	210	0.6	1.4	0.05	0.05
11187	1844	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］セミドライソーセージ	0	1387	335	46.8	14.6	16.9	28.9	80.6	29.7	3.9 *	3.7	5.6	(0)	-	2.9	0.4	3.7	1200	240	34	17	210	2.2	2.7	0.12	0.08
11188	1845	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ドライソーセージ	0	1935	467	23.5	23.1	26.7	39.8	95.3	42.0	3.5 *	3.3	7.4	(0)	-	2.6	0.8	5.3	1700	430	27	22	250	2.6	3.9	0.12	0.10
11189	1846	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］フランクフルトソーセージ	0	1224	295	54.0	11.0	12.7	24.2	59.0	24.7	4.9	4.5	8.0 *	(0)	-	6.2	0.4	2.4	740	200	12	13	170	0.9	1.8	0.08	0.05
11190	1847	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ボロニアソーセージ	0	1002	242	60.9	11.0	12.5	20.5	64.0	21.0	3.2 *	3.0	4.6	(0)	-	2.9	0.3	2.7	830	180	9	13	210	1.0	1.5	0.10	0.05
11191	1848	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］リオナソーセージ	0	786	188	65.2	13.4	14.9	12.4	49.0	13.1	1.6	1.5	5.8 *	(0)	-	3.7	0.2	3.1	910	200	13	16	240	1.0	1.7	0.11	0.06
11192	1849	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］レバーソーセージ	0	1346	324	47.7	12.8	14.7	24.7	86.0	33.5	2.0	2.0	12.4 *	(0)	-	1.9	0.2	2.2	650	150	16	14	200	3.2	2.2	0.14	0.16
11193	1850	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］混合ソーセージ	0	961	231	58.2	10.2	11.8	16.6	39.0	22.7	10.6 *	9.7	12.1	(0)	-	4.7	0.3	2.6	850	110	17	13	190	1.3	1.4	0.10	0.12
11194	1851	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］生ソーセージ	0	1111	269	58.6	12.2	14.0	24.0	66.0	24.4	0.6 *	0.6	2.6	(0)	-	0.8	0.3	2.2	680	200	8	14	140	0.9	1.7	0.08	0.06
11195	1852	＜畜肉類＞ ぶた［その他］焼き豚	0	696	166	64.3	16.3	19.4	7.2	46.0	8.2	4.9	4.7	8.4 *	(0)	0.2	5.1	0.7	3.0	930	290	9	20	260	0.7	1.3	0.06	0.04
11196	1853	＜畜肉類＞ ぶた［その他］レバーペースト	0	1532	370	45.8	11.0	12.9	33.1	130	34.7	2.9	2.7	6.9 *	(0)	0	3.6	0.1	3.0	880	160	27	15	260	7.7	2.9	0.33	0.26
11197	1854	＜畜肉類＞ ぶた［その他］スモークレバー	0	768	182	57.6	24.9	29.6	4.5	480	7.7	2.9	2.9	10.3 *	(0)	0	2.6	0.1	2.5	690	280	8	24	380	20.0	8.7	0.92	0.30
11198	1855	＜畜肉類＞ ぶた［その他］ゼラチン	0	1474	347	11.3	86.0	87.6	-	2.0	0.3	(0) *	(0)	1.6	(0)	-	0	-	0.8	260	8	16	3	7	0.7	0.1	0.01	0.03

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11173	1825	＜畜肉類＞ ぶた［副生物］軟骨 ゆで	-	-	-	-	7	-	-	-	(0)	7	0.5	0.1	0	0	0	13	0.08	0.15	1.7	(2.3)	0.05	0.6	2	0.47	-	2	-	0.3	別名： ふえがらみ
11174	1826	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］骨付きハム	1	24	6	1	4	-	-	-	(0)	4	0.5	0.2	Tr	Tr	Tr	4	0.24	0.24	3.5	7.0	0.25	1.1	Tr	0.66	3.9	39	-	2.5	廃棄部位： 皮及び骨 ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11175	1827	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ボンレスハム	1	19	4	1	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	0.6	0.2	0	Tr	Tr	2	0.90	0.28	6.5	10.0	0.24	1.3	1	0.70	2.1	49	-	2.8	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11176	1828	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム ロースハム	0	21	12	1	3	0	0	0	0	3	0.2	0.1	0	0	0	6	0.70	0.12	7.3	11.0	0.28	0.5	1	0.71	3.8	25	-	2.3	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11303	1829	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム ゆで	0	24	11	1	3	-	-	-	-	3	0.3	0.1	0	0	0	5	0.64	0.12	6.1	10.0	0.28	0.6	1	0.72	4.0	19	-	1.9	ビタミンC： 添加品を含む
11304	1830	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム 焼き	0	30	11	1	3	-	-	-	-	0	0.2	0.1	0	0	0	4	0.86	0.16	9.5	15.0	0.32	0.6	1	1.03	4.2	27	-	2.8	ビタミンC： 添加品を含む
11305	1831	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ロースハム フライ	0	20	8	6	1	-	0	0	0	0	0.1	0.7	0	0	0	2	0.52	0.13	5.4	9.0	0.20	0.3	9	0.59	3.8	15	-	2.1	ビタミンC： 添加品を含む 植物油（なたね油） 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11177	1832	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］ショルダーハム	1	17	1	1	4	-	-	-	(0)	4	0.2	0.3	0	0.1	Tr	2	0.70	0.35	5.7	9.0	0.27	1.9	2	0.92	3.9	55	-	1.6	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11181	1833	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］生ハム 促成	180	19	1	1	5	-	-	-	(0)	5	0.3	0.3	0	0.1	0	7	0.92	0.18	9.9	15.0	0.43	0.4	3	1.36	3.3	18	-	2.8	ラックスハムを含む ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む ヨウ素： 第3章参照
11182	1834	＜畜肉類＞ ぶた［ハム類］生ハム 長期熟成	1	28	1	1	5	-	-	-	(0)	5	0.8	0.3	0	0	0	12	0.90	0.27	7.6	13.0	0.52	0.6	2	1.81	5.6	Tr	-	5.6	プロシュートを含む
11178	1835	＜畜肉類＞ ぶた［プレスハム類］プレスハム	41	21	5	3	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	0.3	0.3	0	0.1	0.1	3	0.55	0.18	3.8	7.0	0.14	1.8	3	0.50	2.0	43	-	2.4	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11180	1836	＜畜肉類＞ ぶた［プレスハム類］チョップドハム	100	14	16	6	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	0.3	0.2	Tr	0.6	0.2	6	0.17	0.20	1.8	4.2	0.16	0.8	2	0.50	3.5	32	-	2.5	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む ヨウ素： 第3章参照
11183	1837	＜畜肉類＞ ぶた［ベーコン類］ばらベーコン	60	15	2	1	6	-	-	-	(0)	6	0.5	0.6	Tr	0	0	1	0.47	0.14	3.0	5.5	0.18	0.7	1	0.64	6.3	35	-	2.0	別名：ベーコン ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む ヨウ素： 第3章参照
11184	1838	＜畜肉類＞ ぶた［ベーコン類］ロースベーコン	2	23	1	1	4	-	-	-	(0)	4	0.6	0.3	0	0.1	Tr	6	0.59	0.19	5.6	9.1	0.22	0.9	1	0.62	2.9	50	-	2.2	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11185	1839	＜畜肉類＞ ぶた［ベーコン類］ショルダーベーコン	130	28	2	4	4	-	-	-	(0)	4	0.4	0.2	0	0.1	Tr	2	0.58	0.34	4.0	7.9	0.18	1.0	4	0.74	3.4	39	-	2.4	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む ヨウ素： 第3章参照
11186	1840	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ ウインナーソーセージ	3	17	2	2	2	0	Tr	0	Tr	2	0.4	0.4	0	0.1	0	9	0.35	0.12	3.6	5.7	0.14	0.6	1	0.60	4.0	32	-	1.9	ビタミンC： 添加品を含む
11306	1841	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ ゆで	3	16	2	2	2	0	0	0	0	2	0.3	0.4	0	0.1	0	8	0.36	0.12	3.3	5.6	0.14	0.6	1	0.48	4.2	30	-	1.8	ビタミンC： 添加品を含む
11307	1842	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ 焼き	3	18	2	2	2	0	0	0	0	2	0.4	0.5	0	0.1	0	9	0.38	0.13	4.0	6.4	0.15	0.6	1	0.71	4.6	32	-	2.0	ビタミンC： 添加品を含む
11308	1843	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ウインナーソーセージ フライ	2	17	2	3	2	0	Tr	0	Tr	2	0.3	1.1	0	1.8	Tr	10	0.35	0.13	3.3	5.6	0.12	0.6	3	0.49	4.5	30	-	1.9	ビタミンC： 添加品を含む 植物油（なたね油） 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11187	1844	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］セミドライソーセージ	1	17	2	2	8	-	-	-	(0)	8	0.7	0.8	0	0.1	0	12	0.26	0.23	11.0	14.0	0.20	1.3	4	0.61	4.3	14	-	2.9	ソフトサラミを含む ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11188	1845	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ドライソーセージ	2	25	2	3	3	-	-	-	(0)	3	0.5	1.1	0	0.1	Tr	11	0.64	0.39	6.7	12.0	0.24	1.6	4	0.85	6.2	3	-	4.4	サラミを含む ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11189	1846	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］フランクフルトソーセージ	36	15	4	4	5	-	-	-	(0)	5	0.4	0.4	Tr	0.1	0	6	0.21	0.13	2.1	4.6	0.15	0.4	2	0.61	4.3	10	-	1.9	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11190	1847	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］ボロニアソーセージ	3	13	2	3	5	-	-	-	(0)	5	0.3	0.4	Tr	0.1	0	5	0.20	0.13	2.4	4.9	0.15	0.4	4	0.88	3.8	10	-	2.1	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11191	1848	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］リオナソーセージ	9	13	1	2	4	0	0	0	0	4	0.4	0.4	0	0.1	0	4	0.33	0.14	3.1	5.9	0.20	0.4	5	0.68	3.1	43	-	2.3	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11192	1849	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］レバーソーセージ	6	36	13	60	2800	-	-	-	(0)	2800	0.5	0.4	Tr	0.1	Tr	4	0.23	1.42	6.5	9.8	0.16	4.7	15	1.36	34.0	5	-	1.7	
11193	1850	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］混合ソーセージ	2	17	2	4	3	-	-	-	(0)	3	1.2	0.3	Tr	0.1	Tr	6	0.12	0.10	1.8	3.9	0.08	1.0	9	0.42	2.5	35	-	2.2	ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11194	1851	＜畜肉類＞ ぶた［ソーセージ類］生ソーセージ	1	18	5	1	12	-	-	-	(0)	12	0.7	0.4	Tr	0	0	4	0.51	0.14	3.3	5.9	0.25	0.4	1	0.74	3.8	2	-	1.7	別名： フレッシュソーセージ
11195	1852	＜畜肉類＞ ぶた［その他］焼き豚	6	17	2	5	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0.6	0.3	0	0.3	0.1	6	0.85	0.20	14.0	17.0	0.20	1.2	3	0.64	3.3	20	-	2.4	試料： 蒸し焼きしたもの ビタミンC： 酸化防止用として添加された食品を含む
11196	1853	＜畜肉類＞ ぶた［その他］レバーペースト	3	28	3	48	4300	-	-	-	Tr	4300	0.3	0.4	Tr	0.4	0.2	6	0.18	1.45	6.8	9.5	0.23	7.8	140	2.35	29.0	3	-	2.2	
11197	1854	＜畜肉類＞ ぶた［その他］スモークレバー	4	81	1	190	17000	-	-	-	(0)	17000	0.9	0.6	0	0	0	1	0.29	5.17	18.0	26.0	0.66	24.0	310	7.28	130.0	10	-	1.8	
11198	1855	＜畜肉類＞ ぶた［その他］ゼラチン	2	7	6	2	(0)	-	-	-	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0.1)	0	0.2	2	0.08	0.4	(0)	-	0.7	試料： 家庭用 (100 g：154mL、100 mL：65g)

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸のコレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による利用可能炭水化物	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)											(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11199	1856	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］ロース 脂身つき 生	0	800	192	68.2	17.6	19.3	13.4	65.3	15.0	(0.2) *	(0.2)	0	(0)	-	0.2	-	0.8	62	330	3	17	180	2.7	2.5	0.08	0.01
11281	1857	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］ロース 脂身つき 焼き	0	1265	304	52.3	23.5	25.8	23.3	96.9	24.9	(0.2) *	(0.2)	0	(0)	-	0.2	-	0.9	69	370	4	20	220	3.6	3.9	0.11	0
11245	1858	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］ロース 皮下脂肪なし 生	0	581	139	72.3	17.6	22.2	6.3	65.6	7.4	0.1	0.1	2.3 *	0	-	0	0.6	0.9	61	350	3	23	190	2.8	3.1	0.10	0.01
11200	1859	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］もも 脂身つき 生	0	824	198	65.0	-	18.8	13.6	78.0	15.3	(0.1) *	(0.1)	1.8	(0)	-	0.1	-	0.8	37	230	4	21	140	2.5	3.4	0.13	0.01
11201	1860	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］かた 脂身つき 生	0	857	206	64.8	-	17.1	15.3	80.0	17.1	(0.1) *	(0.1)	1.9	(0)	-	0.1	-	0.9	70	310	4	23	120	2.2	5.0	0.13	-
11202	1861	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］ロース 脂身つき 生	0	1189	287	56.5	13.6	15.6	23.2	66.2	25.9	(0.2)	(0.2)	5.9 *	(0)	-	0.2	-	0.8	72	250	10	17	140	1.2	2.6	0.08	0.01
11282	1862	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］ロース 脂身つき 焼き	0	1488	358	43.5	19.0	21.8	27.2	88.4	31.4	(0.2)	(0.1)	9.4 *	(0)	-	0.2	-	1.0	80	290	11	21	160	1.7	3.3	0.11	0
11246	1863	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］ロース 皮下脂肪なし 生	0	539	128	72.3	18.0	22.3	4.3	66.8	5.2	0	0	3.7 *	0	-	0	0.7	1.0	77	330	7	23	190	1.9	2.7	0.12	0.01
11203	1864	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］もも 脂身つき 生	0	684	164	69.7	17.6	20.0	10.3	64.1	12.0	(0.3) *	(0.3)	1.4	(0)	-	0.3	-	1.0	59	340	3	22	200	2.0	3.1	0.10	0.01
11283	1865	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］もも 脂身つき 焼き	0	1111	267	53.5	25.0	28.6	18.4	98.7	20.3	(0.3) *	(0.2)	2.1	(0)	-	0.3	-	1.0	64	370	4	24	220	2.5	4.5	0.15	0
11179	1866	＜畜肉類＞ めんよう 混合ブレスハム	0	420	100	75.8	-	14.4	3.4	31.0	4.1	(3.0) *	(2.7)	3.7	(0)	-	3.0	-	2.7	880	140	11	12	210	1.1	1.7	0.06	0.04
11204	1867	＜畜肉類＞ やぎ 肉 赤肉 生	0	420	99	75.4	18.9	21.9	1.0	70.0	1.5	(0.2)	(0.2)	3.8 *	(0)	-	0.2	-	1.0	45	310	7	25	170	3.8	4.7	0.11	0.02
11207	1868	＜鳥肉類＞ うずら 肉 皮つき 生	0	808	194	65.4	(17.8)	20.5	11.9	120	12.9	(0.1)	(0.1)	3.8 *	(0)	-	0.1	-	1.1	35	280	15	27	100	2.9	0.8	0.11	0.02
11239	1869	＜鳥肉類＞ がちょう フォアグラ ゆで	0	1938	470	39.7	(7.0)	8.3	48.5	650	49.9	(1.5) *	(1.4)	4.2	(0)	-	1.5	-	0.6	44	130	3	10	150	2.7	1.0	1.85	0.05
11208	1870	＜鳥肉類＞ かも まがも 肉 皮なし 生	0	498	118	72.1	(19.8)	23.6	2.2	86.0	3.0	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.2	72	400	5	27	260	4.3	1.4	0.36	0.03
11205	1871	＜鳥肉類＞ かも あいがも 肉 皮つき 生	0	1257	304	56.0	(12.4)	14.2	28.2	86.0	29.0	(0.1) *	(0.1)	2.7	(0)	-	0.1	-	0.7	62	220	5	16	130	1.9	1.4	0.26	0.02
11206	1872	＜鳥肉類＞ かも あひる 肉 皮つき 生	0	985	237	62.7	(13.3)	14.9	18.2	84.5	19.8	(0.1)	(0.1)	5.0 *	(0)	-	0.1	-	0.8	67	250	5	17	160	1.6	1.6	0.20	0.01
11247	1873	＜鳥肉類＞ かも あひる 肉 皮なし 生	0	398	94	77.2	17.2	20.1	1.5	88.2	2.2	(0.2)	(0.2)	3.0 *	(0)	-	0.2	-	1.1	84	360	5	26	230	2.4	2.3	0.31	0.02
11284	1874	＜鳥肉類＞ かも あひる 皮 生	0	1852	448	41.3	7.6	7.3	42.9	79.2	45.8	(0)	(0)	7.9 *	(0)	-	0	-	0.3	42	84	5	5	59	0.4	0.7	0.03	0
11209	1875	＜鳥肉類＞ きじ 肉 皮なし 生	0	427	101	75.0	(19.7)	23.0	0.8	73.0	1.1	(0.1)	(0.1)	3.7 *	(0)	-	0.1	-	0.8	38	220	8	27	190	1.0	1.0	0.10	0.03
11210	1876	＜鳥肉類＞ しちめんちょう 肉 皮なし 生	0	422	99	74.6	19.8	23.5	0.4	62.0	0.7	(0.1)	(0.1)	4.0 *	(0)	-	0.1	-	1.1	37	190	8	29	140	1.1	0.8	0.05	0.02
11211	1877	＜鳥肉類＞ すずめ 肉 骨・皮つき 生	0	479	114	72.2	-	18.1	4.6	230	5.9	(0.1) *	(0.1)	1.4	(0)	-	0.1	-	3.7	80	160	1100	42	660	8.0	2.7	0.41	0.12
11212	1878	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］手羽 皮つき 生	40	760	182	66.0	(20.8)	23.0	9.6	140	10.4	(0)	(0)	3.0 *	(0)	-	0	-	0.6	44	120	16	14	100	1.2	1.7	0.05	0.01
11213	1879	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］むね 皮つき 生	0	954	229	62.6	(15.5)	19.5	16.5	86.0	17.2	(0)	(0)	4.7 *	(0)	-	0	-	0.7	31	190	4	20	120	0.3	0.7	0.05	0.01
11214	1880	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］むね 皮なし 生	0	477	113	72.8	(19.7)	24.4	1.5	73.0	1.9	(0)	(0)	5.1 *	(0)	-	0	-	0.9	34	210	5	26	150	0.4	0.7	0.05	0.01
11215	1881	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］もも 皮つき 生	0	971	234	62.9	(17.4)	17.3	18.3	90.0	19.1	(0) *	(0)	0.8	(0)	-	0	-	0.7	42	160	8	16	110	0.9	1.7	0.07	0.01
11216	1882	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］もも 皮なし 生	0	539	128	72.3	(18.5)	22.0	4.2	77.0	4.8	(0)	(0)	4.1 *	(0)	-	0	-	0.9	50	220	9	21	150	2.1	2.3	0.09	0.01
11217	1883	＜鳥肉類＞ にわとり［親・副品目］ささみ 生	5	446	105	73.2	-	24.6	0.8	52.0	1.1	(0) *	(0)	0.3	(0)	-	0	-	1.1	40	280	8	21	200	0.6	2.4	0.09	-
11218	1884	＜鳥肉類＞ にわとり［若どり・主品目］手羽 皮つき 生	35	788	189	68.1	(16.5)	17.8	13.7	109.2	14.3	(0) *	(0)	0.9	(0)	-	0	-	0.8	79	220	14	17	150	0.5	1.2	0.02	0
11285	1885	＜鳥肉類＞ にわとり［若どり・主品目］手羽さき 皮つき 生	40	859	207	67.1	16.3	17.4	15.7	115	16.2	(0) *	(0)	0.1	(0)	-	0	-	0.8	78	210	20	16	140	0.6	1.5	0.02	0

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
			可食部 100 g 当たり																												
							ビタミンA							ビタミンE																
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11199	1856	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］ロース 脂身つき 生	1	8	1	1	12	0	0	0	0	12	0.7	0.7	0	0	0	19	0.16	0.21	5.9	9.8	0.32	1.3	1	0.51	1.4	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11281	1857	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］ロース 脂身つき 焼き	1	7	1	1	14	0	0	0	0	14	0.7	1.0	0	0	0	22	0.16	0.26	6.2	12.0	0.37	1.5	Tr	0.66	1.9	Tr	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11245	1858	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］ロース 皮下脂肪なし 生	1	10	0	1	8	-	-	-	-	8	0.2	0.5	0	0	0	14	0.14	0.24	7.2	12.0	0.33	1.5	2	0.75	1.5	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： オーストラリア産
11200	1859	＜畜肉類＞ めんよう［マトン］もも 脂身つき 生	-	-	-	-	7	-	-	-	(0)	7	0.4	1.3	0	0	0	18	0.14	0.33	4.6	8.5	0.30	1.6	1	1.12	-	1	-	0.1	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11201	1860	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］かた 脂身つき 生	-	-	-	-	8	-	-	-	(0)	8	0.9	0.5	0	0	0	23	0.13	0.26	4.2	7.5	0.12	2.0	2	0.94	-	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11202	1861	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］ロース 脂身つき 生	1	8	1	Tr	30	0	0	0	0	30	0	0.6	0	0	0	22	0.12	0.16	4.2	7.3	0.23	1.4	1	0.64	2.0	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11282	1862	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］ロース 脂身つき 焼き	1	5	1	1	37	0	Tr	0	Tr	37	0	0.6	0	0	0	29	0.13	0.21	5.4	9.8	0.27	2.1	1	0.69	2.7	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11246	1863	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］ロース 皮下脂肪なし 生	1	11	0	Tr	7	-	-	-	-	7	0	0.1	0	0	0	11	0.15	0.25	8.1	13.0	0.36	1.6	1	0.77	1.8	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産 筋間脂肪： 6.4 %
11203	1864	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］もも 脂身つき 生	1	9	Tr	1	9	0	0	0	0	9	0.1	0.4	0	0	0	15	0.18	0.27	6.9	11.0	0.29	1.8	1	0.80	2.0	1	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11283	1865	＜畜肉類＞ めんよう［ラム］もも 脂身つき 焼き	1	13	1	1	14	0	0	0	0	14	0	0.5	0	0.1	0	23	0.19	0.32	7.4	14.0	0.29	2.1	4	0.84	2.5	Tr	-	0.2	別名： ひつじ 試料： ニュージーランド及びオーストラリア産
11179	1866	＜畜肉類＞ めんよう 混合ブレスハム	-	-	-	-	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	0.4	0.4	0	0.4	0.2	6	0.10	0.18	1.8	4.2	0.09	2.1	5	0.29	-	31	-	2.2	マトンに、つなぎとして魚肉を混合したもの ビタミンC： 添加品を含む
11204	1867	＜畜肉類＞ やぎ 肉 赤肉 生	-	-	-	-	3	-	-	-	0	3	0	1.0	0	0	0	2	0.07	0.28	6.7	11.0	0.26	2.8	2	0.45	-	1	-	0.1	
11207	1868	＜鳥肉類＞ うずら 肉 皮つき 生	-	-	-	-	45	-	-	-	Tr	45	0.1	0.8	Tr	0.2	0	53	0.12	0.50	5.8	(11.0)	0.53	0.7	11	1.85	-	Tr	-	0.1	
11239	1869	＜鳥肉類＞ がちょう フォアグラ ゆで	-	-	-	-	1000	-	-	-	(0)	1000	0.9	0.3	0	Tr	0	6	0.27	0.81	2.4	(4.4)	0.30	7.6	220	4.38	-	7	-	0.1	試料： 調味料無添加品
11208	1870	＜鳥肉類＞ かも まがも 肉 皮なし 生	-	-	-	-	15	-	-	-	Tr	15	3.1	Tr	0	0	0	14	0.40	0.69	9.3	(14.0)	0.61	3.5	3	2.17	-	1	-	0.2	試料： 冷凍品 皮下脂肪を除いたもの
11205	1871	＜鳥肉類＞ かも あいがも 肉 皮つき 生	-	-	-	-	46	-	-	-	(0)	46	1	0.2	0	0.2	0	21	0.24	0.35	3.8	(6.5)	0.32	1.1	2	1.67	-	1	-	0.2	試料： 冷凍品
11206	1872	＜鳥肉類＞ かも あひる 肉 皮つき 生	7	16	Tr	2	62	0	0	-	0	62	0.8	0.5	0	0.1	0	41	0.30	0.26	5.3	(8.2)	0.34	2.1	10	1.20	4.0	2	-	0.2	皮及び皮下脂肪： 40.4 %
11247	1873	＜鳥肉類＞ かも あひる 肉 皮なし 生	11	21	0	2	9	0	0	-	0	9	0.4	0.4	0	0.1	0	22	0.46	0.41	7.9	12.0	0.54	3.0	14	1.83	5.6	3	-	0.2	皮下脂肪を除いたもの
11284	1874	＜鳥肉類＞ かも あひる 皮 生	2	10	1	1	140	0	0	-	0	140	1.4	0.8	0	0.2	0	70	0.07	0.05	1.4	2.1	0.05	0.8	5	0.27	1.5	2	-	0.1	皮下脂肪を含んだもの
11209	1875	＜鳥肉類＞ きじ 肉 皮なし 生	-	-	-	-	7	-	-	-	Tr	7	0.5	0.3	0	0	0	19	0.08	0.24	8.4	(14.0)	0.65	1.7	12	1.07	-	1	-	0.1	試料： 冷凍品 皮下脂肪を除いたもの
11210	1876	＜鳥肉類＞ しちめんちょう 肉 皮なし 生	-	-	-	-	Tr	-	-	-	Tr	Tr	0.1	Tr	0	0	0	18	0.07	0.24	7.0	12.0	0.72	0.6	10	1.51	-	2	-	0.1	皮下脂肪を除いたもの
11211	1877	＜鳥肉類＞ すずめ 肉 骨・皮つき 生	-	-	-	-	15	-	-	-	Tr	15	0.2	0.2	0	0.1	0	4	0.28	0.80	2.8	5.8	0.59	5.0	16	4.56	-	Tr	-	0.2	試料： 冷凍品 くちばし、内臓及び足先を除いたもの
11212	1878	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］手羽 皮つき 生	-	-	-	-	60	-	-	-	Tr	60	0.1	0.1	0	0.1	0	70	0.04	0.11	3.3	(7.3)	0.20	0.7	10	1.33	-	1	-	0.1	廃棄部位： 骨
11213	1879	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］むね 皮つき 生	-	-	-	-	72	-	-	-	Tr	72	0.1	0.2	0	0.1	0	50	0.05	0.08	7.9	(12.0)	0.35	0.3	5	0.97	-	1	-	0.1	皮及び皮下脂肪： 32.8 %
11214	1880	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］むね 皮なし 生	-	-	-	-	50	-	-	-	Tr	50	0	0.1	0	0	0	20	0.06	0.10	8.4	(13.0)	0.47	0.2	5	1.13	-	1	-	0.1	皮下脂肪を除いたもの
11215	1881	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］もも 皮つき 生	-	-	-	-	47	-	-	-	Tr	47	0.1	0.1	0	0.1	0	62	0.07	0.23	3.8	(7.6)	0.17	0.5	6	1.57	-	1	-	0.1	皮及び皮下脂肪： 30.6 %
11216	1882	＜鳥肉類＞ にわとり［親・主品目］もも 皮なし 生	-	-	-	-	17	-	-	-	Tr	17	0	0.1	0	0.1	0	38	0.10	0.31	4.1	(8.7)	0.22	0.6	7	2.15	-	1	-	0.1	皮下脂肪を除いたもの
11217	1883	＜鳥肉類＞ にわとり［親・副品目］ささみ 生	-	-	-	-	9	-	-	-	Tr	9	0	0.1	0	0	0	18	0.09	0.12	11.0	(16.0)	0.66	0.1	7	1.68	-	Tr	-	0.1	廃棄部位： すじ
11218	1884	＜鳥肉類＞ にわとり［若どり・主品目］手羽 皮つき 生	2	14	1	4	47	0	0	0	0	47	0.4	0.6	0	0.1	0	42	0.07	0.10	6.2	(9.4)	0.38	0.4	10	0.87	3.1	2	-	0.2	別名：ブロイラー 廃棄部位： 骨 手羽先： 44.5 %、手羽元： 55.5 %
11285	1885	＜鳥肉類＞ にわとり［若どり・主品目］手羽さき 皮つき 生	1	14	2	4	51	0	0	0	0	51	0.6	0.6	0	0.1	0	45	0.07	0.09	5.4	8.2	0.30	0.5	8	0.84	3.0	2	-	0.2	別名：ブロイラー 廃棄部位： 骨

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11286	1886	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ 手羽もと 皮つき 生	30	730	175	68.9	16.7	18.2	12.1	104.6	12.8	(0) *	(0)	1.6	(0)	-	0	-	0.8	80	230	10	19	150	0.5	1.0	0.02	0
11219	1887	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮つき 生	0	558	133	72.6	17.3	21.3	5.5	73.3	5.9	(0.1)	(Tr)	3.6 *	(0)	-	0.1	-	1.0	42	340	4	27	200	0.3	0.6	0.03	0.01
11287	1888	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮つき 焼き	0	904	215	55.1	29.2	34.7	8.4	119.9	9.1	(0.1)	(0.1)	5.8 *	(0)	-	0.1	-	1.6	65	510	6	40	300	0.4	1.0	0.05	0.01
11220	1889	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮なし 生	0	445	105	74.6	19.2	23.3	1.6	72.2	1.9	(0.1)	(0.1)	3.4 *	(0)	-	0.1	-	1.1	45	370	4	29	220	0.3	0.7	0.02	0.02
11288	1890	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮なし 焼き	0	747	177	57.6	33.2	38.8	2.8	118.8	3.3	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	-	1.7	73	570	7	47	340	0.5	1.1	0.04	0.01
11221	1891	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき 生	0	790	190	68.5	17.0	16.6	13.5	89.3	14.2	(0) *	(0)	0.1	(0)	-	0	-	0.9	62	290	5	21	170	0.6	1.6	0.04	0.01
11223	1892	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき ゆで	1	902	216	62.9	(22.1)	22.0	14.2	133.9	15.2	(0) *	(0)	0	(0)	-	0	-	0.8	47	210	9	23	160	1.0	2.0	0.07	0.02
11222	1893	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき 焼き	1	920	220	58.4	(26.4)	26.3	12.7	134.7	13.9	(0) *	(0)	1.3	(0)	-	0	-	1.2	92	390	6	29	230	0.9	2.5	0.05	0.01
11289	1894	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき から揚げ	0	1282	307	41.2	20.5	24.2	17.2	111.3	18.1	14.3	13.0	17.0 *	0.8	-	13.3	-	3.2	990	430	11	32	240	1.0	2.1	0.07	0.17
11224	1895	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし 生	0	477	113	76.1	16.3	19.0	4.3	87.4	5.0	(0)	(0)	2.3 *	(0)	-	0	-	1.0	69	320	5	24	190	0.6	1.8	0.04	0.01
11226	1896	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし ゆで	0	593	141	69.1	(21.1)	25.1	4.2	121.5	5.2	(0)	(0)	4.6 *	(0)	-	0	-	0.9	56	260	10	25	190	0.8	2.2	0.05	0.01
11225	1897	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし 焼き	0	612	145	68.1	(21.5)	25.5	4.5	115.1	5.7	(0)	(0)	4.7 *	(0)	-	0	-	1.2	81	380	7	29	220	0.9	2.6	0.06	0.01
11290	1898	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし から揚げ	0	1045	249	47.1	20.8	25.4	10.5	104.9	11.4	14.7	13.4	17.3 *	0.9	-	12.7	-	3.4	1100	440	12	34	250	1.0	2.3	0.07	0.18
11227	1899	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ 生	5	414	98	75.0	19.7	23.9	0.5	66.1	0.8	(0.1)	(Tr)	2.8 *	(0)	-	0.1	0.7	1.2	40	410	4	32	240	0.3	0.6	0.03	0.01
11229	1900	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ ゆで	0	515	121	69.2	25.4	29.6	0.6	77.3	1.0	0	0	3.1 *	(0)	-	0	0.6	1.2	38	360	5	34	240	0.3	0.8	0.03	0.01
11228	1901	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ 焼き	0	562	132	66.4	26.9	31.7	0.8	83.8	1.4	0	0	3.5 *	(0)	-	0	0.8	1.4	53	520	5	41	310	0.4	0.8	0.04	0.02
11298	1902	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ ソテー	0	786	186	57.3	30.6	36.1	4.6	103.1	5.4	(0.1)	(0.1)	4.7 *	(0)	-	0.1	1.0	1.8	61	630	5	44	340	0.4	1.0	0.03	0.01
11300	1903	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ フライ	0	1030	246	52.4	22.4	26.8	12.2	70.9	12.8	7.5	6.9	11.1 *	-	-	6.7	0.7	1.3	95	440	14	36	260	0.4	0.8	0.04	0.08
11299	1904	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ 天ぷら	0	806	192	59.3	22.2	25.7	6.9	70.7	7.4	7.1	6.5	9.6 *	-	-	6.2	0.7	1.3	65	430	24	34	250	0.4	0.8	0.03	0.06
11230	1905	＜鳥肉類＞ にわとり ［二次品目］ ひき肉 生	0	712	171	70.2	14.6	17.5	11.0	80.0	12.0	(0)	(0)	3.4 *	(0)	-	0	-	0.8	55	250	8	24	110	0.8	1.1	0.04	0.01
11291	1906	＜鳥肉類＞ にわとり ［二次品目］ ひき肉 焼き	0	981	235	57.1	23.1	27.5	13.7	119.1	14.8	(0)	(0)	4.8 *	(0)	-	0	-	1.3	85	400	19	37	170	1.4	1.8	0.05	0.02
11231	1907	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 心臓 生	0	773	186	69.0	12.2	14.5	13.2	160	15.5	(Tr)	(Tr)	4.6 *	(0)	-	Tr	-	1.0	85	240	5	15	170	5.1	2.3	0.32	-
11232	1908	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 肝臓 生	0	422	100	75.7	16.1	18.9	1.9	370	3.1	(0.6)	(0.5)	4.7 *	(0)	-	0.6	-	1.7	85	330	5	19	300	9.0	3.3	0.32	0.33
11233	1909	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ すなぎも 生	0	365	86	79.0	15.5	18.3	1.2	200	1.8	(Tr)	(Tr)	3.5 *	(0)	-	Tr	-	0.9	55	230	7	14	140	2.5	2.8	0.10	-
11234	1910	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 皮 むね 生	0	1922	466	41.5	6.8	9.4	46.7	113.8	48.1	(0)	(0)	4.6 *	(0)	-	0	-	0.4	23	140	3	8	63	0.3	0.5	0.05	0.01
11235	1911	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 皮 もも 生	0	1951	474	41.6	5.3	6.6	50.3	120	51.6	(0) *	(0)	2.6	(0)	-	0	-	0.2	23	33	6	6	34	0.3	0.4	0.02	0.01
11236	1912	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ なんこつ（胸肉） 生	0	228	54	85.0	-	12.5	0.3	29.0	0.4	(0.4) *	(0.4)	0.5	(0)	-	0.4	-	1.7	390	170	47	15	78	0.3	0.3	0.03	0.02
11237	1913	＜鳥肉類＞ にわとり ［その他］ 焼き鳥缶詰	0	726	173	62.8	15.5	18.4	7.6	76.0	7.8	11.1 *	10.6	11.0	(0)	0	8.2	0.3	2.8	850	200	12	21	75	2.9	1.6	0.08	0.07

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																									備考
			可食部 100 g 当たり																													
							ビタミンA							ビタミンE																	
								カロテン																								
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
11286	1886	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ 手羽もと 皮つき 生	2	14	1	4	44	0	0	0	0	44	0.3	0.5	0	0.1	0	39	0.08	0.10	6.9	10.0	0.45	0.3	12	0.89	3.1	2	-	0.2	別名：ブロイラー 廃棄部位： 骨
11219	1887	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮つき 生	0	17	1	2	18	0	0	0	0	18	0.1	0.3	0	Tr	0	23	0.09	0.10	11.0	15.0	0.57	0.2	12	1.74	2.9	3	-	0.1	別名：ブロイラー 皮及び皮下脂肪： 9.0 %
11287	1888	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮つき 焼き	0	28	1	3	27	0	0	Tr	0	27	0.1	0.5	0	0.1	0	44	0.12	0.17	17.0	24.0	0.60	0.4	17	2.51	5.4	3	-	0.2	別名：ブロイラー
11220	1889	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮なし 生	0	17	Tr	2	9	0	0	0	0	9	0.1	0.3	0	Tr	0	16	0.10	0.11	12.0	17.0	0.64	0.2	13	1.92	3.2	3	-	0.1	別名：ブロイラー 皮下脂肪を除いたもの
11288	1890	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ むね 皮なし 焼き	0	29	1	4	14	0	0	0	0	14	0.1	0.5	0	0.1	0	29	0.14	0.18	18.0	27.0	0.66	0.3	18	2.58	5.3	4	-	0.2	別名：ブロイラー 皮下脂肪を除いたもの
11221	1891	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき 生	Tr	17	0	2	40	-	0	-	-	40	0.4	0.7	0	0.1	0	29	0.10	0.15	4.8	8.5	0.25	0.3	13	0.81	3.5	3	-	0.2	別名：ブロイラー 皮及び皮下脂肪： 21.2 %
11223	1892	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき ゆで	0	3	0	0	47	-	-	-	-	47	0.2	0.2	0	0.1	0	47	0.07	0.21	4.6	(9.4)	0.22	0.3	7	1.06	0.2	2	-	0.1	別名：ブロイラー
11222	1893	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき 焼き	Tr	29	0	3	25	-	-	-	-	25	0.4	0.2	0	0.1	0	34	0.14	0.24	6.8	(13.0)	0.28	0.5	8	1.20	5.6	2	-	0.2	別名：ブロイラー
11289	1894	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮つき から揚げ	Tr	25	1	6	28	-	5	3	6	28	0.2	2.5	Tr	3.6	0.1	45	0.12	0.23	6.0	10.0	0.21	0.3	23	1.19	4.8	2	-	2.5	別名：ブロイラー 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11224	1895	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし 生	0	19	0	2	16	-	0	-	-	16	0.2	0.6	0	0.1	0	23	0.12	0.19	5.5	9.5	0.31	0.3	10	1.06	3.6	3	-	0.2	別名：ブロイラー 皮下脂肪を除いたもの
11226	1896	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし ゆで	-	-	-	-	14	-	-	-	-	14	0	0.3	0	Tr	0	25	0.12	0.18	5.3	(11.0)	0.36	0.3	8	0.99	-	2	-	0.1	別名：ブロイラー 皮下脂肪を除いたもの
11225	1897	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし 焼き	-	-	-	-	13	-	-	-	-	13	0	0.3	0	Tr	0	29	0.14	0.23	6.7	(12.0)	0.37	0.4	10	1.33	-	3	-	0.2	別名：ブロイラー 皮下脂肪を除いたもの
11290	1898	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･主品目］ もも 皮なし から揚げ	Tr	25	1	6	16	-	5	4	7	17	0.2	2.2	Tr	3.0	0.1	33	0.15	0.25	6.8	12.0	0.23	0.4	22	1.11	5.6	2	-	2.7	別名：ブロイラー 皮下脂肪を除いたもの 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11227	1899	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ 生	0	22	0	4	5	-	-	-	Tr	5	0	0.7	0	Tr	0	12	0.09	0.11	12.0	17.0	0.62	0.2	15	2.07	2.8	3	-	0.1	別名：ブロイラー 廃棄部位： すじ
11229	1900	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ ゆで	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0	0.1	0	0	0	8	0.09	0.13	11.0	18.0	0.63	0.2	11	1.72	-	2	-	0.1	別名：ブロイラー すじを除いたもの
11228	1901	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ 焼き	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0	0.1	0	0	0	11	0.11	0.16	18.0	25.0	0.59	0.2	13	2.37	-	2	-	0.1	別名：ブロイラー すじを除いたもの
11298	1902	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ ソテー	(0)	33	(0)	6	8	-	-	-	-	8	(0)	1.8	0	2.4	Tr	26	0.10	0.18	18.0	26.0	0.65	0.2	19	2.95	5.5	4	-	0.2	別名：ブロイラー すじを除いたもの 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照
11300	1903	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ フライ	2	26	Tr	5	4	0	4	0	4	4	-	3.2	Tr	5.0	0.1	35	0.09	0.15	12.0	17.0	0.39	0.1	15	1.84	3.9	2	-	0.2	別名：ブロイラー すじを除いたもの 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11299	1904	＜鳥肉類＞ にわとり ［若どり･副品目］ ささみ 天ぷら	1	22	1	4	4	0	9	0	9	5	-	2.3	Tr	2.8	0.1	25	0.09	0.16	11.0	17.0	0.51	0.1	16	1.79	3.8	3	-	0.2	別名：ブロイラー すじを除いたもの 増加した脂質量、衣等の割合： 第1章表13参照
11230	1905	＜鳥肉類＞ にわとり ［二次品目］ ひき肉 生	2	17	1	2	37	0	0	0	0	37	0.1	0.9	0	0.1	0	26	0.09	0.17	5.9	9.3	0.52	0.3	10	1.40	3.3	1	-	0.1	
11291	1906	＜鳥肉類＞ にわとり ［二次品目］ ひき肉 焼き	5	27	2	4	47	0	0	0	0	47	0.2	1.3	0	0.1	0	41	0.14	0.26	9.3	15.0	0.61	0.4	13	2.00	5.5	1	-	0.2	
11231	1907	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 心臓 生	-	-	-	-	700	-	-	-	Tr	700	0.4	1.0	0	0.3	0	51	0.22	1.10	6.0	9.4	0.21	1.7	43	4.41	-	5	-	0.2	別名： はつ
11232	1908	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 肝臓 生	1	60	1	82	14000	-	-	-	30	14000	0.2	0.4	0	0.1	0	14	0.38	1.80	4.5	9.0	0.65	44.0	1300	10.00	230.0	20	-	0.2	別名： レバー
11233	1909	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ すなぎも 生	-	-	-	-	4	-	-	-	Tr	4	0	0.3	0	0	0	28	0.06	0.26	3.9	6.7	0.04	1.7	36	1.30	-	5	-	0.1	別名： 砂ぎも
11234	1910	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 皮 むね 生	-	-	-	-	120	0	0	0	0	120	0.3	0.4	0	0.2	0	110	0.02	0.05	6.7	7.6	0.11	0.4	3	0.64	-	1	-	0.1	皮下脂肪を含んだもの
11235	1911	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ 皮 もも 生	1	9	3	1	120	-	-	-	Tr	120	0.3	0.2	0	0.1	0	120	0.01	0.05	3.0	3.5	0.04	0.3	2	0.25	2.9	1	-	0.1	皮下脂肪を含んだもの
11236	1912	＜鳥肉類＞ にわとり ［副品目］ なんこつ（胸肉） 生	-	-	-	-	1	-	-	-	(0)	1	0	Tr	0	0	0	5	0.03	0.03	3.6	5.7	0.03	0.1	5	0.64	-	3	-	1.0	別名： やげん
11237	1913	＜鳥肉類＞ にわとり ［その他］ 焼き鳥缶詰	1	15	3	4	60	-	-	-	(0)	60	0	0.3	0	0	0	21	0.01	0.18	3.1	6.6	0.08	0.4	7	0.65	3.3	(0)	-	2.2	液汁を含んだもの（液汁 33 %）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)									(……mg……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
11292	1914	＜鳥肉類＞ にわとり［その他］ チキンナゲット	0	982	235	53.7	13.0	15.5	12.3	45.1	13.7	13.9	12.6	17.1 *	1.2	0	14.9	0.4	2.3	630	260	48	24	220	0.6	0.6	0.04	0.13
11293	1915	＜鳥肉類＞ にわとり［その他］ つくね	0	979	235	57.9	13.5	15.2	14.8	85.1	15.2	11.5 *	10.8	9.1	1.9	0.4	9.3	-	2.4	720	260	33	25	170	1.1	1.4	0.07	0.21
11238	1916	＜鳥肉類＞ はと 肉 皮なし 生	0	551	131	71.5	(19.0)	21.8	4.4	160	5.1	(0.3)	(0.3)	3.8 *	(0)	-	0.3	-	1.3	88	380	3	28	260	4.4	0.6	0.17	0.04
11240	1917	＜鳥肉類＞ ほろほろちょう 肉 皮なし 生	0	417	98	75.2	19.4	22.5	0.7	75.0	1.0	(0.2)	(0.2)	3.6 *	(0)	-	0.2	-	1.1	67	350	6	27	230	1.1	1.2	0.10	0.02
11241	1918	＜その他＞ いなご つくだ煮	0	1031	243	33.7	-	26.3	0.6	77.0	1.4	-	-	33.1 *	(0)	-	32.3	-	6.3	1900	260	28	32	180	4.7	3.2	0.77	1.21
11242	1919	＜その他＞ かえる 肉 生	0	392	92	76.3	-	22.3	0.2	43.0	0.4	(0.3) *	(0.3)	0.5	(0)	-	0.3	-	0.7	33	230	9	23	140	0.4	1.2	0.05	0.01
11243	1920	＜その他＞ すっぽん 肉 生	0	729	175	69.1	-	16.4	12.0	95.0	13.4	(0.5) *	(0.5)	1.9	(0)	-	0.5	-	0.6	69	150	18	10	88	0.9	1.6	0.04	0.02
11244	1921	＜その他＞ はち はちの子缶詰	0	1008	239	44.3	-	16.2	6.8	55.0	7.2	(30.2) *	(27.2)	30.6	(0)	-	30.2	-	2.1	680	110	11	24	110	3.0	1.7	0.36	0.76
12020	1922	あひる卵 ピータン	45	783	188	66.7	-	13.7	13.5	680	16.5	(0)	(0)	3.0 *	(0)	-	0	-	3.1	780	65	90	6	230	3.0	1.3	0.11	0.03
12001	1923	うこっけい卵 全卵 生	15	642	154	73.7	(10.7)	12.0	10.5	550	13.0	(0.2)	(0.2)	4.2 *	(0)	-	0.4	-	0.9	140	150	53	11	220	2.2	1.6	0.08	0.04
12002	1924	うずら卵 全卵 生	15	655	157	72.9	11.4	12.6	10.7	470	13.1	(0.3)	(0.3)	3.9 *	(0)	-	0.3	-	1.1	130	150	60	11	220	3.1	1.8	0.11	0.03
12003	1925	うずら卵 水煮缶詰	0	675	162	73.3	(9.7)	11.0	11.9	490	14.1	(0.2)	(0.2)	4.1 *	(0)	-	0.6	-	1.0	210	28	47	8	160	2.8	1.8	0.13	0.02
12004	1926	鶏卵 全卵 生	13	572	137	75.0	(11.3)	12.2	8.2	371.5	10.2	(0.3)	(0.3)	4.5 *	0	-	0.4	-	1.0	140	130	46	10	170	1.5	1.1	0.05	0.02
12005	1927	鶏卵 全卵 ゆで	13	559	134	76.7	(11.2)	12.5	9.0	380.8	10.4	(0.3)	(0.3)	2.1 *	0	-	0.3	-	1.0	140	130	47	11	170	1.5	1.1	0.05	0.03
12006	1928	鶏卵 全卵 ポーチドエッグ	0	605	145	74.9	(10.6)	12.3	9.7	420	11.7	(0.3)	(0.3)	3.9 *	(0)	-	0.2	-	0.9	110	100	55	11	200	2.2	1.5	0.09	0.03
12021	1929	鶏卵 全卵 目玉焼き	0	853	205	67.0	12.7	14.8	15.5	474.6	17.6	(0.3)	(0.3)	3.9 *	0	-	0.3	-	1.0	180	150	60	14	230	2.1	1.4	0.06	0.04
12022	1930	鶏卵 全卵 いり	0	787	190	70.0	12.1	13.3	14.6	398.3	16.7	(0.3)	(0.3)	2.5 *	0	-	0.3	-	0.9	160	140	58	13	200	1.8	1.4	0.05	0.03
12023	1931	鶏卵 全卵 素揚げ	0	1326	321	54.8	12.8	14.3	29.9	462.7	31.9	(0.3) *	(0.2)	1.7	0	-	0.3	-	0.9	180	160	58	13	220	2.0	1.4	0.06	0.04
12007	1932	鶏卵 全卵 水煮缶詰	0	546	131	77.5	(9.3)	10.8	9.1	400	10.6	(0.3)	(0.3)	3.0 *	(0)	-	Tr	-	1.1	310	25	40	8	150	1.7	1.2	0.09	0.01
12008	1933	鶏卵 全卵 加糖全卵	0	838	199	58.2	(8.4)	9.8	8.9	330	10.6	22.8 *	21.7	23.7	(0)	-	20.7	-	0.7	100	95	44	10	160	1.5	1.0	0.04	0.02
12009	1934	鶏卵 全卵 乾燥全卵	0	2258	542	4.5	(42.3)	49.1	(35.3)	1500	42.0	(0.6)	(0.6)	13.7 *	(0)	-	0.2	-	4.2	490	560	210	35	700	3.0	2.0	0.15	0.08
12010	1935	鶏卵 卵黄 生	0	1393	336	49.6	13.8	16.5	28.1	1200	34.3	0.2	0.2	4.3 *	0	-	0.2	-	1.7	53	100	140	11	540	4.8	3.6	0.13	0.08

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(……μg……)										(……mg……)					μg	(……mg……)				(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
11292	1914	＜鳥肉類＞ にわとり［その他］ チキンナゲット	4	13	3	7	16	1	98	8	100	24	0.2	2.9	Tr	1.6	0.2	27	0.08	0.09	6.6	9.7	0.28	0.1	13	0.87	2.8	1	-	1.6
11293	1915	＜鳥肉類＞ にわとり［その他］ つくね	38	16	4	12	38	0	5	2	6	38	0.4	1.0	0	0.5	0.1	47	0.11	0.18	3.8	6.7	0.16	0.3	18	0.74	5.5	0	-	1.8
11238	1916	＜鳥肉類＞ はと 肉 皮なし 生	-	-	-	-	16	-	-	-	Tr	16	0.2	0.3	0	0.1	0	5	0.32	1.89	9.9	(16.0)	0.53	2.0	2	4.48	-	3	-	0.2
11240	1917	＜鳥肉類＞ ほろほろちょう 肉 皮なし 生	-	-	-	-	9	-	-	-	0	9	0.4	0.1	0	0.1	0	32	0.16	0.20	8.2	(13.0)	0.57	0.5	2	1.13	-	3	-	0.2
11241	1918	＜その他＞ いなご つくだ煮	-	-	-	-	Tr	-	-	-	900	75	0.3	2.8	Tr	0.2	0	7	0.06	1.00	1.7	6.1	0.12	0.1	54	0.43	-	(0)	-	4.8
11242	1919	＜その他＞ かえる 肉 生	-	-	-	-	0	-	-	-	(0)	(0)	0.9	0.1	0	0	0	1	0.04	0.13	4.1	7.8	0.22	0.9	4	0.18	-	0	-	0.1
11243	1920	＜その他＞ すっぽん 肉 生	-	-	-	-	94	-	-	-	Tr	94	3.6	1.0	0	0.2	0	5	0.91	0.41	3.0	5.7	0.11	1.2	16	0.20	-	1	-	0.2
11244	1921	＜その他＞ はち はちの子缶詰	-	-	-	-	0	-	-	-	500	42	0	1.0	0	0.8	0.2	4	0.17	1.22	3.8	6.5	0.04	0.1	28	0.52	-	(0)	-	1.7
12020	1922	あひる卵 ピータン	34	29	Tr	5	220	-	-	-	22	220	6.2	1.9	0.1	0.5	Tr	26	Tr	0.27	0.1	2.4	0.01	1.1	63	0.94	16.0	(0)	-	2.0
12001	1923	うこっけい卵 全卵 生	-	-	-	-	160	-	-	-	26	160	1	1.3	0	0.5	0	4	0.10	0.32	0.1	(2.8)	0.10	1.1	6	1.78	-	0	-	0.4
12002	1924	うずら卵 全卵 生	140	46	0	8	350	0	9	14	16	350	2.5	0.9	0	0.4	0	15	0.14	0.72	0.1	3.2	0.13	4.7	91	0.98	19.0	(0)	-	0.3
12003	1925	うずら卵 水煮缶詰	73	42	0	9	480	-	-	-	7	480	2.6	1.6	0	0.4	0	21	0.03	0.33	0	(2.7)	0.05	3.3	47	0.53	8.4	(0)	-	0.5
12004	1926	鶏卵 全卵 生	33	24	0	4	210	Tr	1	12	0	0	1.3	1.3	0	0.5	0	12	0.06	0.37	0.1	(3.2)	0.09	1.1	49	1.16	24.0	0	-	0.4
12005	1927	鶏卵 全卵 ゆで	20	25	0	2	160	1	Tr	7	4	170	0.8	1.2	0	0.4	0	11	0.06	0.32	0.1	(3.3)	0.09	1.0	48	1.18	25.0	0	-	0.3
12006	1928	鶏卵 全卵 ポーチドエッグ	-	-	-	-	160	0	3	35	21	160	0.9	1.0	Tr	0.6	0	13	0.06	0.40	0.1	(3.0)	0.08	1.1	46	1.45	-	(0)	-	0.3
12021	1929	鶏卵 全卵 目玉焼き	25	35	0	6	200	-	-	-	-	200	3.9	2.1	Tr	2.1	Tr	19	0.07	0.41	0.1	3.7	0.11	1.2	58	1.29	27.0	0	-	-
12022	1930	鶏卵 全卵 いり	22	31	0	5	180	-	-	-	-	180	4.7	2.4	Tr	2.7	0.1	21	0.07	0.42	0.1	3.5	0.11	1.1	48	1.16	26.0	0	-	-
12023	1931	鶏卵 全卵 素揚げ	23	38	0	5	200	-	-	-	-	200	4.5	5.7	Tr	7.5	0.1	35	0.08	0.43	0.1	3.6	0.08	1.2	54	1.09	27.0	0	-	-
12007	1932	鶏卵 全卵 水煮缶詰	-	-	-	-	85	0	0	-	0	85	0.7	1.1	0	0.9	0	16	0.02	0.31	Tr	(2.6)	0.03	0.9	23	0.30	-	(0)	-	0.8
12008	1933	鶏卵 全卵 加糖全卵	44	18	0	7	130	0	3	27	17	130	0.6	0.9	0	0.5	0	8	0.06	0.38	0.1	(2.4)	0.06	0.6	61	1.33	19.0	(0)	-	0.3
12009	1934	鶏卵 全卵 乾燥全卵	-	-	-	-	420	0	4	52	30	420	3.3	6.6	0	2.4	Tr	56	0.29	1.24	0.2	(12.0)	0.21	2.7	180	0.13	-	0	-	1.2
12010	1935	鶏卵 卵黄 生	110	47	0	12	690	2	2	41	24	690	4.5	4.5	Tr	1.6	Tr	39	0.21	0.45	0	3.8	0.31	3.5	150	3.60	65.0	0	-	0.1

食品番号	備考
11292	
11293	
11238	試料： 冷凍品
11240	試料： 冷凍品 皮下脂肪を除いたもの
11241	
11242	試料： うしがえる､冷凍品
11243	甲殻、頭部、脚、内臓、皮等を除いたもの
11244	原材料： 主として地ばち （くろすずめばち）の幼虫
12020	廃棄部位： 泥状物及び卵殻（卵殻： 15 %）
12001	廃棄部位： 付着卵白を含む卵殻（卵殻： 13 %） 卵黄：卵白 ＝ 38：62
12002	廃棄部位： 付着卵白を含む卵殻（卵殻： 12 %） 卵黄：卵白 ＝ 38：62
12003	液汁を除いたもの
12004	廃棄部位： 卵殻（付着卵白を含まない） 卵黄：卵白＝32：68 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 1.3 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）
12005	廃棄部位：卵殻 卵黄：卵白＝31：69 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 0.8 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）
12006	
12021	植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照」 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 1.7 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）、栄養強化卵
12022	別名：スクランブルエッグ 植物油（なたね油） 調理による脂質の増減：第1章表14を参照 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 2.0 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）、栄養強化卵
12023	植物油（なたね油） 増加した脂質量： 第1章表13参照 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 1.9 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）、栄養強化卵
12007	液汁を除いたもの
12008	試料： 冷凍品 しょ糖： 21.4 g
12009	
12010	ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 4.5 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
12011	1936	鶏卵 卵黄 ゆで	0	1374	331	50.3	13.5	16.1	27.6	1186.7	34.1	(0.2)	(0.2)	4.6 *	0	-	0.2	-	1.7	58	87	140	12	530	4.7	3.3	0.14	0.07
12012	1937	鶏卵 卵黄 加糖卵黄	0	1365	327	42.0	(9.9)	12.1	20.0	820	23.9	22.1	21.1	26.7 *	(0)	-	20.7	-	1.3	38	80	110	12	400	2.0	1.2	0.05	0.05
12013	1938	鶏卵 卵黄 乾燥卵黄	0	2645	638	3.2	(24.8)	30.3	52.9	2300	62.9	(0.2)	(0.2)	15.7 *	(0)	-	0.2	-	3.4	80	190	280	29	1000	4.4	2.9	0.16	0.12
12014	1939	鶏卵 卵白 生	0	188	44	88.3	9.5	10.1	0	0.7	Tr	0.4	0.4	1.7 *	0	-	0.5	-	0.7	180	140	5	10	11	Tr	0	0.02	0
12015	1940	鶏卵 卵白 ゆで	0	195	46	87.9	9.9	10.5	Tr	1.5	0.1	(0.4)	(0.4)	1.5 *	0	-	0.4	-	0.7	170	140	6	11	12	Tr	0	0.02	0
12016	1941	鶏卵 卵白 乾燥卵白	0	1487	350	7.1	(77.0)	86.5	0.3	25.0	0.4	(2.4)	(2.4)	9.8 *	(0)	-	0.2	-	5.8	1300	1300	60	48	110	0.1	0.2	0.14	0.01
12017	1942	鶏卵 たまご豆腐	0	318	76	(85.2)	(5.8)	(6.5)	(4.5)	(192.5)	(5.3)	(0.2)	(0.2)	(3.1) *	0	-	(0.9)	0	(1.4)	(390)	(99)	(26)	(8)	(95)	(0.8)	(0.6)	(0.03)	(0.02)
12018	1943	鶏卵 たまご焼 厚焼きたまご	0	609	146	(71.9)	(9.4)	(10.5)	(8.1)	(315.7)	(9.2)	(6.7)	(6.4)	(8.9) *	0	-	(6.5)	0	(1.8)	(450)	(130)	(41)	(11)	(150)	(1.3)	(0.9)	(0.05)	(0.03)
12019	1944	鶏卵 たまご焼 だし巻きたまご	0	511	123	(77.5)	(9.8)	(11.0)	(8.0)	(328.7)	(9.2)	(0.3)	(0.3)	(2.9) *	0	-	(0.5)	0	(1.8)	(470)	(130)	(42)	(11)	(160)	(1.3)	(1.0)	(0.05)	(0.03)
13001	1945	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 生乳 ジャージー種	0	322	77	85.5	3.5	3.9	5.0	17.3	5.2	4.7 *	4.5	5.1	(0)	-	4.7	0.2	0.7	58	140	140	13	110	0.1	0.4	0.01	0
13002	1946	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 生乳 ホルスタイン種	0	263	63	87.7	2.8	3.2	3.8	12.0	3.7	4.7 *	4.4	4.9	(0)	-	4.7	0.1	0.7	40	140	110	10	91	Tr	0.4	Tr	Tr
13003	1947	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 普通牛乳	0	256	61	87.4	3.0	3.3	3.5	12.0	3.8	4.7 *	4.4	5.3	(0)	-	4.8	0.2	0.7	41	150	110	10	93	0.02	0.4	0.01	Tr
13006	1948	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 脱脂乳	0	134	31	91.0	3.1	3.4	0.1	2.5	0.1	4.8 *	4.6	5.0	(0)	-	4.8	0.2	0.8	51	150	100	10	97	0.1	0.4	0.01	0
13004	1949	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 加工乳 濃厚	0	291	70	86.3	3.0	3.4	4.2	15.9	4.2	5.0 *	4.8	5.5	(0)	-	5.3	0.2	0.8	55	170	110	13	100	0.1	0.4	Tr	0
13005	1950	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 加工乳 低脂肪	0	178	42	88.8	3.4	3.8	1.0	6.0	1.0	5.1 *	4.9	5.7	(0)	-	5.5	0.2	0.9	60	190	130	14	90	0.1	0.4	0.01	0.01
13059	1951	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 乳児用液体ミルク	0	278	66	87.6	-	1.5	-	10.8	3.6	-	-	7.1 *	0	-	7.1	-	0.3	-	81	45	5	29	0.6	0.4	0.04	-
13007	1952	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 乳飲料 コーヒー	0	234	56	88.1	1.9	2.2	2.0	8.0	2.0	8.0 *	7.7	7.4	(0)	-	7.2	0.1	0.5	30	85	80	10	55	0.1	0.2	Tr	0.01
13008	1953	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 乳飲料 フルーツ	0	196	46	88.3	-	1.2	0.2	2.0	0.2	-	-	9.9 *	(0)	-	9.9	-	0.4	20	65	40	6	36	Tr	0.1	Tr	0.01
13009	1954	＜牛乳及び乳製品＞（粉乳類） 全粉乳	0	2049	490	3.0	(22.3)	25.5	25.5	93.0	26.2	(35.9)	(34.2)	42.0 *	(0)	-	39.3	1.2	6.0	430	1800	890	92	730	0.4	2.5	0.04	0.02
13010	1955	＜牛乳及び乳製品＞（粉乳類） 脱脂粉乳	0	1503	354	3.8	30.6	34.0	0.7	25.0	1.0	50.3	47.9	55.2 *	(0)	-	53.3	1.8	7.9	570	1800	1100	110	1000	0.5	3.9	0.10	-
13011	1956	＜牛乳及び乳製品＞（粉乳類） 乳児用調製粉乳	0	2135	510	2.6	10.8	12.4	26.0	63.0	26.8	53.9	51.3	57.9 *	(0)	-	55.9	0.4	2.3	140	500	370	40	220	6.5	2.8	0.34	0.05
13012	1957	＜牛乳及び乳製品＞（練乳類） 無糖練乳	0	561	134	72.5	(6.0)	6.8	7.5	27.0	7.9	(11.3) *	(10.8)	12.4	(0)	-	11.2	-	1.6	140	330	270	21	210	0.2	1.0	0.02	-
13013	1958	＜牛乳及び乳製品＞（練乳類） 加糖練乳	0	1329	314	26.1	7.0	7.7	8.4	19.0	8.5	55.9 *	53.2	56.5	(0)	-	56.0	0.4	1.6	96	400	260	25	220	0.1	0.8	0.02	0.01
13014	1959	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） クリーム 乳脂肪	0	1665	404	48.2	1.6	1.9	39.6	64.4	43.0	2.9	2.7	10.1 *	0	-	6.5	0.1	0.4	43	76	49	5	84	0.1	0.2	0.02	-
13015	1960	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） クリーム 乳脂肪・植物性脂肪	0	1600	388	49.8	(3.9)	4.4	(40.2)	62.5	42.1	(2.9) *	(2.8)	5.4	(0)	-	3.0	0.1	0.8	140	76	47	4	130	0.2	0.3	0.02	0.01
13016	1961	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） クリーム 植物性脂肪	0	1455	353	55.5	1.1	1.3	37.6	20.6	39.5	2.7 *	2.5	5.2	0	-	3.3	0.1	0.4	40	67	50	6	79	0	0.2	0.03	0
13017	1962	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） ホイップクリーム 乳脂肪	0	1691	409	44.3	(1.5)	1.8	(37.5)	108.5	40.7	(12.8)	(12.2)	16.3 *	(0)	0	12.9	0.1	0.4	24	72	54	4	45	0.1	0.2	0.02	-
13018	1963	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） ホイップクリーム 乳脂肪・植物性脂肪	0	1630	394	44.0	(3.5)	4.0	(36.7)	56.6	38.4	(13.2) *	(12.6)	15.0	(0)	0	12.9	0.1	0.7	130	69	42	3	120	0.1	0.3	0.02	-

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)				(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
12011	1936	鶏卵 卵黄 ゆで	200	36	0	13	520	2	7	66	41	520	2.9	3.6	Tr	1.5	Tr	37	0.16	0.43	0	3.7	0.29	3.1	140	2.70	54.0	0	-	0.1	ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： 2.9 μg） 試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）
12012	1937	鶏卵 卵黄 加糖卵黄	50	34	1	19	390	0	3	55	31	400	2	3.3	Tr	1.6	0	16	0.42	0.82	Tr	(2.6)	0.15	1.6	99	1.85	36.0	(0)	-	0.1	試料： 冷凍品 しょ糖： 20.9 g
12013	1938	鶏卵 卵黄 乾燥卵黄	-	-	-	-	630	0	6	79	45	630	4.9	9.9	0	3.7	0.1	83	0.42	0.82	Tr	(6.5)	0.31	3.8	250	0.18	-	(0)	-	0.2	
12014	1939	鶏卵 卵白 生	2	15	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0.35	0.1	2.9	0	Tr	0	0.13	6.7	0	-	0.5	試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）
12015	1940	鶏卵 卵白 ゆで	4	15	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0.02	0.26	0.1	3.0	0	0.1	0	0.33	11.0	0	-	0.4	試料：通常の鶏卵（栄養成分が増減されていないもの）
12016	1941	鶏卵 卵白 乾燥卵白	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	0	0.1	0	0	0	2	0.03	2.09	0.7	(23.0)	0.02	0.3	43	0.04	-	(0)	-	3.3	
12017	1942	鶏卵 たまご豆腐	(770)	(15)	0	(1)	(83)	0	0	(4)	(2)	(83)	-	(0.6)	0	(0.2)	0	-	(0.04)	(0.17)	(0.5)	(1.6)	(0.05)	(0.7)	(25)	(0.62)	(13.0)	0	(0.7)	(1.0)	
12018	1943	鶏卵 たまご焼 厚焼きたまご	(540)	(22)	0	(2)	(140)	(Tr)	(Tr)	(6)	(4)	(140)	-	(1.1)	(Tr)	(0.7)	(0.1)	(11)	(0.06)	(0.27)	(0.4)	(2.1)	(0.08)	(1.0)	(40)	(0.99)	(21.0)	0	(Tr)	(1.2)	
12019	1944	鶏卵 たまご焼 だし巻きたまご	(450)	(23)	0	(3)	(140)	(Tr)	(Tr)	(6)	(4)	(140)	-	(1.1)	(Tr)	(0.5)	(Tr)	(10)	(0.06)	(0.28)	(0.3)	(2.2)	(0.09)	(1.0)	(42)	(1.03)	(22.0)	0	(Tr)	(1.2)	
13001	1945	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 生乳 ジャージー種	22	4	0	5	51	0	26	Tr	27	53	0.1	0.1	0	Tr	0	1	0.02	0.21	0.1	1.0	0.03	0.4	3	0.25	2.1	1	-	0.1	未殺菌のもの (100 g： 96.7 mL、100 mL： 103.4 g)
13002	1946	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 生乳 ホルスタイン種	14	3	0	4	37	0	8	0	8	38	Tr	0.1	0	0	0	1	0.04	0.15	0.1	0.8	0.03	0.3	5	0.53	2.4	1	-	0.1	未殺菌のもの (100 g： 96.9 mL、100 mL： 103.2 g)
13003	1947	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 普通牛乳	16	3	0	4	38	0	6	0	6	38	0.3	0.1	0	0	0	2	0.04	0.15	0.1	0.9	0.03	0.3	5	0.55	1.8	1	-	0.1	鉄： Trであるが、利用上の便宜のため小数第2位まで記載 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： Tr） (100 g： 96.9 mL、100 mL： 103.2 g)
13006	1948	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 脱脂乳	25	3	0	3	Tr	0	0	0	0	Tr	Tr	Tr	0	0	0	0	0.04	0.15	0.1	0.9	0.04	0.6	0	0.60	3.1	2	-	0.1	(100 g： 96.6 mL、100 mL： 103.5 g)
13004	1949	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 加工乳 濃厚	24	3	0	4	34	0	14	0	14	35	Tr	0.1	Tr	Tr	Tr	1	0.03	0.17	0.1	0.9	0.05	0.4	0	0.52	3.5	Tr	-	0.1	(100 g： 96.5 mL、100 mL： 103.6 g)
13005	1950	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 加工乳 低脂肪	19	3	0	4	13	0	3	0	3	13	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0.04	0.18	0.1	1.0	0.04	0.4	Tr	0.52	2.0	Tr	-	0.2	(100 g： 96.4 mL、100 mL： 103.7 g)
13059	1951	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 乳児用液体ミルク	-	2	-	-	-	-	-	-	-	66	1.1	1.9	-	-	-	4	0.08	0.11	0.6	0.9	0.05	0.2	21	0.68	2.5	31	-	Tr	(100 g：98mL、100 mL：101g)
13007	1952	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 乳飲料 コーヒー	8	1	0	2	5	-	-	-	Tr	5	Tr	0.1	Tr	Tr	Tr	1	0.02	0.09	0.1	0.6	Tr	0.1	Tr	0.27	1.7	Tr	-	0.1	(100 g： 95.0 mL、100 mL： 105.3 g)
13008	1953	＜牛乳及び乳製品＞（液状乳類） 乳飲料 フルーツ	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.01	0.06	0.1	0.3	Tr	0.1	Tr	0.15	-	Tr	-	0.1	(100 g： 95.1 mL、100 mL： 105.1 g)
13009	1954	＜牛乳及び乳製品＞（粉乳類） 全粉乳	-	-	-	-	170	-	-	-	70	180	0.2	0.6	0	0	0	8	0.25	1.10	0.8	(6.7)	0.13	1.6	2	3.59	-	5	-	1.1	(100 g：222mL、100 mL：45g)
13010	1955	＜牛乳及び乳製品＞（粉乳類） 脱脂粉乳	120	27	1	35	6	-	-	-	Tr	6	Tr	Tr	0	0	0	Tr	0.30	1.60	1.1	(9.0)	0.27	1.8	1	4.17	19.0	5	-	1.4	別名： スキムミルク (100 g：222mL、100 mL：45g)
13011	1956	＜牛乳及び乳製品＞（粉乳類） 乳児用調製粉乳	41	8	4	16	560	-	-	-	85	560	9.3	5.5	0	0	0	24	0.41	0.72	5.4	8.1	0.35	1.6	82	2.20	4.4	53	-	0.4	別名： 育児用粉ミルク 育児用栄養強化品 (100 g：222mL、100 mL：45g)
13012	1957	＜牛乳及び乳製品＞（練乳類） 無糖練乳	-	-	-	-	48	-	-	-	18	50	Tr	0.2	0	0	0	3	0.06	0.35	0.2	(1.7)	0.01	0.1	1	1.10	-	Tr	-	0.4	別名： エバミルク (100 g：78mL、100 mL：128g)
13013	1958	＜牛乳及び乳製品＞（練乳類） 加糖練乳	35	6	0	9	120	0	20	1	20	120	0.1	0.2	0	Tr	0	0	0.08	0.37	0.3	1.9	0.02	0.7	1	1.29	3.2	2	-	0.2	別名： コンデンスミルク (100 g：78mL、100 mL：128g) しょ糖： 44 g
13014	1959	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） クリーム 乳脂肪	8	2	1	14	150	1	110	2	110	160	0.3	0.4	0	Tr	0	14	0.02	0.13	Tr	0.4	Tr	0.2	0	0.13	1.2	0	-	0.1	別名：生クリーム， フレッシュクリーム (100 g：95mL、100 mL：105g)
13015	1960	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） クリーム 乳脂肪・植物性脂肪	8	2	2	8	190	Tr	100	1	110	200	0.3	0.4	0	0.1	Tr	8	0.01	0.07	Tr	(0.8)	Tr	0.1	2	0.09	1.0	Tr	-	0.4	脂質： 乳脂肪由来22.5 g 、植物性脂肪由来19.6 g
13016	1961	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） クリーム 植物性脂肪	7	1	2	2	1	0	99	0	99	9	0.1	4.0	0	2.7	0.2	5	0.01	0.07	0.1	0.4	0.01	0.1	0	0.17	0.7	0	-	0.1	別名；植物性生クリーム (100 g：99mL、100 mL：102g)
13017	1962	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） ホイップクリーム 乳脂肪	7	2	1	13	340	1	98	2	99	350	0.5	0.7	0	0.1	Tr	13	0.02	0.08	Tr	(0.4)	Tr	0.2	Tr	0.12	1.1	Tr	-	0.1	クリームにグラニュー糖を加えて泡だてたもの
13018	1963	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類） ホイップクリーム 乳脂肪・植物性脂肪	7	1	1	7	170	Tr	96	1	96	180	0.2	0.4	0	Tr	(Tr)	7	0.01	0.06	(Tr)	(0.8)	(Tr)	0.1	3	0.08	0.9	(Tr)	-	0.3	クリームにグラニュー糖を加えて泡だてたもの 脂質： 乳脂肪由来19.1 g、植物性脂肪由来17.1 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 脂肪酸のコレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
13019	1964	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類）ホイップクリーム 植物性脂肪	0	1652	399	43.7	(5.6)	6.3	(35.8)	4.6	36.1	(14.4) *	(13.8)	13.8	(0)	0	12.9	0.1	1.0	230	65	30	3	190	0.2	0.4	0.02	-
13020	1965	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類）コーヒーホワイトナー 液状 乳脂肪	0	849	205	70.3	4.8	5.2	17.8	50.0	18.3	(1.7)	(1.6)	6.4 *	(0)	-	5.5	Tr	0.7	150	55	30	3	150	0.1	0.4	0.01	0.01
13021	1966	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類）コーヒーホワイトナー 液状 乳脂肪・植物性脂肪	0	936	227	69.2	(4.2)	4.8	(21.2)	27.0	21.6	(1.8)	(1.7)	4.6 *	(0)	-	3.7	0.1	0.7	160	50	26	3	140	0.1	0.3	0.01	0.01
13022	1967	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類）コーヒーホワイトナー 液状 植物性脂肪	0	1006	244	68.4	(3.8)	4.3	24.6	3.0	24.8	(1.9) *	(1.8)	2.4	(0)	-	1.8	Tr	0.7	160	45	21	2	130	0.1	0.3	0.01	0.01
13023	1968	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類）コーヒーホワイトナー 粉末状 乳脂肪	0	2110	504	2.8	(6.3)	7.6	24.4	86.0	27.3	60.6	57.7	64.7 *	0	-	60.4	-	1.8	360	360	87	9	240	0	0.4	0.02	0.01
13024	1969	＜牛乳及び乳製品＞（クリーム類）コーヒーホワイトナー 粉末状 植物性脂肪	0	2261	542	2.7	(1.8)	2.1	32.8	1.1	36.2	29.0	27.1	59.3 *	0	-	56.4	0.7	2.6	720	220	120	1	600	0.1	0.2	0.02	0.01
13025	1970	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）ヨーグルト 全脂無糖	0	233	56	87.7	3.3	3.6	2.8	12.0	3.0	3.9 *	3.8	4.6	(0)	-	4.9	0.9	0.8	48	170	120	12	100	Tr	0.4	0.01	Tr
13053	1971	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）ヨーグルト 低脂肪無糖	0	168	40	89.2	3.4	3.7	0.9	4.8	1.0	4.1 *	3.9	4.8	(0)	-	5.2	0.8	0.8	48	180	130	13	100	Tr	0.5	0.01	0
13054	1972	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）ヨーグルト 無脂肪無糖	0	158	37	89.1	3.8	4.0	0.2	4.4	0.3	4.3 *	4.1	4.9	(0)	-	5.7	1.1	0.8	54	180	140	13	110	Tr	0.4	0	0
13026	1973	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）ヨーグルト 脱脂加糖	0	275	65	82.6	4.0	4.3	0.2	4.0	0.2	11.7 *	11.2	11.3	(0)	-	11.9	0.9	1.0	60	150	120	22	100	0.1	0.4	0.01	0.01
13027	1974	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）ヨーグルト ドリンクタイプ 加糖	0	272	64	83.8	2.6	2.9	0.5	3.0	0.5	10.5	10.1	11.5 *	(0)	-	12.2	1.0	0.6	50	130	110	11	80	0.1	Tr	Tr	0.01
13028	1975	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）乳酸菌飲料 乳製品	0	273	64	82.1	0.9	1.1	Tr	1.0	0.1	15.4 *	15.1	16.0	(0)	-	16.4	0.6	0.3	18	48	43	5	30	Tr	0.4	Tr	-
13029	1976	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）乳酸菌飲料 殺菌乳製品	0	921	217	45.5	1.3	1.5	0.1	2.0	0.1	-	-	51.6 *	(0)	-	52.6	1.2	0.3	19	60	55	7	40	0.1	0.2	0.01	0.01
13030	1977	＜牛乳及び乳製品＞（発酵乳・乳酸菌飲料）乳酸菌飲料 非乳製品	0	166	39	89.3	0.3	0.4	0.1	0.6	0.1	9.3 *	9.2	9.4	0.2	0.2	10.0	0.3	0.1	10	44	16	3	13	Tr	Tr	0.01	0.02
13031	1978	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ エダム	0	1338	321	41.0	(29.4)	28.9	22.6	65.0	25.0	0 *	0	3.2	(0)	-	1.4	-	3.7	780	65	660	40	470	0.3	4.6	0.03	0.01
13032	1979	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ エメンタール	0	1653	398	33.5	(27.2)	27.3	29.5	85.0	33.6	0	0	5.8 *	(0)	-	1.6	-	4.0	500	110	1200	32	720	0.3	4.3	0.76	0.01
13033	1980	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ カテージ	0	416	99	79.0	13.2	13.3	4.1	20.0	4.5	0.5	0.5	2.2 *	(0)	-	1.9	0.2	1.3	400	50	55	4	130	0.1	0.5	0.03	-
13034	1981	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ カマンベール	0	1208	291	51.8	17.7	19.1	22.5	87.0	24.7	0	0	4.2 *	(0)	-	0.9	0.3	3.5	800	120	460	20	330	0.2	2.8	0.02	0.01
13035	1982	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ クリーム	0	1291	313	55.5	7.6	8.2	30.1	99.0	33.0	2.5 *	2.4	5.3	(0)	-	2.3	0.4	1.0	260	70	70	8	85	0.1	0.7	0.01	0.01
13036	1983	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ ゴーダ	0	1479	356	40.0	(26.3)	25.8	26.2	83.0	29.0	-	-	3.7 *	(0)	-	1.4	-	3.8	800	75	680	31	490	0.3	3.6	0.02	0.01
13037	1984	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ チェダー	0	1618	390	35.3	23.9	25.7	32.1	100	33.8	(0.4) *	(0.4)	3.7	(0)	-	1.4	1.3	3.8	800	85	740	24	500	0.3	4.0	0.07	-
13038	1985	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ パルメザン	0	1856	445	15.4	(41.1)	44.0	27.6	96.0	30.8	0	0	8.0 *	(0)	-	1.9	-	7.9	1500	120	1300	55	850	0.4	7.3	0.15	-
13039	1986	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ ブルー	0	1351	326	45.6	(17.5)	18.8	26.1	90.0	29.0	0	0	5.3 *	(0)	-	1.0	-	5.6	1500	120	590	19	440	0.3	2.5	0.02	0.01
13055	1987	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ マスカルポーネ	0	1130	273	62.4	4.1	4.4	25.3	83.4	28.2	3.6	3.5	7.2 *	(0)	-	4.3	0.2	0.8	35	140	150	10	99	0.1	0.5	0.01	0
13056	1988	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ モッツァレラ	0	1119	269	56.3	-	18.4	-	62.4	19.9	0	0	4.2 *	(0)	-	4.2	-	1.3	70	20	330	11	260	0.1	2.8	0.02	0.01
13057	1989	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ やぎ	0	1165	280	52.9	18.5	20.6	20.1	88.1	21.7	1.0	1.0	5.9 *	(0)	-	2.7	0.5	2.2	480	260	130	20	270	0.1	0.5	0.07	0.03
13058	1990	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）ナチュラルチーズ リコッタ	0	662	159	72.9	-	7.1	-	57.5	11.5	-	-	6.7 *	(0)	-	6.7	-	1.7	160	210	340	20	200	0.1	0.3	0.02	Tr
13040	1991	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）プロセスチーズ	0	1300	313	45.0	21.6	22.7	24.7	78.0	26.0	0.1 *	0.1	2.4	(0)	-	1.3	1.3	5.0	1100	60	630	19	730	0.3	3.2	0.08	-
13041	1992	＜牛乳及び乳製品＞（チーズ類）チーズスプレッド	0	1180	284	53.8	-	15.9	23.1	87.0	25.7	-	-	3.2 *	(0)	-	0.6	-	4.0	1000	50	460	14	620	0.2	1.6	0.05	0.01

食品番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)	mg	μg	mg	(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
13019	6	1	2	2	1	0	94	0	94	9	0	0	0	0	0	2	0	0.05	0	(1.1)	0	0	3	0.05	0.7	0	-	0.6	クリームにグラニュー糖を加えて泡だてたもの
13020	-	-	-	-	150	-	-	-	22	150	0.2	0.3	0	0.1	0	5	0.01	0.05	0.1	1.2	0.01	0.1	2	0.07	-	Tr	-	0.4	別名： コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム
13021	-	-	-	-	75	-	-	-	24	77	0.1	0.1	0	Tr	0	3	0.01	0.04	0.1	(1.0)	0.01	0.1	2	0.05	-	Tr	-	0.4	別名： コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム 脂質： 乳脂肪由来9.2 g、植物性脂肪由来12.4 g
13022	2	2	1	1	1	-	-	-	25	3	0	0	0	0	0	1	0	0.03	0	(0.8)	0	0	2	0.03	0.3	Tr	-	0.4	別名： コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム
13023	15	3	Tr	10	310	0	100	0	100	320	0.2	0.8	0	0	0	5	0.02	0.65	0.1	(1.6)	0.03	0.2	10	0.25	7.9	0	-	0.9	別名： コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム (100 g：300mL、100 mL：33g)
13024	Tr	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1.0	Tr	0.2	0	0	0	0.01	0	(0.4)	0	0	2	0	Tr	0	-	1.8	別名： コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム (100 g：250mL、100 mL：40g)
13025	17	3	0	4	33	0	3	0	3	33	0	0.1	0	0	0	1	0.04	0.14	0.1	0.9	0.04	0.1	11	0.49	2.5	1	-	0.1	別名： プレーンヨーグルト
13053	14	2	0	4	12	0	4	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0.04	0.19	0.1	1.0	0.04	0.1	15	0.41	1.6	2	-	0.1	
13054	16	3	0	4	3	0	2	-	2	3	0	0	0	0	0	0	0.04	0.17	0.1	1.1	0.04	0.2	16	0.35	2.1	1	-	0.1	
13026	14	3	0	4	(0)	-	-	-	(0)	(0)	Tr	Tr	0	0	0	Tr	0.03	0.15	0.1	1.0	0.02	0.3	3	0.44	2.0	Tr	-	0.2	別名： 普通ヨーグルト
13027	10	2	0	3	5	-	-	-	1	5	Tr	Tr	0	0	0	Tr	0.01	0.12	0.1	0.8	0.03	0.2	1	0.30	1.2	Tr	-	0.1	(100 g：93mL、100 mL：108g)
13028	6	1	0	1	0	-	-	-	0	0	0	Tr	0	0	0	Tr	0.01	0.05	Tr	0.2	Tr	Tr	Tr	0.11	0.6	Tr	-	0	無脂乳固形分3.0 %以上 (100 g： 92.9 mL、100 mL： 107.6 g)
13029	10	1	0	2	(0)	-	-	-	(0)	(0)	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0.02	0.08	0.1	0.4	Tr	Tr	Tr	0.09	0.6	0	-	0	無脂乳固形分3.0 %以上 希釈後飲用 (100 g： 81.0 mL、100 mL： 123.5 g)
13030	2	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0.1	Tr	0	0.1	0.1	0	0.01	0.01	Tr	0.1	0.01	Tr	Tr	0.05	0.4	5	-	Tr	無脂乳固形分3.0 %未満 (100 g： 95.9 mL、100 mL： 104.3 g)
13031	-	-	-	-	240	-	-	-	150	250	0.2	0.8	0	0	0	14	0.04	0.42	0.1	(6.9)	0.06	2.8	39	0.17	-	(0)	-	2.0	
13032	-	-	-	-	200	-	-	-	180	220	0.1	1.3	0	0	0	8	0.02	0.48	0.1	(6.9)	0.07	1.0	10	0.72	-	(0)	-	1.3	
13033	9	14	0	4	35	-	-	-	20	37	0	0.1	0	0	0	2	0.02	0.15	0.1	3.2	0.03	1.0	21	0.48	2.2	(0)	-	1.0	クリーム入りを含む
13034	17	14	1	8	230	-	-	-	140	240	0.2	0.9	0	0	0	1	0.03	0.48	0.7	4.7	0.08	1.3	47	0.49	6.3	(0)	-	2.0	
13035	14	7	0	10	240	-	-	-	170	250	0.2	1.2	0	0	0	12	0.03	0.22	0.1	2.1	0.03	0.1	11	0.42	2.2	(0)	-	0.7	
13036	-	-	-	-	260	-	-	-	170	270	0	0.8	0	0	0	12	0.03	0.33	0.1	(6.2)	0.05	1.9	29	0.32	-	(0)	-	2.0	
13037	20	12	0	7	310	-	-	-	210	330	0	1.6	0	0	0	12	0.04	0.45	0.1	5.5	0.07	1.9	32	0.43	2.7	(0)	-	2.0	
13038	-	-	-	-	230	-	-	-	120	240	0.2	0.8	0	0	0	15	0.05	0.68	0.1	(10)	0.05	2.5	10	0.50	-	(0)	-	3.8	粉末状
13039	-	-	-	-	270	-	-	-	170	280	0.3	0.6	0	0	0	11	0.03	0.42	0.8	(5.4)	0.15	1.1	57	1.22	-	(0)	-	3.8	
13055	16	3	1	8	390	Tr	76	-	77	390	0.2	0.6	0	Tr	0	10	0.03	0.17	0.1	1.1	0.03	0.2	2	0.31	2.0	0	-	0.1	
13056	-	-	-	-	280	-	-	-	-	-	0.2	0.6	0	0	0	6	0.01	0.19	Tr	3.1	0.02	1.6	9	0.06	-	-	-	0.2	
13057	-	-	-	-	290	0	0	0	0	290	0.3	0.4	0	Tr	0	10	0.09	0.88	1.4	6.3	0.23	0.3	100	1.16	-	-	-	1.2	別名： シェーブルチーズ
13058	-	-	-	-	160	-	-	-	-	-	0	0.2	0	0	0	3	0.04	0.21	0.1	1.3	0.06	0.2	4	0.52	-	-	-	0.4	
13040	19	13	2	10	240	-	-	-	230	260	Tr	1.1	0	0	0	2	0.03	0.38	0.1	5.0	0.01	3.2	27	0.14	2.1	0	-	2.8	
13041	-	-	-	-	180	-	-	-	150	190	0.3	1.1	0	0	0	6	0.02	0.35	Tr	2.7	0.03	0.5	16	0.16	-	(0)	-	2.5	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 脂肪酸の一価不飽和脂肪酸	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)						mg	(……g……)									(……mg……)							
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
13042	1993	＜牛乳及び乳製品＞（アイスクリーム類）アイスクリーム 高脂肪	0	858	205	61.3	3.1	3.5	10.8	32.0	12.0	18.1	17.3	23.6 *	0.1	-	22.4	0.2	0.8	80	160	130	14	110	0.1	0.5	0.01	-
13043	1994	＜牛乳及び乳製品＞（アイスクリーム類）アイスクリーム 普通脂肪	0	749	178	63.9	3.5	3.9	7.7	53.0	8.0	18.0	17.1	23.6 *	0.1	-	23.2	0.1	1.0	110	190	140	13	120	0.1	0.4	0.01	0.01
13044	1995	＜牛乳及び乳製品＞（アイスクリーム類）アイスミルク	0	703	167	65.6	(3.0)	3.4	6.5	18.0	6.4	-	-	24.2 *	(0)	-	23.9	-	0.7	75	140	110	14	100	0.1	0.3	Tr	0.01
13045	1996	＜牛乳及び乳製品＞（アイスクリーム類）ラクトアイス 普通脂肪	0	906	217	60.4	2.7	3.1	14.1	21.0	13.6	20.9 *	20.0	21.8	0.1	-	22.2	0.2	0.7	61	150	95	12	93	0.1	0.4	0.01	0.01
13046	1997	＜牛乳及び乳製品＞（アイスクリーム類）ラクトアイス 低脂肪	0	456	108	75.2	(1.6)	1.8	2.0	4.0	2.0	-	-	20.8 *	(0)	-	20.6	-	0.4	45	80	60	9	45	0.1	0.1	0.01	0.04
13047	1998	＜牛乳及び乳製品＞（アイスクリーム類）ソフトクリーム	0	614	146	69.6	(3.3)	3.8	5.6	13.0	5.6	-	-	20.5 *	(0)	-	20.1	-	0.9	65	190	130	14	110	0.1	0.4	Tr	0.01
13048	1999	＜牛乳及び乳製品＞（その他）カゼイン	0	1520	358	10.6	83.4	86.2	1.4	26.0	1.5	-	-	2.8 *	(0)	-	0	-	1.7	10	2	26	3	120	0.8	2.6	0.09	0.02
13049	2000	＜牛乳及び乳製品＞（その他）シャーベット	0	541	128	69.1	-	0.9	1.0	1.0	1.0	-	-	28.7 *	(0)	-	28.7	-	0.3	13	95	22	3	22	0.1	0.1	0.01	0.09
13050	2001	＜牛乳及び乳製品＞（その他）チーズホエーパウダー	0	1444	339	2.2	10.3	12.5	1.2	28.0	1.2	74.7 *	71.2	76.5	(0)	-	77.0	2.7	7.1	690	1800	620	130	690	0.4	0.3	0.03	0.03
13051	2002	＜その他＞ 人乳	0	255	61	88.0	0.8	1.1	3.6	15.0	3.5	(6.7) *	(6.4)	7.3	(0)	-	7.2	-	0.2	15	48	27	3	14	0.04	0.3	0.03	Tr
13052	2003	＜その他＞ やぎ乳	0	240	57	88.0	(2.6)	3.1	3.2	13.0	3.6	(4.8) *	(4.5)	5.4	(0)	-	4.5	-	0.8	35	220	120	12	90	0.1	0.3	Tr	Tr
14023	2004	（植物油脂類）あまに油	0	3688	897	Tr	-	0	99.5	1.7	100	-	-	0.5 *	0	-	0	-	0	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0
14024	2005	（植物油脂類）えごま油	0	3690	897	Tr	-	0	99.5	0	100	-	-	0.5 *	0	-	0	-	0	Tr	Tr	1	Tr	1	0.1	0	0	0.01
14001	2006	（植物油脂類）オリーブ油	0	3677	894	0	-	0	98.9	0	100	-	-	1.1 *	0	-	0	-	0	Tr	0	Tr	0	0	0	0	0	0
14002	2007	（植物油脂類）ごま油	0	3662	890	0	-	0	98.1	0	100	-	-	1.9 *	0	-	0	-	0	Tr	Tr	1	Tr	1	0.1	Tr	0.01	0
14003	2008	（植物油脂類）米ぬか油	0	3621	880	0	-	0	96.1	0	100	-	-	3.9 *	0	-	0	-	0	0	Tr	Tr	0	Tr	0	0	0	0
14004	2009	（植物油脂類）サフラワー油 ハイオレイック	0	3669	892	0	-	0	98.5	0	100	-	-	1.5 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	Tr	0	0	0	0
14025	2010	（植物油脂類）サフラワー油 ハイリノール	0	3632	883	0	-	0	96.6	0	100	-	-	3.4 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	Tr	0	0	0	0
14005	2011	（植物油脂類）大豆油	0	3640	885	0	-	0	97.0	1.0	100	-	-	3.0 *	0	-	0	-	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0	0
14006	2012	（植物油脂類）調合油	0	3644	886	0	-	0	97.2	2.0	100	-	-	2.8 *	0	-	0	-	0	0	Tr	Tr	0	Tr	0	Tr	0	0
14007	2013	（植物油脂類）とうもろこし油	0	3636	884	0	-	0	96.8	0	100	-	-	3.2 *	0	-	0	-	0	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0
14008	2014	（植物油脂類）なたね油	0	3649	887	0	-	0	97.5	2.0	100	-	-	2.5 *	0	-	0	-	0	0	Tr	Tr	0	Tr	0	Tr	0	0
14009	2015	（植物油脂類）パーム油	0	3646	887	0	-	0	97.3	1.0	100	-	-	2.7 *	0	-	0	-	0	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0
14010	2016	（植物油脂類）パーム核油	0	3672	893	0	-	0	98.6	1.0	100	-	-	1.4 *	0	-	0	-	0	0	Tr	Tr	0	Tr	0	0	0	0

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)				(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
13042	1993	13	4	0	7	100	-	-	-	45	100	0.1	0.2	0	Tr	0	5	0.06	0.18	0.1	0.9	0.03	0.4	Tr	0.72	2.6	Tr	-	0.2	乳固形分15.0 %以上、乳脂肪分12.0 %以上 試料： バニラアイスクリーム
13043	1994	17	4	Tr	6	55	-	-	-	30	58	0.1	0.2	Tr	0.1	Tr	3	0.06	0.20	0.1	1.0	0.02	0.2	Tr	0.50	2.7	Tr	-	0.3	乳固形分15.0 %以上、乳脂肪分8.0 % 試料： バニラアイスクリーム
13044	1995	-	-	-	-	21	-	-	-	9	22	0.1	0.1	0	Tr	Tr	1	0.03	0.14	0.1	(0.8)	0.02	0.3	Tr	0.43	-	Tr	-	0.2	乳固形分10.0 %以上、乳脂肪分3.0 %以上、植物性脂肪を含む
13045	1996	19	3	0	3	10	-	-	-	0	10	Tr	0.6	0	0.3	0.4	1	0.03	0.15	0.4	1.0	0.01	0.2	1	0.51	1.7	Tr	-	0.2	乳固形分3.0 %以上、主な脂質： 植物性脂肪
13046	1997	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	Tr	0.2	0	Tr	0	1	0.02	0.12	Tr	(0.3)	0.01	0.1	1	0.15	-	(0)	-	0.1	乳固形分3.0 %以上、主な脂質： 植物性脂肪
13047	1998	-	-	-	-	17	-	-	-	9	18	0.1	0.2	Tr	Tr	Tr	2	0.05	0.22	0.1	(0.9)	0.01	0.2	Tr	0.58	-	(0)	-	0.2	主な脂質： 乳脂肪 コーンカップを除いたもの
13048	1999	7	40	1	14	Tr	-	-	-	(0)	(Tr)	Tr	Tr	0	Tr	0	Tr	Tr	Tr	Tr	19.0	0.01	2.3	6	0.17	2.4	(0)	-	0	試料： 酸カゼイン
13049	2000	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	Tr	Tr	0	Tr	Tr	1	0.04	0.05	0.2	0.4	Tr	Tr	Tr	0.04	-	0	-	0	試料： 乳成分入り氷菓
13050	2001	80	7	1	47	11	-	-	-	10	12	Tr	0	0	0	0	Tr	0.22	2.35	1.4	4.8	0.25	3.4	6	5.95	23.0	3	-	1.8	
13051	2002	*	2	0	0	45	-	-	-	12	46	0.3	0.4	0	0.1	0	1	0.01	0.03	0.2	0.4	Tr	Tr	Tr	0.50	0.5	5	-	0	試料： 成熟乳 鉄： Trであるが、利用上の便宜のため小数第2位まで記載 ヨウ素： 第3章参照 ビタミンD： ビタミンD活性代謝物を含む（ビタミンD活性代謝物を含まない場合： Tr） (100 g： 98.3 mL、100 mL： 101.7 g)
13052	2003	-	-	-	-	36	-	-	-	(0)	36	0	0.1	0	0	0	2	0.04	0.14	0.3	(0.9)	0.04	0	1	0.39	-	1	-	0.1	
14023	2004	-	-	-	-	0	0	10	3	11	1	(0)	0.5	0	39.0	0.6	11	0	0	0	0	-	-	-	-	-	(0)	-	0	試料： 食用油
14024	2005	-	-	-	-	0	Tr	22	2	23	2	(0)	2.4	0.6	59.0	4.6	5	0	0	0	0	-	-	-	-	-	(0)	-	0	試料： 食用油
14001	2006	0	0	Tr	0	0	0	180	5	180	15	(0)	7.4	0.2	1.2	0.1	42	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	別名： オリーブオイル 試料： エキストラバージンオイル (100 g：200mL、100 mL：91g)
14002	2007	0	1	1	0	0	0	Tr	0	Tr	0	(0)	0.4	Tr	44.0	0.7	5	0	0	0.1	0.1	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	試料： 精製油 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14003	2008	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	(0)	26.0	1.5	3.4	0.4	36	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	別名： 米油 試料： 精製油 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14004	2009	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	27.0	0.6	2.3	0.3	10	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： べにばな油、サフラワーオイル、試料： 精製油 (100 g：200mL、100 mL：91g)
14025	2010	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	27.0	0.6	2.3	0.3	10	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： べにばな油、サフラワーオイル 試料： 精製油 (100 g：200mL、100 mL：91g)
14005	2011	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0)	10.0	2.0	81.0	21.0	210	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	試料： 精製油及びサラダ油 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14006	2012	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0)	13.0	1.2	56.0	11.0	170	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	試料： 精製油及びサラダ油 配合割合： なたね油1、大豆油1 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14007	2013	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0	0	(0)	17.0	0.3	70.0	3.4	5	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	別名： コーンオイル、コーン油 試料： 精製油 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14008	2014	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0)	15.0	0.3	32.0	1.0	120	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	0	試料： 低エルカ酸の精製油及びサラダ油 別名： キャノーラ油、カノーラ油 (100 g：200mL、100 mL：91g)
14009	2015	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	8.6	0.4	1.3	0.2	4	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	試料： 精製油 (100 g：111mL、100 mL：90g)
14010	2016	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	0.4	Tr	0.1	Tr	Tr	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	試料： 精製油 (100 g：200mL、100 mL：91g)

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
14011		2017（植物油脂類）ひまわり油　ハイリノール	0	3697	899	0	-	0	99.9	0	100	-	-	0.1 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14026		2018（植物油脂類）ひまわり油　ミッドオレイック	0	3668	892	0	-	0	98.4	0	100	-	-	1.6 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14027		2019（植物油脂類）ひまわり油　ハイオレイック	0	3695	899	0	-	0	99.7	0	100	-	-	0.3 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14028		2020（植物油脂類）ぶどう油	0	3629	882	0	-	0	96.5	0	100	-	-	3.5 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0.02	0
14012		2021（植物油脂類）綿実油	0	3632	883	0	-	0	96.6	0	100	-	-	3.4 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14013		2022（植物油脂類）やし油	0	3655	889	0	-	0	97.7	1.0	100	-	-	2.3 *	0	-	0	-	0	0	0	Tr	0	0	0	Tr	0	0
14014		2023（植物油脂類）落花生油	0	3628	882	0	-	0	96.4	0	100	-	-	3.6 *	0	-	0	-	0	0	0	Tr	0	Tr	0	0	0	0
14015		2024（動物油脂類）牛脂	0	3577	869	Tr	-	0.2	93.8	100	99.8	-	-	6.0 *	0	-	0	-	0	1	1	Tr	0	1	0.1	Tr	Tr	-
14016		2025（動物油脂類）ラード	0	3639	885	0	-	0	97.0	100	100	-	-	3.0 *	0	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	Tr	Tr	0
14032		2026（動物油脂類）たらのあぶら	0	3511	853	0.1	Tr	0.1	138.6	314.9	99.8	-	-	9.2 *	-	-	0	-	0	1	1	Tr	0	2	Tr	0	Tr	0
14017		2027（バター類）無発酵バター　有塩バター	0	2880	700	16.2	0.5	0.6	74.5	210	81.0	0.6	0.5	6.8 *	(0)	-	0.2	-	2.0	750	28	15	2	15	0.1	0.1	Tr	0
14018		2028（バター類）無発酵バター　食塩不使用バター	0	2964	720	15.8	(0.4)	0.5	77.0	220	83.0	(0.6)	(0.6)	6.3 *	(0)	-	0.2	-	0.5	11	22	14	2	18	0.4	0.1	0.01	0.01
14019		2029（バター類）発酵バター、有塩バター	0	2938	713	13.6	(0.5)	0.6	74.6	230	80.0	-	-	9.9 *	(0)	-	4.4	-	1.4	510	25	12	2	16	0.4	0.1	0.01	0.01
14020		2030（マーガリン類）マーガリン　家庭用　有塩	0	2939	715	14.7	0.4	0.4	78.9	5.2	83.1	0.9 *	0.8	4.7	(0)	-	0.5	-	1.3	500	27	14	2	17	Tr	0.1	Tr	Tr
14033		2031（マーガリン類）マーガリン　家庭用　無塩	0	2939	715	14.7	0.4	0.4	78.9	5.2	83.1	(0.9) *	(0.8)	4.7	(0)	-	0.5	-	1.3	(Tr)	27	14	2	17	Tr	0.1	Tr	Tr
14029		2032（マーガリン類）マーガリン　業務用　有塩	0	3046	740	14.8	-	0.3	80.3	5.2	84.3	-	-	4.1 *	(0)	-	0.1	-	0.5	490	27	14	2	17	Tr	0.1	Tr	Tr
14034		2033（マーガリン類）マーガリン　業務用　無塩	0	3046	740	14.8	-	0.3	80.3	5.2	84.3	-	-	4.1 *	(0)	-	0.1	-	0.5	(Tr)	27	14	2	17	Tr	0.1	Tr	Tr
14021		2034（マーガリン類）ファットスプレッド	0	2383	579	30.2	0.1	0.2	64.1	4.0	69.1	0.6 *	0.6	4.5	(0)	-	0	-	1.2	420	17	8	2	10	Tr	Tr	Tr	Tr
14022		2035（その他）ショートニング　家庭用	0	3654	889	0.1	-	0	97.8	4.0	99.9	-	-	2.2 *	(0)	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14030		2036（その他）ショートニング　業務用　製菓	0	3625	881	Tr	-	0	96.3	4.0	99.9	-	-	3.6 *	(0)	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14031		2037（その他）ショートニング　業務用　フライ	0	3645	886	0.1	-	0	97.3	4.0	99.9	-	-	2.7 *	(0)	-	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
15001		2038 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　甘納豆　あずき	0	1205	283	26.2	(3.0)	3.4	(0.1)	0	0.3	(69.5) *	(66.0)	65.4	4.8	-	69.5	-	0.5	45	170	11	17	38	0.7	0.4	0.12	0.18
15002		2039 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　甘納豆　いんげんまめ	0	1223	288	25.2	(2.9)	3.8	(0.3)	0	0.5	(70.0) *	(66.3)	65.5	5.5	-	69.9	-	0.7	45	170	26	19	55	0.8	0.4	0.13	0.34
15003		2040 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　甘納豆　えんどう	0	1249	293	23.1	(3.1)	3.8	(0.3)	0	0.4	(72.6) *	(68.7)	69.9	3.2	-	72.2	-	0.4	47	110	12	17	27	0.9	0.6	0.09	-
15005		2041 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　今川焼　こしあん入り	0	918	217	(45.5)	(4.1)	(4.5)	(0.8)	(21.5)	(1.1)	(50.7)	(33.1)	(47.3) *	(1.9)	-	(48.5)	-	(0.5)	(59)	(59)	(29)	(9)	(53)	(0.7)	(0.3)	(0.07)	(0.24)
15145		2042 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　今川焼　つぶしあん入り	0	932	219	(45.5)	(4.1)	(4.5)	(1.1)	(29.2)	(1.4)	(50.5) *	(46.9)	(47.1)	(1.7)	-	(48.2)	-	(0.5)	(65)	(89)	(24)	(4)	(36)	(0.2)	(0.1)	(0.06)	(0.20)
15146		2043 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　今川焼　カスタードクリーム入り	0	949	223	(45.5)	(4.3)	(4.7)	(2.2)	(61.6)	(2.6)	(49.2) *	(45.7)	(46.6)	(0.9)	-	(46.7)	-	(0.5)	(51)	(85)	(35)	(5)	(50)	(0.2)	(0.1)	(0.04)	(0.15)
15006		2044 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　ういろう　白	0	770	181	(54.5)	(0.9)	(1.0)	(0.1)	0	(0.2)	(46.8) *	(43.8)	(44.3)	(0.1)	0	(44.2)	-	(0.1)	(1)	(17)	(2)	(4)	(18)	(0.2)	(0.2)	(0.04)	(0.13)
15147		2045 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　ういろう　黒	0	742	174	(54.5)	(1.1)	(1.5)	(0.1)	0	(0.2)	(44.8) *	(41.9)	(43.1)	(0.1)	0	(42.7)	-	(1.1)	(8)	(330)	(69)	(13)	(27)	(1.5)	(0.3)	(0.10)	(0.39)
15007		2046 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　うぐいすもち　こしあん入り	0	1005	236	(40.0)	(3.1)	(3.5)	(0.3)	0	(0.4)	(58.1) *	(54.4)	(54.6)	(1.8)	0	(55.8)	0	(0.3)	(35)	(21)	(19)	(9)	(30)	(0.9)	(0.5)	(0.09)	(0.28)

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
14011		2017（植物油脂類）ひまわり油　ハイリノール	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	39.0	0.8	2.0	0.4	11	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	試料： 精製油 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14026		2018（植物油脂類）ひまわり油　ミッドオレイック	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	39.0	0.8	2.0	0.4	11	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	試料： 精製油
14027		2019（植物油脂類）ひまわり油　ハイオレイック	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	39.0	0.8	2.0	0.4	11	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	試料： 精製油 (100 g：200mL、100 mL：91g)
14028		2020（植物油脂類）ぶどう油	-	-	-	-	-	0	6	0	6	Tr	0	28.0	0.7	5.8	1.2	190	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	-	0	別名： グレープシードオイル、ぶどう種子油
14012		2021（植物油脂類）綿実油	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	28.0	0.3	27.0	0.4	29	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	試料： 精製油 (100 g：109mL、100 mL：92g)
14013		2022（植物油脂類）やし油	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	0.3	0	0.2	Tr	Tr	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： ココナッツオイル 試料： 精製油 (100 g：200mL、100 mL：91g)
14014		2023（植物油脂類）落花生油	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	6.0	0.3	5.4	0.5	4	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	0	別名： ピーナッツオイル、ピーナッツ油 試料： 精製油 (100 g：200mL、100 mL：91g)
14015		2024（動物油脂類）牛脂	-	-	-	-	85	-	-	-	0	85	0	0.6	Tr	0.1	0.6	26	0	0	0	Tr	-	-	-	-	-	0	-	0	別名： ヘット 試料： いり取りしたもの
14016		2025（動物油脂類）ラード	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0.3	Tr	0.1	Tr	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	別名： 豚脂。試料： 精製品 (100 g：118mL、100 mL：85g)
14032		2026（動物油脂類）たらのあぶら	450	9	Tr	0	37000	0	0	0	0	37000	8.7	14.0	0	0.1	0	5	0	Tr	0.1	0.1	0	-	1	0	Tr	0	-	0	
14017		2027（バター類）無発酵バター　有塩バター	2	Tr	1	3	500	2	190	6	190	520	0.6	1.5	0	0.1	0	17	0.01	0.03	0	0.1	Tr	0.1	Tr	0.06	0.4	0	-	1.9	
14018		2028（バター類）無発酵バター　食塩不使用バター	3	Tr	0	3	780	1	190	3	190	800	0.7	1.4	0	0.1	0	24	0	0.03	Tr	(0.1)	Tr	0.1	1	0.08	0.3	0	-	0	別名： 無塩バター
14019		2029（バター類）発酵バター、有塩バター	-	-	-	-	760	-	-	-	180	780	0.7	1.3	0	0.1	0	30	0	0.02	0	(0.1)	0	0.1	1	0	-	0	-	1.3	
14020		2030（マーガリン類）マーガリン　家庭用　有塩	2	1	0	2	0	12	290	0	300	25	11.0	15.0	0.7	37.0	6.2	53	0.01	0.03	Tr	0.1	0	0	Tr	Tr	0.2	0	-	1.3	β-カロテン： 着色料として添加品含む ビタミンD： 添加品含む
14033		2031（マーガリン類）マーガリン　家庭用　無塩	2	1	0	2	0	12	290	0	300	25	11.0	15.0	0.7	37.0	6.2	53	0.01	0.03	Tr	0.1	0	0	Tr	Tr	0.2	0	-	0	
14029		2032（マーガリン類）マーガリン　業務用　有塩	2	1	0	2	0	-	290	-	290	24	11.0	15.0	0.7	36.0	6.2	53	0.01	0.03	Tr	(Tr)	0	0	Tr	Tr	0.2	0	-	1.3	β-カロテン： 着色料として添加品含む ビタミンD： 添加品含む
14034		2033（マーガリン類）マーガリン　業務用　無塩	2	1	0	2	0	-	290	-	290	24	11.0	15.0	0.7	36.0	6.2	53	0.01	0.03	Tr	0.1	0	0	Tr	Tr	0.2	0	-	0	
14021		2034（マーガリン類）ファットスプレッド	1	0	Tr	1	0	Tr	380	0	380	31	1.1	16.0	0.7	21.0	5.7	71	0.02	0.02	Tr	Tr	0	0	Tr	Tr	0.1	0	-	1.1	β-カロテン： 着色料として添加品含む
14022		2035（その他）ショートニング　家庭用	0	0	Tr	0	0	-	-	-	0	0	0.1	9.5	0.1	12.0	5.0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	(100 g：125mL、100 mL：80g)
14030		2036（その他）ショートニング　業務用　製菓	0	0	Tr	0	0	-	-	-	0	0	0.1	9.5	0.1	12.0	5.0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	(100 g：125mL、100 mL：80g)
14031		2037（その他）ショートニング　業務用　フライ	0	0	Tr	0	0	-	-	-	0	0	0.1	9.5	0.1	12.0	5.0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	
15001		2038 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　甘納豆　あずき	0	1	5	38	0	0	2	-	2	0	0	-	-	-	-	1	0.06	0.02	0.2	(0.9)	0.04	0	9	0.17	1.5	0	-	0.1	
15002		2039 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　甘納豆　いんげんまめ	0	0	0	11	0	0	1	-	1	0	0	-	-	-	-	1	0.09	0.03	0.2	(1.0)	0.03	0	13	0.06	1.5	0	-	0.1	
15003		2040 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　甘納豆　えんどう	0	2	1	26	0	0	18	-	18	2	0	-	-	-	-	3	0.11	0.02	0.3	(0.9)	0	0	2	0.16	2.4	0	-	0.1	
15005		2041 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　今川焼　こしあん入り	(2)	(2)	(1)	(14)	(12)	-	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.1)	(Tr)	(0.3)	(0.7)	(2)	(0.03)	(0.04)	(0.2)	(1.1)	(0.01)	(0.1)	(5)	(0.20)	(2.1)	0	-	(0.1)	別名： 大判焼、小判焼、回転焼、二重焼、太鼓まんじゅう、ともえ焼、たい焼を含む 小豆こしあん入り 部分割合： 皮 2、あん 1
15145		2042 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　今川焼　つぶしあん入り	(3)	(3)	(1)	(12)	(17)	-	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.2)	(0.1)	(0.2)	(0.3)	(2)	(0.04)	(0.04)	(0.2)	(1.0)	(0.02)	(0.1)	(8)	(0.29)	(2.5)	0	-	(0.2)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 2、あん 1
15146		2043 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　今川焼　カスタードクリーム入り	(5)	(4)	(1)	(5)	(38)	-	(1)	(2)	(1)	(21)	(0.3)	(0.3)	(0.1)	(0.1)	0	(2)	(0.05)	(0.07)	(0.2)	(1.0)	(0.03)	(0.1)	(11)	(0.43)	(2.6)	0	-	(0.1)	カスタードクリーム入り 部分割合： 皮 2、あん 1
15006		2044 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　ういろう　白	0	(1)	(1)	(13)	0	-	0	0	0	0	0	-	-	-	-	0	(0.02)	(Tr)	(0.2)	(0.5)	(0.02)	0	(2)	(0.11)	(0.2)	0	-	0	別名：外郎餅 試料： 白ういろう 食塩添加品あり
15147		2045 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　ういろう　黒	(4)	(2)	(4)	(16)	0	-	(4)	0	(4)	0	0	-	-	-	-	0	(0.03)	(0.02)	(0.4)	(0.7)	(0.22)	0	(5)	(0.50)	(9.6)	0	-	(Tr)	別名：外郎餅
15007		2046 ＜和生菓子・和半生菓子類＞　うぐいすもち　こしあん入り	(1)	(1)	(Tr)	(25)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.4)	(1.0)	(2)	(0.01)	(0.01)	(0.1)	(0.8)	(Tr)	0	(3)	(0.02)	(0.9)	0	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合：もち 10、あん 8、きな粉 0.05

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
15148	2047	＜和生菓子・和半生菓子類＞ うぐいすもち つぶしあん入り	0	1009	237	(40.0)	(2.3)	(2.7)	(0.3)	0	(0.4)	(59.4)	* (55.5)	(56.0)	(1.2)	0	(56.8)	-	(0.2)	(13)	(33)	(5)	(6)	(26)	(0.6)	(0.4)	(0.08)	(0.21)
15008	2048	＜和生菓子・和半生菓子類＞ かしわもち こしあん入り	0	866	203	(48.5)	(3.5)	(4.0)	(0.3)	0	(0.4)	(48.9)	* (45.2)	(45.7)	(1.7)	0	(46.7)	-	(0.4)	(55)	(40)	(18)	(13)	(47)	(0.9)	(0.5)	(0.11)	-
15149	2049	＜和生菓子・和半生菓子類＞ かしわもち つぶしあん入り	0	870	204	(48.5)	(3.4)	(3.9)	(0.4)	0	(0.5)	(48.9)	* (45.0)	(45.5)	(1.7)	0	(46.6)	-	(0.4)	(67)	(78)	(7)	(15)	(58)	(0.7)	(0.6)	(0.13)	-
15009	2050	＜和生菓子・和半生菓子類＞ カステラ	0	1307	308	(25.6)	(6.5)	(7.1)	(4.1)	(159.9)	(5.0)	(65.2)	* (61.8)	(62.9)	(0.5)	0	(61.8)	-	(0.5)	(71)	(86)	(27)	(7)	(85)	(0.7)	(0.6)	(0.03)	(0.10)
15010	2051	＜和生菓子・和半生菓子類＞ かのこ	0	1105	260	(34.0)	(4.1)	(4.8)	(0.2)	-	(0.4)	(62.4)	* (59.0)	(57.5)	(3.8)	0	(60.4)	-	(0.3)	(22)	(61)	(22)	(19)	(56)	(1.6)	(0.6)	(0.10)	(0.12)
15011	2052	＜和生菓子・和半生菓子類＞ かるかん	0	965	226	(42.5)	(1.7)	(2.1)	(0.2)	0	(0.3)	(57.7)	* (54.1)	(54.8)	(0.4)	0	(54.8)	(0.1)	(0.3)	(2)	(120)	(3)	(8)	(32)	(0.3)	(0.3)	(0.08)	(0.17)
15012	2053	＜和生菓子・和半生菓子類＞ きび団子	0	1273	298	(24.4)	(1.4)	(1.6)	(0.2)	0	(0.2)	(77.5)	* (72.9)	(73.8)	(0.1)	0	(73.7)	-	(0.1)	(1)	(2)	(2)	(1)	(11)	(0.3)	(0.3)	(0.05)	(0.14)
15013	2054	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ぎゅうひ	0	1078	253	(36.0)	(1.2)	(1.3)	(0.2)	0	(0.2)	(65.6)	* (61.7)	(62.5)	(0.1)	0	(62.4)	-	(Tr)	(1)	(1)	(1)	(1)	(10)	(0.2)	(0.3)	(0.04)	(0.12)
15014	2055	＜和生菓子・和半生菓子類＞ きりざんしょ	0	1045	245	(38.0)	(1.8)	(2.1)	(0.3)	0	(0.3)	(62.6)	* (58.5)	(59.4)	(0.2)	0	(59.3)	-	(0.3)	(66)	(31)	(2)	(8)	(32)	(0.3)	(0.3)	(0.07)	(0.25)
15015	2056	＜和生菓子・和半生菓子類＞ きんぎょく糖	0	1203	282	(28.0)	(Tr)	(Tr)	0	0	0	(74.8)	* (71.2)	(71.2)	(0.8)	0	(71.9)	-	(Tr)	(2)	(2)	(7)	(1)	(Tr)	(0.1)	(Tr)	(0.01)	(0.03)
15016	2057	＜和生菓子・和半生菓子類＞ きんつば	0	1104	260	(34.0)	(5.3)	(6.0)	(0.4)	0	(0.7)	(59.8)	* (56.1)	(54.1)	(5.5)	0	(58.6)	-	(0.7)	(120)	(160)	(20)	(22)	(73)	(1.4)	(0.7)	(0.19)	(0.41)
15017	2058	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 草もち こしあん入り	0	957	225	(43.0)	(3.6)	(4.2)	(0.3)	0	(0.4)	(54.3)	* (50.4)	(50.9)	(1.9)	0	(52.1)	-	(0.3)	(17)	(46)	(22)	(14)	(50)	(1.0)	(0.6)	(0.12)	(0.40)
15150	2059	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 草もち つぶしあん入り	0	967	227	(43.0)	(4.4)	(4.8)	(0.6)	0	(0.7)	(53.1)	* (49.1)	(49.0)	(2.7)	0	(51.1)	-	(0.3)	(25)	(93)	(17)	(11)	(45)	(0.7)	(0.3)	(0.09)	(0.29)
15018	2060	＜和生菓子・和半生菓子類＞ くし団子 あん こしあん入り	0	845	198	(50.0)	(3.3)	(3.8)	(0.4)	0	(0.4)	(47.8)	* (43.9)	(44.8)	(1.2)	0	(45.4)	-	(0.3)	(22)	(43)	(13)	(13)	(50)	(0.7)	(0.5)	(0.11)	(0.40)
15151	2061	＜和生菓子・和半生菓子類＞ くし団子 あん つぶしあん入り	0	847	199	(50.0)	(3.3)	(3.8)	(0.4)	0	(0.5)	(47.8)	* (43.8)	(44.7)	(1.3)	0	(45.4)	-	(0.3)	(24)	(68)	(6)	(15)	(57)	(0.6)	(0.6)	(0.12)	(0.41)
15019	2062	＜和生菓子・和半生菓子類＞ くし団子 みたらし	0	827	194	(50.5)	(2.7)	(3.2)	(0.4)	0	(0.4)	(47.4)	* (43.5)	(45.1)	(0.3)	0	(44.9)	(Tr)	(0.9)	(250)	(59)	(4)	(13)	(52)	(0.4)	(0.5)	(0.09)	(0.39)
15121	2063	＜和生菓子・和半生菓子類＞ くずもち 関西風 くずでん粉製品	0	398	93	(77.4)	-	(0.1)	-	0	(0.1)	(24.7)	* (22.5)	(22.5)	0	-	(22.5)	-	(Tr)	(1)	(1)	(5)	(1)	(3)	(0.5)	0	(0.01)	(0.01)
15122	2064	＜和生菓子・和半生菓子類＞ くずもち 関東風 小麦でん粉製品	0	399	94	(77.4)	-	(0.1)	-	0	(0.1)	(24.6)	* (22.4)	(22.4)	0	-	(22.4)	-	(0.1)	(1)	(2)	(4)	(1)	(9)	(0.2)	(Tr)	(0.01)	(0.02)
15020	2065	＜和生菓子・和半生菓子類＞ げっぺい	0	1484	351	(20.9)	(4.2)	(4.7)	(8.3)	(0.2)	(8.5)	(68.0)	* (62.6)	(64.1)	(2.1)	0	(65.5)	-	(0.4)	(2)	(64)	(41)	(24)	(64)	(1.1)	(0.7)	(0.18)	(0.53)
15123	2066	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 五平もち	0	755	178	(54.7)	(2.5)	(3.0)	(0.5)	0	(0.5)	(31.4)	(28.7)	(40.2)	* (1.3)	0	(40.9)	-	(0.8)	(240)	(58)	(10)	(9)	(41)	(0.4)	(0.6)	(0.10)	(0.29)
15022	2067	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 桜もち 関西風 こしあん入り	2	836	196	(50.0)	(3.0)	(3.5)	(0.1)	0	(0.3)	(47.9)	* (44.7)	(45.0)	(1.7)	0	(46.0)	0	(0.2)	(33)	(22)	(18)	(8)	(27)	(0.7)	(0.5)	(0.09)	(0.32)
15153	2068	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 桜もち 関西風 つぶしあん入り	2	839	197	(50.0)	(2.6)	(3.0)	(0.2)	0	(0.3)	(48.6)	* (45.2)	(45.7)	(1.3)	0	(46.5)	-	(0.2)	(26)	(43)	(5)	(7)	(25)	(0.4)	(0.6)	(0.10)	(0.33)
15021	2069	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 桜もち 関東風 こしあん入り	0	1000	235	(40.5)	(4.0)	(4.5)	(0.3)	0	(0.4)	(56.3)	* (52.6)	(52.3)	(2.6)	0	(54.2)	-	(0.3)	(45)	(37)	(26)	(11)	(37)	(1.0)	(0.4)	(0.09)	(0.31)
15152	2070	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 桜もち 関東風 つぶしあん入り	0	1007	237	(40.5)	(3.8)	(4.2)	(0.5)	0	(0.6)	(56.6)	* (52.7)	(52.4)	(2.5)	0	(54.4)	-	(0.3)	(44)	(82)	(12)	(11)	(41)	(0.7)	(0.3)	(0.09)	(0.26)
15124	2071	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 笹だんご こしあん入り	0	997	235	(40.5)	(3.5)	(4.0)	(0.4)	0	(0.5)	(54.6)	-	(53.3)	* (1.9)	-	(54.6)	-	(0.4)	(18)	(88)	(15)	(15)	(50)	(0.5)	(0.7)	(0.14)	(0.51)
15154	2072	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 笹だんご つぶしあん入り	0	970	228	(40.5)	(4.1)	(4.7)	(0.5)	0	(0.6)	(54.0)	* (49.8)	(52.2)	(2.3)	0	(53.8)	-	(0.4)	(32)	(91)	(17)	(17)	(61)	(0.7)	(0.8)	(0.16)	(0.57)
15143	2073	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ずんだ	0	805	190	(52.7)	(5.4)	(6.3)	(3.2)	0	(3.4)	(35.8)	* (34.1)	(35.2)	(2.5)	-	(36.6)	-	(1.0)	(87)	(270)	(42)	(40)	(94)	(1.4)	(0.7)	(0.20)	(0.41)

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)	mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
15148	2047	(1)	(1)	(1)	(24)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.2)	(0.4)	(1)	(0.01)	(0.01)	(0.1)	(0.6)	(0.01)	0	(5)	(0.04)	(0.6)	0	-	(Tr)	小豆つぶしあん入り 部分割合：もち 10、あん 8、きな粉 0.05
15008	2048	(Tr)	(1)	(1)	(36)	0	-	-	-	0	0	0	-	-	-	-	(2)	(0.03)	(0.02)	(0.4)	(1.2)	(0.04)	0	(4)	(0.21)	(0.9)	0	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 3、あん 2 葉を除いたもの
15149	2049	(Tr)	(2)	(1)	(44)	0	-	-	-	0	0	0	-	-	-	-	(2)	(0.04)	(0.02)	(0.5)	(1.2)	(0.06)	0	(7)	(0.31)	(0.9)	0	-	(0.2)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 3、あん 2 葉を除いたもの
15009	2050	(8)	(15)	(Tr)	(4)	(90)	-	(1)	(13)	(7)	(91)	(2.3)	(2.3)	(Tr)	(0.3)	0	(6)	(0.05)	(0.18)	(0.2)	(1.9)	(0.05)	(0.4)	(22)	(0.54)	(11.0)	0	-	(0.2)	試料： 長崎カステラ
15010	2051	0	(1)	(2)	(26)	0	0	0	0	(Tr)	0	-	0	0	(0.7)	(2.1)	(5)	(0.01)	(0.03)	(0.1)	(1.0)	(0.04)	0	(1)	(0.02)	(1.0)	0	-	(0.1)	
15011	2052	(Tr)	(1)	0	(17)	0	-	-	-	(1)	0	0	(0.1)	0	0	0	0	(0.05)	(0.01)	(0.3)	(0.8)	(0.04)	0	(5)	(0.29)	(0.7)	(1)	-	0	
15012	2053	(1)	(1)	(Tr)	(14)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.1)	(0.5)	(Tr)	0	(3)	0	(0.3)	0	-	0	
15013	2054	(1)	(1)	0	(12)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.1)	(0.4)	(Tr)	0	(3)	0	(0.2)	0	-	0	
15014	2055	(Tr)	(1)	(Tr)	(26)	0	-	-	-	0	0	0	(0.1)	-	-	-	0	(0.03)	(0.01)	(0.4)	(0.9)	(0.04)	0	(4)	(0.22)	(0.4)	0	-	(0.2)	
15015	2056	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	0	-	0	
15016	2057	0	(1)	(1)	(47)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	-	-	-	(6)	(0.03)	(0.03)	(0.2)	(1.2)	(0.03)	0	(8)	(0.22)	(1.7)	0	-	(0.3)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 9
15017	2058	(Tr)	(1)	(1)	(36)	0	0	(150)	0	(150)	(13)	0	(0.1)	0	(0.3)	(0.9)	(11)	(0.03)	(0.02)	(0.4)	(1.3)	(0.04)	0	(5)	(0.21)	(0.9)	0	-	(Tr)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 6、あん 4
15150	2059	0	(2)	(1)	(17)	0	0	(210)	0	(210)	(17)	0	(0.2)	-	-	-	(15)	(0.05)	(0.02)	(0.3)	(1.1)	(0.02)	0	(7)	(0.26)	(0.9)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 6、あん 4
15018	2060	(Tr)	(2)	(1)	(39)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	(0.2)	(0.6)	(1)	(0.04)	(0.02)	(0.5)	(1.3)	(0.05)	0	(5)	(0.27)	(0.8)	0	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： 団子 8、あん 3 くしを除いたもの
15151	2061	(1)	(2)	(1)	(44)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	(0.2)	(0.3)	(1)	(0.04)	(0.01)	(0.6)	(1.2)	(0.06)	0	(7)	(0.34)	(0.8)	0	-	(0.1)	部分割合： 団子 8 、あん 3 くしを除いたもの
15019	2062	(1)	(2)	(1)	(37)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	0	0	0	(0.04)	(0.02)	(0.7)	(1.3)	(0.06)	0	(7)	(0.33)	(1.1)	0	(0.1)	(0.6)	別名：しょうゆ団子 部分割合： 団子 9、たれ 2 くしを除いたもの
15121	2063	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	0	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	-	0	
15122	2064	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	0	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	-	0	
15020	2065	(Tr)	(1)	(1)	(36)	0	0	0	0	(1)	0	0	(0.6)	(Tr)	(2.1)	(1.2)	(2)	(0.05)	(0.03)	(0.5)	(1.5)	(0.06)	0	(8)	(0.23)	(1.1)	0	-	0	あん（小豆あん、くるみ、水あめ、ごま等）入り 部分割合： 皮 5、あん 4
15123	2066	0	(1)	0	(25)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.3)	(0.2)	(1)	(0.02)	(0.02)	(0.3)	(1.0)	(0.02)	0	(5)	(0.21)	(0.4)	0	-	(0.6)	みそだれ付き
15022	2067	0	0	0	(14)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.3)	(0.9)	(2)	(0.01)	(0.01)	(0.1)	(0.8)	(0.01)	0	(1)	(0.05)	(0.6)	0	-	(0.1)	別名： 道明寺 小豆こしあん入り 部分割合： 道明寺種皮 3、あん 2 廃棄部位： 桜葉
15153	2068	0	0	0	(9)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.2)	(0.4)	(1)	(0.01)	(0.01)	(0.1)	(0.6)	(0.02)	0	(3)	(0.10)	(0.3)	0	-	(0.1)	別名： 道明寺 小豆つぶしあん入り 部分割合： 道明寺種皮 3、あん 2 廃棄部位： 桜葉
15021	2069	0	(1)	(1)	(22)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	(0.4)	(1.2)	(2)	(0.02)	(0.02)	(0.1)	(1.0)	(Tr)	0	(2)	(0.10)	(1.0)	0	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： 小麦粉皮 4、あん 5 廃棄部位： 桜葉
15152	2070	0	(1)	(1)	(21)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	(Tr)	(0.3)	(0.6)	(2)	(0.04)	(0.02)	(0.2)	(0.9)	(0.02)	0	(5)	(0.20)	(0.9)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 小麦粉皮 4、あん 5 廃棄部位： 桜葉
15124	2071	0	(1)	0	(28)	0	0	(400)	0	(400)	(34)	-	(0.3)	(Tr)	(0.2)	(0.4)	(26)	(0.06)	(0.02)	(0.5)	(1.2)	(0.05)	0	(10)	(0.25)	(0.7)	0	-	(Tr)	小豆こしあん入り
15154	2072	0	(1)	(1)	(33)	0	0	(400)	0	(400)	(33)	-	(0.3)	(Tr)	(0.3)	(0.5)	(27)	(0.05)	(0.02)	(0.5)	(1.3)	(0.04)	0	(10)	(0.26)	(0.8)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り
15143	2073	0	0	0	0	0	(26)	(140)	(4)	(160)	(13)	0	(0.3)	(0.1)	(3.2)	(1.2)	(18)	(0.13)	(0.07)	(0.6)	(1.6)	(0.04)	0	(140)	(0.25)	0	(8)	-	(0.2)	別名：ずんだあん

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)	mg	(……g……)													(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
15144	2074	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ずんだもち	0	899	212	(47.8)	(4.4)	(4.9)	(1.6)	0	(1.7)	(44.4)	(40.9)	(44.5) *	(1.3)	-	(45.1)	-	(0.5)	(35)	(130)	(19)	(19)	(51)	(0.6)	(0.8)	(0.16)	(0.51)
15023	2075	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 大福もち こしあん入り	0	950	223	(41.5)	(4.1)	(4.6)	(0.3)	0	(0.5)	(53.4) *	(49.3)	(52.0)	(1.8)	0	(53.2)	0	(0.3)	(33)	(33)	(18)	(10)	(32)	(0.7)	(0.8)	(0.13)	(0.51)
15155	2076	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 大福もち つぶしあん入り	0	950	223	(41.5)	(4.2)	(4.7)	(0.4)	0	(0.6)	(52.7) *	(48.6)	(50.9)	(2.7)	0	(52.8)	-	(0.4)	(56)	(86)	(10)	(13)	(44)	(0.7)	(0.8)	(0.16)	(0.51)
15024	2077	＜和生菓子・和半生菓子類＞ タルト（和菓子）	0	1202	283	(30.0)	(5.4)	(5.9)	(2.4)	(91.3)	(3.0)	(63.3) *	(60.1)	(60.5)	(1.5)	0	(60.7)	-	(0.4)	(37)	(64)	(28)	(10)	(66)	(0.9)	(0.5)	(0.07)	(0.19)
15025	2078	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ちまき	0	642	150	(62.0)	(1.1)	(1.3)	(0.2)	0	(0.2)	(38.5) *	(35.9)	(36.5)	(0.1)	0	(36.5)	-	(0.1)	(1)	(17)	(1)	(4)	(18)	(0.2)	(0.2)	(0.04)	(0.15)
15026	2079	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ちゃつう	0	1354	320	(22.5)	(5.5)	(6.2)	(4.1)	(Tr)	(4.3)	(67.7)	(18.0)	(63.4) *	(3.8)	0	(66.4)	-	(0.6)	(5)	(63)	(120)	(41)	(79)	(1.9)	(0.9)	(0.23)	(0.50)
15156	2080	＜和生菓子・和半生菓子類＞ どら焼 こしあん入り	0	1186	279	(31.5)	(6.0)	(6.6)	(2.5)	(97.5)	(3.1)	(61.2) *	(57.2)	(57.7)	(1.5)	0	(58.4)	-	(0.7)	(160)	(71)	(26)	(9)	(71)	(0.9)	(0.5)	(0.07)	(0.21)
15027	2081	＜和生菓子・和半生菓子類＞ どら焼 つぶしあん入り	0	1181	278	(31.5)	(4.5)	(4.9)	(2.3)	(93.0)	(2.9)	(63.5) *	(59.7)	(57.2)	(1.5)	0	(60.9)	-	(0.4)	(120)	(83)	(17)	(9)	(56)	(0.7)	(0.4)	(0.07)	(0.18)
15157	2082	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 生八つ橋 あん入り こしあん入り	0	1169	274	(30.5)	(3.1)	(3.6)	(0.3)	0	(0.3)	(68.4) *	(64.0)	(64.3)	(1.6)	0	(65.4)	-	(0.2)	(2)	(35)	(17)	(12)	(42)	(0.8)	(0.5)	(0.10)	(0.34)
15004	2083	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 生八つ橋 あん入り こしあん・つぶしあん混合	0	1167	274	(30.5)	(3.0)	(3.5)	(0.2)	0	(0.3)	(68.2) *	(64.1)	(63.9)	(2.1)	0	(65.5)	-	(0.2)	(10)	(51)	(16)	(12)	(41)	(0.8)	(0.5)	(0.10)	(0.30)
15158	2084	＜和生菓子・和半生菓子類＞ 生八つ橋 あん入り つぶしあん入り	0	1170	275	(30.5)	(3.2)	(3.7)	(0.3)	0	(0.5)	(67.8) *	(63.5)	(63.4)	(2.3)	0	(65.1)	-	(0.3)	(22)	(83)	(9)	(14)	(52)	(0.8)	(0.5)	(0.13)	(0.34)
15028	2085	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ねりきり	0	1102	259	(34.0)	(4.6)	(5.3)	(0.2)	0	(0.3)	(61.9) *	(58.2)	(57.4)	(3.6)	0	(60.1)	-	(0.3)	(2)	(33)	(39)	(16)	(46)	(1.5)	(0.6)	(0.13)	(0.39)
15029	2086	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう カステラまんじゅう こしあん入り	0	1232	290	(27.9)	(6.1)	(6.7)	(1.7)	(55.8)	(2.1)	(65.5) *	(61.0)	(61.3)	(2.4)	0	(62.6)	-	(0.6)	(42)	(71)	(38)	(11)	(86)	(1.1)	(0.5)	(0.09)	(0.31)
15159	2087	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう カステラまんじゅう つぶしあん入り	0	1233	290	(27.9)	(6.2)	(6.9)	(1.8)	(57.2)	(2.3)	(64.7) *	(60.3)	(60.1)	(3.2)	0	(62.2)	-	(0.7)	(66)	(130)	(29)	(13)	(99)	(1.0)	(0.6)	(0.12)	(0.31)
15160	2088	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう かるかんまんじゅう こしあん入り	0	961	226	(42.5)	(2.5)	(3.0)	(0.2)	0	(0.3)	(56.3) *	(53.4)	(53.0)	(1.4)	0	(53.8)	-	(0.3)	(24)	(92)	(14)	(10)	(35)	(0.6)	(0.4)	(0.09)	(0.24)
15161	2089	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう かるかんまんじゅう つぶしあん入り	0	962	226	(42.5)	(2.6)	(3.1)	(0.2)	0	(0.4)	(55.8) *	(53.0)	(52.3)	(1.9)	0	(53.6)	-	(0.4)	(41)	(130)	(8)	(12)	(43)	(0.6)	(0.4)	(0.11)	(0.23)
15030	2090	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう くずまんじゅう こしあん入り	0	922	216	(45.0)	(2.7)	(3.1)	(0.1)	0	(0.2)	(53.5) *	(50.3)	(49.8)	(2.2)	0	(51.4)	-	(0.3)	(48)	(22)	(24)	(10)	(30)	(0.9)	(0.3)	(0.08)	(0.23)
15162	2091	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう くずまんじゅう つぶしあん入り	0	930	218	(45.0)	(1.1)	(1.3)	(0.1)	0	(0.1)	(56.2) *	(52.9)	(52.4)	(1.3)	0	(53.4)	-	(0.2)	(30)	(41)	(6)	(6)	(22)	(0.4)	(0.2)	(0.05)	(0.09)
15031	2092	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう くりまんじゅう こしあん入り	0	1258	296	(24.0)	(5.8)	(6.5)	(1.0)	(30.2)	(1.4)	(68.4) *	(64.1)	(65.5)	(3.3)	-	(68.1)	-	(0.4)	(26)	(65)	(42)	(15)	(67)	(1.4)	(0.6)	(0.12)	(0.40)
15163	2093	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう くりまんじゅう つぶしあん入り	0	1251	294	(24.0)	(6.0)	(6.7)	(1.1)	(31.3)	(1.6)	(66.8) *	(62.6)	(63.5)	(4.7)	-	(67.0)	-	(0.6)	(66)	(160)	(26)	(20)	(87)	(1.3)	(0.7)	(0.17)	(0.40)
15032	2094	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう とうまんじゅう こしあん入り	0	1196	281	(28.0)	(6.2)	(6.8)	(2.5)	(96.9)	(3.1)	(64.1) *	(60.0)	(62.6)	(1.7)	0	(61.6)	0	(0.4)	(39)	(46)	(24)	(8)	(59)	(0.9)	(0.5)	(0.06)	(0.14)
15164	2095	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう とうまんじゅう つぶしあん入り	0	1234	290	(28.0)	(6.3)	(6.9)	(2.6)	(98.6)	(3.3)	(63.6) *	(59.5)	(60.4)	(2.3)	0	(61.3)	0	(0.5)	(56)	(84)	(18)	(10)	(67)	(0.8)	(0.5)	(0.08)	(0.13)
15033	2096	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう 蒸しまんじゅう こしあん入り	0	1214	286	(35.0)	(4.1)	(4.6)	(0.4)	0	(0.5)	(62.0) *	(57.9)	(60.3)	(2.4)	0	(59.5)	-	(0.4)	(38)	(43)	(24)	(11)	(46)	(0.9)	(0.4)	(0.08)	(0.30)
15165	2097	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう 蒸しまんじゅう つぶしあん入り	0	1096	257	(35.0)	(4.2)	(4.7)	(0.4)	0	(0.7)	(61.3) *	(57.2)	(56.4)	(3.4)	0	(59.1)	-	(0.5)	(65)	(100)	(14)	(14)	(59)	(0.9)	(0.4)	(0.12)	(0.30)
15034	2098	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう 中華まんじゅう あんまん こしあん入り	0	1157	273	(36.6)	(5.6)	(6.1)	(5.3)	(3.2)	(5.6)	(52.9) *	(48.8)	(49.5)	(2.6)	-	(51.3)	-	(0.4)	(11)	(65)	(58)	(23)	(57)	(1.1)	(0.6)	(0.14)	(0.36)
15166	2099	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう 中華まんじゅう あんまん つぶしあん入り	0	1180	279	(36.6)	(5.7)	(6.2)	(5.7)	(3.4)	(6.0)	(52.9) *	(48.8)	(48.2)	(3.3)	0	(51.3)	-	(0.5)	(29)	(110)	(55)	(26)	(67)	(1.1)	(0.6)	(0.17)	(0.36)

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
15144	2074	0	(1)	0	(34)	0	(11)	(57)	(2)	(64)	(5)	0	(0.2)	(Tr)	(1.3)	(0.5)	(7)	(0.07)	(0.03)	(0.3)	(1.2)	(0.03)	0	(60)	(0.31)	(0.4)	(3)	-	(0.1)	部分割合： ずんだ4、もち6
15023	2075	0	(1)	0	(46)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.3)	(0.9)	(2)	(0.02)	(0.01)	(0.1)	(1.1)	(0.02)	0	(3)	(0.22)	(0.9)	0	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： もち皮 10、あん 7
15155	2076	0	(1)	(1)	(54)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	(0.4)	(0.8)	(3)	(0.03)	(0.02)	(0.2)	(0.9)	(0.03)	0	(6)	(0.28)	(1.1)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： もち皮 10、あん 7
15024	2077	(8)	(7)	(Tr)	(13)	(53)	0	0	(3)	0	0	(0.3)	(0.4)	(Tr)	(0.4)	(0.7)	-	(0.03)	(0.11)	(0.1)	(1.4)	(0.03)	(0.3)	(14)	(0.38)	(6.6)	(1)	-	(0.1)	あん入りロールカステラ 柚子風味小豆こしあん入り 部分割合： 皮 2、あん 1
15025	2078	0	(1)	0	(15)	0	-	-	-	0	0	0	(Tr)	0	0	0	0	(0.02)	(Tr)	(0.2)	(0.5)	(0.02)	0	(3)	(0.12)	(0.2)	0	-	0	上新粉製品
15026	2079	0	(1)	(1)	(33)	0	-	(1)	0	(1)	0	0	(Tr)	(Tr)	(2.2)	(1.6)	(4)	(0.08)	(0.05)	(0.4)	(1.8)	(0.05)	0	(8)	(0.10)	(2.1)	0	-	(Tr)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 9
15156	2080	(9)	(7)	(1)	(11)	(55)	0	0	-	0	0	(0.4)	(0.4)	(Tr)	(0.3)	-	(4)	(0.05)	(0.11)	(0.2)	(1.3)	(0.03)	(0.3)	(15)	(0.45)	(6.9)	0	-	(0.4)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 5、あん 4
15027	2081	(3)	(6)	(1)	(15)	(36)	0	(Tr)	(5)	(3)	(36)	(0.9)	(0.9)	(Tr)	(0.3)	(0.5)	(4)	(0.04)	(0.08)	(0.1)	(1.2)	(0.03)	(0.2)	(11)	(0.31)	(4.9)	0	-	(0.3)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 5、あん 4
15157	2082	(Tr)	(1)	(Tr)	(32)	0	-	-	-	0	0	0	(Tr)	0	(0.3)	(0.8)	(1)	(0.03)	(0.02)	(0.3)	(0.9)	(0.03)	0	(3)	(0.18)	(0.8)	0	-	0	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 4、あん 6
15004	2083	0	(1)	(1)	(30)	0	-	-	-	0	0	0	(Tr)	0	(0.4)	(0.9)	(2)	(0.02)	(0.02)	(0.2)	(0.9)	(0.02)	0	(4)	(0.15)	(0.9)	0	-	(Tr)	あん（小豆こしあん、小豆つぶしあん）入り 部分割合： 皮 4、あん 6
15158	2084	(Tr)	(1)	(1)	(38)	0	-	-	-	0	0	0	(0.1)	0	(0.3)	(0.7)	(2)	(0.03)	(0.02)	(0.4)	(1.0)	(0.04)	0	(6)	(0.24)	(0.9)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 4、あん 6
15028	2085	0	(Tr)	(1)	(33)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.7)	(2.0)	(4)	(0.01)	(0.03)	(0.1)	(1.0)	0	0	(1)	(0.04)	(1.3)	0	-	0	
15029	2086	(5)	(5)	(1)	(19)	(32)	0	0	(2)	0	0	(0.2)	(0.3)	(0.1)	(0.4)	(0.9)	(4)	(0.05)	(0.08)	(0.2)	(1.6)	(0.02)	(0.2)	(10)	(0.35)	(4.6)	0	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 5、あん 7
15159	2087	(5)	(5)	(1)	(26)	(32)	0	0	(2)	0	0	(0.2)	(0.3)	(0.1)	(0.5)	(0.8)	(5)	(0.05)	(0.08)	(0.2)	(1.4)	(0.04)	(0.2)	(14)	(0.42)	(4.8)	0	-	(0.2)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 5、あん 7
15160	2088	(Tr)	(1)	(Tr)	(21)	0	0	0	0	(1)	0	0	(0.1)	0	(0.2)	(0.6)	(1)	(0.03)	(0.02)	(0.3)	(0.8)	(0.03)	0	(4)	(0.21)	(0.9)	(1)	-	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 2
15161	2089	(Tr)	(1)	(1)	(26)	0	0	0	0	(1)	0	0	(0.1)	0	(0.3)	(0.6)	(2)	(0.04)	(0.02)	(0.3)	(0.8)	(0.04)	0	(6)	(0.25)	(1.0)	(1)	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 2
15030	2090	0	0	(1)	(19)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.4)	(1.2)	(2)	(0.01)	(0.02)	(Tr)	(0.6)	0	0	(1)	(0.02)	(0.8)	0	-	(0.1)	別名： くずざくら 小豆こしあん入り 部分割合： 皮 2、あん 3
15162	2091	0	0	(1)	(11)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.2)	(0.4)	(1)	(Tr)	(0.01)	(Tr)	(0.2)	(0.01)	0	(2)	(0.04)	(0.4)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 2、あん 3
15031	2092	(3)	(3)	(1)	-	(17)	(1)	(1)	(1)	(1)	0	(0.1)	(0.2)	(Tr)	(0.7)	(1.5)	(4)	(0.04)	(0.06)	(0.2)	(1.5)	(0.01)	(0.1)	(7)	(0.23)	(3.2)	0	-	(0.1)	栗入り小豆こしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 2
15163	2093	(3)	(3)	(1)	(39)	(18)	(1)	(1)	(1)	(1)	0	(0.1)	(0.2)	(Tr)	(0.8)	(1.4)	(5)	(0.04)	(0.06)	(0.2)	(1.3)	(0.04)	(0.1)	(12)	(0.34)	(3.5)	0	-	(0.2)	栗入り小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 2
15032	2094	(9)	(6)	(1)	(14)	(55)	0	0	(3)	0	0	(0.3)	(0.4)	(Tr)	(0.4)	(0.6)	(4)	(0.05)	(0.11)	(0.2)	(1.6)	(0.03)	(0.3)	(15)	(0.44)	(7.0)	0	0	(0.1)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 4、あん 5
15164	2095	(9)	(6)	(1)	(19)	(56)	0	0	(3)	0	0	(0.4)	(0.4)	(Tr)	(0.4)	(0.6)	(5)	(0.05)	(0.12)	(0.2)	(1.4)	(0.04)	(0.3)	(18)	(0.49)	(7.2)	0	0	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 4、あん 5
15033	2096	0	(1)	(1)	(19)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	(Tr)	(0.4)	(1.0)	(2)	(0.03)	(0.02)	(0.2)	(1.0)	(0.01)	0	(3)	(0.14)	(1.0)	0	-	(0.1)	薬まんじゅう等 小豆こしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 2
15165	2097	0	(1)	(1)	(27)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	(Tr)	(0.4)	(0.9)	(3)	(0.04)	(0.02)	(0.2)	(1.0)	(0.02)	0	(6)	(0.22)	(1.1)	0	-	(0.2)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 10、あん 7
15034	2098	0	(7)	(1)	(20)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	(0.1)	(1.0)	(0.7)	(2)	(0.08)	(0.03)	(0.5)	(1.7)	(0.04)	0	(9)	(0.27)	(1.4)	0	-	(Tr)	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 10、あん 7
15166	2099	0	(6)	(1)	(26)	0	0	0	0	(Tr)	0	0	(0.1)	(0.1)	(1.1)	(0.7)	(3)	(0.08)	(0.03)	(0.5)	(1.5)	(0.05)	0	(12)	(0.32)	(1.6)	0	-	(0.1)	小豆つぶしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 9

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
15035	2100	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう 中華まんじゅう 肉まん	0	1024	242	(39.5)	(8.6)	(10.0)	(4.6)	(15.6)	(5.1)	(42.4) *	(39.0)	(42.0)	(3.2)	-	(43.4)	-	(1.9)	(460)	(310)	(28)	(20)	(87)	(0.8)	(1.2)	(0.12)	(0.45)
15036	2101	＜和生菓子・和半生菓子類＞ もなか こしあん入り	0	1180	277	(29.0)	(4.3)	(4.9)	(0.2)	0	(0.3)	(67.3) *	(63.2)	(63.3)	(3.1)	0	(65.5)	-	(0.2)	(2)	(32)	(33)	(14)	(41)	(1.2)	(0.6)	(0.12)	(0.41)
15167	2102	＜和生菓子・和半生菓子類＞ もなか つぶしあん入り	0	1181	278	(29.0)	(5.6)	(6.4)	(0.3)	0	(0.7)	(64.0) *	(60.1)	(58.4)	(6.1)	0	(63.3)	-	(0.5)	(59)	(170)	(21)	(25)	(80)	(1.6)	(0.8)	(0.23)	(0.49)
15037	2103	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ゆべし	0	1363	321	(22.0)	(2.1)	(2.4)	(3.6)	0	(3.5)	(74.1) *	(69.8)	(70.9)	(0.5)	0	(71.2)	(Tr)	(0.8)	(230)	(62)	(6)	(15)	(41)	(0.4)	(0.4)	(0.11)	(0.38)
15038	2104	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ようかん 練りようかん	0	1232	289	(26.0)	(3.1)	(3.6)	(0.1)	0	(0.2)	(71.9) *	(68.0)	(67.4)	(3.1)	0	(69.9)	-	(0.2)	(3)	(24)	(33)	(12)	(32)	(1.1)	(0.4)	(0.09)	(0.30)
15039	2105	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ようかん 水ようかん	0	713	168	(57.0)	(2.3)	(2.6)	(0.1)	0	(0.2)	(40.9) *	(38.7)	(38.2)	(2.2)	0	(39.9)	0	(0.3)	(57)	(17)	(23)	(8)	(23)	(0.8)	(0.3)	(0.06)	(0.21)
15040	2106	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ようかん 蒸しようかん	0	1010	237	(39.5)	(3.8)	(4.4)	(0.2)	0	(0.3)	(57.3) *	(53.8)	(53.2)	(2.8)	0	(55.4)	-	(0.4)	(83)	(32)	(30)	(13)	(37)	(1.1)	(0.4)	(0.10)	(0.32)
15041	2107	＜和干菓子類＞ あめ玉	0	1643	385	(2.5)	-	0	-	0	0	(102.7) *	(97.5)	(97.5)	0	-	(97.5)	-	0	(1)	(2)	(1)	0	(Tr)	(Tr)	0	(0.01)	(Tr)
15042	2108	＜和干菓子類＞ 芋かりんとう	0	1957	465	(5.5)	(1.2)	(1.4)	(19.8)	(0.4)	(20.6)	(73.9) *	(69.5)	(69.7)	(2.6)	0	(71.3)	-	(1.2)	(13)	(550)	(41)	(28)	(54)	(0.7)	(0.2)	(0.20)	(0.47)
15043	2109	＜和干菓子類＞ おこし	0	1604	376	(5.0)	(3.2)	(3.8)	(0.6)	0	(0.7)	(95.2) *	(88.5)	(90.4)	(0.4)	0	(90.2)	-	(0.3)	(95)	(25)	(4)	(5)	(22)	(0.2)	(0.8)	(0.12)	(0.48)
15044	2110	＜和干菓子類＞ おのろけ豆	0	1849	438	(3.0)	(10.3)	(11.3)	(13.8)	0	(13.6)	(71.6) *	(65.3)	(68.6)	(2.3)	0	(70.2)	(0.1)	(1.9)	(390)	(270)	(17)	(70)	(180)	(1.1)	(1.6)	(0.33)	(1.14)
15045	2111	＜和干菓子類＞ かりんとう 黒	0	1776	420	(3.5)	(6.9)	(7.5)	(11.1)	(0.2)	(11.6)	(77.3) *	(72.0)	(76.1)	(1.2)	-	(76.3)	-	(1.1)	(7)	(300)	(66)	(27)	(57)	(1.6)	(0.7)	(0.16)	(0.53)
15046	2112	＜和干菓子類＞ かりんとう 白	0	1792	424	(2.5)	(9.1)	(9.7)	(10.7)	(0.2)	(11.2)	(76.7) *	(70.8)	(75.6)	(1.7)	-	(76.2)	-	(0.4)	(1)	(71)	(17)	(27)	(68)	(0.8)	(0.8)	(0.15)	(0.44)
15047	2113	＜和干菓子類＞ ごかぼう	0	1555	367	(10.0)	(9.8)	(10.6)	(6.0)	0	(6.4)	(70.5) *	(65.7)	(68.4)	(4.5)	0	(71.7)	-	(1.3)	(1)	(500)	(48)	(64)	(170)	(2.0)	(1.4)	(0.33)	(0.89)
15048	2114	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 磯部せんべい	0	1608	377	(4.2)	(3.9)	(4.3)	(0.7)	0	(0.8)	(94.1) *	(87.9)	(88.4)	(1.3)	0	(89.3)	-	(1.5)	(500)	(59)	(11)	(6)	(31)	(0.3)	(0.1)	(0.05)	(0.22)
15049	2115	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい かわらせんべい	0	1648	387	(4.3)	(6.5)	(7.0)	(2.6)	(90.0)	(3.2)	(89.5) *	(83.6)	(84.8)	(1.2)	0	(84.9)	-	(0.6)	(57)	(54)	(10)	(6)	(70)	(0.6)	(0.4)	(0.05)	(0.21)
15050	2116	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 巻きせんべい	0	1642	386	(3.5)	(4.0)	(4.3)	(1.2)	(29.8)	(1.4)	(95.2) *	(89.3)	(89.9)	(1.0)	0	(90.4)	-	(0.4)	(39)	(70)	(21)	(5)	(53)	(0.3)	(0.2)	(0.04)	(0.17)
15051	2117	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 南部せんべい ごま入り	0	1786	423	(3.3)	(10.6)	(11.2)	(10.8)	0	(11.1)	(73.3) *	(66.7)	(68.7)	(4.2)	0	(72.0)	-	(2.4)	(430)	(170)	(240)	(78)	(150)	(2.2)	(1.3)	(0.38)	(0.80)
15052	2118	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 南部せんべい 落花生入り	0	1781	421	(3.3)	(11.0)	(11.7)	(9.2)	0	(9.5)	(76.6) *	(69.9)	(71.4)	(3.5)	0	(73.9)	(0.1)	(1.6)	(340)	(230)	(26)	(40)	(120)	(0.7)	(0.7)	(0.18)	(0.65)
15053	2119	＜和干菓子類＞ しおがま	0	1481	347	(10.0)	(2.1)	(2.6)	(0.2)	0	(0.2)	(89.6) *	(84.2)	(85.5)	(0.6)	-	(85.5)	-	(1.6)	(580)	(42)	(14)	(7)	(17)	(0.2)	(0.6)	(0.09)	(0.40)
15056	2120	＜和干菓子類＞ ひなあられ 関西風	0	1631	384	(2.6)	(7.2)	(8.0)	(1.2)	0	(1.4)	(84.5)	(76.8)	(85.6) *	(1.3)	-	(85.8)	-	(2.1)	(680)	(150)	(15)	(35)	(150)	(0.5)	(2.4)	(0.38)	(1.37)
15055	2121	＜和干菓子類＞ ひなあられ 関東風	0	1610	380	(4.7)	(8.7)	(9.6)	(2.5)	0	(2.8)	(78.4)	(71.5)	(79.4) *	(2.5)	-	(80.7)	-	(2.2)	(600)	(260)	(26)	(47)	(180)	(1.1)	(2.4)	(0.40)	(1.36)
15057	2122	＜和干菓子類＞ 米菓 揚げせんべい	0	1928	458	(4.0)	(4.9)	(5.6)	(16.9)	(0.3)	(17.4)	(75.9) *	(69.0)	(72.0)	(0.5)	0	(71.3)	-	(1.6)	(490)	(82)	(5)	(21)	(87)	(0.7)	(0.9)	(0.17)	(0.68)
15058	2123	＜和干菓子類＞ 米菓 甘辛せんべい	0	1595	374	(4.5)	(5.8)	(6.7)	(0.8)	0	(0.9)	(91.0) *	(83.1)	(86.5)	(0.6)	0	(86.2)	(0.1)	(1.6)	(460)	(120)	(7)	(28)	(110)	(0.9)	(1.0)	(0.19)	(0.81)
15059	2124	＜和干菓子類＞ 米菓 あられ	0	1603	378	(4.4)	(6.7)	(7.5)	(0.8)	0	(1.0)	(82.9)	(75.4)	(85.0) *	(0.8)	(Tr)	(84.9)	(0.1)	(2.0)	(660)	(99)	(8)	(17)	(55)	(0.3)	(1.6)	(0.21)	(1.07)
15060	2125	＜和干菓子類＞ 米菓 しょうゆせんべい	0	1570	369	(5.9)	(6.3)	(7.3)	(0.9)	0	(1.0)	(88.7) *	(80.4)	(84.3)	(0.6)	0	(83.9)	(0.1)	(1.8)	(500)	(130)	(8)	(30)	(120)	(1.0)	(1.1)	(0.20)	(0.88)
15061	2126	＜和干菓子類＞ ポーロ 小粒	0	1653	388	(4.5)	(2.3)	(2.5)	(1.6)	(74.4)	(2.1)	(97.1) *	(90.6)	(91.3)	0	-	(90.6)	-	(0.3)	(30)	(44)	(15)	(5)	(54)	(0.6)	(0.2)	(0.03)	(Tr)
15062	2127	＜和干菓子類＞ ポーロ そばポーロ	0	1641	386	(2.0)	(7.0)	(7.7)	(2.8)	(87.2)	(3.4)	(87.9) *	(84.1)	(85.8)	(1.5)	0	(86.1)	0	(0.8)	(130)	(130)	(21)	(30)	(110)	(0.9)	(0.7)	(0.12)	(0.32)
15063	2128	＜和干菓子類＞ 松風	0	1611	378	(5.3)	(3.7)	(4.0)	(0.6)	0	(0.7)	(94.6) *	(88.4)	(88.9)	(1.2)	0	(89.7)	-	(0.2)	(27)	(54)	(10)	(6)	(29)	(0.3)	(0.1)	(0.05)	(0.21)
15064	2129	＜和干菓子類＞ みしま豆	0	1700	402	(1.6)	(11.5)	(12.3)	(8.2)	0	(8.6)	(72.0) *	(68.6)	(71.0)	(6.0)	0	(75.8)	-	(1.7)	(1)	(680)	(65)	(86)	(220)	(2.7)	(1.4)	(0.38)	(0.92)
15065	2130	＜和干菓子類＞ 八つ橋	0	1663	390	(1.8)	(2.9)	(3.3)	(0.5)	0	(0.5)	(99.7) *	(93.0)	(94.4)	(0.3)	0	(94.2)	-	(0.2)	(1)	(49)	(3)	(13)	(51)	(0.4)	(0.8)	(0.13)	(0.44)
15066	2131	＜和干菓子類＞ らくがん らくがん	0	1635	383	(3.0)	(2.0)	(2.4)	(0.2)	0	(0.2)	(99.5) *	(93.4)	(94.5)	(0.2)	0	(94.3)	-	(0.1)	(2)	(19)	(3)	(3)	(17)	(0.2)	(0.5)	(0.08)	(0.30)
15067	2132	＜和干菓子類＞ らくがん 麦らくがん	0	1685	396	(2.4)	(4.2)	(4.8)	(1.5)	0	(1.8)	(94.6) *	(88.7)	(85.8)	(5.4)	0	(90.4)	-	(0.7)	(2)	(170)	(16)	(46)	(120)	(1.1)	(1.4)	(0.16)	(0.68)
15068	2133	＜和干菓子類＞ らくがん もろこしらくがん	0	1590	374	(2.5)	(5.7)	(6.6)	(0.2)	0	(0.3)	(89.4) *	(84.4)	(84.1)	(6.9)	0	(89.9)	-	(0.6)	(130)	(51)	(16)	(22)	(58)	(1.8)	(0.7)	(0.13)	(0.43)
15125	2134	＜菓子パン類＞ 揚げパン	0	1543	369	27.7	7.5	8.7	17.8	2.5	18.7	-	-	43.8 *	1.8	-	43.5	-	1.4	450	110	42	19	86	0.6	0.7	0.09	0.29
15069	2135	＜菓子パン類＞ あんパン こしあん入り	0	1125	265	(35.5)	(6.2)	(6.8)	(3.3)	(17.5)	(3.6)	(54.9) *	(51.0)	(51.9)	(2.5)	-	(53.5)	(Tr)	(0.6)	(110)	(66)	(31)	(16)	(57)	(1.0)	(0.7)	(0.11)	(0.27)

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
15035	2100	＜和生菓子・和半生菓子類＞ まんじゅう 中華まんじゅう 肉まん	(Tr)	(12)	(1)	(9)	(2)	-	-	-	(20)	(3)	(0.1)	-	-	-	-	(9)	(0.23)	(0.10)	(2.0)	(3.9)	(0.16)	(0.1)	(38)	(0.80)	(1.9)	(7)	(Tr)	(1.2)	部分割合： 皮 10、肉あん 4.5
15036	2101	＜和生菓子・和半生菓子類＞ もなか こしあん入り	0	(Tr)	(Tr)	(34)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.6)	(1.7)	(3)	(0.01)	(0.02)	(0.1)	(1.0)	(Tr)	0	(1)	(0.08)	(1.2)	0	-	0	小豆こしあん入り 部分割合： 皮 1、あん 9
15167	2102	＜和生菓子・和半生菓子類＞ もなか つぶしあん入り	0	(1)	(1)	(59)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	(1.0)	(2.0)	(6)	(0.02)	(0.03)	(0.1)	(1.2)	(0.03)	0	(9)	(0.23)	(1.9)	0	-	(0.2)	小豆つぶしあん入り 部分割合： パン 10、あん 7
15037	2103	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ゆべし	0	(1)	(Tr)	(18)	0	0	0	0	(1)	0	0	(0.1)	0	(1.1)	(0.1)	(Tr)	(0.03)	(0.02)	(0.4)	(0.9)	(0.06)	0	(8)	(0.19)	(0.7)	0	(0.1)	(0.6)	試料： くるみ入り
15038	2104	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ようかん 練りようかん	0	0	(Tr)	(22)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.5)	(1.4)	(3)	(0.01)	(0.02)	(Tr)	(0.7)	0	0	(1)	(0.03)	(0.9)	0	-	0	
15039	2105	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ようかん 水ようかん	0	0	0	(16)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.4)	(1.0)	(2)	(0.01)	(0.01)	(Tr)	(0.5)	0	0	(1)	(0.02)	(0.7)	0	-	(0.1)	
15040	2106	＜和生菓子・和半生菓子類＞ ようかん 蒸しようかん	0	(Tr)	(1)	(24)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	(0.5)	(1.5)	(3)	(0.02)	(0.02)	(0.1)	(0.9)	(Tr)	0	(1)	(0.06)	(1.1)	0	-	(0.2)	
15041	2107	＜和干菓子類＞ あめ玉	0	0	0	0	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	-	0	食塩添加品あり
15042	2108	＜和干菓子類＞ 芋かりんとう	(1)	(1)	(Tr)	(5)	0	0	(33)	(1)	(33)	(3)	0	(4.3)	(0.3)	(12.0)	(2.2)	(35)	(0.13)	(0.05)	(0.9)	(1.2)	(0.30)	0	(57)	(1.03)	(5.7)	(33)	-	(Tr)	別名： 芋けんぴ
15043	2109	＜和干菓子類＞ おこし	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.2)	(Tr)	(1)	(0.02)	(0.01)	(0.2)	(1.1)	(0.02)	0	(3)	(0.12)	0	0	-	(0.2)	米おこし、あわおこしを含む
15044	2110	＜和干菓子類＞ おのろけ豆	(1)	(4)	(1)	(85)	0	0	(1)	(1)	(2)	0	0	(2.9)	(0.1)	(1.8)	(0.1)	0	(0.13)	(0.05)	(7.0)	(9.3)	(0.21)	0	(24)	(1.09)	(28.0)	0	-	(1.0)	らっかせい製品
15045	2111	＜和干菓子類＞ かりんとう 黒	(3)	(28)	(4)	(19)	0	0	(3)	0	(3)	0	(Tr)	(1.6)	(0.3)	(6.0)	(1.2)	(18)	(0.10)	(0.05)	(1.0)	(2.4)	(0.21)	0	(25)	(0.84)	(9.7)	0	-	(Tr)	
15046	2112	＜和干菓子類＞ かりんとう 白	0	(37)	(1)	(23)	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(1.6)	(0.3)	(5.6)	(1.1)	(17)	(0.12)	(0.05)	(1.1)	(3.0)	(0.07)	0	(31)	(0.72)	(2.9)	0	-	0	
15047	2113	＜和干菓子類＞ ごかぼう	-	-	-	-	0	0	(1)	0	(1)	0	0	0	(0.4)	(0.3)	(2.8)	(2.1)	(6)	(0.03)	(0.06)	(0.6)	(3.1)	(0.13)	0	(55)	(0.30)	(7.4)	0	-	0	
15048	2114	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 磯部せんべい	0	(2)	(1)	(6)	0	-	-	-	0	0	0	0	(0.1)	(0.1)	0	0	0	(0.06)	(0.02)	(0.3)	(1.2)	(0.02)	0	(4)	(0.27)	(0.6)	0	-	(1.3)	
15049	2115	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい かわらせんべい	(8)	(8)	(1)	(7)	(51)	0	0	(3)	0	0	(0.3)	(0.4)	(0.1)	(0.1)	0	(3)	(0.07)	(0.11)	(0.3)	(1.9)	(0.04)	(0.3)	(16)	(0.54)	(6.4)	0	-	(0.1)	
15050	2116	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 巻きせんべい	(3)	(4)	(1)	(5)	(17)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.2)	(0.1)	(Tr)	0	(1)	(0.05)	(0.04)	(0.2)	(1.2)	(0.02)	(0.1)	(7)	(0.31)	(2.4)	0	-	(0.1)	別名： 有平巻き
15051	2117	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 南部せんべい ごま入り	(Tr)	(6)	(2)	(28)	0	0	(2)	0	(2)	0	0	(0.3)	(0.2)	(4.0)	(0.1)	(1)	(0.27)	(0.08)	(1.5)	(4.2)	(0.14)	0	(25)	(0.59)	(3.2)	0	-	(1.1)	
15052	2118	＜和干菓子類＞ 小麦粉せんべい 南部せんべい 落花生入り	(1)	(7)	(2)	(26)	0	0	(1)	(1)	(1)	0	0	(2.2)	(0.2)	(1.2)	(0.1)	0	(0.17)	(0.05)	(3.9)	(6.3)	(0.11)	0	(21)	(0.91)	(17.0)	0	-	(0.9)	
15053	2119	＜和干菓子類＞ しおがま	0	0	0	0	0	0	(510)	0	(510)	(85)	-	(0.2)	0	0	0	(33)	(0.02)	(0.02)	(0.2)	(0.8)	(0.02)	0	(7)	(1.33)	(Tr)	0	-	(1.5)	
15056	2120	＜和干菓子類＞ ひなあられ 関西風	(10)	(7)	(5)	(130)	0	-	-	-	0	0	0	(0.1)	0	0	0	0	(0.09)	(0.05)	(1.0)	(2.8)	(0.09)	0	(15)	(1.02)	(2.5)	0	-	(1.7)	部分割合： あられ 100
15055	2121	＜和干菓子類＞ ひなあられ 関東風	(9)	(7)	(5)	(140)	0	0	0	0	0	0	-	(0.2)	(0.1)	(0.8)	(0.7)	(2)	(0.08)	(0.06)	(1.0)	(2.6)	(0.12)	0	(27)	(0.95)	(4.2)	0	-	(1.5)	部分割合： あられ 88、甘納豆 6、いり大豆 6
15057	2122	＜和干菓子類＞ 米菓 揚げせんべい	(1)	(4)	(1)	(70)	0	0	0	0	0	0	0	(2.3)	(0.2)	(9.4)	(1.8)	(28)	(0.08)	(0.02)	(1.2)	(2.5)	(0.11)	0	(11)	(0.61)	(1.0)	0	-	(1.2)	
15058	2123	＜和干菓子類＞ 米菓 甘辛せんべい	(1)	(5)	(1)	(79)	0	0	0	0	0	0	0	(0.2)	0	0	0	0	(0.09)	(0.03)	(1.4)	(2.8)	(0.13)	0	(14)	(0.69)	(2.1)	0	(0.2)	(1.2)	別名： ざらめせんべい
15059	2124	＜和干菓子類＞ 米菓 あられ	0	(4)	(Tr)	(98)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	0	0	0	(0.06)	(0.03)	(0.5)	(2.2)	(0.06)	(Tr)	(11)	(0.63)	(2.5)	0	(0.2)	(1.7)	
15060	2125	＜和干菓子類＞ 米菓 しょうゆせんべい	(1)	(5)	(1)	(86)	0	0	0	0	0	0	0	(0.2)	0	0	0	0	(0.10)	(0.04)	(1.5)	(3.0)	(0.14)	0	(16)	(0.75)	(2.3)	0	(0.2)	(1.3)	
15061	2126	＜和干菓子類＞ ポーロ 小粒	(7)	(5)	(3)	(1)	(42)	0	0	(2)	0	0	(0.3)	(0.3)	0	(0.1)	0	(2)	(0.01)	(0.07)	(Tr)	(0.6)	(0.02)	(0.2)	(10)	(0.23)	(4.8)	0	-	(0.1)	別名： たまごポーロ、乳ポーロ、栄養ポーロ、衛生ポーロ 乳児用としてカルシウム、ビタミン等の添加品あり
15062	2127	＜和干菓子類＞ ポーロ そばポーロ	(8)	(8)	(1)	(11)	(49)	0	0	(3)	0	0	(0.3)	(0.4)	(0.1)	(0.9)	(Tr)	(3)	(0.12)	(0.11)	(0.8)	(2.6)	(0.07)	(0.3)	(21)	(0.68)	(8.1)	0	-	(0.3)	
15063	2128	＜和干菓子類＞ 松風	0	(2)	(1)	(6)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	(0.1)	0	0	0	(0.05)	(0.02)	(0.3)	(1.1)	(0.01)	0	(4)	(0.26)	(0.6)	0	-	(0.1)	
15064	2129	＜和干菓子類＞ みしま豆	0	(2)	(4)	(130)	0	0	(1)	0	(1)	0	0	(0.6)	(0.4)	(3.8)	(2.9)	(9)	(0.02)	(0.08)	(0.7)	(3.6)	(0.17)	0	(75)	(0.34)	(10.0)	0	-	0	糖衣のいり大豆
15065	2130	＜和干菓子類＞ 八つ橋	0	(1)	0	(38)	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	0	0	0	(0.04)	(0.01)	(0.7)	(1.4)	(0.07)	0	(7)	(0.36)	(0.8)	0	-	0	
15066	2131	＜和干菓子類＞ らくがん らくがん	0	0	(1)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(Tr)	(0.1)	(0.7)	(0.01)	0	(2)	(0.07)	(Tr)	0	-	0	みじん粉製品
15067	2132	＜和干菓子類＞ らくがん 麦らくがん	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.2)	(Tr)	(0.1)	0	0	(0.03)	(0.04)	(2.7)	(3.8)	(0.03)	0	(9)	(0.11)	(Tr)	0	-	0	麦こがし製品
15068	2133	＜和干菓子類＞ らくがん もろこしらくがん	(Tr)	(1)	(4)	(46)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(0.9)	(1.0)	(1)	(0.01)	(0.01)	(0.2)	(1.5)	(0.01)	0	(1)	(0.08)	(2.0)	0	-	(0.3)	さらしあん製品
15125	2134	＜菓子パン類＞ 揚げパン	22	13	1	11	1	0	3	0	3	2	0	4.3	0.2	4.5	0.2	(0)	0.18	0.13	1.2	2.7	0.05	0.1	33	0.32	4.0	0	-	1.1	揚げパン部分のみ
15069	2135	＜菓子パン類＞ あんパン こしあん入り	(2)	(13)	(1)	(22)	(10)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.4)	(0.1)	(0.6)	(1.0)	(2)	(0.06)	(0.07)	(0.5)	(1.7)	(0.03)	(0.1)	(28)	(0.36)	(3.4)	0	-	(0.3)	小豆こしあん入り 部分割合： パン 10、あん 7

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)	mg	(……g……)													(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
15168	2136	＜菓子パン類＞ あんパン つぶしあん入り	0	1126	266	(35.5)	(6.3)	(7.0)	(3.4)	(18.0)	(3.8)	(54.1) *	(50.3)	(50.7)	(3.3)	-	(53.0)	(Tr)	(0.7)	(130)	(120)	(23)	(18)	(68)	(1.0)	(0.7)	(0.14)	(0.27)
15126	2137	＜菓子パン類＞ あんパン 薄皮タイプ こしあん入り	0	1092	257	(37.4)	(6.0)	(6.6)	(3.2)	(17.0)	(3.5)	(53.3) *	(49.5)	(50.4)	(2.4)	-	(51.9)	(Tr)	(0.6)	(110)	(64)	(30)	(15)	(55)	(1.0)	(0.6)	(0.10)	(0.26)
15169	2138	＜菓子パン類＞ あんパン 薄皮タイプ つぶしあん入り	0	1093	258	(37.4)	(6.1)	(6.8)	(3.3)	(17.5)	(3.7)	(52.5) *	(48.8)	(49.2)	(3.2)	-	(51.4)	(Tr)	(0.7)	(130)	(110)	(22)	(18)	(66)	(0.9)	(0.7)	(0.13)	(0.26)
15127	2139	＜菓子パン類＞ カレーパン 皮及び具	0	1264	302	41.3	5.7	6.6	17.3	13.2	18.3	32.0 *	29.5	32.5	1.6	0	32.3	0.1	1.5	490	130	24	17	91	0.7	0.6	0.07	0.28
15128	2140	＜菓子パン類＞ カレーパン 皮のみ	0	1516	363	30.8	6.2	7.2	21.2	14.1	22.4	38.5 *	35.3	39.2	1.3	0	38.4	-	1.2	390	100	23	16	100	0.7	0.6	0.08	0.28
15129	2141	＜菓子パン類＞ カレーパン 具のみ	0	703	168	64.5	4.5	5.3	8.7	11.2	9.3	17.7 *	16.7	17.5	2.4	0	18.8	0.3	2.1	710	200	28	19	69	0.7	0.7	0.07	0.28
15070	2142	＜菓子パン類＞ クリームパン	0	1175	278	(35.5)	(7.1)	(7.9)	(6.7)	(97.5)	(7.4)	(49.7) *	(46.0)	(48.4)	(1.3)	-	(48.3)	(0.1)	(0.9)	(150)	(110)	(56)	(15)	(110)	(0.8)	(0.8)	(0.08)	(0.15)
15130	2143	＜菓子パン類＞ クリームパン 薄皮タイプ	0	888	210	(52.2)	(5.4)	(6.0)	(6.2)	(135)	(7.1)	(35.1) *	(32.7)	(34.7)	(0.6)	-	(33.9)	(0.1)	(0.8)	(83)	(110)	(71)	(11)	(120)	(0.7)	(0.8)	(0.05)	(0.09)
15071	2144	＜菓子パン類＞ ジャムパン	0	1188	280	(32.0)	(4.9)	(5.3)	(3.7)	(19.7)	(3.9)	(59.8) *	(55.9)	(57.2)	(1.6)	-	(58.1)	(Tr)	(0.6)	(120)	(84)	(20)	(12)	(47)	(0.5)	(0.5)	(0.07)	(0.17)
15072	2145	＜菓子パン類＞ チョココロネ	0	1378	328	(33.5)	(5.2)	(5.8)	(14.6)	(21.0)	(15.3)	(46.2) *	(42.9)	(44.6)	(1.1)	0	(44.4)	(0.1)	(0.9)	(170)	(160)	(76)	(18)	(92)	(0.6)	(0.6)	(0.09)	(0.12)
15131	2146	＜菓子パン類＞ チョコパン 薄皮タイプ	0	1433	342	(35.0)	(4.1)	(4.7)	(18.5)	(16.4)	(19.4)	(41.8) *	(39.0)	(40.5)	(0.8)	0	(40.0)	(0.1)	(0.9)	(160)	(190)	(98)	(18)	(100)	(0.5)	(0.5)	(0.08)	(0.08)
15132	2147	＜菓子パン類＞ メロンパン	0	1475	349	(20.9)	(6.7)	(8.0)	(10.2)	(36.5)	(10.5)	(60.6) *	(56.2)	(59.6)	(1.7)	0	(59.9)	-	(0.8)	(210)	(110)	(26)	(16)	(84)	(0.6)	(0.6)	(0.09)	(0.28)
15181	2148	＜菓子パン類＞ 菓子パン あんなし	0	1243	293	(30.7)	(7.6)	(8.2)	(5.7)	(31.2)	(6.1)	(55.5) *	(51.1)	(53.4)	(1.7)	0	(54.1)	(Tr)	(0.9)	(190)	(92)	(26)	(16)	(67)	(0.6)	(0.7)	(0.09)	(0.18)
15073	2149	＜ケーキ・ペストリー類＞ シュークリーム	0	887	211	(56.3)	(5.3)	(6.0)	(9.9)	(199.8)	(11.4)	(26.7) *	(24.8)	(27.3)	(0.3)	0	(25.5)	(0.1)	(0.9)	(73)	(100)	(65)	(7)	(70)	(0.2)	(0.3)	(0.02)	(0.03)
15074	2150	＜ケーキ・ペストリー類＞ スポンジケーキ	0	1242	293	(32.0)	(7.3)	(7.9)	(6.3)	(171.7)	(7.5)	(54.9) *	(51.2)	(53.0)	(0.7)	0	(52.1)	-	(0.6)	(Tr)	(33)	(6)	(3)	(18)	(0.2)	(0.1)	(0.03)	(0.13)
15075	2151	＜ケーキ・ペストリー類＞ ショートケーキ 果実なし	0	1339	318	(35.0)	(6.4)	(6.9)	(13.9)	(142.9)	(15.2)	(44.5) *	(41.6)	(43.5)	(0.6)	0	(42.3)	(Tr)	(0.6)	(Tr)	(25)	(5)	(3)	(14)	(0.1)	(0.1)	(0.02)	(0.10)
15170	2152	＜ケーキ・ペストリー類＞ ショートケーキ いちご	0	1320	314	(35.0)	(6.3)	(6.9)	(13.4)	(137.6)	(14.7)	(44.3) *	(41.5)	(43.5)	(0.9)	0	(42.7)	(0.2)	(0.7)	(Tr)	(24)	(5)	(3)	(21)	(0.2)	(0.1)	(0.03)	(0.14)
15133	2153	＜ケーキ・ペストリー類＞ タルト（洋菓子）	0	1060	253	(50.3)	(4.1)	(4.7)	(12.4)	(100.5)	(13.5)	(29.5)	(20.0)	(30.2) *	(1.4)	0	(30.5)	(0.6)	(1.0)	(27)	(12)	(28)	(2)	(69)	(0.3)	(0.3)	(0.05)	(0.21)
15134	2154	＜ケーキ・ペストリー類＞ チーズケーキ ベイクドチーズケーキ	0	1234	296	(46.1)	(7.9)	(8.5)	(19.1)	(155.2)	(21.2)	(24.3) *	(23.0)	(25.5)	(0.2)	0	(23.3)	(0.5)	(0.9)	(190)	(90)	(54)	(9)	(97)	(0.5)	(0.7)	(0.02)	(0.05)
15135	2155	＜ケーキ・ペストリー類＞ チーズケーキ レアチーズケーキ	0	1448	348	(43.1)	(5.3)	(5.8)	(25.2)	-	(27.5)	(21.9)	(20.5)	(24.7) *	(0.3)	0	(21.9)	(0.5)	(1.0)	(210)	(93)	(98)	(9)	(75)	(0.2)	(0.4)	(0.03)	(0.08)
15182	2156	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、プレーン、アメリカンタイプ	0	1108	263	(41.8)	(6.5)	(7.1)	(9.3)	(66.3)	(10.1)	(39.7) *	(36.6)	(39.0)	(2.2)	0	(39.8)	(Tr)	(1.1)	(270)	(110)	(42)	(15)	(94)	(0.7)	(0.8)	(0.08)	(0.12)
15076	2157	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、プレーン、デンマークタイプ	0	1365	324	(25.5)	(6.4)	(7.0)	(23.2)	(35.7)	(24.5)	(42.9)	(39.3)	(56.1) *	(1.6)	-	(41.7)	(Tr)	(1.3)	(370)	(84)	(17)	(13)	(61)	(0.6)	(0.7)	(0.08)	(0.17)
15183	2158	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、アメリカンタイプ、こしあん	0	1099	260	(39.0)	(5.8)	(6.5)	(5.6)	(39.0)	(6.1)	(48.2) *	(44.9)	(45.9)	(2.9)	0	(47.6)	(Tr)	(0.8)	(160)	(80)	(42)	(16)	(75)	(1.1)	(0.7)	(0.10)	(0.24)
15184	2159	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、アメリカンタイプ、つぶしあん	0	1069	253	(40.8)	(5.8)	(6.5)	(5.6)	(39.0)	(6.2)	(45.9) *	(42.7)	(43.3)	(3.6)	0	(45.7)	(Tr)	(0.9)	(180)	(130)	(33)	(18)	(85)	(1.0)	(0.8)	(0.13)	(0.23)
15171	2160	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、デンマークタイプ、こしあん	0	1252	296	(25.5)	(5.8)	(9.0)	(4.7)	(86.4)	(5.4)	(59.3) *	(55.1)	(59.2)	(3.9)	0	(59.1)	-	(0.9)	(130)	(110)	(54)	(20)	(110)	(1.4)	(1.0)	(0.13)	(0.28)
15172	2161	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、デンマークタイプ、つぶしあん	0	1253	296	(25.5)	(5.9)	(9.3)	(4.9)	(88.7)	(5.7)	(58.3) *	(54.1)	(57.8)	(4.8)	0	(58.6)	-	(1.0)	(160)	(170)	(45)	(23)	(130)	(1.4)	(1.1)	(0.16)	(0.27)
15185	2162	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、アメリカンタイプ、クリーム	0	959	228	(49.7)	(5.7)	(6.3)	(8.2)	(108.5)	(9.1)	(34.2) *	(31.7)	(34.0)	(1.4)	0	(34.0)	(0.1)	(1.0)	(180)	(110)	(60)	(12)	(110)	(0.7)	(0.8)	(0.06)	(0.09)

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
15168	2136	＜菓子パン類＞ あんパン つぶしあん入り	(2)	(14)	(1)	(29)	(10)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.4)	(0.1)	(0.7)	(0.9)	(3)	(0.06)	(0.07)	(0.6)	(1.7)	(0.04)	(0.1)	(32)	(0.43)	(3.6)	0	-	(0.3)	ミニあんパン 小豆こしあん入り 部分割合： パン 22、あん 78
15126	2137	＜菓子パン類＞ あんパン 薄皮タイプ こしあん入り	(2)	(13)	(1)	(21)	(10)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.4)	(0.1)	(0.6)	(1.0)	(2)	(0.06)	(0.07)	(0.5)	(1.7)	(0.03)	(0.1)	(27)	(0.35)	(3.3)	0	-	(0.3)	ミニあんパン 小豆つぶしあん入り 部分割合： パン 22、あん 78
15169	2138	＜菓子パン類＞ あんパン 薄皮タイプ つぶしあん入り	(2)	(13)	(1)	(28)	(10)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.4)	(0.1)	(0.7)	(0.9)	(3)	(0.06)	(0.07)	(0.5)	(1.7)	(0.04)	(0.1)	(31)	(0.41)	(3.5)	0	-	(0.3)	デコレーションケーキを含む 部分割合： スポンジケーキ 3、ホイップクリーム 1、イチゴ 1
15127	2139	＜菓子パン類＞ カレーパン 皮及び具	4	14	3	11	7	110	270	2	320	34	0	2.1	0.1	1.6	0.5	8	0.11	0.15	1.1	2.2	0.05	0.1	17	0.26	3.3	0	-	1.2	製品全体 部分割合： パン 69、具 31
15128	2140	＜菓子パン類＞ カレーパン 皮のみ	3	18	2	13	9	2	10	1	11	10	0	2.7	0.2	2.0	0.5	9	0.11	0.18	1.1	2.4	0.04	0.1	21	0.26	3.7	0	-	1.0	
15129	2141	＜菓子パン類＞ カレーパン 具のみ	4	6	5	8	2	340	850	5	1000	87	0	0.7	Tr	0.8	0.5	5	0.11	0.07	1.1	2.0	0.07	0.1	9	0.24	2.3	0	-	1.8	
15070	2142	＜菓子パン類＞ クリームパン	(13)	(20)	(1)	(13)	(64)	0	(2)	(3)	(3)	(52)	(0.5)	(0.8)	(0.1)	(0.5)	(0.2)	(4)	(0.10)	(0.14)	(0.7)	(2.0)	(0.07)	(0.4)	(46)	(0.81)	(8.0)	(Tr)	-	(0.4)	部分割合： パン 5、カスタードクリーム 3
15130	2143	＜菓子パン類＞ クリームパン 薄皮タイプ	(19)	(14)	0	(8)	(91)	0	(3)	(4)	(5)	(86)	(0.6)	(0.7)	(Tr)	(0.3)	(0.1)	(5)	(0.07)	(0.15)	(0.3)	(1.6)	(0.06)	(0.5)	(34)	(0.82)	(8.9)	(Tr)	-	(0.2)	ミニクリームパン 部分割合： パン 31、カスタードクリーム 69
15071	2144	＜菓子パン類＞ ジャムパン	(3)	(15)	(1)	(10)	(11)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.5)	(0.1)	(0.4)	(0.1)	(2)	(0.07)	(0.07)	(0.6)	(1.6)	(0.04)	(0.1)	(40)	(0.42)	(3.3)	(3)	-	(0.3)	部分割合： パン 5、いちごジャム 3
15072	2145	＜菓子パン類＞ チョココロネ	(6)	(12)	(3)	(9)	(26)	0	(34)	(1)	(37)	(21)	(1.3)	(2.0)	(0.1)	(4.5)	(0.8)	(7)	(0.07)	(0.14)	(0.5)	(1.6)	(0.04)	(0.2)	(25)	(0.59)	(3.1)	(Tr)	-	(0.4)	部分割合： パン 5、チョコクリーム 4 テオブロミン：Tr、ポリフェノール： Tr
15131	2146	＜菓子パン類＞ チョコパン 薄皮タイプ	(6)	(7)	(3)	(6)	(30)	(Tr)	(50)	(Tr)	(53)	(30)	(1.8)	(2.6)	(0.1)	(6.3)	(1.0)	(9)	(0.06)	(0.15)	(0.4)	(1.3)	(0.03)	(0.2)	(14)	(0.58)	(2.3)	(Tr)	-	(0.4)	ミニチョコパン 部分割合： パン 31、チョコクリーム 69 テオブロミン： Tr、ポリフェノール： 0.1 g
15132	2147	＜菓子パン類＞ メロンパン	(4)	(15)	(1)	(12)	(37)	(10)	(24)	(2)	(31)	(40)	(0.2)	(1.2)	(0.1)	(0.7)	(0.1)	(3)	(0.09)	(0.10)	(1.0)	(2.4)	(0.05)	(0.1)	(29)	(0.38)	(3.2)	0	-	(0.5)	
15181	2148	＜菓子パン類＞ 菓子パン あんなし	(4)	(24)	(1)	(15)	(17)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(0.7)	(0.1)	(0.6)	(0.2)	(1)	(0.10)	(0.11)	(0.9)	(2.3)	(0.05)	(0.1)	(49)	(0.61)	(5.0)	0	-	(0.5)	
15073	2149	＜ケーキ・ペストリー類＞ シュークリーム	(12)	(4)	0	(6)	(150)	(Tr)	(13)	(7)	(15)	(130)	(0.9)	(0.8)	(Tr)	(0.2)	0	(8)	(0.07)	(0.18)	(0.1)	(1.6)	(0.07)	(0.3)	(27)	(0.91)	(3.5)	(1)	-	(0.2)	エクレアを含む 部分割合： 皮 1、カスタードクリーム 5
15074	2150	＜ケーキ・ペストリー類＞ スポンジケーキ	0	(1)	(1)	(6)	(120)	0	(6)	(6)	(6)	(24)	(0.6)	(0.7)	(0.1)	(0.2)	0	(6)	(0.06)	(0.18)	(0.2)	(2.1)	(0.05)	(0.5)	(24)	(0.68)	(11.0)	0	0	0	
15075	2151	＜ケーキ・ペストリー類＞ ショートケーキ 果実なし	0	(1)	(1)	(6)	(130)	0	(28)	(4)	(28)	(63)	(0.5)	(0.6)	(Tr)	(0.2)	0	(6)	(0.05)	(0.15)	(0.2)	(1.8)	(0.04)	(0.4)	(19)	(0.53)	(8.5)	0	0	0	デコレーションケーキを含む（果実などの具材は含まない。） スポンジとクリーム部分のみ 部分割合： スポンジケーキ 3、ホイップクリーム 1
15170	2152	＜ケーキ・ペストリー類＞ ショートケーキ いちご	(Tr)	(1)	(1)	(8)	(130)	0	(31)	(4)	(32)	(61)	(0.5)	(0.7)	(Tr)	(0.2)	0	(7)	(0.05)	(0.15)	(0.2)	(1.4)	(0.05)	(0.4)	(40)	(0.59)	(8.4)	(15)	-	0	部分割合：スポンジケーキ3、ホイップクリーム1、イチゴ1
15133	2153	＜ケーキ・ペストリー類＞ タルト（洋菓子）	(5)	(1)	(Tr)	(11)	(120)	0	(37)	(4)	(39)	(110)	(0.4)	(0.8)	(Tr)	(0.3)	(Tr)	(7)	(0.06)	(0.12)	(0.4)	(1.4)	(0.06)	(0.1)	(80)	(0.70)	(2.8)	(46)	(0.1)	(0.1)	
15134	2154	＜ケーキ・ペストリー類＞ チーズケーキ ベイクドチーズケーキ	(13)	(13)	0	(7)	(190)	0	(1)	(8)	(98)	(190)	(1.5)	(2.1)	(Tr)	(0.2)	0	(10)	(0.04)	(0.23)	(0.1)	(2.2)	(0.05)	(0.3)	(20)	(0.55)	(8.2)	(2)	-	(0.5)	
15135	2155	＜ケーキ・ペストリー類＞ チーズケーキ レアチーズケーキ	(10)	(4)	(1)	(8)	(150)	0	(38)	(1)	(93)	(160)	(0.2)	(0.7)	(Tr)	(0.1)	(0.1)	(8)	(0.04)	(0.16)	(0.2)	(1.3)	(0.03)	(0.1)	(8)	(0.34)	(1.9)	(2)	(0.8)	(0.5)	
15182	2156	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、プレーン、アメリカンタイプ	(9)	(16)	(Tr)	(10)	(46)	0	(12)	(2)	(12)	(31)	(0.7)	(1.2)	(0.1)	(1.7)	(0.4)	(4)	(0.12)	(0.15)	(1.0)	(2.2)	(0.07)	(0.2)	(68)	(0.67)	(7.4)	0	-	(0.7)	デニッシュ部分のみ
15076	2157	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、プレーン、デンマークタイプ	(2)	(18)	(1)	(12)	(19)	(2)	(56)	(3)	(58)	(24)	(2.7)	(4.1)	(0.2)	(7.8)	(1.5)	(12)	(0.12)	(0.12)	(1.1)	(2.5)	(0.05)	(0.1)	(74)	(0.51)	(6.4)	0	-	(0.9)	デニッシュ部分のみ
15183	2158	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、アメリカンタイプ、こしあん	(5)	(10)	(Tr)	(20)	(27)	0	(7)	(1)	(7)	(18)	(0.4)	(0.7)	(0.1)	(1.3)	(1.1)	(4)	(0.08)	(0.10)	(0.6)	(1.7)	(0.04)	(0.1)	(41)	(0.41)	(4.9)	0	-	(0.4)	部分割合：デニッシュペストリーブレーン10、並練りあん 7
15184	2159	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、アメリカンタイプ、つぶしあん	(5)	(10)	(1)	(26)	(27)	0	(7)	(1)	(7)	(18)	(0.4)	(0.8)	(0.1)	(1.4)	(1.0)	(5)	(0.08)	(0.10)	(0.6)	(1.7)	(0.05)	(0.1)	(43)	(0.47)	(5.0)	0	-	(0.5)	部分割合：デニッシュペストリーブレーン10、つぶし練りあん 7
15171	2160	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、デンマークタイプ、こしあん	(10)	(14)	(1)	(23)	(55)	0	(1)	(3)	(2)	(33)	(0.4)	(0.6)	(0.1)	(0.7)	(1.0)	(5)	(0.11)	(0.15)	(0.8)	(2.3)	(0.06)	(0.3)	(58)	(0.67)	(8.3)	0	-	(0.3)	部分割合：デニッシュペストリーブレーン10、並練りあん 7
15172	2161	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、デンマークタイプ、つぶしあん	(11)	(15)	(1)	(30)	(56)	0	(1)	(3)	(2)	(34)	(0.4)	(0.7)	(0.1)	(0.7)	(0.9)	(6)	(0.12)	(0.15)	(0.8)	(2.4)	(0.08)	(0.3)	(63)	(0.75)	(8.6)	0	-	(0.4)	部分割合：デニッシュペストリーブレーン10、つぶし練りあん 7
15185	2162	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、アメリカンタイプ、クリーム	(15)	(13)	0	(8)	(75)	0	(9)	(4)	(10)	(65)	(0.7)	(1.0)	(0.1)	(1.1)	(0.2)	(5)	(0.10)	(0.15)	(0.6)	(1.7)	(0.07)	(0.4)	(52)	(0.75)	(8.5)	(Tr)	-	(0.5)	部分割合：デニッシュペストリーブレーン5、カスタードクリーム3

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
15173	2163	＜ケーキ・ペストリー類＞ デニッシュペストリー、あん入り、デンマークタイプ、クリーム	0	1612	385	(25.5)	(6.9)	(7.7)	(20.8)	(110.1)	(22.3)	(44.6) *	(41.2)	(44.2)	(1.3)	0	(43.3)	-	(1.3)	(300)	(120)	(54)	(14)	(110)	(0.8)	(0.9)	(0.07)	(0.15)
15077	2164	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ、イーストドーナッツ、ブレーン	0	1605	384	(27.5)	(6.6)	(7.2)	(19.7)	(19.5)	(20.4)	(45.6)	(33.6)	(44.1) *	(1.5)	-	(44.3)	(0.1)	(0.5)	(25)	(100)	(41)	(13)	(74)	(0.5)	(0.6)	(0.08)	(0.18)
15174	2165	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ、イーストドーナッツ、あん入り、こしあん	0	1445	344	(27.5)	(6.2)	(6.9)	(12.2)	(12.0)	(12.7)	(54.0)	(45.0)	(51.1) *	(2.6)	0	(52.5)	(Tr)	(0.4)	(16)	(77)	(43)	(15)	(67)	(1.0)	(0.6)	(0.10)	(0.29)
15175	2166	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ イーストドーナッツ、あん入り、つぶしあん	0	1443	344	(27.5)	(6.3)	(7.0)	(12.6)	(12.3)	(13.2)	(52.9)	(43.9)	(49.6) *	(3.4)	0	(51.8)	(Tr)	(0.5)	(16)	(64)	(26)	(8)	(47)	(0.3)	(0.4)	(0.05)	(0.11)
15176	2167	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ イーストドーナッツ、あん入り、クリーム	0	1569	375	(27.5)	(7.1)	(7.8)	(18.0)	(96.9)	(19.0)	(46.4)	(36.6)	(45.5) *	(1.2)	-	(45.0)	(0.1)	(0.7)	(19)	(78)	(32)	(10)	(57)	(0.4)	(0.5)	(0.06)	(0.14)
15078	2168	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ、ケーキドーナッツ、ブレーン	0	1543	365	(20.0)	(6.6)	(7.2)	(10.9)	(89.5)	(11.7)	(63.6) *	(58.9)	(60.3)	(1.2)	0	(60.2)	(Tr)	(0.9)	(130)	(85)	(31)	(6)	(55)	(0.2)	(0.2)	(0.04)	(0.20)
15177	2169	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ、ケーキドーナッツ、あん入り、こしあん	0	1410	332	(20.0)	(7.6)	(8.3)	(4.5)	(121)	(5.4)	(68.4) *	(64.1)	(64.9)	(2.4)	0	(65.7)	-	(0.6)	(1)	(41)	(25)	(11)	(37)	(0.9)	(0.4)	(0.09)	(0.30)
15178	2170	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ、ケーキドーナッツ、あん入り、つぶしあん	0	1413	333	(20.0)	(7.8)	(8.6)	(4.7)	(124.3)	(5.7)	(67.5) *	(63.2)	(63.4)	(3.4)	0	(65.1)	-	(0.7)	(29)	(110)	(14)	(14)	(50)	(0.9)	(0.4)	(0.12)	(0.30)
15179	2171	＜ケーキ・ペストリー類＞ ドーナッツ、ケーキドーナッツ、あん入り、クリーム	0	1478	350	(20.0)	(8.8)	(9.6)	(8.9)	(247.2)	(10.5)	(62.0) *	(58.0)	(60.6)	(0.7)	0	(59.0)	(0.1)	(0.9)	(Tr)	(30)	(6)	(3)	(16)	(0.1)	(0.1)	(0.03)	(0.11)
15079	2172	＜ケーキ・ペストリー類＞ パイ パイ皮	0	1613	386	(32.0)	(4.6)	(5.0)	(24.8)	(1.0)	(25.4)	(38.0) *	(34.5)	(36.1)	(1.3)	0	(36.4)	-	(1.2)	(390)	(50)	(9)	(9)	(31)	(0.3)	(0.3)	(0.06)	(0.19)
15080	2173	＜ケーキ・ペストリー類＞ パイ アップルパイ	0	1230	294	(45.0)	(3.6)	(4.0)	(16.0)	(0.5)	(17.5)	(39.5)	(36.9)	(33.2) *	(1.2)	(0.1)	(32.8)	(0.1)	(0.8)	(260)	(64)	(6)	(6)	(32)	(0.2)	(0.2)	(0.05)	(0.13)
15081	2174	＜ケーキ・ペストリー類＞ パイ ミートパイ	0	1583	381	(36.2)	(8.7)	(9.7)	(27.4)	(13.0)	(29.9)	(31.9)	(29.0)	(23.9) *	(1.8)	0	(22.2)	(0.1)	(2.0)	(620)	(170)	(14)	(15)	(74)	(0.6)	(0.8)	(0.09)	(0.22)
15082	2175	＜ケーキ・ペストリー類＞ バターケーキ	0	1755	419	(20.0)	(5.3)	(5.8)	(22.9)	(158.8)	(25.3)	(50.6) *	(47.3)	(50.1)	(0.7)	0	(48.0)	-	(0.9)	(240)	(74)	(22)	(7)	(67)	(0.6)	(0.4)	(0.04)	(0.12)
15083	2176	＜ケーキ・ペストリー類＞ ホットケーキ	0	1068	252	(40.0)	(7.0)	(7.7)	(4.8)	(76.7)	(5.4)	(47.6) *	(44.0)	(45.4)	(1.1)	0	(45.3)	(0.1)	(1.6)	(260)	(210)	(110)	(13)	(160)	(0.5)	(0.5)	(0.05)	(Tr)
15084	2177	＜ケーキ・ペストリー類＞ ワッフル カスタードクリーム入り	0	1013	240	(45.9)	(6.6)	(7.3)	(6.9)	(143.6)	(7.9)	(40.0) *	(37.0)	(38.9)	(0.8)	0	(38.1)	(0.1)	(0.9)	(62)	(150)	(83)	(11)	(110)	(0.4)	(0.5)	(0.04)	(0.13)
15085	2178	＜ケーキ・ペストリー類＞ ワッフル ジャム入り	0	1180	278	(33.0)	(4.5)	(4.9)	(3.7)	(52.8)	(4.2)	(59.7) *	(56.0)	(56.8)	(1.3)	0	(57.3)	(Tr)	(0.6)	(51)	(130)	(52)	(11)	(80)	(0.4)	(0.4)	(0.05)	(0.19)
15086	2179	＜デザート菓子類＞ カスタードプリン	0	493	117	(74.1)	(5.3)	(5.7)	(4.6)	(120.9)	(5.5)	(14.4) *	(13.7)	(15.2)	0	0	(14.0)	(0.1)	(0.7)	(69)	(130)	(81)	(9)	(110)	(0.5)	(0.6)	(0.02)	(0.01)
15136	2180	＜デザート菓子類＞ 牛乳寒天	0	259	61	(85.2)	(1.0)	(1.1)	(1.2)	(4.1)	(1.3)	(12.1) *	(11.6)	(11.9)	(0.5)	0	(12.2)	(0.1)	(0.2)	(15)	(51)	(38)	(4)	(32)	(0.1)	(0.1)	(Tr)	(0.01)
15142	2181	＜デザート菓子類＞ こんにゃくゼリー	0	275	65	(83.2)	-	0	-	0	(0.1)	(11.6)	(11.5)	(15.6) *	(0.8)	(Tr)	(16.4)	-	(0.4)	(58)	(110)	(15)	(1)	(37)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(0.01)
15087	2182	＜デザート菓子類＞ ゼリー オレンジ	0	369	87	(77.6)	(1.6)	(2.1)	(0.1)	(Tr)	(0.1)	(17.6)	(17.0)	(19.1) *	(0.2)	0	(19.8)	(1.0)	(0.4)	(5)	(180)	(9)	(10)	(17)	(0.1)	(0.1)	(0.03)	(0.03)
15088	2183	＜デザート菓子類＞ ゼリー コーヒー	0	186	44	(87.8)	(1.5)	(1.6)	0	(Tr)	0	(10.1) *	(9.6)	(10.5)	0	-	(10.3)	-	(0.1)	(5)	(47)	(2)	(5)	(5)	(Tr)	0	(Tr)	(0.02)
15089	2184	＜デザート菓子類＞ ゼリー ミルク	0	432	102	(76.8)	(4.0)	(4.3)	(3.4)	(12.0)	(3.7)	(14.8) *	(14.1)	(15.0)	0	0	(14.4)	(0.1)	(0.7)	(43)	(150)	(110)	(10)	(91)	(Tr)	(0.4)	(0.01)	0
15090	2185	＜デザート菓子類＞ ゼリー ワイン	0	275	65	(84.1)	(1.7)	(1.7)	-	(Tr)	0	(13.7) *	(13.1)	(13.3)	0	-	(13.2)	-	(Tr)	(5)	(11)	(1)	(1)	(1)	(0.1)	0	(Tr)	(0.02)
15091	2186	＜デザート菓子類＞ ババロア	0	852	204	(60.9)	(5.0)	(5.6)	(11.7)	(154.7)	(12.9)	(20.7) *	(19.7)	(21.6)	0	0	(19.9)	(0.1)	(0.6)	(52)	(90)	(72)	(6)	(130)	(0.6)	(0.6)	(0.02)	(0.01)
15092	2187	＜ビスケット類＞ ウエハース	0	1854	439	2.1	(6.9)	7.6	12.0	18.0	13.6	(80.2) *	(74.6)	76.4	1.2	0	75.3	Tr	1.4	480	76	21	9	63	0.6	0.4	0.14	0.23
15141	2188	＜ビスケット類＞ ウエハース クリーム入り	0	2021	481	(2.7)	(7.0)	(7.5)	(21.2)	(0.8)	(21.8)	(69.0) *	(68.9)	(65.2)	(2.1)	0	(65.5)	-	(2.1)	(500)	(170)	(56)	(25)	(120)	(0.8)	(0.6)	(0.15)	-
15093	2189	＜ビスケット類＞ クラッカー オイルスプレークラッカー	0	2016	481	2.7	(7.5)	8.5	21.1	-	22.5	-	-	64.2 *	2.1	-	63.9	-	2.4	610	110	180	18	190	0.8	0.5	0.12	0.49
15094	2190	＜ビスケット類＞ クラッカー ソーダクラッカー	0	1775	421	3.1	(9.4)	10.4	9.3	-	9.8	-	-	73.8 *	2.1	-	74.4	-	2.3	730	140	55	21	85	0.7	0.4	0.14	0.55
15095	2191	＜ビスケット類＞ サブレ	0	1937	459	(3.1)	(5.7)	(6.1)	(15.9)	(53.9)	(16.6)	(77.6) *	(72.1)	(73.3)	(1.3)	0	(73.5)	-	(0.7)	(73)	(110)	(36)	(8)	(84)	(0.5)	(0.3)	(0.06)	(0.23)
15054	2192	＜ビスケット類＞ 中華風クッキー	0	2180	521	(3.0)	(4.7)	(5.1)	(28.3)	(74.9)	(29.5)	(65.2) *	(60.7)	(62.3)	(1.1)	0	(61.8)	-	(0.6)	(97)	(81)	(25)	(6)	(63)	(0.4)	(0.3)	(0.05)	(0.19)

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
15173	2163	(13)	(18)	(1)	(11)	(72)	(2)	(45)	(5)	(48)	(75)	(2.4)	(3.5)	(0.2)	(6.1)	(1.2)	(12)	(0.12)	(0.17)	(0.9)	(2.2)	(0.07)	(0.4)	(69)	(0.81)	(9.8)	0	-	(0.8)	部分割合：デニッシュペストリープレーン5、カスタードクリーム3
15077	2164	(5)	(17)	(1)	(12)	(10)	0	0	(1)	0	0	(0.1)	(2.5)	(0.3)	(8.7)	(1.8)	(25)	(0.09)	(0.11)	(0.7)	(2.2)	(0.05)	(0.1)	(37)	(0.56)	(4.0)	0	-	(0.1)	
15174	2165	(3)	(10)	(1)	(22)	(6)	0	0	(Tr)	0	0	(0.1)	(1.5)	(0.2)	(5.7)	(2.0)	(17)	(0.06)	(0.08)	(0.5)	(1.6)	(0.03)	(0.1)	(23)	(0.36)	(3.0)	0	-	(Tr)	部分割合：イーストドーナッツプレーン10、並練りあん7
15175	2166	(3)	(11)	(1)	(29)	(7)	0	0	(Tr)	0	0	(0.1)	(1.6)	(0.2)	(5.9)	(2.0)	(18)	(0.07)	(0.08)	(0.5)	(1.7)	(0.04)	(0.1)	(27)	(0.44)	(3.2)	0	-	(Tr)	部分割合：イーストドーナッツプレーン10、つぶし練りあん7
15176	2167	(4)	(13)	(1)	(12)	(64)	0	(2)	(3)	(3)	(56)	(0.5)	(2.2)	(0.2)	(6.7)	(1.4)	(22)	(0.10)	(0.16)	(0.6)	(1.9)	(0.07)	(0.2)	(40)	(0.84)	(3.6)	(Tr)	-	(Tr)	部分割合：イーストドーナッツプレーン5、カスタードクリーム3
15078	2168	(2)	(2)	(1)	(7)	(53)	0	(1)	(3)	(1)	(4)	(0.4)	(1.3)	(0.1)	(2.7)	(0.6)	(9)	(0.07)	(0.12)	(0.3)	(2.0)	(0.04)	(0.3)	(16)	(0.58)	(6.4)	0	-	(0.3)	
15177	2169	0	(1)	(1)	(21)	(82)	0	(4)	(4)	(4)	(17)	(0.4)	(0.5)	(Tr)	(0.5)	(1.1)	(6)	(0.05)	(0.14)	(0.2)	(1.6)	(0.04)	(0.3)	(18)	(0.50)	(8.5)	0	-	0	部分割合：ケーキドーナッツプレーン10、並練りあん7
15178	2170	0	(1)	(1)	(29)	(84)	0	(4)	(4)	(4)	(17)	(0.4)	(0.6)	(Tr)	(0.6)	(1.0)	(8)	(0.05)	(0.14)	(0.2)	(1.6)	(0.05)	(0.3)	(22)	(0.58)	(8.8)	0	-	(0.1)	部分割合：ケーキドーナッツプレーン10、つぶし練りあん7
15179	2171	0	(1)	(1)	(8)	(170)	(Tr)	(7)	(8)	(9)	(86)	(1)	(1.0)	(0.1)	(0.3)	0	(9)	(0.09)	(0.24)	(0.2)	(1.8)	(0.08)	(0.5)	(35)	(1.07)	(10.0)	(Tr)	-	0	
15079	2172	0	(11)	(1)	(9)	0	-	-	-	0	0	(Tr)	(2.5)	(0.1)	(3.1)	(1.2)	(2)	(0.05)	(0.02)	(0.3)	(1.3)	(0.02)	0	(6)	(0.32)	(0.7)	0	-	(1.0)	
15080	2173	0	(6)	(1)	(5)	0	0	(2)	(1)	(3)	0	(0.2)	(2.2)	(0.1)	(5.2)	(0.5)	(9)	(0.02)	(0.01)	(0.3)	(1.1)	(0.02)	0	(4)	(0.05)	(0.5)	(1)	-	(0.7)	部分割合： パイ皮 1、甘煮りんご 1
15081	2174	0	(13)	(1)	(8)	(1)	(300)	(640)	0	(790)	(67)	(0.4)	(3.6)	(0.2)	(8.2)	(0.7)	(16)	(0.17)	(0.06)	(1.6)	(3.5)	(0.11)	(0.1)	(9)	(0.33)	(1.5)	(1)	-	(1.6)	
15082	2175	(10)	(8)	(1)	(5)	(190)	(1)	(51)	(5)	(52)	(140)	(0.5)	(0.8)	(Tr)	(0.2)	0	(8)	(0.05)	(0.12)	(0.2)	(1.5)	(0.03)	(0.3)	(16)	(0.48)	(7.0)	0	-	(0.6)	パウンドケーキ、マドレーヌを含む
15083	2176	(12)	(6)	(3)	(9)	(51)	0	(3)	(2)	(4)	(21)	(0.4)	(0.5)	(0.1)	(0.2)	(0.1)	(3)	(0.08)	(0.16)	(0.3)	(2.1)	(0.05)	(0.3)	(15)	(0.68)	(5.1)	(Tr)	-	(0.7)	
15084	2177	(14)	(6)	(1)	(7)	(100)	0	(4)	(5)	(5)	(72)	(0.7)	(0.8)	(0.1)	(0.3)	(0.1)	(6)	(0.08)	(0.18)	(0.2)	(1.9)	(0.06)	(0.3)	(23)	(0.90)	(4.7)	(1)	-	(0.2)	部分割合： 皮 1、カスタードクリーム 1
15085	2178	(9)	(5)	(1)	(6)	(38)	0	(2)	(2)	(2)	(10)	(0.3)	(0.5)	(Tr)	(0.2)	(0.1)	(4)	(0.05)	(0.10)	(0.3)	(1.4)	(0.04)	(0.2)	(22)	(0.48)	(4.2)	(5)	-	(0.1)	部分割合： 皮 1、いちごジャム 1
15086	2179	(20)	(9)	0	(4)	(87)	0	(4)	(4)	(4)	(23)	(0.6)	(0.5)	0	(0.1)	0	(5)	(0.04)	(0.20)	(0.1)	(1.5)	(0.05)	(0.5)	(18)	(0.69)	(8.4)	(1)	-	(0.2)	別名： プリン、カスタードプディング プリン部分のみ
15136	2180	(6)	(1)	0	(1)	(13)	0	(2)	0	(2)	(13)	(0.1)	(Tr)	0	0	0	(1)	(0.01)	(0.05)	(Tr)	(0.3)	(0.01)	(0.1)	(2)	(0.19)	(0.6)	(Tr)	-	(Tr)	杏仁豆腐を含む
15142	2181	0	0	(1)	0	0	0	(1)	(Tr)	(2)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(Tr)	(Tr)	(Tr)	0	0	0	(Tr)	0	-	(0.1)	
15087	2182	(1)	0	(1)	(1)	0	(7)	(16)	(50)	(45)	(4)	0	(0.3)	0	0	0	0	(0.07)	(0.02)	(0.3)	(0.3)	(0.06)	0	(26)	(0.22)	(0.3)	(40)	-	(Tr)	別名：オレンジゼリー ゼラチンゼリー ゼリー部分のみ
15088	2183	0	0	0	0	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(0.6)	(0.6)	0	0	0	(Tr)	(1.1)	0	-	(Tr)	別名：コーヒーゼリー ゼラチンゼリー ゼリー部分のみ カフェイン： 0.1 g
15089	2184	(16)	(3)	0	(4)	(37)	0	(6)	0	(6)	(37)	(0.3)	(0.1)	0	0	0	(2)	(0.04)	(0.15)	(0.1)	(0.7)	(0.03)	(0.3)	(5)	(0.54)	(1.8)	(1)	-	(0.1)	別名：ミルクゼリー ゼラチンゼリー ゼリー部分のみ
15090	2185	0	0	(Tr)	0	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	0	0	(0.01)	(0.2)	0	(0.9)	(Tr)	別名：ワインゼリー ゼラチンゼリー ゼリー部分のみ アルコール： 0.9 g
15091	2186	(21)	(7)	(Tr)	(5)	(130)	0	(21)	(5)	(24)	(130)	(0.7)	(0.6)	0	(0.2)	0	(7)	(0.04)	(0.13)	(Tr)	(1.0)	(0.05)	(0.6)	(20)	(0.67)	(8.4)	(Tr)	-	(0.1)	ババロア部分のみ
15092	2187	-	-	-	-	16	0	9	0	9	17	0	1.1	0.1	1.0	0.1	4	0.03	0.08	0.5	(2.2)	0.02	Tr	6	0.24	-	0	-	1.2	乳幼児用としてカルシウム、 ビタミン等添加品あり
15141	2188	0	(2)	(2)	(11)	0	-	-	-	0	0	(Tr)	-	-	-	-	(1)	(0.17)	(0.03)	(0.8)	(2.5)	(0.07)	0	(11)	(0.50)	(2.0)	0	-	(1.3)	乳幼児用としてカルシウム、 ビタミン等添加品あり
15093	2189	0	3	2	10	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	12.0	0.4	1.9	0.8	4	0.08	0.04	0.8	(2.5)	0.04	-	12	0.45	1.7	(0)	-	1.5	別名： スナッククラッカー
15094	2190	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	1.5	0.3	0.6	0.2	1	0.05	0.04	0.8	(2.9)	0.04	-	22	0.54	-	(0)	-	1.9	
15095	2191	(5)	(6)	(1)	(7)	(30)	0	0	(2)	0	0	(0.2)	(1.7)	(0.1)	(1.8)	(0.7)	(3)	(0.07)	(0.07)	(0.3)	(1.7)	(0.03)	(0.2)	(12)	(0.45)	(4.1)	0	-	(0.2)	
15054	2192	(4)	(5)	(1)	(6)	(27)	0	0	(2)	0	0	(0.2)	(0.4)	(0.1)	(0.1)	0	(4)	(0.06)	(0.06)	(0.3)	(1.4)	(0.02)	(0.1)	(10)	(0.37)	(3.6)	0	-	(0.2)	ラードを用いたもの

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
			可食部 100 g 当たり																											
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)									(…… mg ……)										
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
15097	2193	＜ビスケット類＞ ビスケット ハードビスケット	0	1780	422	2.6	6.4	7.6	8.9	10.0	10.0	78.0	71.9	77.8 *	2.3	-	77.8	-	2.0	320	140	330	22	96	0.9	0.5	0.12	0.58
15098	2194	＜ビスケット類＞ ビスケット ソフトビスケット	0	2151	512	3.2	(5.2)	5.7	23.9	58.0	27.6	(72.8) *	(67.2)	65.4	1.4	0	62.6	Tr	0.9	220	110	20	12	66	0.5	0.4	0.08	0.33
15099	2195	＜ビスケット類＞ ブレッツェル	0	1956	465	1.0	(8.6)	9.9	16.8	-	18.6	-	-	68.8 *	2.6	-	68.2	-	2.3	750	160	36	22	140	0.9	0.5	0.12	0.43
15096	2196	＜ビスケット類＞ リーフパイ	0	2333	558	2.5	(5.3)	5.8	(34.7)	1.4	35.5	(59.1) *	(53.9)	55.4	1.7	0	55.8	-	0.4	54	77	14	8	42	0.4	0.2	0.06	0.30
15100	2197	＜ビスケット類＞ ロシアケーキ	0	2041	486	(4.0)	(5.4)	(5.8)	(22.9)	(1.5)	(23.4)	(67.9) *	(63.4)	(64.9)	(1.8)	0	(65.8)	0	(1.0)	(200)	(140)	(41)	(32)	(75)	(0.5)	(0.4)	(0.14)	(0.37)
15101	2198	＜スナック類＞ 小麦粉あられ	0	2004	476	(2.0)	(7.0)	(7.6)	(18.9)	(0.7)	(19.5)	(72.9) *	(66.3)	(67.6)	(2.3)	-	(68.8)	-	(2.2)	(710)	(100)	(18)	(11)	(55)	(0.5)	(0.3)	(0.08)	(0.39)
15102	2199	＜スナック類＞ コーンスナック	0	2159	516	0.9	(4.7)	5.2	25.4	(0)	27.1	-	-	66.4 *	1.0	-	65.3	-	1.5	470	89	50	13	70	0.4	0.3	0.05	0.08
15103	2200	＜スナック類＞ ポテトチップス ポテトチップス	0	2255	541	2.0	(4.4)	4.7	(34.2)	Tr	35.2	-	-	51.8 *	4.2	-	54.7	-	3.4	400	1200	17	70	100	1.7	0.5	0.21	0.40
15104	2201	＜スナック類＞ ポテトチップス 成形ポテトチップス	0	2149	515	2.2	(6.3)	5.8	28.8	-	32.0	-	-	55.2 *	4.8	-	57.3	-	2.7	360	900	49	53	140	1.2	0.7	0.20	0.30
15109	2202	＜キャンデー類＞ かわり玉	0	1671	392	(0.5)	-	0	-	0	0	(104.4) *	(99.5)	(99.5)	0	-	(99.5)	-	0	(1)	(2)	(1)	0	0	0	0	(0.01)	0
15105	2203	＜キャンデー類＞ キャラメル	0	1799	426	(5.4)	(3.4)	(4.0)	(10.4)	(14.0)	(11.7)	-	-	(79.8) *	0	-	(77.9)	-	(1.0)	(110)	(180)	(190)	(13)	(100)	(0.3)	(0.4)	(0.03)	(0.06)
15107	2204	＜キャンデー類＞ ゼリーキャンデー	0	1426	334	(16.0)	(Tr)	(Tr)	0	0	0	(88.7) *	(83.1)	(83.1)	(0.9)	0	(83.9)	-	(0.1)	(2)	(1)	(8)	(1)	(1)	(0.1)	(Tr)	(0.01)	(0.04)
15108	2205	＜キャンデー類＞ ゼリービーンズ	0	1527	358	(9.5)	(Tr)	(Tr)	0	0	(Tr)	(95.0) *	(89.5)	(89.5)	(0.9)	0	(90.4)	-	(0.1)	(2)	(6)	(10)	(2)	(6)	(0.2)	(Tr)	(0.01)	(0.04)
15110	2206	＜キャンデー類＞ ドロップ	0	1662	389	(2.0)	-	0	-	0	0	(103.8) *	(98.0)	(98.0)	0	-	(98.0)	-	(Tr)	(1)	(1)	(1)	0	(Tr)	(Tr)	0	(0.01)	(Tr)
15111	2207	＜キャンデー類＞ バタースコッチ	0	1758	414	(2.0)	(Tr)	(Tr)	(6.0)	(17.2)	(6.5)	(95.9) *	(91.1)	(91.5)	0	-	(91.0)	-	(0.4)	(150)	(4)	(2)	(Tr)	(2)	(Tr)	0	(0.01)	(Tr)
15112	2208	＜キャンデー類＞ ブリットル	0	2117	506	(1.5)	(11.8)	(12.6)	(27.0)	(0.1)	(26.5)	(55.5) *	(52.5)	(54.6)	(3.6)	0	(58.1)	(0.2)	(1.4)	(72)	(380)	(26)	(100)	(200)	(0.9)	(1.5)	(0.35)	(1.08)
15113	2209	＜キャンデー類＞ マシュマロ	0	1382	324	(18.5)	(2.1)	(2.1)	-	(Tr)	0	(84.1) *	(79.3)	(79.4)	0	-	(79.3)	-	(Tr)	(7)	(1)	(1)	0	(1)	(0.1)	0	(0.01)	(Tr)
15106	2210	＜キャンデー類＞ ラムネ	0	1586	373	7.0	-	0	-	(0)	0.5	-	-	92.2 *	(0)	-	92.2	-	0.3	67	5	110	2	5	0.1	0	0.05	0
15137	2211	＜チョコレート類＞ アーモンドチョコレート	0	2335	561	(2.0)	(10.4)	(11.4)	(39.6)	(12.2)	(40.4)	(40.1) *	(38.1)	(39.0)	(6.1)	0	(43.3)	-	(2.2)	(41)	(550)	(240)	(150)	(320)	(2.8)	(2.3)	(0.77)	(1.14)
15114	2212	＜チョコレート類＞ カバーリングチョコレート	0	2045	487	(2.0)	(6.0)	(7.1)	(23.1)	(15.3)	(24.3)	(66.4) *	(62.2)	(63.2)	(3.2)	0	(64.2)	-	(1.9)	(170)	(320)	(270)	(53)	(180)	(1.8)	(1.2)	(0.38)	(0.47)
15115	2213	＜チョコレート類＞ ホワイトチョコレート	0	2457	588	0.8	-	7.2	37.8	22.0	39.5	(58.2) *	(55.4)	52.0	0.6	-	50.9	-	1.6	92	340	250	24	210	0.1	0.8	0.02	0.02
15116	2214	＜チョコレート類＞ ミルクチョコレート	0	2301	551	0.5	(5.8)	6.9	32.8	19.0	34.1	(59.3) *	(56.5)	53.9	3.9	0	55.8	0.3	1.8	64	440	240	74	240	2.4	1.6	0.55	0.41
15117	2215	＜果実菓子類＞ マロングラッセ	0	1291	303	21.0	(0.9)	1.1	(0.2)	(0)	0.3	(79.1) *	(75.0)	77.6	-	0	77.4	-	0.2	28	60	8	-	20	0.6	-	-	-
15118	2216	＜チューインガム類＞ 板ガム	20	1647	388	3.1	-	0	-	0	0	-	-	96.9 *	0	-	96.9	-	Tr	3	3	3	-	Tr	0.1	-	-	-
15119	2217	＜チューインガム類＞ 糖衣ガム	20	1659	390	2.4	-	0	-	0	0	-	-	97.6 *	0	-	97.6	-	Tr	2	4	1	-	Tr	0.1	-	-	-
15120	2218	＜チューインガム類＞ 風船ガム	25	1644	387	3.3	-	0	-	0	0	-	-	96.7 *	0	-	96.7	-	Tr	3	4	3	-	Tr	0.1	-	-	-
15138	2219	＜その他＞ カスタードクリーム	0	710	168	(61.8)	(4.4)	(5.1)	(6.5)	(180.3)	(7.6)	(25.8) *	(24.6)	(25.6)	(0.2)	0	(24.8)	(0.1)	(0.7)	(34)	(120)	(93)	(9)	(140)	(0.7)	(0.9)	(0.02)	(0.04)
15139	2220	＜その他＞ しるこ こしあん	0	899	211	(46.1)	(4.0)	(4.7)	(0.1)	0	(0.3)	(50.0) *	(47.1)	(46.3)	(3.2)	0	(48.7)	-	(0.2)	(2)	(29)	(35)	(14)	(40)	(1.3)	(0.5)	(0.11)	(0.35)
15140	2221	＜その他＞ しるこ つぶしあん	0	760	179	(54.5)	(3.6)	(4.2)	(0.2)	0	(0.4)	(41.0) *	(38.7)	(37.0)	(4.3)	0	(40.5)	-	(0.4)	(42)	(120)	(14)	(17)	(55)	(1.1)	(0.5)	(0.15)	(0.30)
15180	2222	＜その他＞ チョコレートクリーム	0	2007	481	(14.6)	(4.0)	(4.6)	(30.6)	(15.4)	(32.0)	(50.1) *	(47.0)	(48.8)	(0.6)	0	(47.3)	-	(1.2)	(200)	(310)	(160)	(26)	(150)	(0.6)	(0.6)	(0.10)	(0.07)
16001	2223	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 普通酒	0	447	107	82.4	0.3	0.4	0	0	Tr	2.5	2.5	5.0 *	0	-	4.9	-	Tr	2	5	3	1	7	Tr	0.1	Tr	0.16
16002	2224	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 純米酒	0	425	102	83.7	(0.3)	0.4	0	0	Tr	(2.3)	(2.3)	3.7 *	0	-	3.6	-	Tr	4	5	3	1	9	0.1	0.1	Tr	0.18

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
			可食部 100 g 当たり																											
							ビタミンA						ビタミンE																	
								カロテン																						
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)	
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
15097	2193	＜ビスケット類＞ ビスケット ハードビスケット	4	4	2	9	18	0	6	0	6	18	Tr	0.9	0.3	0.8	0.4	2	0.13	0.22	1.0	2.4	0.06	-	16	0.63	2.2	(0)	-	0.8
15098	2194	＜ビスケット類＞ ビスケット ソフトビスケット	3	4	1	9	130	0	180	0	180	150	Tr	2.2	0.2	1.7	0.6	6	0.06	0.05	0.6	(1.8)	0.04	-	7	0.45	2.3	(0)	-	0.6
15099	2195	＜ビスケット類＞ ブレッツェル	-	-	-	-	(0)	3	53	10	59	5	-	2.6	0.3	3.8	0.9	7	0.13	0.11	1.1	(3.1)	0.06	-	27	0.51	-	-	-	1.9
15096	2196	＜ビスケット類＞ リーフパイ	Tr	3	1	8	0	-	-	-	0	0	Tr	3.5	0.2	4.3	1.7	2	0.08	0.02	0.4	(1.6)	0.02	0	6	0.37	0.8	0	-	0.1
15100	2197	＜ビスケット類＞ ロシアケーキ	(Tr)	(3)	(1)	(4)	(1)	0	(1)	0	(1)	(1)	(Tr)	(4.5)	(0.1)	(2.3)	(0.9)	(1)	(0.06)	(0.14)	(0.6)	(1.8)	(0.02)	(Tr)	(9)	(0.27)	(1.0)	0	-	(0.5)
15101	2198	＜スナック類＞ 小麦粉あられ	(Tr)	(4)	(2)	(11)	0	-	-	-	0	0	(Tr)	(2.0)	(0.2)	(2.3)	(0.9)	(1)	(0.10)	(0.03)	(0.5)	(1.8)	(0.03)	0	(8)	(0.48)	(1.1)	0	-	(1.8)
15102	2199	＜スナック類＞ コーンスナック	-	-	-	-	(0)	12	84	79	130	11	-	3.7	0.1	3.8	1.8	-	0.02	0.05	0.7	(1.3)	0.06	-	8	0.30	-	(0)	-	1.2
15103	2200	＜スナック類＞ ポテトチップス ポテトチップス	260	0	3	10	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	6.2	0.3	0.8	0.1	-	0.26	0.06	4.3	(5.6)	-	-	70	0.94	1.6	15	-	1.0
15104	2201	＜スナック類＞ ポテトチップス 成形ポテトチップス	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	-	2.6	0.1	0.7	0.8	4	0.25	0.05	4.2	(5.2)	0.54	-	36	1.08	-	9	-	0.9
15109	2202	＜キャンデー類＞ かわり玉	0	0	0	0	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.1)	0	-	0
15105	2203	＜キャンデー類＞ キャラメル	(14)	(3)	(1)	(6)	(110)	0	(15)	0	(15)	(110)	(3)	(0.5)	(Tr)	(0.9)	(0.5)	(3)	(0.09)	(0.18)	(1.1)	(2.0)	(0.02)	-	(5)	(0.58)	(2.7)	(0)	-	(0.3)
15107	2204	＜キャンデー類＞ ゼリーキャンデー	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	0	0	-	0
15108	2205	＜キャンデー類＞ ゼリービーンズ	0	0	(1)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(Tr)	0	-	0
15110	2206	＜キャンデー類＞ ドロップ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	-	0
15111	2207	＜キャンデー類＞ バタースコッチ	0	0	0	(Tr)	(61)	0	(15)	0	(15)	(62)	(0.1)	(0.1)	0	0	0	(2)	0	(Tr)	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.1)	0	-	(0.4)
15112	2208	＜キャンデー類＞ ブリットル	(Tr)	(1)	0	(48)	0	0	(2)	(2)	(3)	0	0	(5.4)	(0.2)	(3.7)	(0.2)	0	(0.12)	(0.07)	(12.0)	(14.0)	(0.23)	0	(29)	(1.10)	(53.0)	0	-	(0.2)
15113	2209	＜キャンデー類＞ マシュマロ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	0	-	(Tr)
15106	2210	＜キャンデー類＞ ラムネ	1	0	1	Tr	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0	Tr	0	0	2	-	0.2
15137	2211	＜チョコレート類＞ アーモンドチョコレート	(12)	(4)	(15)	(7)	(41)	(3)	(26)	(1)	(28)	(43)	(0.6)	(11.0)	(0.1)	(4.5)	(0.3)	(4)	(0.19)	(0.64)	(2.1)	(4.3)	(0.10)	0	(35)	(1.18)	(4.9)	0	-	(0.1)
15114	2212	＜チョコレート類＞ カバーリングチョコレート	(13)	(5)	(15)	(10)	(45)	(2)	(23)	0	(24)	(46)	(0.6)	(0.8)	(0.1)	(4.2)	(0.4)	(4)	(0.16)	(0.33)	(1.1)	(2.6)	(0.09)	-	(17)	(1.18)	(5.4)	0	-	(0.4)
15115	2213	＜チョコレート類＞ ホワイトチョコレート	20	5	1	8	47	4	38	0	39	50	Tr	0.8	Tr	5.8	0.5	9	0.08	0.39	0.2	1.4	0.05	-	8	1.05	4.4	-	-	0.2
15116	2214	＜チョコレート類＞ ミルクチョコレート	19	6	24	11	63	4	35	0	37	66	1	0.7	Tr	6.5	0.4	6	0.19	0.41	1.2	(2.8)	0.11	-	18	1.56	7.6	(0)	-	0.2
15117	2215	＜果実菓子類＞ マロングラッセ	-	-	-	-	0	-	-	-	10	1	(0)	-	-	-	-	-	-	0.03	0.1	(0.3)	-	-	-	-	-	0	-	0.1
15118	2216	＜チューインガム類＞ 板ガム	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	-	-	-	0	-	0
15119	2217	＜チューインガム類＞ 糖衣ガム	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	-	-	-	0	-	0
15120	2218	＜チューインガム類＞ 風船ガム	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	-	-	-	0	-	0
15138	2219	＜その他＞ カスタードクリーム	(18)	(10)	0	(5)	(120)	0	(5)	(14)	(12)	(120)	(2.7)	(2.5)	(Tr)	(0.3)	0	(7)	(0.07)	(0.16)	(0.1)	(1.3)	(0.07)	(0.6)	(26)	(0.83)	(11.0)	(1)	-	(0.1)
15139	2220	＜その他＞ しるこ こしあん	0	0	(Tr)	(28)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.7)	(1.8)	(3)	(0.01)	(0.02)	(Tr)	(0.9)	0	0	(1)	(0.03)	(1.2)	0	-	0
15140	2221	＜その他＞ しるこ つぶしあん	0	0	(1)	(37)	0	0	0	0	0	0	(0.1)	-	(0.7)	(1.4)	(4)	(0.01)	(0.02)	(0.1)	(0.8)	(0.02)	0	(6)	(0.13)	(1.3)	-	-	(0.1)
15180	2222	＜その他＞ チョコレートクリーム	(10)	(2)	(6)	(4)	(45)	(1)	(89)	0	(95)	(53)	(3.2)	(4.3)	(0.2)	(11.0)	(1.7)	(16)	(0.07)	(0.23)	(0.3)	(1.1)	(0.03)	(0.3)	(3)	(0.77)	(1.8)	(1)	-	(0.5)
16001	2223	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 普通酒	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0	0	Tr	0.07	0	0	0	0	0	12.3	0
16002	2224	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 純米酒	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0	0	(Tr)	0.12	0	0	0.02	-	0	12.3	0

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物									無機質									備考
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物	有機酸	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン	
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)				mg	(…… g ……)										(…… mg ……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN	
16003	2225	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 本醸造酒	0	440	106	82.8	(0.3)	0.4	0	0	0	(2.6)	(2.6)	4.6 *	0	-	4.5	-	Tr	2	5	3	1	8	Tr	0.1	Tr	0.19	別名： 日本酒 アルコール： 15.4 容量 % (100 g： 100.2 mL、100 mL： 99.8 g)
16004	2226	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 吟醸酒	0	429	103	83.6	(0.2)	0.3	0	0	0	(2.4)	(2.4)	3.7 *	0	-	3.6	-	Tr	2	7	2	1	7	Tr	0.1	0.01	0.16	別名： 日本酒 アルコール： 15.7 容量 % (100 g： 100.3 mL、100 mL： 99.7 g)
16005	2227	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 清酒 純米吟醸酒	0	425	102	83.5	(0.3)	0.4	0	0	0	(2.5)	(2.5)	4.2 *	0	-	4.1	-	Tr	3	5	2	1	8	Tr	0.1	0.01	0.20	別名： 日本酒 アルコール： 15.1 容量 % (100 g： 100.2 mL、100 mL： 99.8 g)
16006	2228	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） ビール 淡色	0	165	39	92.8	0.2	0.3	0	0	0	Tr	Tr	3.1 *	0	-	3.1	0.1	0.1	3	34	3	7	15	Tr	Tr	Tr	0.01	生ビールを含む アルコール： 4.6 容量 % (100 g： 99.2 mL、100 mL： 100.8 g)
16007	2229	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） ビール 黒	0	188	45	91.6	(0.3)	0.4	0	0	Tr	-	-	3.5 *	0.2	-	3.6	-	0.2	3	55	3	10	33	0.1	Tr	Tr	0.02	生ビールを含む アルコール： 5.3容量 % (100 g： 99.0 mL、100 mL： 101.0 g)
16008	2230	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） ビール スタウト	0	260	62	88.4	(0.3)	0.5	0	0	Tr	-	-	4.8 *	0.3	-	4.9	-	0.3	4	65	3	14	43	0.1	Tr	Tr	0.06	アルコール： 7.6 容量 % (100 g： 98.1 mL、100 mL： 101.9 g)
16009	2231	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 発泡酒	0	185	44	92.0	(0.1)	0.1	0	0	0	0	0	3.6 *	0	-	3.6	-	0.1	1	13	4	4	8	0	Tr	Tr	0.01	アルコール： 5.3 容量 % (100 g： 99.1 mL、100 mL： 100.9 g)
16010	2232	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） ぶどう酒 白	0	313	75	88.6	-	0.1	-	(0)	Tr	(2.5) *	(2.2)	1.4	-	-	2.0	0.6	0.2	3	60	8	7	12	0.3	Tr	0.01	0.09	別名： 白ワイン アルコール： 11.4 容量 % (100 g： 100.2 mL、100 mL： 99.8 g)
16011	2233	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） ぶどう酒 赤	0	282	68	88.7	-	0.2	-	(0)	Tr	(0.2) *	(0.2)	1.0	-	-	1.5	0.5	0.3	2	110	7	9	13	0.4	Tr	0.02	0.15	別名： 赤ワイン アルコール： 11.6 容量 % (100 g： 100.4 mL、100 mL： 99.6 g)
16012	2234	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） ぶどう酒 ロゼ	0	296	71	87.4	-	0.1	0	0	Tr	(2.5) *	(2.5)	3.4	0	-	4.0	0.6	Tr	4	60	10	7	10	0.4	Tr	0.02	0.10	別名： ロゼワイン アルコール： 10.7 容量 % (100 g： 99.8 mL、100 mL： 100.2 g)
16013	2235	＜アルコール飲料類＞（醸造酒類） 紹興酒	0	525	126	78.8	-	1.7	-	(0)	Tr	-	-	5.1 *	Tr	-	5.1	-	0.3	15	55	25	19	37	0.3	0.4	0.02	0.49	アルコール： 17.8 容量 % (100 g： 99.4 mL、100 mL： 100.6 g)
16014	2236	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） しょうちゅう 連続式蒸留しょうちゅう	0	841	203	71.0	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	アルコール： 35.0 容量 % (100 g： 104.4 mL、100 mL： 95.8 g)
16015	2237	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） しょうちゅう 単式蒸留しょうちゅう	0	595	144	79.5	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	アルコール： 25.0 容量 % (100 g： 103.1 mL、100 mL： 97.0 g)
16060	2238	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） しょうちゅう 泡盛	0	852	206	70.6	-	Tr	-	-	Tr	-	-	0 *	-	-	0	-	0	1	1	Tr	0	0	Tr	0	Tr	Tr	(100g： 104.4mL、100mL： 95.8g) アルコール： 35.4容量%
16016	2239	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） ウイスキー	0	969	234	66.6	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	0	2	1	0	0	Tr	Tr	Tr	0.01	0	アルコール： 40.0 容量 % (100 g： 105.0 mL、100 mL： 95.2 g)
16017	2240	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） ブランデー	0	969	234	66.6	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	0	4	1	0	0	Tr	0	Tr	0.03	0	アルコール： 40.0 容量 % (100 g： 105.0 mL、100 mL： 95.2 g)
16018	2241	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） ウオッカ	0	980	237	66.2	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	Tr	-	0	Tr	Tr	(0)	-	(0)	(0)	-	-	-	アルコール：40.4 容量 % (100 g： 105.3 mL、100 mL： 95.0 g)
16019	2242	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） ジン	0	1162	280	59.9	-	0	-	(0)	Tr	-	-	0.1 *	(0)	-	0.1	-	0	Tr	Tr	(0)	-	(0)	(0)	-	-	-	アルコール： 47.4 容量 % (100 g： 106.4 mL、100 mL： 94.0 g)
16020	2243	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） ラム	0	982	237	66.1	-	0	-	(0)	Tr	-	-	0.1 *	(0)	-	0.1	-	0	3	Tr	0	0	Tr	0	Tr	Tr	0	アルコール： 40.5 容量 % (100 g： 105.2 mL、100 mL： 95.1 g)
16021	2244	＜アルコール飲料類＞（蒸留酒類） マオタイ酒	0	1314	317	54.7	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	0	Tr	Tr	2	0	Tr	0.3	Tr	0.02	0.01	アルコール： 53.0 容量 % (100 g： 107.5 mL、100 mL： 93.0 g)
16022	2245	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） 梅酒	0	649	155	68.9	-	0.1	-	-	Tr	-	-	20.7 *	-	-	20.7	-	0.1	4	39	1	2	3	Tr	Tr	0.01	0.01	アルコール： 13.0 容量 % (100 g： 96.2 mL、100 mL： 103.9 g)
16023	2246	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） 合成清酒	0	449	108	82.2	-	0.1	-	-	0	-	-	5.3 *	-	-	5.3	-	0.1	11	3	2	Tr	5	0	Tr	Tr	0	アルコール： 15.5 容量 % (100 g： 99.7 mL、100 mL： 100.3 g)
16024	2247	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） 白酒	0	999	236	44.7	-	1.9	-	-	Tr	-	-	48.5 *	-	-	48.1	-	Tr	5	14	3	4	14	0.1	0.3	0.08	0.27	アルコール： 7.4 容量 % (100 g： 82.6 mL、100 mL： 121.0 g)

食品番号	索引番号	無機質				ビタミン																											食塩相当量
						ビタミンA							ビタミンE																				
							カロテン																										
		ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	
		(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)	
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ
16003	2225	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0	0	(Tr)	0.09	0	0	0	-	0	12.3	0
16004	2226	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0.12	0	0	0.06	-	0	12.5	0
16005	2227	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0.14	0	0	0.06	-	0	12.0	0
16006	2228	1	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.02	0.8	0.9	0.05	0.1	7	0.08	0.9	0	3.7	0
16007	2229	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.04	1.0	(1.1)	0.07	Tr	9	0.04	-	0	4.2	0
16008	2230	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.05	1.0	(1.1)	0.06	Tr	10	0.12	-	0	5.9	0
16009	2231	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.01	0.3	(0.3)	0.01	0	4	0.10	-	0	4.2	0
16010	2232	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0	0.1	0.1	0.02	0	0	0.07	-	0	9.1	0
16011	2233	Tr	0	2	1	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	0	0.01	0.1	0.1	0.03	0	0	0.07	1.9	0	9.3	0
16012	2234	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0.1	0.02	0	0	0	-	0	8.5	0
16013	2235	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	Tr	0.03	0.6	0.9	0.03	Tr	1	0.19	-	0	14.1	0
16014	2236	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	29.0	(0)
16015	2237	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	20.5	-
16060	2238	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	-	-	-	-	-	29.3	0
16016	2239	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	33.4	0
16017	2240	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	33.4	0
16018	2241	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	33.8	0
16019	2242	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	40.0	0
16020	2243	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	33.8	0
16021	2244	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	45.3	0
16022	2245	0	0	1	Tr	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	0.01	Tr	Tr	0.01	0	0	0	0.1	0	10.2	0
16023	2246	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	0	0	Tr	0.01	0	0	0	-	0	12.3	0
16024	2247	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0.02	0.01	0.1	0.4	0.02	0	1	0.10	-	1	4.9	0

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
16025	2248	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） みりん 本みりん	0	1015	241	47.0	0.2	0.3	-	-	Tr	26.8	26.6	43.3 *	-	-	43.2	-	Tr	3	7	2	2	7	0	0	0.05	0.04
16026	2249	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） みりん 本直し	0	748	179	68.2	(0.1)	0.1	-	-	Tr	-	-	14.4 *	-	-	14.4	-	Tr	3	2	2	2	3	0	Tr	Tr	0.06
16059	2250	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） 缶チューハイ レモン風味	0	211	51	91.4	-	0	-	(0)	Tr	1.8	1.8	2.6 *	0.1	-	2.9	0.3	Tr	10	13	1	Tr	Tr	0	0	Tr	0
16027	2251	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） 薬味酒	0	763	181	62.6	-	Tr	-	-	Tr	-	-	26.8 *	-	-	26.8	-	Tr	1	14	1	1	2	Tr	Tr	Tr	0.08
16028	2252	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） キュラソー	0	1333	319	43.1	-	Tr	-	-	Tr	-	-	26.4 *	-	-	26.4	-	Tr	1	Tr	Tr	0	0	0	Tr	0.01	0
16029	2253	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） スイートワイン	0	524	125	75.2	-	0.1	-	-	0	(12.2) *	(12.2)	13.0	-	-	13.4	0.4	0.2	5	70	5	5	7	0.3	Tr	Tr	0.01
16030	2254	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） ペパーミント	0	1260	300	41.0	-	0	-	-	0	-	-	37.6 *	-	-	37.6	-	Tr	4	1	Tr	0	0	0	Tr	Tr	0
16031	2255	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） ベルモット 甘口タイプ	0	631	151	71.3	-	0.1	-	-	0	-	-	16.4 *	-	-	16.4	-	0.1	4	29	6	5	7	0.3	Tr	0.01	0.01
16032	2256	＜アルコール飲料類＞（混成酒類） ベルモット 辛口タイプ	0	468	113	81.7	-	0.1	-	-	0	(3.1) *	(3.0)	3.7	-	-	3.7	-	0.1	4	26	8	6	8	0.3	Tr	0.01	0.01
16033	2257	＜茶類＞（緑茶類） 玉露 茶	0	998	241	3.1	(22.7)	29.1	-	(0)	4.1	-	-	6.4 *	43.9	-	43.9	-	6.3	11	2800	390	210	410	10.0	4.3	0.84	71.00
16034	2258	＜茶類＞（緑茶類） 玉露 浸出液	0	22	5	97.8	(1.0)	1.3	-	(0)	(0)	-	-	0.3 *	-	-	Tr	-	0.5	2	340	4	15	30	0.2	0.3	0.02	4.60
16035	2259	＜茶類＞（緑茶類） 抹茶 茶	0	984	237	5.0	23.1	29.6	3.3	(0)	5.3	1.6	1.5	9.5 *	38.5	-	39.5	-	7.4	6	2700	420	230	350	17.0	6.3	0.60	-
16036	2260	＜茶類＞（緑茶類） せん茶 茶	0	948	229	2.8	(19.1)	24.5	2.9	(0)	4.7	-	-	8.4 *	46.5	-	47.7	-	5.0	3	2200	450	200	290	20.0	3.2	1.30	55.00
16037	2261	＜茶類＞（緑茶類） せん茶 浸出液	0	7	2	99.4	(0.2)	0.2	-	(0)	(0)	-	-	0.3 *	-	-	0.2	-	0.1	3	27	3	2	2	0.2	Tr	0.01	0.31
16038	2262	＜茶類＞（緑茶類） かまいり茶 浸出液	0	2	1	99.7	(0.1)	0.1	-	(0)	(0)	-	-	0.1 *	-	-	Tr	-	0.1	1	29	4	1	1	Tr	Tr	Tr	0.37
16039	2263	＜茶類＞（緑茶類） 番茶 浸出液	0	1	0	99.8	-	Tr	-	(0)	(0)	-	-	0.1 *	-	-	0.1	-	0.1	2	32	5	1	2	0.2	Tr	0.01	0.19
16040	2264	＜茶類＞（緑茶類） ほうじ茶 浸出液	0	1	0	99.8	-	Tr	-	(0)	(0)	-	-	Tr *	-	-	0.1	-	0.1	1	24	2	Tr	1	Tr	Tr	0.01	0.26
16041	2265	＜茶類＞（緑茶類） 玄米茶 浸出液	0	0	0	99.9	-	0	-	(0)	(0)	-	-	0 *	0	-	0	-	0.1	2	7	2	1	1	Tr	Tr	0.01	0.15
16042	2266	＜茶類＞（発酵茶類） ウーロン茶 浸出液	0	1	0	99.8	-	Tr	-	(0)	(0)	-	-	0.1 *	-	-	0.1	-	0.1	1	13	2	1	1	Tr	Tr	Tr	0.24
16043	2267	＜茶類＞（発酵茶類） 紅茶 茶	0	974	234	6.2	-	20.3	-	(0)	2.5	-	-	13.6 *	38.1	-	51.7	-	5.4	3	2000	470	220	320	17.0	4.0	2.10	21.00
16044	2268	＜茶類＞（発酵茶類） 紅茶 浸出液	0	3	1	99.7	-	0.1	-	(0)	(0)	-	-	0.1 *	-	-	0.1	-	Tr	1	8	1	1	2	0	Tr	0.01	0.22
16045	2269	＜コーヒー・ココア類＞ コーヒー 浸出液	0	16	4	98.6	(0.1)	0.2	Tr	0	Tr	0	0	0.8 *	-	-	0.7	-	0.2	1	65	2	6	7	Tr	Tr	0	0.03
16046	2270	＜コーヒー・ココア類＞ コーヒー インスタントコーヒー	0	1220	287	3.8	(6.0)	14.7	0.2	0	0.3	-	-	65.3 *	-	-	56.5	-	8.7	32	3600	140	410	350	3.0	0.4	0.03	1.90
16047	2271	＜コーヒー・ココア類＞ コーヒー コーヒー飲料 乳成分入り 加糖	0	161	38	90.5	-	0.7	0.2	-	0.3	-	-	8.3 *	-	-	8.2	-	0.3	30	60	22	6	19	0.1	0.1	0.01	0.02
16048	2272	＜コーヒー・ココア類＞ ココア ピュアココア	0	1603	386	4.0	13.5	18.5	20.9	1.0	21.6	10.6	9.6	23.5 *	23.9	-	42.4	0.7	7.5	16	2800	140	440	660	14.0	7.0	3.80	-

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
16025	2248	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	Tr	0	Tr	Tr	0.01	0	0	0	-	0	9.5	0	アルコール： 14.0 容量 % (100 g： 85.5 mL、100 mL： 117.0 g)
16026	2249	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	17.3	0	別名： やなぎかげ アルコール： 22.4 容量 % (100 g： 97.0 mL、100 mL： 103.1 g)
16059	2250	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	5.6	Tr	アルコール： 7.1 容量 % (100 g： 99.9 ml、100 ml： 100.1 g)
16027	2251	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	0	0.1	0.1	0.01	0	0	0	-	0	10.6	0	アルコール： 14.6 容量 % (100 g： 91.5 mL、100 mL： 109.3 g)
16028	2252	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	30.5	0	試料： オレンジキュラソー アルコール： 40.4 容量 % (100 g： 95.0 mL、100 mL： 105.3 g)
16029	2253	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	Tr	Tr	Tr	0.01	0	0	0	-	0	11.1	0	アルコール： 14.5 容量 %、酢酸：0.1 g
16030	2254	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	-	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	21.4	0	アルコール： 30.2 容量 % (100 g： 89.3 mL、100 mL： 112.0 g)
16031	2255	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0.1	0.1	Tr	0	0	0.06	-	0	12.1	0	アルコール： 16.0 容量 % (100 g： 95.5 mL、100 mL： 104.7 g)
16032	2256	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0.1	0.1	Tr	0	0	0	-	0	14.4	0	アルコール： 18.0 容量 % (100 g： 100.5 mL、100 mL： 99.5 g)
16033	2257	-	-	-	-	(0)	-	-	-	21000	1800	(0)	16.0	0.1	1.5	0	4000	0.30	1.16	6.0	(14.0)	0.69	(0)	1000	4.10	-	110	-	0	カフェイン： 3.5 g、タンニン： 10.0 g
16034	2258	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	Tr	0.02	0.11	0.6	(1.0)	0.07	(0)	150	0.24	-	19	-	0	浸出法： 茶 10 g/60 ° C 60 mL、2.5分 カフェイン： 0.16 g、タンニン： 0.23 g
16035	2259	-	-	-	-	(0)	-	-	-	29000	2400	(0)	28.0	0	0	0	2900	0.60	1.35	4.0	12.0	0.96	(0)	1200	3.70	-	60	-	0	粉末製品 (100 g：182mL、100 mL：55g)カフェイン： 3.2 g、タンニン： 10.0 g、硝酸イオン： Tr
16036	2260	4	3	8	1	(0)	-	-	-	13000	1100	(0)	65.0	6.2	7.5	0	1400	0.36	1.43	4.1	(11.0)	0.46	(0)	1300	3.10	52.0	260	-	0	カフェイン： 2.3 g、タンニン： 13.0 g
16037	2261	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	Tr	0	0.05	0.2	(0.3)	0.01	(0)	16	0.04	0.8	6	-	0	浸出法： 茶 10 g/90 ° C 430 mL、1分 カフェイン： 0.02 g、タンニン： 0.07 g
16038	2262	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	0	0	0.04	0.1	(0.1)	0.01	(0)	18	0	-	4	-	0	浸出法： 茶 10 g/90 ° C 430 mL、1分 カフェイン： 0.01 g、タンニン： 0.05 g
16039	2263	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	Tr	0	0.03	0.2	0.2	0.01	(0)	7	0	-	3	-	0	浸出法： 茶 15 g/90 ° C 650 mL、0.5分 カフェイン： 0.01 g、タンニン： 0.03 g
16040	2264	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	0	0	0.02	0.1	0.1	Tr	(0)	13	0	-	Tr	-	0	浸出法： 茶 15 g/90 ° C 650 mL、0.5分 カフェイン： 0.02g、タンニン： 0.04g
16041	2265	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0.01	0.1	0.1	0.01	(0)	3	0	-	1	-	0	浸出法： 茶 15 g/90 ° C 650 mL、0.5分 カフェイン： 0.01 g、タンニン： 0.01 g
16042	2266	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	0	0	0.03	0.1	0.1	Tr	(0)	2	0	0.2	0	-	0	浸出法： 茶 15 g/90 ° C 650 mL、0.5分 カフェイン： 0.02 g、タンニン： 0.03 g
16043	2267	6	8	18	2	(0)	-	-	-	900	75	(0)	9.8	0	1.6	0	1500	0.10	0.80	10.0	13.0	0.28	(0)	210	2.00	32.0	0	-	0	カフェイン： 2.9 g、タンニン： 11.0 g
16044	2268	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	6	0	0.01	0.1	0.1	0.01	(0)	3	0	0.2	0	-	0	浸出法： 茶 5 g/熱湯 360 mL、1.5分～4分 カフェイン： 0.03 g、タンニン： 0.10 g
16045	2269	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.01	0.8	(0.8)	0	0	0	0	1.7	0	-	0	浸出法： コーヒー粉末 10 g/熱湯150 mL カフェイン： 0.06 g、タンニン： 0.25 g
16046	2270	8	5	2	7	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	0.1	0.2	0	0	Tr	0.02	0.14	47.0	(48.0)	0.01	0.1	8	0	88.0	(0)	-	0.1	顆粒製品 カフェイン： 4.0 g、タンニン： 12.0 g
16047	2271	2	Tr	0	Tr	0	-	-	-	(0)	(0)	-	0	0	0	0	0	0.01	0.04	0.3	0.4	Tr	-	0	0.11	2.5	(0)	-	0.1	別名： 缶コーヒー 試料： 缶製品
16048	2272	-	-	-	-	0	-	-	-	30	3	(0)	0.3	0	4.3	0.1	2	0.16	0.22	2.3	6.6	0.08	0	31	0.85	-	0	-	0	別名： 純ココア 粉末製品 (100 g：98mL、100 mL：102g)テオブロミン： 1.7 g、カフェイン： 0.2 g、ポリフェノール： 4.1 g

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質		脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
		可食部 100 g 当たり						アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	脂肪酸の	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物	差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg		(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
16049	2273	＜コーヒー･ココア類＞ ココア ミルクココア	0	1690	400	1.6	-	7.4	6.6	-	6.8	-	-	75.1 *	5.5	-	80.4	-	2.6	270	730	180	130	240	2.9	2.1	0.93	0.74
16056	2274	＜その他＞ 青汁 ケール	0	1307	312	2.3	10.8	13.8	2.8	0	4.4	-	-	46.7 *	28.0	-	70.2	-	8.6	230	2300	1200	210	270	2.9	1.8	0.17	2.75
16050	2275	＜その他＞ 甘酒	0	322	76	79.7	(1.3)	1.7	-	(0)	0.1	(18.3) *	(16.9)	18.3	0.4	-	18.3	-	0.2	60	14	3	5	21	0.1	0.3	0.05	0.17
16051	2276	＜その他＞ 昆布茶	0	734	173	1.4	7.5	5.2	-	0	0.2	35.1 *	33.4	34.5	2.8	2.3	42.0	-	51.3	20000	580	88	51	14	0.5	0.3	Tr	0.03
16057	2277	＜その他＞ スポーツドリンク	0	88	21	94.7	-	0	-	0	Tr	-	-	5.1 *	Tr	-	5.1	-	0.1	31	26	8	3	0	Tr	0	0	0
16052	2278	＜その他＞（炭酸飲料類）果実色飲料	0	218	51	87.2	-	Tr	-	(0)	Tr	-	-	12.8 *	-	-	12.8	-	Tr	2	1	3	0	Tr	Tr	0	Tr	0
16053	2279	＜その他＞（炭酸飲料類）コーラ	0	196	46	88.5	-	0.1	-	(0)	Tr	(12.2) *	(12.0)	11.4	-	-	11.4	-	Tr	2	Tr	2	1	11	Tr	Tr	Tr	0
16054	2280	＜その他＞（炭酸飲料類）サイダー	0	173	41	89.8	-	Tr	-	(0)	Tr	(9.0)	(9.0)	10.2 *	-	-	10.2	-	0	4	Tr	1	Tr	0	Tr	0.1	0.02	0
16058	2281	＜その他＞（炭酸飲料類）ビール風味炭酸飲料	0	23	5	98.6	0.1	0.1	-	(0)	Tr	-	-	1.2 *	-	-	1.2	-	Tr	3	9	2	1	8	0	0	Tr	0
16055	2282	＜その他＞ 麦茶 浸出液	0	5	1	99.7	-	Tr	-	(0)	(0)	-	-	0.3 *	-	-	0.3	-	Tr	1	6	2	Tr	1	Tr	0.1	Tr	Tr
16061	2283	＜その他＞ なぎなたこうじゅ 浸出液	0	1	0	99.9	-	0	-	-	Tr	-	-	Tr *	-	-	Tr	-	0	Tr	7	1	Tr	1	Tr	0	Tr	Tr
17001	2284	＜調味料類＞（ウスターソース類）ウスターソース	0	516	122	61.3	0.7	1.0	Tr	-	0.1	24.1	23.8	27.0 *	0.5	0	27.1	1.5	9.0	3300	190	59	24	11	1.6	0.1	0.10	-
17002	2285	＜調味料類＞（ウスターソース類）中濃ソース	0	561	132	60.9	0.5	0.8	Tr	-	0.1	26.9	26.6	30.1 *	1.0	0	30.9	1.3	6.3	2300	210	61	23	16	1.7	0.1	0.18	0.23
17003	2286	＜調味料類＞（ウスターソース類）濃厚ソース	0	566	133	60.7	-	0.9	-	-	0.1	(27.1)	(26.7)	29.8 *	1.0	0	30.9	1.3	6.2	2200	210	61	26	17	1.5	0.1	0.23	0.23
17085	2287	＜調味料類＞（ウスターソース類）お好み焼きソース	0	618	146	58.1	1.2	1.6	Tr	0.2	0.1	30.4	29.1	33.5 *	0.9	0	33.7	0.8	5.5	1900	240	31	20	28	0.9	0.2	0.10	0.13
17004	2288	＜調味料類＞（辛味調味料類）トウバンジャン	0	205	49	69.7	-	2.0	1.8	3.0	2.3	-	-	4.1 *	4.3	-	7.9	-	18.1	7000	200	32	42	49	2.3	0.3	0.13	0.28
17005	2289	＜調味料類＞（辛味調味料類）チリペッパーソース	0	246	58	84.1	(0.5)	0.7	(0.4)	-	0.5	-	-	13.1 *	-	-	12.8	-	1.9	630	130	15	13	24	1.5	0.1	0.08	0.10
17006	2290	＜調味料類＞（辛味調味料類）ラー油	0	3648	887	0.1	-	0.1	(97.5)	(0)	99.8	-	-	2.3 *	-	-	Tr	-	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0.1	Tr	0.01	-
17007	2291	＜調味料類＞（しょうゆ類）こいくちしょうゆ	0	325	77	67.1	6.1	7.7	-	(0)	0	1.6	1.6	8.6 *	(Tr)	0.1	7.9	0.9	15.1	5700	390	29	65	160	1.7	0.9	0.01	1.00
17086	2292	＜調味料類＞（しょうゆ類）こいくちしょうゆ 減塩	0	291	68	74.4	(6.4)	8.1	-	(0)	Tr	(1.3)	(1.3)	10.0 *	(0)	0.1	9.0	0.7	8.5	3300	260	31	74	170	2.1	0.9	Tr	1.17
17008	2293	＜調味料類＞（しょうゆ類）うすくちしょうゆ	0	253	60	69.7	4.9	5.7	-	(0)	0	2.6	2.6	6.1 *	(Tr)	-	5.8	0.5	16.8	6300	320	24	50	130	1.1	0.6	0.01	0.66
17139	2294	＜調味料類＞（しょうゆ類）うすくちしょうゆ 低塩	0	325	77	70.9	5.5	6.4	-	(0)	Tr	2.5	2.5	7.8 *	(Tr)	-	7.6	0.8	12.1	5000	330	19	54	130	1.0	0.5	0	0.70
17009	2295	＜調味料類＞（しょうゆ類）たまりしょうゆ	0	471	111	57.3	9.2	11.8	-	(0)	0	-	-	18.5 *	(0)	-	15.9	-	15.0	5100	810	40	100	260	2.7	1.0	0.02	-
17010	2296	＜調味料類＞（しょうゆ類）さいしこみしょうゆ	0	432	102	60.7	(7.6)	9.6	-	(0)	0	(2.0)	(1.9)	16.7 *	(0)	0.1	15.9	1.1	13.8	4900	530	23	89	220	2.1	1.1	0.01	-
17011	2297	＜調味料類＞（しょうゆ類）しろしょうゆ	0	367	87	63.0	(2.0)	2.5	-	(0)	0	(1.8)	(1.8)	18.6 *	(0)	0.1	19.2	1.0	15.3	5600	95	13	34	76	0.7	0.3	0.01	-
17087	2298	＜調味料類＞（しょうゆ類）だししょうゆ	0	168	40	(83.2)	(3.1)	(4.0)	-	0	0	(0.8)	(0.8)	(4.5) *	(Tr)	(0.1)	(4.1)	(0.4)	(7.7)	(2800)	(230)	(16)	(35)	(89)	(0.9)	(0.4)	(Tr)	(0.50)
17088	2299	＜調味料類＞（しょうゆ類）照りしょうゆ	0	727	172	(55.0)	(1.9)	(2.4)	-	0	0	(21.2)	(18.9)	(36.0) *	(Tr)	(Tr)	(35.7)	(0.1)	(4.2)	(1600)	(110)	(10)	(20)	(51)	(0.5)	(0.2)	(0.04)	(0.31)
17012	2300	＜調味料類＞（食塩類）食塩	0	0	0	0.1	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	99.9	39000	100	22	18	(0)	Tr	Tr	0.01	Tr
17013	2301	＜調味料類＞（食塩類）並塩	0	0	0	1.8	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	98.2	38000	160	55	73	(0)	Tr	Tr	0.02	Tr
17146	2302	＜調味料類＞（食塩類）減塩タイプ食塩 調味料含む	0	217	50	Tr	-	(0)	-	(0)	(0)	-	-	0 *	0	-	(16.7)	16.7	(83.2)	19000	19000	2	240	(0)	0.1	Tr	0	0.02

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																							備考
		可食部 100 g 当たり					ビタミンA						ビタミンE																	
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	カロテン α-カロテン	カロテン β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
16049	2273	＜コーヒー･ココア類＞ ココア ミルクココア	-	-	-	-	8	-	-	-	Tr	8	-	0.4	0	1.2	0.1	0	0.07	0.42	0.3	1.5	0.07	-	12	0.90	-	(0)	-	0.7	別名： インスタントココア、調整ココア 粉末製品 テオブロミン： 0.3 g、カフェイン： Tr、ポリフェノール： 0.9 g
16056	2274	＜その他＞ 青汁 ケール	5	9	12	130	0	24	10000	110	10000	860	0	9.4	0.1	1.0	0	1500	0.31	0.80	6.0	10.0	0.75	0	820	1.31	20.0	1100	-	0.6	粉末製品 硝酸イオン： 0.7 g
16050	2275	＜その他＞ 甘酒	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	Tr	0	0	0	0	0.01	0.03	0.2	(0.6)	0.02	-	8	0	-	(0)	-	0.2	(100 g：96mL、100 mL：104g)
16051	2276	＜その他＞ 昆布茶	26000	2	13	1	0	0	30	1	31	3	0	Tr	0	0	0	13	0.01	0.02	0.1	0.1	Tr	0	11	0.01	0.5	6	-	51.3	粉末製品 (100 g：198mL、100 mL：51g)
16057	2277	＜その他＞ スポーツドリンク	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.8	0.8	0.12	0	0	Tr	-	Tr	-	0.1	(100 g：99mL、100 mL：101g)
16052	2278	＜その他＞（炭酸飲料類）果実色飲料	1	0	0	0	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	-	-	0	0	-	0	試料： 無果汁のもの (100 g：98mL、100 mL：102g) ビタミンC： 添加品あり
16053	2279	＜その他＞（炭酸飲料類）コーラ	-	-	-	-	(0)	-	-	-	0	(0)	(0)	-	-	-	-	-	0	0	0	Tr	-	-	-	-	-	0	-	0	(100 g：98mL、100 mL：103g)
16054	2280	＜その他＞（炭酸飲料類）サイダー	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	-	-	-	0	-	0	(100 g：98mL、100 mL：103g)
16058	2281	＜その他＞（炭酸飲料類）ビール風味炭酸飲料	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	0.1	0.1	Tr	0	1	0.02	-	8	-	0	別名： ノンアルコールビール (100 g： 99.5 mL、100 mL： 100.5 g)
16055	2282	＜その他＞ 麦茶 浸出液	0	0	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0	0	0.1	(0)	-	0	浸出法： 麦茶 50 g/ 湯 1500 mL、沸騰後 5 分放置
16061	2283	＜その他＞ なぎなたこうじゅ 浸出液	0	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	Tr	Tr	0	-	1	0	Tr	0	-	0	浸出法：焙煎した茎葉及び花6g/水2000mL、加熱・沸騰後10分煮出し、タンニン：0g
17001	2284	＜調味料類＞（ウスターソース類）ウスターソース	3	1	9	4	(0)	10	41	0	47	4	(0)	0.2	0.1	0	0	1	0.01	0.02	0.3	0.3	0.03	Tr	1	0.15	6.5	0	-	8.5	(100 g： 83.7 mL、100 mL： 119.5 g)
17002	2285	＜調味料類＞（ウスターソース類）中濃ソース	3	1	7	3	(0)	5	85	0	87	7	(0)	0.5	0.1	Tr	0	2	0.02	0.04	0.4	0.4	0.04	Tr	1	0.18	5.8	(0)	-	5.8	(100 g： 86 mL、100 mL： 116 g)
17003	2286	＜調味料類＞（ウスターソース類）濃厚ソース	-	-	-	-	(0)	14	100	0	110	9	(0)	0.5	0.1	0.1	0	2	0.03	0.04	0.6	0.8	0.06	Tr	1	0.21	-	(0)	-	5.6	
17085	2287	＜調味料類＞（ウスターソース類）お好み焼きソース	2	2	5	6	-	3	200	0	200	17	0	0.8	Tr	Tr	0	1	0.03	0.03	0.8	0.8	0.06	0.1	6	0.19	4.5	3	0	4.9	(100 g： 86 mL、100 mL： 117g)
17004	2288	＜調味料類＞（辛味調味料類）トウバンジャン	-	-	-	-	(0)	21	1400	-	1400	120	(0)	3.0	0.1	1.1	0.4	12	0.04	0.17	1.0	1.3	0.20	0	8	0.24	-	3	-	17.8	(100 g： 88 mL、100 mL： 113g)
17005	2289	＜調味料類＞（辛味調味料類）チリペッパーソース	-	-	-	-	(0)	62	1400	250	1600	130	(0)	-	-	-	-	-	0.03	0.08	0.3	(0.5)	-	-	-	-	-	0	-	1.6	タバスコソース等を含む
17006	2290	＜調味料類＞（辛味調味料類）ラー油	-	-	-	-	(0)	0	570	270	710	59	(0)	3.7	0.1	48.0	1.2	5	0	0	0.1	0.1	-	-	-	-	-	(0)	-	0	使用油配合割合： ごま油 8、とうもろこし油 2
17007	2291	＜調味料類＞（しょうゆ類）こいくちしょうゆ	1	11	3	48	0	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	0	0.05	0.17	1.3	1.6	0.17	0.1	33	0.48	12.0	0	2.1	14.5	食物繊維：AOAC2011.25法(100 g： 84.7 mL、100 mL： 118.1 g)
17086	2292	＜調味料類＞（しょうゆ類）こいくちしょうゆ 減塩	1	10	3	84	0	-	-	-	-	-	(0)	-	-	-	-	(0)	0.07	0.17	1.5	(1.8)	0.17	0	57	0.46	11.0	(0)	-	8.3	(100 g： 89.3 mL、100 mL： 112.0 g)
17008	2293	＜調味料類＞（しょうゆ類）うすくちしょうゆ	1	6	2	40	0	0	0	0	0	0	(0)	0	0	0	0	0	0.05	0.11	1.0	1.2	0.13	0.1	31	0.37	8.4	0	2.0	16.0	食物繊維：AOAC2011.25法 (100 g： 84.7 mL、100 mL： 118.1 g)
17139	2294	＜調味料類＞（しょうゆ類）うすくちしょうゆ 低塩	Tr	4	4	26	(0)	(0)	(0)	(0)	0	0	-	0	0	0	0	0	0.25	0.08	0.8	1.1	0.11	Tr	36	0.34	6.0	4	2.9	12.8	食物繊維：AOAC2011.25法 (100 g： 87.8 mL、100 mL： 113.9 g)
17009	2295	＜調味料類＞（しょうゆ類）たまりしょうゆ	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	0	0.07	0.17	1.6	2.0	0.22	0.1	37	0.59	-	0	-	13.0	(100 g： 82.6 mL、100 mL： 121.1 g)
17010	2296	＜調味料類＞（しょうゆ類）さいしこみしょうゆ	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	0	0.17	0.15	1.3	(1.7)	0.18	0.2	29	0.57	-	0	-	12.4	(100 g： 82.6 mL、100 mL： 121.1 g)
17011	2297	＜調味料類＞（しょうゆ類）しろしょうゆ	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	0	0.14	0.06	0.9	(1.0)	0.08	0.2	14	0.28	-	0	-	14.2	(100 g： 82.6 mL、100 mL： 121.1 g)
17087	2298	＜調味料類＞（しょうゆ類）だししょうゆ	(750)	(8)	(1)	(24)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.03)	(0.09)	(1.1)	(1.2)	(0.09)	(0.2)	(17)	(0.26)	(6.2)	0	(1.0)	(7.3)	こいくちしょうゆ1：かつお昆布だし1
17088	2299	＜調味料類＞（しょうゆ類）照りしょうゆ	(Tr)	(3)	(1)	(13)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.05)	(0.4)	(0.5)	(0.06)	(Tr)	(9)	(0.13)	(3.4)	0	(2.8)	(4.0)	本みりん126、こいくちしょうゆ45
17012	2300	＜調味料類＞（食塩類）食塩	1	1	0	0	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	-	99.1	塩事業センター及び日本塩工業会の品質規格では塩化ナトリウム99 %以上
17013	2301	＜調味料類＞（食塩類）並塩	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	96.5	別名： あら塩 塩事業センター及び日本塩工業会の品質規格では塩化ナトリウム95 %以上 (100 g：111mL、100 mL：90g)
17146	2302	＜調味料類＞（食塩類）減塩タイプ食塩 調味料含む	-	-	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	49.4	別名：減塩塩 調味料（無機塩、有機酸）を含む

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
17147	2303	＜調味料類＞（食塩類）減塩タイプ食塩　調味料不使用	0	0	0	2.0	-	(0)	-	(0)	(0)	-	-	0 *	0	-	0	-	(98.0)	18000	25000	390	530	(0)	0.1	Tr	0	0.02
17014	2304	＜調味料類＞（食塩類）精製塩　家庭用	0	0	0	Tr	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	100	39000	2	0	87	(0)	0	0	Tr	0
17089	2305	＜調味料類＞（食塩類）精製塩　業務用	0	0	0	Tr	-	0	-	(0)	0	-	-	0 *	(0)	-	0	-	100	39000	2	0	0	(0)	0	0	Tr	0
17090	2306	＜調味料類＞（食酢類）黒酢	0	282	66	85.7	-	1.0	-	(0)	0	-	-	9.0 *	(0)	-	9.0	4.0	0.2	10	47	5	21	52	0.2	0.3	0.01	0.55
17015	2307	＜調味料類＞（食酢類）穀物酢	0	158	37	93.3	-	0.1	-	(0)	0	-	-	2.4 *	(0)	-	2.4	4.2	Tr	6	4	2	1	2	Tr	0.1	Tr	-
17016	2308	＜調味料類＞（食酢類）米酢	0	251	59	87.9	-	0.2	-	(0)	0	-	-	7.4 *	(0)	-	7.4	4.4	0.1	12	16	2	6	15	0.1	0.2	Tr	-
17091	2309	＜調味料類＞（食酢類）果実酢　バルサミコ酢	0	491	116	74.2	-	0.5	-	(0)	0	(16.4)	(16.4)	19.4 *	(0)	-	19.4	5.6	0.4	29	140	17	11	22	0.7	0.1	0.01	0.13
17017	2310	＜調味料類＞（食酢類）果実酢　ぶどう酢	0	155	36	93.7	-	0.1	-	0	Tr	-	-	1.2 *	0	-	1.2	4.8	0.2	4	22	3	2	8	0.2	Tr	0.01	0.03
17018	2311	＜調味料類＞（食酢類）果実酢　りんご酢	0	172	41	92.6	-	0.1	-	(0)	0	(0.5)	(0.5)	2.4 *	(0)	-	2.4	4.7	0.2	18	59	4	4	6	0.2	0.1	Tr	-
17130	2312	＜調味料類＞（だし類）あごだし	0	2	0	99.8	Tr	0.1	-	0	0	-	-	Tr *	Tr	-	0	-	0.1	10	19	Tr	1	8	Tr	0	0	0
17019	2313	＜調味料類＞（だし類）かつおだし　荒節	0	8	2	99.4	0.2	0.4	-	0	Tr	-	-	0.2 *	0	-	0	-	0.1	21	29	2	3	18	Tr	Tr	Tr	0
17131	2314	＜調味料類＞（だし類）かつおだし　本枯れ節	0	9	2	99.4	0.2	0.5	-	0	0	-	-	0.3 *	0	-	Tr	-	0.1	21	32	Tr	3	18	Tr	Tr	0.01	0
17020	2315	＜調味料類＞（だし類）昆布だし　水出し	0	17	4	98.5	(0.1)	0.1	-	-	Tr	-	-	0.9 *	-	-	0.9	-	0.5	61	140	3	4	6	Tr	Tr	Tr	0.01
17132	2316	＜調味料類＞（だし類）昆布だし　煮出し	0	23	5	98.1	0.2	0.1	-	0	0	-	-	1.1 *	0.1	-	1.3	-	0.5	73	160	5	8	4	Tr	0	0.01	0
17021	2317	＜調味料類＞（だし類）かつお・昆布だし　荒節・昆布だし	0	10	2	99.2	(0.2)	0.3	-	-	Tr	-	-	0.4 *	-	-	0.3	-	0.2	34	63	3	4	13	Tr	Tr	Tr	Tr
17148	2318	＜調味料類＞（だし類）かつお・昆布だし　本枯れ節・昆布だし	1	10	2	99.2	0.1	0.3	-	-	0	-	-	0.5 *	Tr	-	0.4	-	0.2	30	58	1	3	11	Tr	Tr	Tr	0
17022	2319	＜調味料類＞（だし類）しいたけだし	0	17	4	98.8	-	0.1	-	-	0	-	-	0.9 *	-	-	0.9	-	0.2	3	29	1	3	8	0.1	Tr	0.01	-
17023	2320	＜調味料類＞（だし類）煮干しだし	0	5	1	99.7	-	0.1	-	-	0.1	-	-	0 *	(0)	-	Tr	-	0.1	38	25	3	2	7	Tr	Tr	Tr	Tr
17024	2321	＜調味料類＞（だし類）鶏がらだし	0	28	7	98.6	0.8	0.9	0.4	1.2	0.4	-	-	Tr *	(0)	-	Tr	-	0.2	40	60	1	1	15	0.1	Tr	0.01	0
17025	2322	＜調味料類＞（だし類）中華だし	0	14	3	99.0	(0.7)	0.8	-	-	0	-	-	0.1 *	-	-	Tr	-	0.2	20	90	3	5	40	Tr	Tr	Tr	0.01
17026	2323	＜調味料類＞（だし類）洋風だし	0	27	6	97.8	(0.6)	1.3	-	-	0	-	-	1.0 *	-	-	0.3	-	0.6	180	110	5	6	37	0.1	0.1	0.01	0.01
17027	2324	＜調味料類＞（だし類）固形ブイヨン	0	987	233	0.8	(8.2)	7.0	4.1	Tr	4.3	-	-	40.8 *	0.3	-	42.1	-	45.8	17000	200	26	19	76	0.4	0.1	0.10	0.10
17092	2325	＜調味料類＞（だし類）顆粒おでん用	0	706	166	(0.9)	(9.9)	(9.6)	(0.1)	(6.9)	(0.1)	(21.4)	(20.5)	(31.2) *	(Tr)	-	(31.7)	(0.3)	(57.6)	(22000)	(210)	(30)	(33)	(130)	(0.8)	(0.4)	(0.05)	(0.33)
17093	2326	＜調味料類＞（だし類）顆粒中華だし	0	892	210	1.2	10.6	12.6	1.5	7.3	1.6	-	-	38.7 *	(0)	-	36.6	-	48.1	19000	910	84	33	240	0.6	0.5	0.05	0.16
17028	2327	＜調味料類＞（だし類）顆粒和風だし	0	949	223	1.6	(26.8)	24.2	0.2	23.0	0.3	-	-	28.6 *	0	-	31.1	-	42.8	16000	180	42	20	260	1.0	0.5	0.12	0.09

食品番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
17147	-	-	0	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	45.7	別名：減塩塩 塩化カリウムを含む
17014	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	99.1	塩事業センターの品質規格では塩化ナトリウム99.5 %以上 (100 g：83mL、100 mL：120g)
17089	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	(0)	(0)	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	99.1	塩事業センターの品質規格では塩化ナトリウム99.5 %以上 (100 g：83mL、100 mL：120g)
17090	0	0	2	9	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.02	0.01	0.6	0.8	0.06	0.1	1	0.07	1.0	(0)	-	Tr	
17015	0	0	1	1	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0.01	0.01	0.1	0.1	0.01	0.1	0	0	0.1	0	-	0	(100 g：100mL、100 mL：100g)
17016	0	Tr	1	4	0	-	-	-	0	0	(0)	-	-	-	-	(0)	0.01	0.01	0.3	0.3	0.02	0.1	0	0.08	0.4	0	-	0	(100 g：100mL、100 mL：100g)
17091	2	0	5	2	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)	0.01	0.01	0.2	0.2	0.05	Tr	Tr	0.03	1.4	(0)	-	0.1	(100 g：100mL、100 mL：100g)
17017	Tr	0	1	1	(0)	Tr	Tr	-	Tr	(0)	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	(Tr)	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0.1	Tr	0.08	0.1	Tr	-	0	別名：ワインビネガー、ワイン酢
17018	-	-	-	-	0	(0)	0	(0)	(0)	(0)	(Tr)	-	-	-	-	Tr	0	0.01	0.1	0.1	0.01	0.3	0	0.06	-	0	-	0	別名：サイダービネガー
17130	1	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0.2	Tr	0.1	Tr	0	0	0	-	Tr	液状だし 2%のあごでとっただし
17019	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0.01	1.4	1.4	0.02	0.4	0	0.04	0.1	0	-	0.1	液状だし 3%の荒節でとっただし
17131	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.01	1.4	1.4	0.01	0.2	0	Tr	0	0	-	0.1	液状だし 3%の本枯れ節でとっただし
17020	5300	0	0	0	(0)	0	0	0	0	(0)	-	0	0	0	0	0	Tr	Tr	Tr	(0)	0	0	2	0	0.1	Tr	-	0.2	液状だし 3%の真昆布でとっただし
17132	11000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0.01	Tr	Tr	Tr	0	1	0.01	0.1	0	-	0.2	液状だし 3%の真昆布でとっただし
17021	1500	4	0	0	(Tr)	0	0	0	0	(Tr)	-	0	0	0	0	0	0.01	0.01	0.9	(0.9)	0.01	0.3	1	0.04	0.1	Tr	-	0.1	液状だし 2%の荒節と1%の真昆布でとっただし
17148	2900	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0.7	0.8	0.01	0.1	Tr	Tr	0	0	-	0.1	液状だし 2%の本枯れ節と1%の真昆布でとっただし
17022	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0.02	0.6	0.6	0.02	0	2	0.57	-	0	-	0	液状だし ７%のしいたけでとっただし
17023	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	0	0	0	0	0	0.01	Tr	0.3	0.3	Tr	0.2	1	0	-	0	-	0.1	液状だし 3%の煮干しでとっただし
17024	Tr	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	Tr	0	Tr	0	2	0.01	0.04	1.1	1.1	0.02	0.1	2	0.31	0.5	0	-	0.1	別名：鶏ガラスープ 試料：調理した液状だし 鶏がらからとっただし
17025	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	0	0	0	0	0	0.15	0.03	1.3	(1.3)	0.05	0	1	0.26	-	0	-	0.1	別名：湯（たん） 液状だし 鶏肉、豚もも肉、ねぎ、しょうがなどでとっただし
17026	-	-	-	-	-	0	0	0	0	-	-	0	0	0	0	0	0.02	0.05	1.1	(1.1)	0.06	0.2	3	0.25	-	0	-	0.5	別名：スープストック、ブイヨン 液状だし 牛もも肉、にんじん、たまねぎ、セロリーなどでとっただし
17027	1	2	2	2	0	0	0	0	0	0	Tr	0.7	Tr	0.3	0	2	0.03	0.08	1.1	(1.1)	0.40	0.1	16	0.28	0.5	0	-	43.2	別名：固形コンソメ 顆粒状の製品を含む 固形だし
17092	(2)	(26)	(3)	(15)	0	0	0	0	0	0	(0.2)	(Tr)	0	0	0	0	(0.02)	(0.11)	(2.0)	(2.5)	(0.07)	(0.4)	(14)	(0.20)	(4.9)	0	0	(56.4)	顆粒だし
17093	31	8	8	6	2	2	7	0	8	3	0	0.9	0.1	5.0	1.4	-	0.06	0.56	8.0	8.5	0.29	0.3	170	1.48	5.1	0	-	47.5	粉末製品を含む 顆粒だし
17028	5	74	8	1	0	0	0	0	0	0	0.8	0.1	0	0	0	0	0.03	0.20	5.5	(6.9)	0.06	1.4	14	0.18	3.8	0	-	40.6	別名：顆粒風味調味料 粉末製品を含む 顆粒だし (100 g：155mL、100 mL：64g)

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)				mg	(……g……)										(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
17140	2328	＜調味料類＞（だし類）なべつゆ ストレート しょうゆ味	0	87	20	(93.0)	(0.8)	(1.0)	-	-	0	(3.2)	(3.1)	(4.3) *	0	-	(4.1)	-	(1.9)	(700)	(53)	(4)	(8)	(23)	(0.2)	(0.1)	(Tr)	(0.12)
17029	2329	＜調味料類＞（だし類）めんつゆ ストレート	0	185	44	85.4	(2.0)	2.2	-	-	0	-	-	8.9 *	-	-	8.7	-	3.7	1300	100	8	15	48	0.4	0.2	0.01	-
17141	2330	＜調味料類＞（だし類）めんつゆ 二倍濃縮	0	301	71	75.2	-	3.4	-	-	0	-	-	14.4 *	-	-	14.4	-	7.2	2600	160	12	25	67	0.6	0.3	0.01	-
17030	2331	＜調味料類＞（だし類）めんつゆ 三倍濃縮	0	417	98	64.9	(4.1)	4.5	-	-	0	-	-	20.4 *	-	-	20.0	-	10.6	3900	220	16	35	85	0.8	0.4	0.01	-
17142	2332	＜調味料類＞（だし類）ラーメンスープ 濃縮 しょうゆ味 ストレートしょうゆ味	0	652	157	(57.5)	(2.7)	(3.3)	(11.4)	(12.0)	(11.7)	(3.7)	(3.6)	(10.9) *	(Tr)	-	(9.9)	-	(17.5)	(6700)	(200)	(22)	(31)	(69)	(0.6)	(0.3)	(0.03)	(0.33)
17143	2333	＜調味料類＞（だし類）ラーメンスープ 濃縮 みそ味 ストレートみそ味	0	782	187	(48.4)	(5.5)	(6.4)	(10.7)	(9.1)	(11.0)	(5.4)	(5.1)	(16.4) *	(1.6)	-	(16.8)	-	(17.4)	(6500)	(270)	(61)	(43)	(100)	(1.8)	(0.6)	(0.14)	(0.09)
17094	2334	＜調味料類＞（調味ソース類）甘酢	0	535	125	(67.2)	-	(0.1)	-	0	0	(27.9) *	(26.6)	(28.4)	0	-	(28.4)	(3.1)	(1.2)	(470)	(5)	(2)	(1)	(1)	0	(0.1)	(Tr)	0
17095	2335	＜調味料類＞（調味ソース類）エビチリの素	0	228	54	(85.8)	(0.8)	(1.2)	(1.3)	-	(1.4)	(8.2)	(7.9)	(9.2) *	(0.6)	-	(9.5)	(0.1)	(2.0)	(680)	(150)	(8)	(10)	(45)	(0.3)	(0.1)	(0.03)	(0.22)
17031	2336	＜調味料類＞（調味ソース類）オイスターソース	0	448	105	61.6	(6.1)	7.7	0.1	2.0	0.3	-	-	19.9 *	0.2	-	18.3	-	12.1	4500	260	25	63	120	1.2	1.6	0.17	0.40
17096	2337	＜調味料類＞（調味ソース類）黄身酢	0	929	222	(39.2)	(6.8)	(8.1)	(13.8)	(588.7)	(16.8)	(25.6)	(24.4)	(23.3) *	0	-	(25.6)	(1.6)	(8.2)	(2900)	(60)	(73)	(7)	(270)	(2.3)	(1.8)	(0.07)	(0.04)
17133	2338	＜調味料類＞（調味ソース類）魚醤油 いかなごしょうゆ	0	274	64	63.0	9.4	13.9	-	0	0	Tr	Tr	5.8 *	Tr	0	2.1	0.9	20.8	8300	480	3	14	180	0.4	1.0	0.01	0
17134	2339	＜調味料類＞（調味ソース類）魚醤油 いしる（いしり）	0	285	67	61.2	8.4	12.8	0	0	0	0.1	0.1	7.9 *	0.3	0	4.2	0.4	21.8	8600	260	25	53	180	1.5	4.5	1.45	0.05
17135	2340	＜調味料類＞（調味ソース類）魚醤油 しょっつる	0	122	29	69.4	4.4	6.1	0	0	0	Tr	Tr	2.4 *	0.1	0	1.1	0.4	23.3	9600	190	6	14	70	0.2	0.2	0.01	0
17107	2341	＜調味料類＞（調味ソース類）魚醤油 ナンプラー	0	201	47	65.5	6.3	9.1	0	0	0.1	-	-	5.5 *	(0)	-	2.7	-	22.7	9000	230	20	90	57	1.2	0.7	0.03	0.03
17097	2342	＜調味料類＞（調味ソース類）ごま酢	0	913	217	(53.2)	(3.6)	(4.0)	(7.6)	-	(8.0)	(25.4)	(24.3)	(28.7) *	(1.9)	-	(29.9)	(1.9)	(2.6)	(670)	(110)	(180)	(61)	(100)	(1.7)	(1.0)	(0.26)	(0.49)
17098	2343	＜調味料類＞（調味ソース類）ごまだれ	0	1191	285	(40.7)	(6.7)	(7.2)	(14.2)	-	(15.1)	(20.9)	(20.1)	(27.4) *	(3.0)	-	(29.2)	(1.1)	(5.7)	(1700)	(210)	(220)	(100)	(200)	(2.3)	(1.6)	(0.42)	(0.75)
17099	2344	＜調味料類＞（調味ソース類）三杯酢	0	400	94	(76.2)	(0.6)	(0.9)	-	-	0	(13.0)	(12.4)	(18.0) *	0	-	(17.8)	(3.0)	(2.1)	(780)	(56)	(5)	(11)	(27)	(0.2)	(0.2)	(Tr)	(0.08)
17100	2345	＜調味料類＞（調味ソース類）二杯酢	0	284	67	(78.7)	(2.7)	(3.5)	-	0	0	(0.7)	(0.7)	(8.1) *	(Tr)	-	(7.6)	(2.8)	(6.8)	(2500)	(180)	(14)	(32)	(81)	(0.8)	(0.5)	(Tr)	(0.44)
17101	2346	＜調味料類＞（調味ソース類）すし酢 ちらし・稲荷用	0	675	159	(55.5)	-	(0.1)	-	0	0	(31.6)	(30.1)	(34.9) *	0	-	(34.9)	(2.9)	(6.6)	(2500)	(18)	(3)	(5)	(10)	(0.1)	(0.1)	(Tr)	0
17102	2347	＜調味料類＞（調味ソース類）すし酢 にぎり用	0	346	81	(72.0)	-	(0.2)	-	0	0	(8.6)	(8.2)	(14.3) *	0	-	(14.3)	(3.6)	(10.0)	(3900)	(23)	(4)	(7)	(12)	(0.1)	(0.2)	(Tr)	0
17103	2348	＜調味料類＞（調味ソース類）すし酢 巻き寿司・箱寿司用	0	497	117	(64.1)	-	(0.1)	-	0	0	(19.2)	(18.3)	(23.8) *	0	-	(23.8)	(3.2)	(8.7)	(3400)	(21)	(4)	(6)	(11)	(0.1)	(0.1)	(Tr)	0
17104	2349	＜調味料類＞（調味ソース類）中華風合わせ酢	0	666	158	(60.5)	(2.3)	(3.0)	(3.3)	0	(3.4)	(20.5)	(19.6)	(25.2) *	(Tr)	-	(24.8)	(2.0)	(5.8)	(2200)	(160)	(12)	(28)	(69)	(0.7)	(0.4)	(0.01)	(0.47)
17105	2350	＜調味料類＞（調味ソース類）デミグラスソース	0	347	82	81.5	-	2.9	-	-	3.0	-	-	11.0 *	-	-	11.0	-	1.6	520	180	11	11	53	0.3	0.3	0.03	0.09
17106	2351	＜調味料類＞（調味ソース類）テンメンジャン	0	1049	249	37.5	-	8.5	-	0	7.7	-	-	35.0 *	3.1	-	38.1	-	8.2	2900	350	45	61	140	1.6	1.0	0.27	0.54
17108	2352	＜調味料類＞（調味ソース類）冷やし中華のたれ	0	495	117	67.1	1.9	2.1	1.1	0	1.2	19.5	19.5	23.2 *	0	-	23.1	1.1	5.6	2300	89	7	13	29	0.3	0.2	Tr	0.18
17109	2353	＜調味料類＞（調味ソース類）ホワイトソース	0	411	99	81.7	(1.2)	1.8	(6.2)	6.5	6.2	(5.6)	(5.3)	9.4 *	0.4	-	9.2	-	1.1	380	62	34	5	42	0.1	0.2	0.01	0.03
17110	2354	＜調味料類＞（調味ソース類）ぽん酢しょうゆ	0	207	49	(82.1)	(2.7)	(3.4)	-	0	(0.1)	(0.7)	(0.7)	(7.9) *	(0.2)	-	(7.4)	-	(6.3)	(2300)	(280)	(24)	(33)	(72)	(0.7)	(0.4)	(0.02)	(0.46)
17137	2355	＜調味料類＞（調味ソース類）ぽん酢しょうゆ 市販品	0	261	62	77.0	3.2	3.7	-	0	0	7.0	6.9	10.0 *	(0.3)	-	10.8	1.8	7.6	3100	180	16	25	60	0.7	0.3	0.01	0.36
17032	2356	＜調味料類＞（調味ソース類）マーボー豆腐の素	0	481	115	75.0	-	4.2	-	-	6.3	-	-	10.4 *	-	-	10.4	-	4.1	1400	55	12	-	35	0.8	-	-	-
17111	2357	＜調味料類＞（調味ソース類）マリネ液	0	296	70	(83.9)	0	(0.1)	0	0	0	(11.2) *	(10.5)	(10.8)	0	0	(10.9)	(1.4)	(1.1)	(370)	(26)	(4)	(3)	(6)	(0.2)	0	(0.01)	(0.04)
17033	2358	＜調味料類＞（調味ソース類）ミートソース	0	404	96	78.8	-	3.8	-	-	5.0	(9.6) *	(9.4)	10.1	-	-	10.1	-	2.3	610	250	17	-	47	0.8	-	-	-

食品番号	索引番号	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミン ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1 ビタミンB1	ビタミンB2 ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量 ナイアシン当量	ビタミンB6 ビタミンB6	ビタミンB12 ビタミンB12	葉酸 葉酸	パントテン酸 パントテン酸	ビオチン ビオチン	ビタミンC ビタミンC	アルコール アルコール	食塩相当量 食塩相当量	備考
		(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
17140	2328	0	(2)	(Tr)	(6)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.02)	(0.3)	(0.5)	(0.02)	(Tr)	(4)	(0.06)	(1.5)	0	0	(1.8)	液状だし
17029	2329	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	-	-	-	-	0	0.01	0.04	1.2	(1.2)	0.04	0.3	17	0.18	-	0	-	3.3	液状だし
17141	2330	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	-	-	-	-	0	0.03	0.06	1.3	(1.9)	0.06	0.3	13	0.19	-	0	-	6.6	液状だし
17030	2331	-	-	-	-	0	0	0	0	0	0	(0)	-	-	-	-	0	0.04	0.07	1.4	(1.4)	0.07	0.2	9	0.19	-	0	-	9.9	液状だし (100 g：86mL、100 mL：116g)
17142	2332	(2)	(4)	(1)	(14)	0	0	(Tr)	0	(Tr)	0	(Tr)	(0.1)	0	(0.3)	(0.1)	(1)	(0.03)	(0.08)	(0.9)	(1.4)	(0.10)	(Tr)	(20)	(0.24)	(3.7)	0	0	(17.1)	ペーストタイプ 濃縮割合： 第3章参照
17143	2333	(2)	(4)	(1)	(31)	0	(Tr)	(18)	(7)	(22)	(2)	(Tr)	(0.3)	(0.1)	(2.2)	(1.3)	(5)	(0.02)	(0.08)	(1.1)	(2.2)	(0.08)	(Tr)	(27)	(0.20)	(6.5)	0	0	(16.5)	ペーストタイプ 濃縮割合： 第3章参照
17094	2334	0	0	(1)	(1)	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.01)	(0.1)	(0.1)	(0.01)	(0.1)	0	0	(0.1)	0	-	(1.2)	
17095	2335	0	(1)	(1)	(2)	-	(1)	(150)	0	(150)	(13)	0	(0.6)	(Tr)	(0.8)	(0.2)	(3)	(0.14)	(0.04)	(1.3)	(1.5)	(0.10)	0	(5)	(0.28)	(0.7)	(1)	0	(1.8)	
17031	2336	-	-	-	-	-	Tr	Tr	(0)	(Tr)	-	-	0.1	Tr	Tr	Tr	1	0.01	0.07	0.8	(0.8)	0.04	2.0	9	0.14	-	Tr	-	11.4	別名： かき油 (100 g：81mL、100 mL：123g)
17096	2337	(52)	(23)	(1)	(6)	(340)	(1)	(1)	(20)	(12)	(340)	(2.2)	(2.2)	(Tr)	(0.8)	(Tr)	(19)	(0.11)	(0.23)	(Tr)	(7.0)	(0.16)	(1.7)	(76)	(1.77)	(32.0)	0	-	(7.4)	
17133	2338	150	43	1	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.31	4.6	6.1	0.09	1.0	51	0.65	17.0	0	-	21.2	(100 g： 82.0 mL、100 mL： 121.9 g)
17134	2339	61	140	19	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.25	2.4	3.1	0.16	3.9	66	0.98	32.0	0	-	21.9	別名： 原材料がいかの場合はいしり、いわし等の場合 はいしる又はよしる等 (100 g： 81.4 mL、100 mL： 122.9 g)
17135	2340	29	11	11	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.03	0.06	1.0	1.2	0.03	1.9	5	0.31	3.0	0	-	24.3	(100 g： 83.1 mL、100 mL： 120.3 g)
17107	2341	27	46	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	0.01	0.10	3.3	4.3	0.10	1.6	26	0.56	7.9	0	-	22.9	別名： 魚醤 (100 g： 81.9 mL、100 mL： 122.1 g)
17097	2342	0	(5)	(1)	(23)	0	0	(1)	0	(1)	0	0	(Tr)	(Tr)	(3.5)	(0.1)	(2)	(0.08)	(0.06)	(1.0)	(1.9)	(0.12)	(0.1)	(26)	(0.13)	(3.7)	0	(0.5)	(1.7)	
17098	2343	(Tr)	(10)	(2)	(46)	0	0	(2)	0	(2)	(4)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(7.0)	(0.1)	(1)	(0.11)	(0.09)	(2.0)	(3.5)	(0.19)	(0.1)	(38)	(0.20)	(6.1)	0	(1.1)	(4.3)	
17099	2344	(150)	(1)	(1)	(8)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.02)	(0.4)	(0.6)	(0.03)	(0.1)	(4)	(0.10)	(1.3)	0	0	(2.0)	材料割合：米酢100、上白糖18、うすくちしょうゆ18、 かつお・昆布だし15
17100	2345	(1)	(5)	(2)	(24)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.03)	(0.08)	(0.7)	(1.3)	(0.09)	(0.1)	(15)	(0.26)	(5.7)	0	(0.9)	(6.4)	材料割合：米酢10、こいくちしょうゆ8
17101	2346	0	0	(1)	(3)	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.01)	(0.2)	(0.2)	(0.01)	(0.1)	0	(0.05)	(0.3)	0	-	(6.5)	材料割合：米酢15 、上白糖7 、食塩1.5
17102	2347	0	0	(1)	(3)	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.01)	(0.2)	(0.3)	(0.02)	(0.1)	0	(0.07)	(0.3)	0	-	(9.8)	材料割合：米酢10 、上白糖1、食塩1.2
17103	2348	0	0	(1)	(3)	0	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.01)	(0.2)	(0.2)	(0.01)	(0.1)	0	(0.06)	(0.3)	0	-	(8.6)	材料割合：米酢12、上白糖3、食塩1.4
17104	2349	(Tr)	(4)	(1)	(20)	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	0	(1.5)	(Tr)	0	(0.02)	(0.07)	(0.6)	(1.1)	(0.08)	(0.1)	(13)	(0.22)	(4.9)	0	(0.8)	(5.5)	材料割合：こいくちしょうゆ45、米酢45、砂糖22.5、ご ま油4、しょうが2
17105	2350	2	1	7	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.04	0.07	1.7	2.1	0.05	0.2	25	0.18	1.8	-	-	1.3	別名： ドミグラスソース
17106	2351	1	5	7	58	(0)	0	3	Tr	3	0	(0)	0.8	0.1	6.7	2.1	14	0.04	0.11	1.0	2.4	0.11	0	20	0.07	7.7	0	-	7.3	別名：中華甘みそ
17108	2352	1	3	1	11	0	0	1	Tr	1	0	0	Tr	0	0.6	0	0	0.22	0.03	0.3	0.3	0.03	Tr	6	0.07	1.7	0	-	5.8	別名： 冷やし中華用スープ (100 g： 87.6 mL、100 mL： 114.1 g)
17109	2353	5	1	1	2	-	-	-	-	-	-	-	0.6	Tr	0.9	0.2	2	0.01	0.05	0.2	(0.5)	0.02	0	3	0.17	0.9	0	-	1.0	別名： ベシャメルソース
17110	2354	(1)	(4)	(1)	(19)	0	0	0	(9)	(4)	(1)	0	(0.1)	0	0	0	0	(0.05)	(0.08)	(0.6)	(1.2)	(0.08)	(Tr)	(20)	(0.37)	(4.9)	(24)	(0.8)	(5.8)	別名： ポン酢
17137	2355	*	3	2	18	0	0	Tr	1	1	0	0	Tr	0	0	0	0	0.02	0.05	0.7	0.7	0.06	Tr	17	0.17	3.1	Tr	-	7.8	別名： ポン酢 *ヨウ素： 第3章参照 (100 g： 89.4 mL、100 mL： 111.8 g)
17032	2356	-	-	-	-	4	-	-	-	63	9	-	-	-	-	-	-	0.05	0.03	1.0	1.7	-	-	-	-	-	2	-	3.6	試料： レトルトパウチのストレート製品
17111	2357	0	0	0	(Tr)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(Tr)	(Tr)	(0.01)	(Tr)	0	(0.04)	(Tr)	0	(2.7)	(0.9)	
17033	2358	-	-	-	-	5	-	-	-	530	49	-	-	-	-	-	-	0.14	0.05	1.4	2.0	-	-	-	-	-	6	-	1.5	試料： 缶詰及びレトルトパウチ製品 (100 g：94mL、100 mL：107g)

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(…… g ……)					mg	(…… g ……)									(…… mg ……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
17144	2359	＜調味料類＞（調味ソース類）焼きそば粉末ソース	0	1069	251	0.1	6.8	5.6	0.6	0.5	0.7	54.2 *	51.5	57.1	3.3	-	62.4	2.0	30.1	12000	82	110	10	18	0.6	0.1	0.02	0.47
17112	2360	＜調味料類＞（調味ソース類）焼き鳥のたれ	0	559	132	(61.4)	(2.6)	(3.3)	0	-	0	(22.5)	(21.8)	(29.0) *	(Tr)	-	(28.5)	(0.3)	(6.1)	(2300)	(160)	(13)	(27)	(71)	(0.7)	(0.4)	(0.02)	(0.46)
17113	2361	＜調味料類＞（調味ソース類）焼き肉のたれ	0	698	165	(52.4)	(3.6)	(4.3)	(2.1)	(0.4)	(2.2)	(29.0)	(27.8)	(32.2) *	(0.4)	-	(32.3)	(0.5)	(8.8)	(3300)	(230)	(23)	(35)	(90)	(0.9)	(0.5)	(0.03)	(0.51)
17114	2362	＜調味料類＞（調味ソース類）みたらしのたれ	0	513	120	(66.3)	(0.8)	(0.9)	0	-	0	(31.2) *	(29.5)	(30.9)	0	(Tr)	(30.8)	(0.1)	(1.9)	(650)	(120)	(6)	(10)	(24)	(0.2)	(0.1)	(0.01)	(0.13)
17115	2363	＜調味料類＞（調味ソース類）ゆずこしょう	0	153	37	64.5	-	1.3	-	(0)	0.8	-	-	3.1 *	6.2	-	9.3	-	24.1	9900	280	61	44	24	0.6	0.1	0.06	0.10
17034	2364	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトピューレー	0	187	44	86.9	(1.4)	1.9	(0.1)	(0)	0.1	(5.2)	(5.2)	8.7 *	1.8	-	9.9	-	1.2	19	490	19	27	37	0.8	0.3	0.19	0.19
17035	2365	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトペースト	0	399	94	71.3	(3.2)	3.8	(0.1)	(0)	0.1	(13.5)	(13.4)	17.9 *	4.7	-	22.0	-	2.8	55	1100	46	64	93	1.6	0.6	0.31	0.38
17036	2366	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトケチャップ	0	450	106	66.0	1.2	1.6	0.1	0	0.2	(24.3) *	(24.0)	25.9	1.7	-	27.6	1.2	3.9	1200	380	16	18	35	0.5	0.2	0.09	0.11
17037	2367	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトソース	0	174	41	87.1	(1.9)	2.0	(0.1)	(0)	0.2	(5.3)	(5.3)	7.6 *	1.1	-	8.5	-	2.2	240	340	18	20	42	0.9	0.2	0.16	-
17038	2368	＜調味料類＞（トマト加工品類）チリソース	0	474	112	67.3	(1.7)	1.8	(0.1)	(0)	0.1	-	-	25.2 *	1.9	-	26.3	-	3.9	1200	500	27	23	32	0.9	0.2	0.15	0.15
17042	2369	＜調味料類＞（ドレッシング類）半固形状ドレッシング マヨネーズ 全卵型	0	2753	669	16.6	1.3	1.4	72.5	54.8	76.0	(2.1) *	(2.1)	7.2	(0)	-	3.6	0.5	1.9	730	13	8	2	29	0.3	0.2	0.01	0.01
17043	2370	＜調味料類＞（ドレッシング類）半固形状ドレッシング マヨネーズ 卵黄型	0	2753	669	19.7	2.2	2.5	72.8	140	74.7	(0.5) *	(0.5)	2.8	(0)	-	0.6	0.5	2.0	770	21	20	3	72	0.6	0.5	0.02	0.02
17118	2371	＜調味料類＞（ドレッシング類）半固形状ドレッシング マヨネーズタイプ調味料 低カロリータイプ	0	1089	264	60.9	2.6	2.9	26.4	58.5	28.3	2.7 *	2.6	4.7	0.8	0	3.3	0.7	3.9	1500	36	10	3	35	0.3	0.2	0.01	0.01
17040	2372	＜調味料類＞（ドレッシング類）分離液状ドレッシング フレンチドレッシング 分離液状	0	1369	331	(47.8)	0	(Tr)	(30.6)	(0.6)	(31.5)	(11.4) *	(11.3)	(13.4)	0	0	(12.4)	(1.9)	(6.3)	(2500)	(2)	(1)	(Tr)	(1)	(Tr)	(Tr)	0	0
17116	2373	＜調味料類＞（ドレッシング類）分離液状ドレッシング 和風ドレッシング 分離液状	0	619	150	(69.4)	(1.6)	(1.9)	(13.9)	(0.6)	(14.4)	(6.5)	(6.5)	(2.1) *	(0.2)	(Tr)	(9.2)	(0.7)	(3.8)	(1400)	(74)	(7)	(16)	(43)	(0.4)	(0.2)	(0.03)	(0.18)
17039	2374	＜調味料類＞（ドレッシング類）分離液状ドレッシング 和風ドレッシングタイプ調味料	0	350	83	71.8	-	3.1	-	-	0.1	-	-	17.2 *	0.2	-	16.1	-	7.6	2900	130	10	34	54	0.3	0.2	0.01	-
17117	2375	＜調味料類＞（ドレッシング類）乳化液状ドレッシング ごまドレッシング	0	1658	401	(38.1)	(2.3)	(2.7)	(37.1)	(7.4)	(38.3)	(13.1) *	(12.5)	(15.5)	(0.8)	(Tr)	(15.0)	(0.8)	(4.9)	(1800)	(91)	(86)	(34)	(66)	(1.0)	(0.6)	(0.12)	(0.32)
17041	2376	＜調味料類＞（ドレッシング類）乳化液状ドレッシング サウザンアイランドドレッシング	0	1625	393	(44.1)	(0.2)	(0.3)	(38.1)	(8.6)	(39.2)	(12.1) *	(11.3)	(13.4)	(0.4)	0	(12.8)	(0.6)	(3.1)	(1200)	(32)	(7)	(3)	(9)	(0.1)	(0.1)	(0.02)	(0.01)
17149	2377	＜調味料類＞（ドレッシング類）乳化液状ドレッシング フレンチドレッシング 乳化液状	0	1555	377	(44.1)	(0.1)	(0.1)	(37.8)	(6.6)	(38.9)	(8.5) *	(8.5)	(10.3)	0	0	(9.2)	(1.2)	(6.5)	(2500)	(2)	(1)	(Tr)	(3)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	0
17044	2378	＜調味料類＞（みそ類）米みそ 甘みそ	0	869	206	42.6	8.7	9.7	3.0	(0)	3.0	-	-	33.3 *	5.6	-	37.9	-	6.8	2400	340	80	32	130	3.4	0.9	0.22	-
17045	2379	＜調味料類＞（みそ類）米みそ 淡色辛みそ	0	762	182	45.4	11.1	12.5	5.9	(0)	6.0	11.9	11.8	18.5 *	4.9	-	21.9	-	14.2	4900	380	100	75	170	4.0	1.1	0.39	-
17046	2380	＜調味料類＞（みそ類）米みそ 赤色辛みそ	0	746	178	45.7	11.3	13.1	5.4	(0)	5.5	-	-	18.9 *	4.1	-	21.1	-	14.6	5100	440	130	80	200	4.3	1.2	0.35	-
17120	2381	＜調味料類＞（みそ類）米みそ だし入りみそ	0	707	169	49.9	(9.8)	11.0	(5.6)	2.5	5.6	(9.8)	(9.7)	17.6 *	4.1	0	20.6	0.1	12.9	4700	420	67	61	160	1.4	1.0	0.26	0.65
17145	2382	＜調味料類＞（みそ類）米みそ だし入りみそ 減塩	0	689	164	52.5	9.4	10.3	4.7	1.3	5.1	10.5	10.3	18.2 *	4.9	-	22.2	0.4	9.8	3800	410	63	55	150	1.4	1.0	0.32	0.64
17047	2383	＜調味料類＞（みそ類）麦みそ	0	775	184	44.0	8.1	9.7	4.2	(0)	4.3	-	-	25.5 *	6.3	-	30.0	-	12.0	4200	340	80	55	120	3.0	0.9	0.31	-
17048	2384	＜調味料類＞（みそ類）豆みそ	0	864	207	44.9	14.8	17.2	10.2	(0)	10.5	-	-	10.7 *	6.5	-	14.5	-	12.9	4300	930	150	130	250	6.8	2.0	0.66	-
17119	2385	＜調味料類＞（みそ類）減塩みそ	0	798	190	46.0	9.1	11.0	(5.7)	(0)	5.9	12.9	12.5	23.3 *	4.3	0	25.7	0.2	11.4	4200	480	62	71	170	1.7	1.4	0.29	0.73
17049	2386	＜調味料類＞（みそ類）即席みそ 粉末タイプ	0	1350	321	2.4	(19.4)	21.9	7.4	(0)	9.3	(21.3)	(21.0)	40.7 *	6.6	-	43.0	-	23.5	8100	600	85	140	300	2.8	1.8	0.44	1.19
17050	2387	＜調味料類＞（みそ類）即席みそ ペーストタイプ	0	513	122	61.5	(7.9)	8.9	3.1	(0)	3.7	(8.4)	(8.3)	14.3 *	2.8	-	15.4	-	10.4	3800	310	47	54	130	1.2	0.9	0.25	0.47
17121	2388	＜調味料類＞（みそ類）辛子酢みそ	0	926	219	(43.6)	(4.2)	(5.0)	(2.1)	0	(2.1)	(25.1)	(23.9)	(42.7) *	(2.7)	-	(44.6)	(1.0)	(3.6)	(1300)	(170)	(42)	(20)	(69)	(1.7)	(0.5)	(0.12)	(0.02)
17122	2389	＜調味料類＞（みそ類）ごまみそ	0	1026	245	(42.7)	(8.6)	(9.4)	(9.5)	0	(9.9)	(5.6)	(5.4)	(28.5) *	(5.5)	-	(32.9)	0	(5.2)	(1600)	(280)	(230)	(74)	(170)	(3.7)	(1.5)	(0.39)	(0.40)
17123	2390	＜調味料類＞（みそ類）酢みそ	0	906	214	(44.2)	(4.4)	(4.9)	(1.5)	0	(1.5)	(26.3)	(25.1)	(42.5) *	(2.8)	-	(44.8)	(1.1)	(3.4)	(1200)	(170)	(41)	(16)	(66)	(1.7)	(0.5)	(0.11)	0

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	無機質 セレン	無機質 クロム	無機質 モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(…… μg ……)											(…… mg ……)				μg	(…… mg ……)					(…… μg ……)		mg	μg	mg	(…… g ……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
17144	2359	＜調味料類＞（調味ソース類）焼きそば粉末ソース	4	2	7	3	0	3	34	15	43	4	0	0.4	Tr	0.3	0	7	0.01	0.01	0.3	0.3	0.03	0	4	0.08	0.8	0	-	30.6	食物繊維：AOAC2011.25法
17112	2360	＜調味料類＞（調味ソース類）焼き鳥のたれ	(1)	(5)	(1)	(20)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.02)	(0.07)	(0.5)	(0.7)	(0.10)	(Tr)	(13)	(0.20)	(5.0)	0	(0.6)	(5.8)	
17113	2361	＜調味料類＞（調味ソース類）焼き肉のたれ	(1)	(7)	(2)	(24)	0	0	(3)	(2)	(4)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	0	(0.9)	(Tr)	0	(0.03)	(0.09)	(0.8)	(1.0)	(0.10)	(0.1)	(18)	(0.25)	(6.2)	(1)	0	(8.3)	
17114	2362	＜調味料類＞（調味ソース類）みたらしのたれ	(2700)	(1)	(1)	(5)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	(0.01)	(0.02)	(0.1)	(0.2)	(0.03)	0	(5)	(0.05)	(1.4)	0	0	(1.7)	
17115	2363	＜調味料類＞（調味ソース類）ゆずこしょう	24	2	5	4	(0)	36	230	47	270	22	(0)	2.0	0	0.4	0	(0)	0.04	0.05	0.9	1.1	0.17	-	13	0.22	3.6	2	-	25.2	
17034	2364	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトピューレー	0	1	2	9	0	0	630	0	630	52	(0)	2.7	0.1	0.3	0	10	0.09	0.07	1.5	(1.7)	0.20	-	29	0.47	8.9	10	-	Tr	別名：トマトピューレ 食塩無添加品 (100 g：95mL、100 mL：105g)
17035	2365	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトペースト	-	-	-	-	0	0	1000	0	1000	85	(0)	6.2	0.2	0.6	0	18	0.21	0.14	3.7	(4.2)	0.38	-	42	0.95	-	15	-	0.1	食塩無添加品
17036	2366	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトケチャップ	1	4	4	9	0	1	510	0	510	43	0	2.0	Tr	0.1	0	0	0.06	0.04	1.5	1.7	0.11	Tr	13	0.30	5.2	8	-	3.1	(100 g：87mL、100 mL：115g)
17037	2367	＜調味料類＞（トマト加工品類）トマトソース	-	-	-	-	(0)	0	480	0	480	40	(0)	2.1	0.1	1.0	0.3	8	0.09	0.08	1.3	(1.6)	0.12	Tr	3	0.24	-	(Tr)	-	0.6	(100 g：103mL、100 mL：97g)
17038	2368	＜調味料類＞（トマト加工品類）チリソース	-	-	-	-	(0)	0	500	5	500	42	(0)	2.1	0.3	0.2	0	5	0.07	0.07	1.5	(1.8)	0.15	0	5	0.32	-	(Tr)	-	3.0	
17042	2369	＜調味料類＞（ドレッシング類）半固形状ドレッシング マヨネーズ 全卵型	3	3	1	1	24	0	0	3	1	24	0.3	13.0	0.2	33.0	2.3	120	0.01	0.03	Tr	0.2	0.02	0.1	1	0.16	3.1	0	-	1.9	使用油： なたね油 、 とうもろこし油、大豆油 (100 g：95mL、100 mL：105g)
17043	2370	＜調味料類＞（ドレッシング類）半固形状ドレッシング マヨネーズ 卵黄型	9	8	1	2	53	0	1	6	3	54	0.6	11.0	0.7	41.0	10.0	140	0.03	0.07	Tr	0.5	0.05	0.4	3	0.43	7.2	0	-	2.0	使用油： なたね油 、大豆油、 とうもろこし油 (100 g：95mL、100 mL：105g)
17118	2371	＜調味料類＞（ドレッシング類）半固形状ドレッシング マヨネーズタイプ調味料 低カロリータイプ	4	5	Tr	2	20	130	250	4	310	46	0.3	4.8	0.1	12.0	1.6	53	0.02	0.05	Tr	0.4	0.02	0.1	3	0.19	3.1	0	-	3.9	別名：低カロリーマヨネーズ 使用油： なたね油、大豆油、とうもろこし油 カロテン： 色素として添加品あり
17040	2372	＜調味料類＞（ドレッシング類）分離液状ドレッシング フレンチドレッシング 分離液状	0	0	(Tr)	(Tr)	0	0	0	0	0	0	0	(4.0)	(0.4)	(18.0)	(3.4)	(54)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(0.1)	(Tr)	(Tr)	0	0	(Tr)	0	-	(6.3)	
17116	2373	＜調味料類＞（ドレッシング類）分離液状ドレッシング 和風ドレッシング 分離液状	0	(3)	(1)	(10)	0	0	(4)	0	(4)	(Tr)	-	(1.5)	(0.1)	(7.9)	(1.3)	-	(0.03)	(0.03)	(0.4)	(0.5)	(0.04)	(Tr)	(7)	(0.09)	(2.2)	0	(0.7)	(3.6)	オイル入り
17039	2374	＜調味料類＞（ドレッシング類）分離液状ドレッシング 和風ドレッシングタイプ調味料	-	-	-	-	(0)	0	3	0	3	Tr	(0)	0	0	0	0	1	0.02	0.03	0.3	0.8	0.04	0	6	0.11	-	(Tr)	-	7.4	別名： 和風ノンオイルドレッシング
17117	2375	＜調味料類＞（ドレッシング類）乳化液状ドレッシング ごまドレッシング	(1)	(4)	(1)	(15)	(4)	0	(Tr)	0	(1)	(4)	(Tr)	(4.4)	(0.4)	(21.0)	(3.8)	(60)	(0.04)	(0.05)	(0.6)	(1.0)	(0.07)	(Tr)	(16)	(0.14)	(3.3)	0	(0.3)	(4.4)	クリームタイプ
17041	2376	＜調味料類＞（ドレッシング類）乳化液状ドレッシング サウザンアイランドドレッシング	(1)	(1)	(Tr)	(1)	(4)	0	(42)	(1)	(43)	(8)	(Tr)	(5.2)	(0.5)	(22.0)	(4.2)	(72)	(Tr)	(0.01)	(0.1)	(0.2)	(0.02)	(Tr)	(3)	(0.05)	(0.8)	(2)	-	(3.0)	
17149	2377	＜調味料類＞（ドレッシング類）乳化液状ドレッシング フレンチドレッシング 乳化液状	(1)	0	0	(Tr)	(3)	0	0	0	0	(3)	(Tr)	(5.0)	(0.5)	(22.0)	(4.2)	(66)	(Tr)	(0.01)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(Tr)	(1)	(0.02)	(0.3)	0	-	(6.4)	
17044	2378	＜調味料類＞（みそ類）米みそ 甘みそ	Tr	2	2	33	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.3	0.1	3.0	1.6	8	0.05	0.10	1.5	3.5	0.04	0.1	21	Tr	5.4	(0)	-	6.1	別名： 西京みそ、関西白みそ等 (100 g：87mL、100 mL：115g)
17045	2379	＜調味料類＞（みそ類）米みそ 淡色辛みそ	1	9	2	57	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.6	0.2	5.7	3.1	11	0.03	0.10	1.5	3.9	0.11	0.1	68	Tr	12.0	(0)	-	12.4	別名： 信州みそ等 (100 g：87mL、100 mL：115g)
17046	2380	＜調味料類＞（みそ類）米みそ 赤色辛みそ	1	8	1	72	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.5	0.2	5.2	3.2	11	0.03	0.10	1.5	3.5	0.12	Tr	42	0.23	14.0	(0)	-	13.0	(100 g：87mL、100 mL：115g)
17120	2381	＜調味料類＞（みそ類）米みそ だし入りみそ	26	8	2	51	0	0	3	Tr	3	0	0.1	0.7	0.1	5.2	1.9	11	0.10	0.35	0.9	(2.8)	0.13	0.1	37	0.24	9.9	0	-	11.9	(100 g：87mL、100 mL：115g)
17145	2382	＜調味料類＞（みそ類）米みそ だし入りみそ 減塩	29	8	2	60	0	0	2	0	3	0	0	0.6	0.1	4.8	1.7	14	0.10	0.09	0.9	2.6	0.13	0.1	40	0.27	8.9	0	-	9.7	食物繊維：AOAC2011.25法 (100 g：87mL、100 mL：115g)
17047	2383	＜調味料類＞（みそ類）麦みそ	16	2	2	15	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0.4	0.1	3.5	2.0	9	0.04	0.10	1.5	2.9	0.10	Tr	35	0.26	8.4	(0)	-	10.7	別名： 田舎みそ (100 g：87mL、100 mL：115g)
17048	2384	＜調味料類＞（みそ類）豆みそ	31	19	9	64	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	1.1	0.3	11.0	5.0	19	0.04	0.12	1.2	3.4	0.13	Tr	54	0.36	17.0	(0)	-	10.9	別名： 東海豆みそ、名古屋みそ、八丁みそ (100 g：87mL、100 mL：115g)
17119	2385	＜調味料類＞（みそ類）減塩みそ	1	5	5	150	0	0	3	1	3	0	0	0.6	0.1	5.3	2.3	-	0.10	0.11	1.1	2.7	0.16	0.1	75	0.27	11.0	0	-	10.7	(100 g：87mL、100 mL：115g)
17049	2386	＜調味料類＞（みそ類）即席みそ 粉末タイプ	-	-	-	-	(0)	0	6	0	6	Tr	(0)	0.7	0.2	7.1	3.8	15	0.11	2.58	0.8	(4.9)	0.12	-	65	0.75	-	(0)	-	20.6	別名： インスタントみそ汁
17050	2387	＜調味料類＞（みそ類）即席みそ ペーストタイプ	-	-	-	-	(0)	0	1	0	1	0	(0)	0.5	0.1	3.9	0.7	6	0.04	0.27	0.4	(2.1)	0.07	-	29	0.42	-	(0)	-	9.6	別名： インスタントみそ汁
17121	2388	＜調味料類＞（みそ類）辛子酢みそ	0	(1)	(1)	(16)	0	-	-	-	(1)	0	0	(0.1)	(Tr)	(1.4)	(0.8)	(4)	(0.04)	(0.05)	(0.8)	(1.8)	(0.02)	(0.1)	(10)	0	(2.6)	0	0	(3.3)	
17122	2389	＜調味料類＞（みそ類）ごまみそ	0	(5)	(2)	(38)	0	0	(1)	0	(1)	0	0	(0.2)	(0.1)	(5.4)	(1.1)	(7)	(0.10)	(0.10)	(1.8)	(3.9)	(0.14)	(0.1)	(36)	(0.08)	(5.7)	0	0	(4.0)	
17123	2390	＜調味料類＞（みそ類）酢みそ	0	(1)	(1)	(17)	0	-	-	-	0	0	0	(0.2)	(0.1)	(1.5)	(0.8)	(4)	(0.03)	(0.05)	(0.8)	(1.8)	(0.02)	(0.1)	(11)	0	(2.8)	0	-	(3.1)	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質			脂質			炭水化物							有機酸	灰分	無機質								
								アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質	トリアシルグリセロール当量	コレステロール	脂質	利用可能炭水化物（単糖当量）	利用可能炭水化物（質量計）	利用可能炭水化物 差引き法による	食物繊維総量	糖アルコール	炭水化物			ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)									
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
17124	2391	＜調味料類＞（みそ類） 練りみそ	0	1131	267	(29.9)	(5.0)	(5.5)	(1.7)	0	(1.7)	(39.4)	(37.6)	(56.5) *	(3.2)	-	(59.1)	0	(3.8)	(1400)	(190)	(46)	(18)	(74)	(1.9)	(0.5)	(0.13)	(0.02)
17051	2392	＜調味料類＞（ルウ類） カレールウ	0	1975	474	3.0	5.7	6.5	32.8	20.0	34.1	38.1 *	35.1	40.0	6.4	-	44.7	0.4	11.7	4200	320	90	31	110	3.5	0.5	0.13	0.58
17052	2393	＜調味料類＞（ルウ類） ハヤシルウ	0	2086	501	2.2	-	5.8	31.9	20.0	33.2	-	-	46.3 *	2.5	-	47.5	-	11.3	4200	150	30	21	55	1.0	0.3	0.12	0.32
17125	2394	＜調味料類＞（その他） お茶漬けの素 さけ	0	1060	251	(2.9)	(17.8)	(20.2)	(2.7)	(64.3)	(3.7)	(29.7)	(27.9)	(37.2) *	(3.5)	-	(37.1)	-	(35.6)	(13000)	(560)	(72)	(55)	(230)	(2.1)	(0.9)	(0.14)	(0.27)
17136	2395	＜調味料類＞（その他） キムチの素	0	532	126	58.2	5.3	5.3	0.8	3.4	1.0	13.0	12.6	21.6 *	3.6	0.1	26.0	1.1	9.4	3600	350	29	31	52	1.3	0.3	0.12	0.16
17053	2396	＜調味料類＞（その他） 酒かす	0	904	215	51.1	(14.2)	14.9	-	(0)	1.5	-	-	19.3 *	5.2	-	23.8	-	0.5	5	28	8	9	8	0.8	2.3	0.39	-
17126	2397	＜調味料類＞（その他） 即席すまし汁	0	824	194	(2.8)	(17.0)	(18.3)	(0.5)	(15.7)	(0.8)	(10.9)	(10.4)	(28.7) *	(3.3)	-	(30.5)	-	(47.6)	(18000)	(490)	(76)	(61)	(220)	(2.3)	(1.0)	(0.13)	(0.60)
17127	2398	＜調味料類＞（その他） ふりかけ たまご	0	1784	426	(2.5)	(20.8)	(23.4)	(19.3)	(415.9)	(21.9)	(31.1)	(29.3)	(39.7) *	(5.1)	-	(39.7)	-	(12.3)	(3600)	(490)	(390)	(120)	(490)	(4.5)	(2.9)	(0.47)	(0.71)
17054	2399	＜調味料類＞（その他） みりん風調味料	0	959	226	43.6	-	0.1	-	(0)	0	39.9	39.2	55.6 *	(0)	0	55.7	0.1	0.2	68	3	Tr	1	15	0.1	Tr	Tr	0
17138	2400	＜調味料類＞（その他） 料理酒	0	368	88	82.4	0.2	0.2	-	0	Tr	3.6 *	3.5	4.7	0	0	4.7	-	2.1	870	6	2	2	4	Tr	Tr	Tr	0.04
17055	2401	＜香辛料類＞ オールスパイス 粉	0	1575	372	9.2	-	5.6	(5.3)	(0)	5.6	-	-	75.5 *	-	-	75.2	-	4.4	53	1300	710	130	110	4.7	1.2	0.53	0.72
17056	2402	＜香辛料類＞ オニオンパウダー	0	1547	364	5.0	(5.8)	8.8	(1.1)	(0)	1.1	-	-	82.7 *	-	-	79.8	-	5.3	52	1300	140	160	290	3.1	3.2	0.55	1.90
17057	2403	＜香辛料類＞ からし 粉	0	1911	455	4.9	-	33.0	(18.2)	(0)	14.3	-	-	39.8 *	-	-	43.7	-	4.1	34	890	250	380	1000	11.0	6.6	0.60	1.76
17058	2404	＜香辛料類＞ からし 練り	0	1397	334	31.7	-	5.9	(18.4)	(0)	14.5	-	-	36.2 *	-	-	40.1	-	7.8	2900	190	60	83	120	2.1	1.0	0.15	0.36
17059	2405	＜香辛料類＞ からし 練りマスタード	0	788	189	65.7	(4.3)	4.8	(13.5)	(Tr)	10.6	(9.2)	(8.9)	12.7 *	-	-	13.1	-	3.8	1200	170	71	60	140	1.8	0.8	0.10	0.41
17060	2406	＜香辛料類＞ からし 粒入りマスタード	0	1044	252	57.2	(6.9)	7.6	(20.3)	(Tr)	16.0	(5.1)	(5.1)	10.2 *	-	-	12.7	-	5.3	1600	190	130	110	260	2.4	1.4	0.16	0.62
17061	2407	＜香辛料類＞ カレー粉	0	1405	338	5.7	(10.2)	13.0	11.6	8.0	12.2	-	-	29.8 *	36.9	-	63.3	-	5.8	40	1700	540	220	400	29.0	2.9	0.80	4.84
17062	2408	＜香辛料類＞ クローブ 粉	0	1748	415	7.5	(5.1)	7.2	(13.3)	(0)	13.6	-	-	68.8 *	-	-	66.4	-	5.3	280	1400	640	250	95	9.9	1.1	0.39	93.00
17063	2409	＜香辛料類＞ こしょう 黒 粉	0	1565	370	12.7	(8.9)	11.0	(7.2)	(0)	6.0	(0.6)	(0.6)	67.5 *	-	-	66.6	-	3.7	65	1300	410	150	160	20.0	1.1	1.20	6.34
17064	2410	＜香辛料類＞ こしょう 白 粉	0	1625	385	12.3	(7.0)	10.1	(7.6)	(0)	6.4	(0.6)	(0.6)	71.9 *	-	-	70.1	-	1.1	4	60	240	80	140	7.3	0.9	1.00	4.45
17065	2411	＜香辛料類＞ こしょう 混合 粉	0	1595	377	12.5	(7.4)	10.6	(7.4)	(0)	6.2	(0.6)	(0.6)	70.3 *	-	-	68.3	-	2.4	35	680	330	120	150	14.0	1.0	1.10	-
17066	2412	＜香辛料類＞ さんしょう 粉	0	1588	375	8.3	-	10.3	-	(0)	6.2	-	-	69.6 *	-	-	69.6	-	5.6	10	1700	750	100	210	10.0	0.9	0.33	-
17067	2413	＜香辛料類＞ シナモン 粉	0	1515	357	9.4	(2.7)	3.6	(2.1)	(0)	3.5	-	-	81.9 *	-	-	79.6	-	3.9	23	550	1200	87	50	7.1	0.9	0.49	41.00
17068	2414	＜香辛料類＞ しょうが 粉	0	1546	365	10.6	(5.3)	7.8	-	(0)	4.9	(59.2)	(55.6)	75.0 *	-	-	72.5	-	4.2	31	1400	110	300	150	14.0	1.7	0.57	28.00
17069	2415	＜香辛料類＞ しょうが おろし	0	178	42	88.2	(0.3)	0.7	(0.5)	(0)	0.6	(5.1)	(4.7)	8.9 *	-	-	8.6	0.2	1.9	580	140	16	17	14	0.3	0.1	0.04	3.58
17070	2416	＜香辛料類＞ セージ 粉	0	1622	385	9.2	-	6.4	(10.2)	(0)	10.1	-	-	66.8 *	-	-	66.9	-	7.4	120	1600	1500	270	100	50.0	3.3	0.53	2.85
17071	2417	＜香辛料類＞ タイム 粉	0	1468	347	9.8	-	6.5	(4.1)	(0)	5.2	-	-	70.9 *	-	-	69.8	-	8.7	13	980	1700	300	85	110.0	2.0	0.57	6.67
17072	2418	＜香辛料類＞ チリパウダー	0	1677	398	3.8	(9.2)	15.0	(13.0)	(0)	8.2	-	-	61.1 *	-	-	60.1	-	12.9	2500	3000	280	210	260	29.0	2.2	1.00	1.62
17073	2419	＜香辛料類＞ とうがらし 粉	0	1840	437	1.7	(9.9)	16.2	(13.2)	(0)	9.7	-	-	69.6 *	-	-	66.8	-	5.6	4	2700	110	170	340	12.0	2.0	1.20	-
17074	2420	＜香辛料類＞ ナツメグ 粉	0	2281	547	6.3	-	5.7	(36.1)	(0)	38.5	-	-	49.9 *	-	-	47.5	-	2.0	15	430	160	180	210	2.5	1.3	1.20	2.68
17075	2421	＜香辛料類＞ にんにく ガーリックパウダー 食塩無添加	0	1614	380	3.5	(17.2)	19.9	0.4	2.0	0.8	20.2	18.4	77.0 *	-	-	73.8	-	2.0	18	390	100	90	300	6.6	2.5	0.57	1.17
17128	2422	＜香辛料類＞ にんにく ガーリックパウダー 食塩添加	0	1623	382	3.5	(17.2)	19.9	-	2.0	0.8	(18.5)	(16.8)	76.5 *	-	-	73.8	-	2.0	3300	390	100	90	300	6.6	2.5	0.57	1.17
17076	2423	＜香辛料類＞ にんにく おろし	0	722	170	52.1	(2.9)	4.7	(0.3)	(Tr)	0.5	-	-	39.0 *	-	-	37.0	-	5.7	1800	440	22	22	100	0.7	0.5	0.09	0.16
17077	2424	＜香辛料類＞ バジル 粉	0	1306	308	10.9	(17.3)	21.1	(2.5)	(0)	2.2	-	-	54.1 *	-	-	50.6	-	15.2	59	3100	2800	760	330	120.0	3.9	1.99	10.00
17078	2425	＜香辛料類＞ パセリ 乾	0	1473	348	5.0	(27.7)	28.7	(3.5)	(0)	2.2	(5.5)	(5.4)	51.3 *	-	-	51.6	-	12.5	880	3600	1300	380	460	18.0	3.6	0.97	6.63
17079	2426	＜香辛料類＞ パプリカ 粉	0	1770	422	10.0	(14.6)	15.5	(18.2)	(0)	11.6	-	-	49.9 *	-	-	55.6	-	7.3	60	2700	170	220	320	21.0	10.0	1.08	1.00
17080	2427	＜香辛料類＞ わさび 粉 からし粉入り	0	1628	384	4.9	(9.4)	16.5	-	(0)	4.4	-	-	76.8 *	-	-	69.7	-	4.5	30	1200	320	210	340	9.3	4.4	0.45	1.11

食品番号	索引番号	食品名	無機質				ビタミン																								備考
							ビタミンA						ビタミンE																		
								カロテン																							
			ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	レチノール	α－カロテン	β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
17124	2391	＜調味料類＞（みそ類） 練りみそ	0	(1)	(1)	(19)	0	0	0	0	0	0	0	(0.2)	(0.1)	(1.7)	(0.9)	(5)	(0.03)	(0.06)	(0.8)	(2.0)	(0.03)	(0.1)	(12)	(Tr)	(3.1)	0	0	(3.4)	
17051	2392	＜調味料類＞（ルウ類） カレールウ	0	10	7	14	(0)	0	60	19	69	6	(0)	2.0	0.2	3.2	1.1	0	0.09	0.06	0.1	1.0	0.07	Tr	9	0.38	4.1	0	-	10.6	食物繊維：AOAC2011.25法
17052	2393	＜調味料類＞（ルウ類） ハヤシルウ	-	-	-	-	(0)	0	990	310	1100	95	(0)	2.5	0.1	1.6	1.1	0	0.14	0.06	1.0	2.0	0.08	0	9	0.29	-	0	-	10.7	
17125	2394	＜調味料類＞（その他） お茶漬けの素 さけ	(3700)	(27)	(2)	(12)	(10)	(190)	(1200)	(47)	(2100)	(180)	(8.3)	(1.5)	(0.1)	(0.1)	0	(100)	(0.16)	(0.29)	(5.7)	(9.3)	(0.25)	(5.4)	(140)	(0.93)	(4.7)	(12)	0	(33.8)	
17136	2395	＜調味料類＞（その他） キムチの素	1900	11	18	6	17	100	1500	940	2100	190	0	2.9	0.1	0.4	Tr	8	0.04	0.11	1.6	1.9	0.31	0.2	8	0.20	3.7	0	-	9.3	
17053	2396	＜調味料類＞（その他） 酒かす	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	0	0	0	0	0	0.03	0.26	2.0	(5.3)	0.94	0	170	0.48	-	(0)	8.2	0	
17126	2397	＜調味料類＞（その他） 即席すまし汁	(140)	(39)	(3)	(29)	0	(260)	(2200)	(65)	(2300)	(200)	(0.5)	(0.8)	(0.1)	(0.3)	(0.2)	(57)	(0.13)	(0.31)	(5.1)	(7.5)	(0.17)	(4.7)	(170)	(0.41)	(8.3)	(25)	0	(45.7)	
17127	2398	＜調味料類＞（その他） ふりかけ たまご	(86)	(15)	(2)	(29)	(100)	(540)	(2300)	(130)	(3100)	(360)	(2.2)	(2.5)	(0.1)	(5.1)	(0.1)	(220)	(0.29)	(0.48)	(4.1)	(8.7)	(0.31)	(6.2)	(170)	(0.47)	(6.0)	(11)	0	(9.2)	
17054	2399	＜調味料類＞（その他） みりん風調味料	-	-	-	-	(0)	-	-	-	(0)	(0)	(0)	-	-	-	-	(0)	Tr	0.02	0	Tr	0	0	0	0	-	0	0.3	0.2	アルコール： 0.5容量% (100 g： 78.8 mL、100 mL： 126.9 g)
17138	2400	＜調味料類＞（その他） 料理酒	Tr	0	2	2	0	0	0	-	0	0	0	0	0	0	0	0	Tr	0	Tr	Tr	0.01	0	0	0	Tr	0	10.6	2.2	アルコール： 13.6 容量% (100 g： 98.4 mL、100 mL： 101.6 g)
17055	2401	＜香辛料類＞ オールスパイス 粉	-	-	-	-	0	6	31	0	34	3	(0)	-	-	-	-	-	0	0.05	2.9	3.8	-	(0)	(0)	-	-	0	-	0.1	
17056	2402	＜香辛料類＞ オニオンパウダー	-	-	-	-	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	-	-	-	-	-	0.30	0.10	0.6	(1.4)	-	(0)	-	-	-	10	-	0.1	食塩添加品あり
17057	2403	＜香辛料類＞ からし 粉	0	290	3	79	(0)	-	-	-	38	3	(0)	-	-	-	-	-	0.73	0.26	8.5	14.0	-	(0)	(0)	-	160.0	0	-	0.1	和がらし及び洋がらしを含む (100 g：250mL、100 mL：40g)
17058	2404	＜香辛料類＞ からし 練り	-	-	-	-	(0)	-	-	-	16	1	(0)	-	-	-	-	-	0.22	0.07	1.5	2.5	-	(0)	(0)	-	-	0	-	7.4	和風及び洋風を含む
17059	2405	＜香辛料類＞ からし 練りマスタード	0	70	4	15	0	0	54	0	54	4	(Tr)	1.2	0	4.9	0.5	6	0.14	0.04	1.1	(1.3)	0.10	0	14	0.27	25.0	Tr	-	3.0	別名： フレンチマスタード
17060	2406	＜香辛料類＞ からし 粒入りマスタード	1	87	3	17	(0)	0	32	2	32	3	(Tr)	1.0	0	4.5	0.4	5	0.32	0.05	1.8	(3.0)	0.14	0.1	16	0.28	23.0	Tr	-	4.1	別名： あらびきマスタード
17061	2407	＜香辛料類＞ カレー粉	5	18	21	42	0	20	380	0	390	32	(0)	4.4	0.6	2.6	0.1	86	0.41	0.25	7.0	(8.7)	0.59	0.1	60	2.06	28.0	2	-	0.1	
17062	2408	＜香辛料類＞ クローブ 粉	-	-	-	-	(0)	0	120	3	120	10	(0)	-	-	-	-	-	0.04	0.27	0.9	(1.5)	-	(0)	(0)	-	-	(0)	-	0.7	別名： ちょうじ
17063	2409	＜香辛料類＞ こしょう 黒 粉	5	5	30	14	(0)	18	170	4	180	15	(0)	-	-	-	-	-	0.10	0.24	1.2	(2.2)	-	(0)	(0)	-	20.0	(0)	-	0.2	別名： ブラックペッパー
17064	2410	＜香辛料類＞ こしょう 白 粉	2	2	5	24	(0)	-	-	-	Tr	(0)	(0)	-	-	-	-	-	0.02	0.12	0.2	(1.2)	-	(0)	(0)	-	4.7	(0)	-	0	別名： ホワイトペッパー
17065	2411	＜香辛料類＞ こしょう 混合 粉	3	2	12	17	(0)	9	84	2	89	7	(0)	-	-	-	-	-	0.06	0.18	0.7	(1.8)	-	0	0	-	15.0	1	-	0.1	
17066	2412	＜香辛料類＞ さんしょう 粉	32	6	21	19	(0)	-	-	-	200	17	(0)	-	-	-	-	-	0.10	0.45	2.8	(4.5)	-	-	-	-	27.0	0	-	0	
17067	2413	＜香辛料類＞ シナモン 粉	6	3	14	3	(0)	-	-	-	6	1	(0)	-	-	-	-	-	0.08	0.14	1.3	(2.0)	-	(0)	(0)	-	1.4	Tr	-	0.1	別名： にっけい、にっき
17068	2414	＜香辛料類＞ しょうが 粉	1	3	6	11	(0)	-	-	-	16	1	(0)	-	-	-	-	-	0.04	0.17	4.2	(6.4)	1.03	(0)	(0)	1.29	9.6	0	-	0.1	別名： ジンジャー
17069	2415	＜香辛料類＞ しょうが おろし	0	1	1	1	(0)	2	6	0	7	1	(0)	-	-	-	-	-	0.02	0.03	0.8	(0.9)	-	-	-	-	0.3	120	-	1.5	試料： チューブ入り ビタミンC： 添加品を含む
17070	2416	＜香辛料類＞ セージ 粉	-	-	-	-	(0)	0	1400	0	1400	120	(0)	-	-	-	-	-	0.09	0.55	2.7	3.8	-	(0)	-	-	-	(0)	-	0.3	
17071	2417	＜香辛料類＞ タイム 粉	-	-	-	-	(0)	0	980	0	980	82	(0)	-	-	-	-	-	0.09	0.69	3.4	4.5	-	0	0	-	-	0	-	0	
17072	2418	＜香辛料類＞ チリパウダー	-	-	-	-	(0)	300	7600	3100	9300	770	(0)	-	-	-	-	-	0.25	0.84	7.2	(8.5)	-	(0)	(0)	-	-	(0)	-	6.4	
17073	2419	＜香辛料類＞ とうがらし 粉	3	5	17	41	(0)	140	7200	2600	8600	720	(0)	-	-	-	-	-	0.43	1.15	11.0	(13.0)	-	-	-	-	49.0	Tr	-	0	別名： 一味唐辛子
17074	2420	＜香辛料類＞ ナツメグ 粉	-	-	-	-	(0)	-	-	-	12	1	(0)	-	-	-	-	-	0.05	0.10	0.5	1.5	-	(0)	(0)	-	-	(0)	-	0	別名： にくずく
17075	2421	＜香辛料類＞ にんにく ガーリックパウダー 食塩無添加	1	10	2	7	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	0.1	Tr	0	1	0.54	0.15	1.0	(3.4)	2.32	0	30	1.33	3.5	(0)	-	0	
17128	2422	＜香辛料類＞ にんにく ガーリックパウダー 食塩添加	1	10	2	7	(0)	0	0	0	0	(0)	(0)	0.4	0.1	Tr	0	1	0.54	0.15	1.0	(3.4)	2.32	0	30	1.33	3.5	(0)	-	8.4	
17076	2423	＜香辛料類＞ にんにく おろし	3	4	1	6	(0)	-	-	-	3	Tr	(0)	-	-	-	-	-	0.11	0.04	0.2	(1.0)	-	-	-	-	1.0	0	-	4.6	試料： チューブ入り
17077	2424	＜香辛料類＞ バジル 粉	42	18	47	200	(0)	0	2400	61	2500	210	(0)	4.7	0.2	0.7	0	820	0.26	1.09	7.9	(12.0)	1.75	0	290	2.39	62.0	1	-	0.1	別名： めぼうき、 バジリコ
17078	2425	＜香辛料類＞ パセリ 乾	22	7	38	110	(0)	0	28000	0	28000	2300	(0)	7.2	0	1.6	0	1300	0.89	2.02	12.0	(20.0)	1.47	0	1400	1.68	24.0	820	-	2.2	
17079	2426	＜香辛料類＞ パプリカ 粉	17	10	33	13	(0)	0	5000	2100	6100	500	(0)	-	-	-	-	(0)	0.52	1.78	13.0	(14.0)	-	(0)	(0)	-	39.0	(0)	-	0.2	
17080	2427	＜香辛料類＞ わさび 粉 からし粉入り	3	4	8	4	(0)	0	20	0	20	2	(0)	-	-	-	-	-	0.55	0.30	2.5	(5.0)	-	-	-	-	24.0	(0)	-	0.1	試料： ホースラディシュ製品

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
17081	2428	＜香辛料類＞ わさび 練り	0	1114	265	39.8	(1.9)	3.3	-	(0)	10.3	-	-	41.2 *	-	-	39.8	-	6.8	2400	280	62	39	85	2.0	0.8	0.11	0.23
17082	2429	＜その他＞ 酵母 パン酵母 圧搾	0	441	105	68.1	13.1	16.5	1.1	0	1.5	(2.6)	(2.5)	5.6 *	10.3	0	12.1	-	1.8	39	620	16	37	360	2.2	7.8	0.36	0.19
17083	2430	＜その他＞ 酵母 パン酵母 乾燥	0	1281	307	8.7	30.2	37.1	4.7	0	6.8	1.5	1.4	19.5 *	32.6	0	43.1	-	4.3	120	1600	19	91	840	13.0	3.4	0.20	0.40
17084	2431	＜その他＞ ベーキングパウダー	0	932	220	4.5	-	Tr	(1.0)	(0)	1.2	(38.5)	(35.0)	52.7 *	-	-	29.0	-	41.8	6800	3900	2400	1	3700	0.1	Tr	0.01	-
18024	2432	和風料理 和え物類 青菜の白和え	0	342	81	(79.7)	(3.9)	(4.2)	(2.6)	(0.1)	(3.4)	(8.7)	(7.2)	(9.2) *	(2.4)	0	(10.5)	-	(2.0)	(500)	(180)	(95)	(42)	(69)	(1.2)	(0.6)	(0.15)	(0.35)
18025	2433	和風料理 和え物類 いんげんのごま和え	0	320	77	(81.4)	(3.0)	(3.7)	(3.2)	(4.6)	(3.4)	(5.3)	(4.9)	(7.2) *	(2.8)	0	(9.1)	-	(2.2)	(480)	(270)	(120)	(44)	(88)	(1.3)	(0.7)	(0.15)	(0.48)
18026	2434	和風料理 和え物類 わかめとねぎの酢みそ和え	0	358	85	(76.3)	(3.0)	(3.8)	(0.8)	(17.3)	(0.9)	(11.6)	(10.5)	(14.9) *	(2.5)	0	(16.3)	-	(2.3)	(730)	(140)	(40)	(20)	(56)	(0.9)	(0.4)	(0.10)	(0.06)
18028	2435	和風料理 汁物類 とん汁	0	107	26	(94.4)	(1.3)	(1.5)	(1.4)	(2.6)	(1.5)	(1.2)	(0.9)	(1.6) *	(0.5)	0	(2.0)	-	(0.7)	(220)	(63)	(10)	(6)	(18)	(0.2)	(0.2)	(0.03)	(0.02)
18027	2436	和風料理 酢の物類 紅白なます	0	143	34	(90.3)	(0.6)	(0.6)	(0.7)	0	(0.6)	(6.4) *	(6.1)	(6.5)	(0.9)	0	(7.2)	-	(0.9)	(230)	(130)	(22)	(9)	(16)	(0.2)	(0.1)	(0.02)	(0.05)
18029	2437	和風料理 煮物類 卵の花いり	0	350	84	(79.1)	(3.1)	(4.4)	(3.5)	(7.5)	(4.1)	(4.3)	(3.9)	(7.4) *	(5.1)	0	(10.7)	-	(1.7)	(450)	(190)	(47)	(24)	(68)	(0.8)	(0.4)	(0.07)	(0.25)
18030	2438	和風料理 煮物類 親子丼の具	0	424	101	(79.4)	(7.9)	(8.4)	(5.1)	(133.6)	(5.2)	(3.3)	(3.0)	(5.8) *	(0.4)	0	(5.6)	-	(1.4)	(380)	(120)	(21)	(12)	(88)	(0.7)	(0.7)	(0.04)	(0.08)
18031	2439	和風料理 煮物類 牛飯の具	0	577	139	(78.8)	(3.5)	(4.1)	(11.8)	(18.0)	(9.4)	(4.7) *	(4.0)	(3.7)	(1.0)	0	(6.4)	-	(1.3)	(400)	(110)	(18)	(10)	(45)	(0.6)	(0.9)	(0.03)	(0.10)
18032	2440	和風料理 煮物類 切り干し大根の煮物	0	199	48	(88.2)	(1.9)	(2.3)	(1.9)	(Tr)	(2.5)	(5.8)	(3.2)	(4.8) *	(2.0)	0	(5.7)	-	(1.2)	(370)	(76)	(46)	(18)	(39)	(0.5)	(0.3)	(0.02)	(0.18)
18033	2441	和風料理 煮物類 きんぴらごぼう	0	348	84	(81.6)	(3.1)	(1.4)	(4.3)	(0.1)	(4.5)	(4.4)	(4.2)	(6.4) *	(3.2)	0	(11.3)	-	(1.3)	(350)	(150)	(36)	(25)	(37)	(0.5)	(0.4)	(0.09)	(0.16)
18034	2442	和風料理 煮物類 ぜんまいのいため煮	0	334	80	(82.3)	(3.0)	(3.4)	(3.9)	(0.1)	(4.2)	(5.4)	(4.9)	(7.1) *	(2.2)	0	(8.7)	-	(1.4)	(420)	(67)	(47)	(19)	(50)	(0.7)	(0.4)	(0.08)	(0.29)
18035	2443	和風料理 煮物類 筑前煮	0	357	85	(80.4)	(4.1)	(4.4)	(3.3)	(18.9)	(3.5)	(6.8)	(5.9)	(8.8) *	(1.8)	0	(10.2)	-	(1.5)	(430)	(160)	(22)	(15)	(55)	(0.5)	(0.5)	(0.05)	(0.21)
18036	2444	和風料理 煮物類 肉じゃが	0	327	78	(79.6)	(3.8)	(4.3)	(1.1)	(8.9)	(1.3)	(11.4)	(10.3)	(12.5) *	(1.3)	0	(13.0)	-	(1.7)	(480)	(210)	(13)	(14)	(44)	(0.8)	(0.9)	(0.07)	(0.14)
18037	2445	和風料理 煮物類 ひじきのいため煮	0	314	75	(80.8)	(2.8)	(3.1)	(3.5)	(0.2)	(4.0)	(6.9) *	(6.5)	(7.3)	(3.4)	0	(9.9)	-	(2.2)	(560)	(180)	(100)	(43)	(45)	(0.6)	(0.3)	(0.03)	(0.23)
18038	2446	和風料理 その他 アジの南蛮漬け	0	456	109	(78.0)	(6.7)	(8.1)	(5.6)	(27.1)	(6.1)	(5.3)	(4.6)	(7.5) *	(0.9)	0	(6.2)	-	(1.3)	(290)	(190)	(37)	(19)	(110)	(0.4)	(0.5)	(0.04)	(0.10)
18023	2447	和風料理 その他 松前漬け しょうゆ漬	0	701	166	51.2	14.5	17.0	0.9	165.3	1.4	13.5	12.9	21.0 *	1.6	5.1	24.7	-	5.7	2000	310	41	59	170	0.6	1.3	0.18	0.15
18040	2448	洋風料理 カレー類 チキンカレー	0	545	131	(75.2)	(5.4)	(5.6)	(8.4)	(29.4)	(8.8)	(6.7)	(5.6)	(7.8) *	(1.2)	0	(8.4)	-	(1.9)	(540)	(170)	(20)	(13)	(58)	(0.7)	(0.5)	(0.06)	(0.15)
18001	2449	洋風料理 カレー類 ビーフカレー	0	495	119	(78.5)	(2.1)	(2.4)	(8.6)	(10.1)	(9.0)	(6.9)	(5.7)	(7.9) *	(0.9)	-	(8.1)	-	(2.0)	(680)	(93)	(20)	(8)	(32)	(0.7)	(0.4)	(0.04)	(0.12)
18041	2450	洋風料理 カレー類 ポークカレー	0	480	116	(79.2)	(2.3)	(2.8)	(8.2)	(9.4)	(8.6)	(6.4)	(5.8)	(7.7) *	(0.9)	0	(7.7)	-	(1.7)	(550)	(100)	(14)	(7)	(32)	(0.5)	(0.3)	(0.04)	(0.10)
18043	2451	洋風料理 コロッケ類 カニクリームコロッケ	0	1063	255	(54.6)	(4.4)	(5.1)	(16.5)	(7.6)	(17.1)	(23.2) *	(21.1)	(22.4)	(1.0)	0	(22.0)	-	(1.2)	(320)	(94)	(30)	(14)	(51)	(0.4)	(0.4)	(0.08)	(0.15)
18044	2452	洋風料理 コロッケ類 コーンクリームコロッケ	0	1025	245	(54.1)	(4.4)	(5.1)	(15.3)	(6.9)	(16.0)	(23.3) *	(21.6)	(23.4)	(1.4)	0	(23.4)	-	(1.3)	(330)	(150)	(47)	(18)	(76)	(0.4)	(0.5)	(0.06)	(0.18)
18018	2453	洋風料理 コロッケ類 ポテトコロッケ	0	945	226	(55.5)	(4.5)	(5.3)	(12.1)	(14.1)	(12.6)	(25.4) *	(23.2)	(24.6)	(2.0)	-	(25.2)	-	(1.3)	(280)	(250)	(15)	(19)	(60)	(0.8)	(0.5)	(0.11)	(0.20)
18045	2454	洋風料理 シチュー類 チキンシチュー	0	517	124	(76.7)	(5.8)	(6.2)	(7.6)	(30.9)	(8.0)	(6.0)	(5.5)	(7.5) *	(1.2)	0	(7.8)	-	(1.2)	(280)	(160)	(38)	(13)	(77)	(0.4)	(0.6)	(0.04)	(0.07)
18011	2455	洋風料理 シチュー類 ビーフシチュー	0	636	153	(74.9)	(3.5)	(4.1)	(11.9)	(18.4)	(12.6)	(6.2)	(4.3)	(7.5) *	(0.7)	-	(7.1)	-	(1.3)	(380)	(150)	(11)	(9)	(45)	(0.5)	(0.8)	(0.04)	(0.06)
18015	2456	洋風料理 素揚げ類 ミートボール	0	839	201	(62.1)	(9.0)	(10.2)	(11.9)	(22.9)	(12.5)	(13.4)	(10.8)	(13.8) *	(1.3)	-	(13.4)	-	(1.8)	(460)	(240)	(22)	(26)	(86)	(0.8)	(0.8)	(0.10)	(0.21)
18042	2457	洋風料理 スープ類 かぼちゃのクリームスープ	0	304	73	(83.3)	(1.2)	(1.5)	(3.6)	(7.4)	(3.9)	(8.8) *	(8.1)	(9.4)	(1.3)	0	(10.1)	-	(1.2)	(300)	(160)	(32)	(10)	(38)	(0.2)	(0.2)	(0.03)	(0.06)
18005	2458	洋風料理 スープ類 コーンクリームスープ コーンクリームスープ	0	261	62	(86.0)	(1.6)	(1.7)	(2.4)	(6.9)	(2.6)	(8.0)	(4.1)	(8.3) *	(0.6)	-	(8.5)	-	(1.2)	(340)	(88)	(36)	(7)	(42)	(0.2)	(0.2)	(0.02)	(0.03)
18007	2459	洋風料理 フライ用冷凍食品 ポテトコロッケ 冷凍	0	662	157	63.5	3.9	4.6	3.5	2.0	4.9	-	-	27.4 *	-	-	25.3	-	1.7	290	300	20	-	62	0.7	-	-	-
18004	2460	洋風料理 スープ類 コーンクリームスープ 粉末タイプ	0	1790	425	2.1	-	8.1	-	-	13.7	-	-	67.4 *	-	-	67.4	-	8.7	2800	470	120	-	190	1.2	-	-	-
18014	2461	洋風料理 その他 えびピラフ	0	620	146	(62.9)	(2.8)	(3.3)	(2.2)	(8.0)	(2.3)	(30.1) *	(27.1)	(29.4)	(1.2)	-	(29.8)	-	(1.6)	(560)	(63)	(11)	(9)	(45)	(0.2)	(0.6)	(0.12)	(0.29)
18003	2462	洋風料理 その他 えびグラタン	0	535	128	(74.1)	(4.8)	(5.5)	(6.4)	(22.6)	(6.9)	(11.2)	(3.0)	(12.3) *	(0.9)	-	(12.1)	-	(1.5)	(380)	(140)	(97)	(17)	(110)	(0.3)	(0.6)	(0.09)	(0.14)
18050	2463	洋風料理 ハンバーグステーキ類 合いびきハンバーグ	0	821	197	(62.8)	(11.7)	(13.4)	(11.2)	(46.7)	(12.2)	(4.6)	(4.3)	(11.6) *	(1.1)	0	(10.0)	-	(1.6)	(340)	(280)	(29)	(23)	(110)	(1.3)	(2.4)	(0.09)	(0.14)
18051	2464	洋風料理 ハンバーグステーキ類 チキンハンバーグ	0	712	171	(67.0)	(10.7)	(12.6)	(9.6)	(53.9)	(10.2)	(7.5)	(7.0)	(9.9) *	(1.0)	0	(8.5)	-	(1.8)	(460)	(240)	(22)	(23)	(110)	(0.7)	(0.8)	(0.07)	(0.13)
18052	2465	洋風料理 ハンバーグステーキ類 豆腐ハンバーグ	0	595	142	(71.2)	(8.8)	(9.9)	(8.5)	(40.9)	(9.2)	(7.5) *	(6.8)	(8.8)	(1.3)	0	(8.4)	-	(1.4)	(250)	(200)	(68)	(42)	(120)	(1.3)	(0.9)	(0.13)	(0.31)

食品番号	索引番号	食品名	無機質 ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミンA レチノール	カロテン α－カロテン	カロテン β－カロテン	β－クリプトキサンチン	β－カロテン当量	レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	β－トコフェロール	γ－トコフェロール	δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
17081	2428	＜香辛料類＞ わさび 練り	-	-	-	-	(0)	-	-	-	15	1	(0)	-	-	-	-	-	0.11	0.07	0.7	(1.2)	-	-	-	-	-	0	-	6.1	試料： わさび及びホースラディシュ混合製品、 チューブ入り
17082	2429	＜その他＞ 酵母 パン酵母 圧搾	Tr	2	1	Tr	0	0	4	0	4	Tr	1.6	Tr	0	0	0	0	2.21	1.78	23.0	27.0	0.59	0	1900	2.29	99.0	0	-	0.1	別名： イースト
17083	2430	＜その他＞ 酵母 パン酵母 乾燥	1	2	2	1	0	0	0	0	0	0	2.8	Tr	0	0	0	0	8.81	3.72	22.0	(28.0)	1.28	0	3800	5.73	310.0	1	-	0.3	別名： ドライイースト
17084	2431	＜その他＞ ベーキングパウダー	-	-	-	-	0	-	-	-	0	0	0	-	-	-	-	0	0	0	0	0	(0)	(0)	(0)	-	0	-	17.3	加熱により発生する二酸化炭素等： 23.5 g（100 g：133mL、100 mL：75g）
18024	2432	和風料理 和え物類 青菜の白和え	(2)	(4)	(2)	(21)	0	(270)	(1500)	(6)	(1600)	(130)	(Tr)	(0.6)	(0.1)	(1.7)	(0.4)	(70)	(0.06)	(0.05)	(0.5)	(1.2)	(0.07)	(Tr)	(32)	(0.11)	(2.9)	(3)	(0.1)	(1.3)	
18025	2433	和風料理 和え物類 いんげんのごま和え	(1)	(4)	(1)	(10)	(3)	(190)	(700)	0	(840)	(73)	(0.2)	(0.2)	(Tr)	(1.7)	(Tr)	(39)	(0.08)	(0.10)	(0.9)	(1.5)	(0.11)	(0.1)	(52)	(0.20)	(2.0)	(5)	(0.1)	(1.2)	
18026	2434	和風料理 和え物類 わかめとねぎの酢みそ和え	(120)	(4)	(1)	(8)	(1)	0	(120)	(1)	(120)	(11)	0	(0.3)	(Tr)	(0.7)	(0.4)	(24)	(0.03)	(0.04)	(0.6)	(1.3)	(0.06)	(0.3)	(31)	(0.10)	(2.5)	(4)	(0.1)	(1.8)	
18028	2435	和風料理 汁物類 とん汁	0	(1)	0	(3)	0	(68)	(160)	0	(200)	(17)	(Tr)	(0.1)	0	(0.3)	(0.1)	(2)	(0.03)	(0.01)	(0.3)	(0.6)	(0.03)	(0.1)	(7)	(0.05)	(0.8)	(1)	0	(0.6)	別名：ぶた汁
18027	2436	和風料理 酢の物類 紅白なます	(2)	(1)	0	(3)	0	(180)	(370)	(1)	(460)	(38)	0	(Tr)	0	(0.2)	(0.1)	(2)	(0.02)	(0.01)	(0.2)	(0.3)	(0.03)	0	(19)	(0.08)	(0.5)	(6)	(Tr)	(0.6)	
18029	2437	和風料理 煮物類 卵の花いり	(1)	(3)	(1)	(20)	(3)	(130)	(340)	0	(420)	(38)	(0.1)	(0.5)	(0.1)	(2.2)	(0.4)	(10)	(0.06)	(0.04)	(0.5)	(1.2)	(0.05)	(0.1)	(13)	(0.22)	(2.9)	(1)	0	(1.1)	
18030	2438	和風料理 煮物類 親子丼の具	(7)	(8)	(Tr)	(3)	(51)	(3)	(66)	(3)	(69)	(57)	(0.3)	(0.4)	0	(0.1)	0	(14)	(0.04)	(0.13)	(1.0)	(2.4)	(0.09)	(0.4)	(20)	(0.53)	(7.3)	(2)	0	(1.0)	
18031	2439	和風料理 煮物類 牛飯の具	0	(4)	(1)	(3)	(2)	0	(16)	(Tr)	(16)	(4)	0	(0.2)	0	(0.2)	(Tr)	(5)	(0.02)	(0.04)	(1.1)	(1.8)	(0.10)	(0.5)	(9)	(0.20)	(1.3)	(2)	0	(1.0)	別名：牛丼の具
18032	2440	和風料理 煮物類 切り干し大根の煮物	0	(2)	(Tr)	(5)	0	(260)	(530)	0	(640)	(54)	0	(0.2)	(Tr)	(1.1)	(0.4)	(6)	(0.01)	(0.02)	(0.5)	(0.9)	(0.02)	(0.1)	(7)	(0.08)	(1.2)	(Tr)	0	(0.9)	
18033	2441	和風料理 煮物類 きんぴらごぼう	0	(1)	0	(3)	0	(480)	(850)	(2)	(1000)	(86)	0	(0.7)	(Tr)	(1.9)	(0.3)	(7)	(0.03)	(0.03)	(0.3)	(0.6)	(0.07)	(Tr)	(32)	(0.14)	(1.0)	(1)	0	(0.9)	
18034	2442	和風料理 煮物類 ぜんまいのいため煮	0	(2)	(Tr)	(6)	0	(180)	(420)	0	(510)	(42)	0	(0.4)	(Tr)	(2.0)	(0.6)	(17)	(0.01)	(0.02)	(0.2)	(0.8)	(0.03)	(Tr)	(7)	(0.07)	(1.3)	(Tr)	0	(1.1)	
18035	2443	和風料理 煮物類 筑前煮	0	(1)	0	(2)	(6)	(490)	(720)	0	(880)	(80)	(0.1)	(0.4)	(Tr)	(0.8)	(0.1)	(12)	(0.04)	(0.05)	(1.0)	(1.7)	(0.08)	(0.1)	(16)	(0.31)	(0.9)	(4)	(Tr)	(1.1)	別名：とり肉と野菜の炒め煮、炒り鶏、筑前炊き、がめ煮
18036	2444	和風料理 煮物類 肉じゃが	0	(3)	(1)	(5)	(1)	(430)	(520)	0	(630)	(53)	0	(0.2)	0	(0.1)	(Tr)	(3)	(0.05)	(0.05)	(0.9)	(1.6)	(0.14)	(0.1)	(14)	(0.30)	(1.4)	(9)	0	(1.2)	
18037	2445	和風料理 煮物類 ひじきのいため煮	(750)	(3)	(2)	(7)	0	(240)	(870)	(1)	(1000)	(84)	(Tr)	(0.7)	(Tr)	(1.7)	(0.5)	(40)	(0.02)	(0.02)	(0.4)	(1.0)	(0.03)	(0.1)	(6)	(0.08)	(2.2)	(Tr)	0	(1.4)	
18038	2446	和風料理 その他 アジの南蛮漬け	(8)	(23)	(1)	(2)	(2)	(230)	(360)	(7)	(440)	(39)	(3.9)	(0.8)	(0.1)	(2.4)	(0.5)	(9)	(0.06)	(0.06)	(2.2)	(3.5)	(0.12)	(2.1)	(7)	(0.22)	(2.3)	(3)	0	(0.7)	
18023	2447	和風料理 その他 松前漬け しょうゆ漬	10000	33	3	3	2	Tr	98	11	100	11	1	1.7	0	0	0	7	0.06	0.04	1.8	4.5	0.08	4.5	15	0.16	5.1	0	-	5.2	液汁を除いたもの するめ、昆布、かずのこ等を含む
18040	2448	洋風料理 カレー類 チキンカレー	(1)	(2)	(1)	(2)	(12)	(120)	(350)	(1)	(410)	(46)	(Tr)	(0.6)	(Tr)	(1.3)	(0.2)	(15)	(0.04)	(0.07)	(1.2)	(2.1)	(0.11)	(0.1)	(10)	(0.34)	(1.7)	(3)	0	(1.4)	
18001	2449	洋風料理 カレー類 ビーフカレー	(1)	(2)	(1)	(2)	(1)	(27)	(75)	(2)	(90)	(9)	0	(0.4)	(Tr)	(0.7)	(0.2)	(3)	(0.02)	(0.03)	(0.4)	(0.8)	(0.05)	(0.2)	(4)	(0.14)	(0.9)	(1)	0	(1.7)	缶詰製品を含む
18041	2450	洋風料理 カレー類 ポークカレー	0	(3)	(1)	(2)	(1)	(100)	(250)	(2)	(300)	(26)	(0.1)	(0.4)	(Tr)	(0.8)	(0.2)	(3)	(0.07)	(0.03)	(0.7)	(1.2)	(0.06)	(0.1)	(5)	(0.16)	(1.3)	(2)	0	(1.4)	
18043	2451	洋風料理 コロッケ類 カニクリームコロッケ	(1)	(Tr)	0	(1)	(8)	0	(8)	0	(8)	(9)	(0.1)	(2.2)	(0.2)	(7.7)	(1.6)	(23)	(0.05)	(0.07)	(0.7)	(1.5)	(0.03)	(0.3)	(12)	(0.23)	(0.2)	(Tr)	0	(0.8)	
18044	2452	洋風料理 コロッケ類 コーンクリームコロッケ	(1)	(Tr)	0	(1)	(15)	(1)	(10)	(10)	(19)	(16)	(0.1)	(1.8)	(0.2)	(7.1)	(1.4)	(21)	(0.06)	(0.08)	(0.7)	(1.6)	(0.04)	(0.1)	(27)	(0.34)	(0.2)	(2)	0	(0.8)	
18018	2453	洋風料理 コロッケ類 ポテトコロッケ	(1)	(2)	(1)	(2)	(5)	(22)	(55)	(1)	(67)	(10)	(0.1)	(1.5)	(0.2)	(5.9)	(1.2)	(18)	(0.11)	(0.05)	(1.1)	(2.0)	(0.14)	(0.1)	(23)	(0.46)	(1.4)	(10)	0	(0.7)	フライ済みの食品を冷凍したもの
18045	2454	洋風料理 シチュー類 チキンシチュー	(4)	(1)	(1)	(2)	(17)	(130)	(370)	(2)	(430)	(53)	(0.1)	(0.7)	(Tr)	(1.5)	(0.3)	(26)	(0.04)	(0.10)	(1.2)	(2.2)	(0.10)	(0.1)	(15)	(0.50)	(1.1)	(7)	0	(0.7)	
18011	2455	洋風料理 シチュー類 ビーフシチュー	(1)	(3)	(1)	(1)	(6)	(180)	(530)	(1)	(620)	(58)	(0.1)	(0.7)	(Tr)	(1.6)	(0.3)	(17)	(0.03)	(0.06)	(1.2)	(1.9)	(0.10)	(0.4)	(13)	(0.26)	(1.3)	(4)	0	(1.0)	缶詰製品を含む
18015	2456	洋風料理 素揚げ類 ミートボール	(160)	(7)	(1)	(2)	(6)	(89)	(210)	0	(250)	(27)	(0.1)	(1.2)	(0.1)	(4.3)	(0.9)	(19)	(0.15)	(0.12)	(2.2)	(3.9)	(0.16)	(0.2)	(24)	(0.58)	(3.4)	(1)	0	(1.2)	別名：肉団子
18042	2457	洋風料理 スープ類 かぼちゃのクリームスープ	(4)	(1)	0	(1)	(19)	(5)	(1000)	(24)	(1100)	(110)	(0.2)	(1.4)	(Tr)	(0.6)	(0.1)	(7)	(0.03)	(0.06)	(0.4)	(0.7)	(0.07)	(0.1)	(12)	(0.31)	(0.5)	(9)	0	(0.8)	別名：パンプキンクリームスープ
18005	2458	洋風料理 スープ類 コーンクリームスープ コーンクリームスープ	(5)	(1)	0	(2)	(14)	(4)	(12)	(11)	(22)	(16)	(0.2)	(0.2)	0	(0.3)	(Tr)	(2)	(0.02)	(0.06)	(0.3)	(0.6)	(0.02)	(0.1)	(6)	(0.22)	(0.9)	(1)	0	(0.9)	缶詰製品を含む 試料： ストレートタイプ
18007	2459	洋風料理 フライ用冷凍食品 ポテトコロッケ 冷凍	-	-	-	-	69	-	-	-	27	71	-	0.2	Tr	0.3	0.1	-	0.09	0.06	1.1	1.9	-	-	-	-	-	7	-	0.7	フライ前の食品を冷凍したもの
18004	2460	洋風料理 スープ類 コーンクリームスープ 粉末タイプ	4	13	3	13	0	-	-	-	90	8	-	-	-	-	-	-	0.15	0.41	3.5	4.9	-	-	-	-	7.5	2	-	7.1	カルシウム： 添加品あり
18014	2461	洋風料理 その他 えびピラフ	0	(3)	0	(23)	(1)	(88)	(210)	(1)	(260)	(23)	(0.1)	(0.4)	(Tr)	(1.0)	(0.2)	(4)	(0.02)	(0.02)	(0.4)	(1.0)	(0.04)	(0.1)	(5)	(0.26)	(0.9)	(2)	0	(1.4)	
18003	2462	洋風料理 その他 えびグラタン	(6)	(9)	(1)	(6)	(32)	(29)	(420)	(2)	(440)	(69)	(0.2)	(0.6)	(Tr)	(0.8)	(0.2)	(23)	(0.04)	(0.11)	(0.5)	(1.4)	(0.04)	(0.3)	(13)	(0.38)	(1.6)	(2)	0	(1.0)	
18050	2463	洋風料理 ハンバーグステーキ類 合いびきハンバーグ	(1)	(9)	(1)	(1)	(11)	(28)	(69)	0	(84)	(18)	(0.1)	(0.6)	(Tr)	(1.0)	(0.2)	(7)	(0.23)	(0.15)	(3.0)	(5.3)	(0.20)	(0.5)	(17)	(0.71)	(2.5)	(2)	0	(0.9)	
18051	2464	洋風料理 ハンバーグステーキ類 チキンハンバーグ	(2)	(10)	(1)	(2)	(19)	(43)	(100)	0	(130)	(29)	(0.1)	(0.8)	(Tr)	(1.6)	(0.3)	(18)	(0.09)	(0.11)	(4.1)	(6.2)	(0.26)	(0.2)	(18)	(0.89)	(2.9)	(2)	0	(1.2)	
18052	2465	洋風料理 ハンバーグステーキ類 豆腐ハンバーグ	(5)	(5)	(2)	(24)	(15)	(140)	(320)	(1)	(380)	(47)	(0.1)	(0.8)	(0.1)	(3.9)	(1.1)	(13)	(0.11)	(0.09)	(1.9)	(3.6)	(0.14)	(0.2)	(21)	(0.46)	(4.7)	(2)	0	(0.6)	

DRAFT

食品番号	索引番号	食品名	廃棄率	エネルギー			水分	たんぱく質 アミノ酸組成によるたんぱく質	たんぱく質 たんぱく質	脂質 トリアシルグリセロール当量	脂質 コレステロール	脂質 脂質	炭水化物 利用可能炭水化物（単糖当量）	炭水化物 利用可能炭水化物（質量計）	炭水化物 利用可能炭水化物 差引き法による	炭水化物 食物繊維総量	炭水化物 糖アルコール	炭水化物 炭水化物	有機酸	灰分	無機質 ナトリウム	無機質 カリウム	無機質 カルシウム	無機質 マグネシウム	無機質 リン	無機質 鉄	無機質 亜鉛	無機質 銅	無機質 マンガン
		単位	%	kJ	kcal	(……g……)					mg	(……g……)									(……mg……)								
		成分識別子	REFUSE	ENERC	ENERC_KCAL	WATER	PROTCAA	PROT-	FATNLEA	CHOLE	FAT-	CHOAVLM	CHOAVL	CHOAVLDF-	FIB-	POLYL	CHOCDF-	OA	ASH	NA	K	CA	MG	P	FE	ZN	CU	MN
18008	2466	洋風料理 フライ用冷凍食品 いかフライ 冷凍	0	618	146	64.5	-	10.6	-	-	2.0	-	-	21.4 *	-	-	21.4	-	1.5	300	180	16	-	110	0.4	-	-	-
18009	2467	洋風料理 フライ用冷凍食品 えびフライ 冷凍	0	589	139	66.3	-	10.2	-	-	1.9	-	-	20.3 *	-	-	20.3	-	1.3	340	95	42	-	90	1.5	-	-	-
18006	2468	洋風料理 フライ用冷凍食品 クリームコロッケ 冷凍	0	668	159	67.0	-	4.7	-	-	6.3	-	-	20.9 *	-	-	20.9	-	1.1	270	160	43	-	63	0.5	-	-	-
18010	2469	洋風料理 フライ用冷凍食品 白身フライ 冷凍	0	625	148	64.5	-	11.6	-	-	2.7	-	-	19.3 *	-	-	19.3	-	1.9	340	240	47	-	100	0.5	-	-	-
18016	2470	洋風料理 フライ用冷凍食品 メンチカツ 冷凍	0	826	196	58.3	-	9.9	-	-	7.2	-	0	23.0 *	-	-	23.0	-	1.6	420	220	31	-	95	1.6	-	-	-
18019	2471	洋風料理 フライ類 いかフライ	0	953	227	(54.9)	(10.4)	(13.3)	(10.4)	(229.3)	(11.3)	(21.1)	(19.3)	(22.6) *	(0.9)	-	(19.7)	-	(0.8)	(200)	(140)	(16)	(22)	(150)	(0.4)	(0.9)	(0.11)	(0.15)
18020	2472	洋風料理 フライ類 えびフライ	0	992	236	(50.5)	(13.2)	(15.9)	(11.0)	(120.6)	(11.6)	(22.1) *	(20.0)	(22.7)	(1.0)	-	(20.5)	-	(1.5)	(340)	(200)	(69)	(36)	(200)	(0.6)	(1.3)	(0.38)	(0.18)
18021	2473	洋風料理 フライ類 白身フライ	0	1242	299	(50.7)	-	(9.7)	-	-	(21.8)	-	-	(15.9) *	-	-	(16.2)	-	(1.9)	(340)	(240)	(47)	-	(100)	(0.5)	-	-	-
18022	2474	洋風料理 フライ類 メンチカツ	0	1138	273	(50.3)	(9.4)	(10.7)	(17.7)	(26.5)	(18.7)	(19.3) *	(16.3)	(19.3)	(1.7)	-	(18.7)	-	(1.5)	(350)	(240)	(24)	(27)	(96)	(1.2)	(1.6)	(0.12)	(0.25)
18002	2475	中国料理 点心類 ぎょうざ	0	875	209	(57.8)	(6.1)	(6.9)	(10.8)	(19.1)	(11.3)	(22.6) *	(19.7)	(22.1)	(1.5)	-	(22.3)	-	(1.6)	(460)	(170)	(22)	(16)	(62)	(0.6)	(0.6)	(0.07)	(0.20)
18012	2476	中国料理 点心類 しゅうまい	0	801	191	(60.2)	(8.1)	(9.1)	(8.7)	(27.5)	(9.2)	(19.7)	(15.9)	(19.4) *	(1.7)	-	(19.5)	-	(2.0)	(520)	(260)	(26)	(28)	(92)	(0.9)	(0.8)	(0.12)	(0.35)
18046	2477	中国料理 点心類 中華ちまき	0	733	174	(59.5)	(5.0)	(5.9)	(5.2)	(16.2)	(5.5)	(28.1) *	(25.6)	(28.4)	(0.5)	0	(27.7)	-	(1.3)	(420)	(100)	(6)	(11)	(45)	(0.3)	(0.7)	(0.07)	(0.33)
18047	2478	中国料理 菜類 酢豚	0	321	77	(83.4)	(4.0)	(4.6)	(3.1)	(14.9)	(3.3)	(6.8)	(6.0)	(7.7) *	(0.8)	0	(7.6)	-	(0.9)	(210)	(130)	(9)	(10)	(52)	(0.3)	(0.5)	(0.04)	(0.15)
18048	2479	中国料理 菜類 八宝菜	0	267	64	(86.0)	(4.9)	(5.8)	(2.9)	(43.9)	(3.2)	(2.9)	(1.9)	(4.0) *	(0.9)	0	(3.8)	-	(1.2)	(320)	(150)	(26)	(14)	(77)	(0.4)	(0.6)	(0.08)	(0.16)
18049	2480	中国料理 菜類 麻婆豆腐	0	434	104	(80.0)	(7.2)	(7.8)	(6.4)	(10.0)	(6.8)	(2.9)	(1.9)	(4.1) *	(0.7)	0	(3.8)	-	(1.6)	(380)	(150)	(64)	(43)	(86)	(1.3)	(0.9)	(0.12)	(0.32)
18039	2481	韓国料理 和え物類 もやしのナムル	0	291	70	(84.4)	(2.5)	(3.1)	(4.2)	0	(4.5)	(2.8)	(2.5)	(4.0) *	(2.7)	0	(5.7)	-	(2.0)	(510)	(160)	(91)	(29)	(62)	(1.2)	(0.5)	(0.11)	(0.38)

食品番号	索引番号	食品名	ヨウ素	セレン	クロム	モリブデン	ビタミンA レチノール	ビタミンA カロテン α－カロテン	ビタミンA カロテン β－カロテン	ビタミンA β－クリプトキサンチン	ビタミンA β－カロテン当量	ビタミンA レチノール活性当量	ビタミンD	ビタミンE α－トコフェロール	ビタミンE β－トコフェロール	ビタミンE γ－トコフェロール	ビタミンE δ－トコフェロール	ビタミンK	ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC	アルコール	食塩相当量	備考
		単位	(……μg……)											(……mg……)				μg	(……mg……)					(……μg……)		mg	μg	mg	(……g……)		
		成分識別子	ID	SE	CR	MO	RETOL	CARTA	CARTB	CRYPXB	CARTBEQ	VITA_RAE	VITD	TOCPHA	TOCPHB	TOCPHG	TOCPHD	VITK	THIA	RIBF	NIA	NE	VITB6A	VITB12	FOL	PANTAC	BIOT	VITC	ALC	NACL_EQ	
18008	2466	洋風料理 フライ用冷凍食品 いかフライ 冷凍	4	25	3	6	3	-	-	-	Tr	3	-	-	-	-	-	-	0.10	0	1.9	3.7	-	-	-	-	2.7	Tr	-	0.8	フライ前の食品を冷凍したもの
18009	2467	洋風料理 フライ用冷凍食品 えびフライ 冷凍	8	27	1	8	Tr	-	-	-	Tr	Tr	-	-	-	-	-	-	0.04	0.07	0.7	2.4	-	-	-	-	3.1	1	-	0.9	フライ前の食品を冷凍したもの
18006	2468	洋風料理 フライ用冷凍食品 クリームコロッケ 冷凍	-	-	-	-	240	-	-	-	8	240	-	-	-	-	-	-	0.06	0.10	0.6	1.4	-	-	-	-	-	2	-	0.7	フライ前の食品を冷凍したもの
18010	2469	洋風料理 フライ用冷凍食品 白身フライ 冷凍	-	-	-	-	57	-	-	-	0	57	-	-	-	-	-	-	0.10	0.10	1.2	3.1	-	-	-	-	-	1	-	0.9	フライ前の食品を冷凍したもの
18016	2470	洋風料理 フライ用冷凍食品 メンチカツ 冷凍	-	-	-	-	36	-	-	-	Tr	36	-	-	-	-	-	-	0.13	0.14	1.5	3.2	-	-	-	-	-	1	-	1.1	フライ前の食品を冷凍したもの
18019	2471	洋風料理 フライ類 いかフライ	(5)	(24)	(1)	(2)	(8)	0	(1)	0	(1)	(8)	(Tr)	(2.1)	(0.2)	(5.0)	(1.0)	(15)	(0.04)	(0.03)	(1.0)	(3.2)	(0.04)	(0.8)	(13)	(0.25)	(4.2)	(1)	0	(0.5)	フライ済みの食品を冷凍したもの
18020	2472	洋風料理 フライ類 えびフライ	(4)	(18)	(1)	(2)	(13)	0	(1)	(1)	(1)	(13)	(0.1)	(2.2)	(0.2)	(5.3)	(1.1)	(16)	(0.08)	(0.05)	(2.0)	(4.6)	(0.05)	(0.6)	(22)	(0.57)	(3.2)	0	0	(0.9)	フライ済みの食品を冷凍したもの
18021	2473	洋風料理 フライ類 白身フライ	-	-	-	-	(57)	-	-	-	0	(57)	-	-	-	-	-	-	(0.10)	(0.10)	(1.2)	(2.8)	-	-	-	-	-	(1)	-	(0.9)	フライ済みの食品を冷凍したもの
18022	2474	洋風料理 フライ類 メンチカツ	(1)	(5)	(1)	(1)	(5)	(19)	(46)	0	(55)	(10)	(0.1)	(1.4)	(0.1)	(5.3)	(1.1)	(19)	(0.14)	(0.09)	(1.9)	(3.7)	(0.14)	(0.3)	(28)	(0.50)	(1.6)	(1)	0	(0.9)	フライ済みの食品を冷凍したもの
18002	2475	中国料理 点心類 ぎょうざ	(1)	(5)	(1)	(4)	(3)	0	(77)	(1)	(77)	(10)	(0.1)	(0.6)	(0.1)	(1.9)	(0.3)	(28)	(0.14)	(0.07)	(1.4)	(2.6)	(0.11)	(0.1)	(22)	(0.44)	(1.8)	(4)	0	(1.2)	
18012	2476	中国料理 点心類 しゅうまい	(1)	(6)	(1)	(3)	(6)	0	(1)	0	(1)	(6)	(0.1)	(0.2)	(Tr)	(0.3)	(Tr)	(4)	(0.16)	(0.10)	(1.8)	(3.3)	(0.15)	(0.2)	(26)	(0.55)	(2.5)	(1)	0	(1.3)	
18046	2477	中国料理 点心類 中華ちまき	(8)	(5)	(Tr)	(28)	(6)	(20)	(46)	0	(56)	(10)	(0.1)	(0.4)	(Tr)	(0.9)	(0.2)	(8)	(0.04)	(0.05)	(1.5)	(2.4)	(0.10)	(0.1)	(6)	(0.48)	(1.6)	0	0	(1.1)	
18047	2478	中国料理 菜類 酢豚	0	(5)	(1)	(2)	(2)	(200)	(470)	(1)	(570)	(50)	(0.1)	(0.5)	(Tr)	(1.3)	(0.2)	(6)	(0.17)	(0.05)	(1.4)	(2.2)	(0.10)	(0.1)	(9)	(0.25)	(1.6)	(4)	0	(0.5)	
18048	2479	中国料理 菜類 八宝菜	(3)	(7)	(1)	(1)	(13)	(140)	(370)	(2)	(440)	(49)	(0.3)	(0.6)	(Tr)	(1.2)	(0.2)	(25)	(0.13)	(0.06)	(1.4)	(2.3)	(0.08)	(0.3)	(20)	(0.28)	(1.3)	(5)	0	(0.8)	別名：五目うま煮
18049	2480	中国料理 菜類 麻婆豆腐	(4)	(6)	(3)	(31)	(1)	0	(16)	0	(17)	(3)	(0.1)	(0.3)	(Tr)	(2.6)	(0.9)	(6)	(0.16)	(0.07)	(1.1)	(2.4)	(0.10)	(0.1)	(13)	(0.21)	(3.7)	(1)	0	(1.0)	
18039	2481	韓国料理 和え物類 もやしのナムル	0	(1)	(Tr)	(5)	0	(85)	(1700)	(15)	(1700)	(140)	0	(1.1)	(0.1)	(2.4)	(0.5)	(160)	(0.05)	(0.07)	(0.4)	(0.9)	(0.08)	0	(64)	(0.24)	(1.3)	(9)	(0.1)	(1.3)	

DRAFT