利用可能炭水化物等整理表

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
01001	アマランサス 玄穀		分析値	13.5	57.5	7.4	66.5	56.4		0.04	0.02		1.33	0									
01002	あわ 精白粒		H26分析	12.5	69.7	3.4	79.7																
01003	あわ あわもち	推計しない	2010収載値	48.0	45	1.5	86.5																
01004	えんばく オートミール		分析値	10	59.7	9.4	66.3	56.3		0.01	0.03		1.00	0									
01005	おおむぎ　七分つき押麦	01006から推計	2010収載値	14.0	61.8	10.3	71.9																
01006	おおむぎ　押麦		分析値	14.0	68.2	9.6	79.3	64.3		0.03	0.07	0.01	0.26	0.09	0				0.1	0	1.1	0.3	
01007	おおむぎ　米粒麦		分析値	14.0	67.5	8.7	78.5	62.1		0.01	0.05		0.34	0.08									
01008	おおむぎ　大麦めん 乾	01006と01019(配合1:1)から推計	2010収載値	14.0	61.7	6.3	71.7																
01009	おおむぎ　大麦めん ゆで		2010収載値	70.0	21.8	2.5	72.7																
01010	おおむぎ　麦こがし	01006から推計	2010収載値	3.5	61.6	15.5	63.8																
01011	きび 精白粒		H26分析	14	71.4	1.7	83.0																
01012	こむぎ 玄穀 国産 普通	推計しない	2010収載値	12.5	61.4	10.8	70.2																
01013	こむぎ 玄穀 輸入 軟質		分析値	10.0	64	11.2	71.1	61.1		0.06	0.06		0.97	0.09									
01014	こむぎ　玄穀　輸入　硬質		分析値	13.0	58	11.4	66.7	56.0		0.05	0.03		0.83	0.09									
01015	こむぎ 小麦粉 薄力粉 1等		分析値	14.0	73.4	2.5	85.3	72.7		0.02	0.03		0.27	0.09									
01016	こむぎ 小麦粉 薄力粉 2等		分析値	14.0	71.9	2.7	83.6	70.2		0.03	0.03		0.38	0.08									
01018	こむぎ 小麦粉 中力粉 1等		分析値	14.0	72	2.8	83.7	69.1		0.03	0.03		0.22	0.12									
01019	こむぎ 小麦粉 中力粉 2等		分析値	14.0	70.8	2.9	82.3	66.1		0.03	0.03		0.29	0.09									
01020	こむぎ 小麦粉 強力粉 1等		分析値	14.5	68.9	2.7	80.6	66.51		0.01	0.01	0.00	0.08	0.18	0.00				0	0	1.1	0.0	
01021	こむぎ 小麦粉 強力粉 2等		分析値	14.5	67.7	2.8	79.2	63.2		0.02	0.02		0.26	0.13									
01023	こむぎ 小麦粉 強力粉 全粒粉	USDAから再推計(乳糖は0)	2010収載値	14.5	57	11.2	66.7																
			UK	11.1	69.9	8.8	78.6	68.5	1.4	Tr	Tr		1.0	0.3	0.0								12Flour, wheat, wholemeal (Analytical data2003)
			USDA	10.74	61.27	10.7	68.6	57.8	0.4	0.0	0.1		0.4										20080Wheat flour, whole-grain
01024	こむぎ 小麦粉 プレミックス粉 ホットケーキ用	配合比から再推計	2010収載値	11.1	72.5	1.9	81.6																
01025	こむぎ 小麦粉 プレミックス粉 てんぷら用		H26分析	H27	H27	H27	H27																
新規	こむぎ　小麦粉　プレミックス粉　お好み焼き粉		H27分析																				
新規	こむぎ　小麦粉　プレミックス粉　唐揚げ粉		H27分析																				
01026	こむぎ パン類 食パン		分析値	38.0	44.4	2.3	71.6	39.51		1.53	2.31		0	1.46	0.19	0.10	0						
01028	こむぎ パン類 コッペパン	レシピ又はUSDAから再推計から再推計	2010収載値	37	47.1	2	74.8																
			USDA	34.18	48.05	2.1	73.0	40.0	6.4	1.9	2.4	0.0	0.0	2.0	0.0								18350Rolls, hamburger or hotdog, plain
01030	こむぎ パン類 乾パン	レシピから再推計	2010収載値	75.7	3.1	80.11	80.1																
01031	こむぎ パン類 フランスパン		H26分析	30	54.8	2.7	78.3																
01032	こむぎ パン類 ライ麦パン	レシピから再推計	2010収載値	35	47.1	5.6	72.5																
01033	こむぎ パン類 ぶどうパン	レシピから再推計	2010収載値	35.7	48.9	2.2	76.0																
01034	こむぎ パン類 ロールパン		分析値	30.7	46.6	2.0	67.2	39.10		1.77	2.70		0.19	1.34	0.41	0.18	0.04						
01035	こむぎ パン類 クロワッサン	レシピから再推計	2010収載値	20	42.1	1.8	52.6																
01036	こむぎ パン類 イングリッシュマフィン	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	46	39.6	1.2	73.3																
			UK	40.5	44.2	1.9	74.3	40.8	3.4	0.5	0.8		Tr	2.1	Tr								79Muffins, English style, white (Analitical data 1998)
			USDA	43.56	40.67	3.5	72.1	37.2	3.5	0.7	0.7	0.0	0.0	2.2	0.0								18258English muffins, plain, enriched, with ca prop (includes sourdough)
01037	こむぎ パン類 ナン	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	37.2	45.6	2	72.6																
			UK	30.8	50.2	2	72.5	47.0	3.1	0.7	0.8		Tr	1.3	0.4								54bread, Naan (Retail, nalitycal data1998)
			USDA	32.6	48.23	2.2	71.6	42.8	3.6	0.7	0.9	0.0	0.0	1.8	0.3								28307Bread, naan (Indian bread), plain, commercially prepared, refrigerated
新規	こむぎ パン類 ベーグル		分析値	32.34	52.17	2.47	77.1	40.92		0.80	1.18		0.31	2.51	0	0.34	0.01						
01038	こむぎ うどん・そうめん類 うどん 生		分析値	33.5	55.6	1.2	83.6	48.20		0.23	0.17		0.15	1.36		0	0.05						
01039	こむぎ うどん・そうめん類 うどん ゆで		分析値	75.0	20.8	0.8	83.2	19.05		0.05	0.04		0.03	0.31		0	0						
01041	こむぎ うどん・そうめん類 干しうどん 乾	01038から再推計	2010収載値	13.5	69.5	2.4	80.3																
01042	こむぎ うどん・そうめん類 干しうどん ゆで	01039から再推計	2010収載値	70	25.1	0.7	83.7																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
01043	こむぎ うどん・そうめん類 そうめん・ひやむぎ 乾		H26分析	12.5	70.2	2.5	80.2																
01044	こむぎ うどん・そうめん類 そうめん・ひやむぎ ゆで		H26分析	70	24.9	0.9	83.0																
01045	こむぎ うどん・そうめん類 手延そうめん・手延ひやむぎ 乾	油分を差し引いて01043から再推計(H27年度後半に分析)	2010収載値	14	67.1	1.8	78.0																
01046	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	油分を差し引いて01044から再推計	2010収載値	70	24.5	1	81.7																
01047	こむぎ 中華めん類 中華めん 生		分析値	33.0	53.6	2.1	80.0	46.28		0.02	0.00		0.11	0.88		0.26	0.15						
01048	こむぎ 中華めん類 中華めん ゆで		分析値	65.0	27.9	1.3	79.7	24.90		0.02	0.00		0.04	0.12		0.08	0.04						
01049	こむぎ 中華めん類 蒸し中華めん	01047から再推計	2010収載値	54	36.5	1.9	79.3																
01050	こむぎ 中華めん類 干し中華めん 乾	01047から再推計	2010収載値	13	70.1	2.9	80.6																
01051	こむぎ 中華めん類 干し中華めん ゆで	01048から再推計	2010収載値	67	26.6	1.5	80.6																
新規	こむぎ 中華めん類 冷めん 生		分析値	36.4	56.5	1.1	88.9	50.7		0.03	0		0.06	1.60		0	0.04						
01052	こむぎ 中華めん類 沖縄そば 生	01047から推計	2010収載値	32.3	52.1	2.1	77.0																
01053	こむぎ 中華めん類 沖縄そば ゆで	01048から推計	2010収載値	65.5	26.5	1.5	76.8																
01054	こむぎ 中華めん類 干し沖縄そば 乾	01047から推計	2010収載値	13.7	65.7	2.1	76.1																
01055	こむぎ 中華めん類 干し沖縄そば ゆで	01048から推計	2010収載値	65.0	27.1	1.5	77.4																
01056	こむぎ 即席めん類 即席中華めん 油揚げ味付け		分析値	2.0	61	2.5	62.2	56.5		0.03	0		0.66	0.19		0	0.06						
01057	こむぎ 即席めん類 即席中華めん 油揚げ	01056から推計	2010収載値	3.0	59	2.4	60.8																
01058	こむぎ 即席めん類 即席中華めん 非油揚げ	01056から推計	2010収載値	10.0	64.8	2.3	72.0																
01059	こむぎ 即席めん類 中華スタイル即席カップめん 油揚げ	推計しない	2010収載値	5.0	54.6	2.3	57.5																
01060	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	推計しない	2010収載値	10.0	55.7	2.4	61.9																
01061	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	推計しない	2010収載値	15.0	59.3	2.9	69.8																
01062	こむぎ 即席めん類 和風スタイル即席めん 油揚げ	推計しない	2010収載値	5.0	54.7	1.9	57.6																
01063	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		分析値	12.0	69.5	2.7	79.0	63.6		0.08	0.06	0.00	0.35	2.29	0.04				0.1	0	1.3	0.7	
01064	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		分析値	65.0	26.9	1.5	76.9	24.6		0.01	0.01		0.07	0.44									
新規	こむぎ マカロニ・スパゲッティ類 生パスタ		分析値	42.0	45.3	1.5	78.2	36.9		0.18	0.10		0.08	4.66		0.20	0						
01065	こむぎ ふ類 生ふ	推計しない	2010収載値	60.0	25.7	0.5	64.3																
01066	こむぎ ふ類 焼きふ 観世ふ	推計しない	2010収載値	11.3	53.2	3.7	60.0																
01067	こむぎ ふ類 焼きふ 板ふ	推計しない	2010収載値	12.5	53.5	3.8	61.1																
01068	こむぎ ふ類 焼きふ 車ふ	推計しない	2010収載値	11.4	51.6	2.6	58.2																
01069	こむぎ ふ類 竹輪ふ	推計しない	2010収載値	60.4	29.6	1.5	74.7																
01070	こむぎ その他 小麦はいが		分析値	3.6	34	14.3	35.3	15.6		0	0		11.84	0.01									
01071	こむぎ その他 小麦たんぱく 粉末状	推計しない	2010収載値	6.5	8.2	2.4	8.8																
01072	こむぎ その他 小麦たんぱく 粒状	推計しない	2010収載値	76.0	1.4	0.4	5.8																
01073	こむぎ その他 小麦たんぱく ペースト状	推計しない	2010収載値	66.0	3.4	0.5	10.0																
01074	こむぎ その他 ぎょうざの皮	01018から再推計	2010収載値	32.0	54.8	2.2	80.6																
01075	こむぎ その他 しゅうまいの皮	01018から再推計	2010収載値	31.1	56.7	2.2	82.3																
01076	こむぎ その他 ピザクラスト	UKから再推計	2010収載値	35.3	48.8	2.3	75.4																
			UK	30.1	57.5	2.1	82.3	54.1	3.4	0.3	0.3		Tr	2.8	Tr								212Pizza base, raw (AD 1994, ID 2013)
01077	こむぎ その他 パン粉 生	01026から再推計	2010収載値	35	44.6	3	68.6																
01078	こむぎ その他 パン粉 半生	01026から再推計	2010収載値	26	50.8	3.5	68.6																
01079	こむぎ その他 パン粉 乾燥	01026から再推計	2010収載値	13.5	59.4	4	68.7																
01080	こめ 水稲穀粒 玄米		分析値	15.5	70.8	3.0	83.8	70.0		0.01	0.01	0	0.80	0	0								
01081	こめ 水稲穀粒 半つき米		分析値	15.5	74	1.4	87.6	73.05		0.04	0.03		0.43	0									
01082	こめ 水稲穀粒 七分つき米		分析値	15.5	75.2	0.9	89.0	74.8		0.04	0.02		0.32	0.01									
01083	こめ 水稲穀粒 精白米		分析値	15.5	76.6	0.5	90.7	74.9		0	0	0	0.15	0	0								

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品
				水分	①炭水化物－食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	(UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
新規	こめ　水稲穀粒　精白米　インディカ米	推計しない(H27後半分析)	UK	11.3	85.1	0.9	95.9	84.8	0.2	Tr	Tr		0.20	0	0								27Rice, white, long grain, raw (AD2003)
			USDA	11.62	78.65	1.3	89.0		0.1	0	0	0	0.08	0	0								20044Rice, white, long-grain, regular, raw, enriched
			2015収載値																				
新規	こめ 水稲穀粒 精白米 もち米		H26分析				0.0																
01084	こめ 水稲穀粒 はいが精米		分析値	15.5	74	1.3	87.6	71.0		0.02	0.00		0.62	0									
新規	こめ 水稲穀粒 発芽玄米		分析値	14.7	71.3	3.1	83.6	68.9		0.10	0.03		0.38	0									
01085	こめ 水稲めし 玄米		分析値	60.0	34.2	1.4	85.5	30.9		0.23	0.07		0.77	0.02									
01086	こめ 水稲めし 半つき米		分析値	60.0	35.6	0.8	89.0	33.1		0.17	0.02		0.22	0									
01087	こめ 水稲めし 七分つき米		分析値	60.0	36.2	0.5	90.5	33.2		0.14	0.01		0.11	0									
01088	こめ 水稲めし 精白米		分析値	60.0	36.8	0.3	92.0	34.5		0.08	0		0.02	0					0.0	0.0	0.03	0.0	
新規	こめ 水稲めし 精白米 もち米		H26分析				0.0																
新規	こめ 水稲穀粒 発芽玄米		分析値	60.14			0.0	29.9		0.06	0		0.17	0									
01089	こめ 水稲めし はいが精米		分析値	60.0	35.6	0.8	89.0	34.2		0.07	0		0.15	0									
新規	こめ 水稲めし 発芽玄米		分析値	60.14			0.0	29.0		0.06	0		0.16										
01090	こめ 水稲全かゆ 玄米	01085から再推計	2010収載値	83	14.6	0.6	85.9																
01091	こめ 水稲全かゆ 半つき米	01086から再推計	2010収載値	83	15.2	0.3	89.4																
01092	こめ 水稲全かゆ 七分つき米	01087から再推計	2010収載値	83	15.4	0.2	90.6																
01093	こめ 水稲全かゆ 精白米	01088から再推計	2010収載値	83	15.6	0.1	91.8																
01094	こめ 水稲五分かゆ 玄米	01085から再推計	2010収載値	91.5	7.3	0.3	85.9																
01095	こめ 水稲五分かゆ 半つき米	01086から再推計	2010収載値	91.5	7.6	0.1	89.4																
01096	こめ 水稲五分かゆ 七分つき米	01087から再推計	2010収載値	91.5	7.6	0.1	89.4																
01097	こめ 水稲五分かゆ 精白米	01088から再推計	2010収載値	91.5	7.8	0.1	91.8																
01098	こめ 水稲おもゆ 玄米	01085から再推計	2010収載値	95	4.2	0.2	84.0																
01099	こめ 水稲おもゆ 半つき米	01086から再推計	2010収載値	95	4.5	0.1	90.0																
01100	こめ 水稲おもゆ 七分つき米	01087から再推計	2010収載値	95	4.6	0	92.0																
01101	こめ 水稲おもゆ 精白米	01088から再推計	2010収載値	95	4.7	0	94.0																
01102	こめ 陸稲穀粒 玄米	01085から再推計	2010収載値	15.5	67.6	3	80.0																
01103	こめ 陸稲穀粒 半つき米	01086から再推計	2010収載値	15.5	71	1.4	84.0																
01104	こめ 陸稲穀粒 七分つき米	01087から再推計	2010収載値	15.5	72	0.9	85.2																
01105	こめ 陸稲穀粒 精白米	01088から再推計	2010収載値	15.5	73.5	0.5	87.0																
01106	こめ 陸稲めし 玄米	01085から再推計	2010収載値	59.8	33	1.4	82.1																
01107	こめ 陸稲めし 半つき米	01086から再推計	2010収載値	60	34.5	0.8	86.3																
01108	こめ 陸稲めし 七分つき米	01087から再推計	2010収載値	60	35.2	0.5	88.0																
01109	こめ 陸稲めし 精白米	01088から再推計	2010収載値	60	35.8	0.3	89.5																
01110	こめ うるち米製品 アルファ化米		H27分析																				
新規	こめ うるち米製品 アルファ化米　強化品	推計しない(細分化)	2010収載値	8	84.4	0.8	91.7																
01111	こめ うるち米製品 おにぎり		分析値	57.0	39	0.4	90.7	36.0		0.05	0		0	0		0							
01112	こめ うるち米製品 焼きおにぎり	01111から再推計	2010収載値	56	39.1	0.4	88.9																
01113	こめ うるち米製品 きりたんぽ	01111から再推計	2010収載値	50	45.8	0.4	91.6																
01114	こめ うるち米製品 上新粉		H26分析	14	77.9	0.6	90.6																
新規	こめ うるち米製品 玄米粉		分析値	4.6	80.6	3.5	84.5	77.0		0	0		0.10	0									
新規	こめ うるち米製品　米粉		分析値	11.1	81.2	0.6	91.4	74.2		0.01	0		0.01	0									
新規	こめ うるち米製品　米粉パン		分析値	41.2	50.4	0.9	85.8	46.5		1.12	1.42		0.08	0	0	1.67	0						
新規	こめ　うるち米製品　米粉めん		分析値	37.0	57.5	0.9	91.3	51.2		0.14	0		0.05	0.08		0	0.15						
01115	こめ うるち米製品 ビーフン	米粉めんから再推計	2010収載値	11.1	79	0.9	88.9																
01116	こめ うるち米製品 米こうじ	推計しない(H27後半追加分析)	2010収載値	33.0	57.8	1.4	86.3																
01117	こめ もち米製品 もち		分析値	44.5	49.5	0.8	89.2	45.5		0	0		0	0		0							
01118	こめ もち米製品 赤飯	めし・もちごめ、ささげから再推計	2010収載値	53	40.7	1.7	86.6																
01119	こめ もち米製品 あくまき	めし・もちごめから推計	2010収載値	69.5	25.5	0.2	83.6																
01120	こめ もち米製品 白玉粉		H26分析				0.0																
01121	こめ もち米製品 道明寺粉	01120から再推計	2010収載値	11.6	79.7	0.7	90.2																
新規	こめ その他 米ぬか		分析値	10.3	28.3	20.5	31.5	18.4		0.07	0.04		6.79	0.03									
01122	そば そば粉 全層粉		分析値	13.5	65.3	4.3	75.5	62.7		0.09	0.01	0.01	1.05	0.01	0.01				0	0	0.1	0.7	

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品（UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ）
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
01123	そば そば粉 内層粉		分析値	14.0	75.8	1.8	88.1	73.5		0.04	0.02		0.21	0									
01124	そば そば粉 中層粉		分析値	13.5	67.2	4.4	77.7	63.9		0.03	0.02		0.99	0									
01125	そば そば粉 表層粉		分析値	13.0	58	7.1	66.7	38.9		0.11	0.11		2.32	0.01									
01126	そば そば米	01022から再推計	2010収載値	12.8	70	3.7	80.3																
01127	そば そば 生	01122と01020(配合35:65)から再推計	2010収載値	33.0	51.8	2.7	77.3																
01128	そば そば ゆで		2010収載値	68.0	24	2.0	75.0																
01129	そば 干しそば 乾	01122と01020(配合35:65)から再推計	2010収載値	14.0	63	3.7	73.3																
01130	そば 干しそば ゆで		2010収載値	72.0	20.6	1.5	73.6																
01131	とうもろこし 玄穀		分析値	14.5	61.6	9.0	72.0	63.4		0.17	0.14	0	1.08	0	0.02								
新規	とうもろこし 玄穀 白色種	推計しない（細分化）	2010収載値	14.5	61.6	9.0	72.0																
01132	とうもろこし コーンミール	USDAから再推計	2010収載値	14	64.4	8	74.9																
			USDA	11.18	75.55	3.9	85.1	73.3	1.6	0.6	0.2	0.0	0.7	0.2	0.0								20422Cornmeal, degermed, unenriched, yellow
新規	とうもろこし コーンミール 白色種	推計しない（細分化）	2010収載値	14	64.4	8	74.9																
01133	とうもろこし コーングリッツ		分析値	14	74	2.4	86.0	74.3		0.15	0.14		0.24	0									
新規	とうもろこし コーングリッツ 白色種	推計しない（細分化）	2010収載値	14	74	2.4	86.0																
01134	とうもろこし コーンフラワー	USDA cornmealから再推計 （UKとは糖質量に差）	2010収載値	14	74.4	1.7	86.5																
			UK	12.5	92	0.1	105.1	92.0	Tr	Tr	0	*	Tr	0.0	0								2Cornflour （AD2003, Mw4)
新規	とうもろこし コーンフラワー 白色種	推計しない（細分化）	2010収載値	14	74.4	1.7	86.5																
01135	とうもろこし ジャイアントコーン フライ 味付け	推計しない	2010収載値	4.3	66.1	10.5	69.1																
01136	とうもろこし ポップコーン	UKから再推計（ガラクトースは0）	2010収載値	4	50.3	9.3	52.4																
			UK	4.3	59.3	9.3(A)	62.0	58.7	0.6	Tr	Tr		0.6	0.0	0.0								1009Popcorn,salted (ID,2013)
			USDA	1.2	36.96	8.1	37.4	34.4	0.5	0.1	0.1	0.0	0.3	0.0	0.0								19035Snacks, popcorn, oil-popped, microwave, regular flavor, no trans fat
01137	とうもろこし コーンフレーク	UKから再推計	2010収載値	4.5	81.2	2.4	85.0																
			UK	3.4	90.9	1.8	94.1	83.6	7.3	1.7	1.5		4.1	Tr	0								91Cornflakes, fortified (AD 2002, IE 2013)
01138	はとむぎ 精白粒	推計しない	2010収載値	13.0	71.6	0.6	82.3																
01139	ひえ 精白粒		分析値	13.1	68.1	4.3	78.4	70.3		0.02	0.01		0.26	0									
01140	もろこし 玄穀		分析値	12.0	61.4	9.7	69.8	58.8		0.09	0.06		0.71	0									
01141	もろこし 精白粒		分析値	12.5	69.7	4.4	79.7	64.9		0.07	0.04		0.46	0									
01142	ライむぎ 全粒粉		分析値	12.5	57.4	13.3	65.6	54.5		0.08	0.06		0.97	0.11									
01143	ライむぎ ライ麦粉		分析値	13.5	62.9	12.9	72.7	57.7		0.07	0.05		0.64	0.14									
新規	雑穀（五穀）		H27分析																				
02001	きくいも 塊茎 生	推計しない（USDA,UKにデータなし）	2015収載値	81.7	12.8	1.9	69.9																
新規	きくいも 塊茎 水煮	推計しない	2015収載値	85.4	9.1	2.1	62.3																
02002	こんにゃく 精粉	推計しない	2010収載値	6.0	5.4	79.9	5.7																
02003	こんにゃく 板こんにゃく 精粉こんにゃく	推計しない	2015収載値	97.3	0.3	2.2	11.1																
02004	こんにゃく 板こんにゃく 生いもこんにゃく	推計しない	2010収載値	96.2	0.3	3.0	7.9																
新規	こんにゃく 赤こんにゃく	推計しない	2015収載値	97.1	0.2	2.3	6.3																
新規	こんにゃく 凍みこんにゃく 乾	推計しない	2015収載値	12.0	5.8	71.3	6.6																
新規	こんにゃく 凍みこんにゃく 水戻し	推計しない	2015収載値	80.8	1.3	15.5	6.6																
02005	こんにゃく しらたき	推計しない	2010収載値	96.5	0.1	2.9	2.9																
02006	さつまいも 塊根 生		分析値	66.1	29.2	2.3	86.1	23.0		0.40	0.29		4.62	0.03	0							0.1	
			H26分析				0.0																
02007	さつまいも 塊根 蒸し		分析値	66.4	27.4	3.8	81.5	16.5		0.38	0.28		4.48	8.97									
02008	さつまいも 塊根 焼き		H26分析				0.0																
02009	さつまいも 蒸し切干		H26分析				0.0																
新規	さつまいも 塊根 皮つき 生		H26分析				0.0																
新規	さつまいも 塊根 皮つき 蒸し		H26分析				0.0																
新規	さつまいも 塊根 皮つき 天ぷら		H26分析				0.0																
新規	むらさきいも 塊根 生		H26分析				0.0																
新規	むらさきいも 塊根 蒸し		H26分析				0.0																
02010	さといも類 さといも 球茎 生		分析値	84.1	10.8	2.3	67.9	8.7		0.31	0.39		0.95	0.02	0								
02011	さといも類 さといも 球茎 水煮		分析値	84.0	11	2.4	68.8	8.9		0.24	0.30		0.80	0									

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
02012	さといも類 さといも 球茎 冷凍		H26分析				0.0																
新規	セレベス 球茎 生		分析値	76.4	17.5	2.3	74.0	14.45		0.11	0.13		0.89	0.04									
新規	セレベス 球茎 水煮		分析値	77.5	16.9	2.2	75.4	14.45		0.02	0.06		0.78	0.04									
新規	たけのこいも 球茎 生		分析値	73.4	20.7	2.8	77.9	17.01		0.14	0.23		1.15	0.09									
新規	たけのこいも 球茎 水煮		分析値	75.4	19.4	2.4	78.8	16.30		0.07	0.14		1.06	0.00									
02013	さといも類 みずいも 球茎 生		H26分析				0.0																
02014	さといも類 みずいも 球茎 水煮		H26分析				0.0																
02015	さといも類 やつがしら 球茎 生		分析値	74.5	17.7	2.8	69.4	17.4		0.03	0.04		0.82	0.03									
02016	さといも類 やつがしら 球茎 水煮		分析値	75.6	17.2	2.8	70.5	16.5		0.02	0.02		0.66	0.07									
新規	さといも類 セレベス 球茎 生		分析値	76.38			0.0	14.5		0.11	0.13		0.89	0.04									
新規	さといも類 セレベス 球茎 水煮		分析値	77.53			0.0	14.3		0.02	0.06		0.77	0.04									
新規	さといも類 たけのこいも 球茎		分析値	73.4			0.0	17.0		0.14	0.23		1.15	0.09									
新規	さといも類 たけのこいも 球茎 水煮		分析値	75.4			0.0	16.3		0.07	0.14		1.06	0									
02017	じゃがいも 塊茎 生		分析値	79.8	16.3	1.3	80.7	15.1		0.14	0.09		0.30	0.02	0								
			H26分析	79.8	16.3	1.3	80.7																
02018	じゃがいも 塊茎 蒸し		H26分析	78.1	17.9	1.8	81.7																
02019	じゃがいも 塊茎 水煮		分析値	81	15.2	1.6	80.0	14.1		0.12	0.09		0.24	0.03									
02020	じゃがいも フライドポテト	USDAから再推計	2010収載値	52.9	29.3	3.1	62.2																
			UK	61.5	30.6	3.2	79.5	29.7	0.8	0.2	0.2		0.3	0.1	0								695Potato Wedges, ertail,cooked (AD 2002)
			USDA	61.51	26.11	2.6	67.8	20.1	0.3	0.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0								11841Potatoes, french fried, all types, salt not added in processing, frozen, oven-heated
02021	じゃがいも 乾燥マッシュポテト		H26分析				0.0																
新規	ヤーコン 塊根 生	推計しない	2015収載値	86.3	11.3	1.1	82.5																
新規	ヤーコン 塊根 水煮	推計しない	2015収載値	88.8	8.7	1.2	77.9																
02022	やまのいも類 やまのいも いちょういも 塊根 生		H26分析	71.1	21.2	1.4	73.4																
02023	やまのいも類 やまのいも ながいも 塊根 生		分析値	82.6	12.9	1.0	74.1	11.8		0.37	0.48		0.22	0.04									
02024	やまのいも類 やまのいも ながいも 塊根 水煮		分析値	84.2	11.2	1.4	70.9	11.0		0.28	0.36		0.16	0.04									
02025	やまのいも類 やまのいも やまといも 塊根 生		分析値	66.7	24.6	2.5	73.9	23.4		0.27	0.33		0.56	0									
02026	やまのいも類 じねんじょ 塊根 生		H26分析	68.8	24.7	2	79.2																
02027	やまのいも類 だいじょ 塊根 生		H26分析	68.8	24.7	2	79.2																
02028	でん粉類 キャッサバでん粉	H21推計値のとおり(炭水化物ー食物繊維＝でん粉)	H21推定値	14.2	85.3	(0)	99.4	85.3	0	0	0		0	0.0	0								
02029	でん粉類 くずでん粉		H21推定値	13.9	85.6	(0)	99.4	85.6	0	0	0		0	0.0	0								
02030	でん粉類 米でん粉		H21推定値	9.7	89.3	(0)	98.9	89.3	0	0	0		0	0.0	0								
02031	でん粉類 小麦でん粉		H21推定値	13.1	86	(0)	99.0	86.0	0	0	0		0	0.0	0								
02032	でん粉類 サゴでん粉		H21推定値	13.4	86.1	(0)	99.4	86.1	0	0	0		0	0.0	0								
02033	でん粉類 さつまいもでん粉		H21推定値	17.5	82	(0)	99.4	82.0	0	0	0		0	0.0	0								
02034	でん粉類 じゃがいもでん粉		H21推定値	18	81.6	(0)	99.5	81.6	0	0	0		0	0.0	0								
02035	でん粉類 とうもろこしでん粉		H21推定値	12.8	86.3	(0)	99.0	86.3	0	0	0		0	0.0	0								
02036	でん粉製品 くずきり 乾		H26分析	11.8	86.8	0.9	98.4																
02037	でん粉製品 くずきり ゆで		H26分析	66.5	32.5	0.8	97.0																
新規	でんぷん製品 ごま豆腐	レシピから推計？	2015収載値	84.8	8.1	1.0	53.4																
02038	でん粉製品 タピオカパール 乾	「炭水化物ー食物繊維＝でんぷん」として推計？	H21推定値	12.8	86.7	−	99.4	86.7	0	0	0		0	0.0	0								
			2015収載値	11.9	87.4	0.5	99.2																
新規	でんぷん製品 タピオカパール ゆで		2015収載値	84.6	15.1	0.2	98.2																
新規	でん粉めん 生		2015収載値	67.4	31.4	0.8	96.3																
新規	でん粉めん 乾		2015収載値	12.6	84.9	1.8	97.1																
新規	でん粉めん ゆで		2015収載値	79.2	20.0	0.6	96.0																
02039	でん粉製品 はるさめ 緑豆はるさめ 乾		H26分析				0.0																
新規	はるさめ 緑豆はるさめ ゆで		H26分析				0.0																
02040	でん粉製品 はるさめ 普通はるさめ 乾		H26分析				0.0																
新規	はるさめ 普通はるさめ ゆで		H26分析				0.0																
03001	砂糖類 黒砂糖		分析値	5.0	89.7	(0)	94.4	0.08		0.57	0.95		86.76	0.03	(0)								
03002	砂糖類 和三盆糖	推計しない		0.5	98.8	(0)	99.3																
03003	砂糖類 車糖 上白糖		分析値	0.8	99.2	(0)	100.0	0.04		0.58	0.56		97.57	0	0								

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	(UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
03004	砂糖類 車糖 三温糖		H26分析				0.0																
03005	砂糖類 ざらめ糖 グラニュー糖	炭水化物ー糖質＝しょ糖として推計	H21推定値	Tr	100	(0)	100.0	0.0	100	0.0	0.0		100	0.0	0.0								
			USDA	0.02	99.98	0	100.0		99.8	0.0	0.0	0.0	99.8	0.0	0.0								19335Sugars, granulated
03006	砂糖類 ざらめ糖 白ざら糖		H21推定値	Tr	100	(0)	100.0	0	100	0	0		100	0.0	0								
03007	砂糖類 ざらめ糖 中ざら糖	推計しない	2010収載値	Tr	100	(0)	100.0																
03008	砂糖類 加工糖 角砂糖	炭水化物ー糖質＝しょ糖として推計	2010収載値	Tr	100	(0)	100.0																
03009	砂糖類 加工糖 氷砂糖		H21推定値	Tr	100	(0)	100.0	0	100	0	0		100	0.0	0								
03010	砂糖類 加工糖 コーヒーシュガー		H26分析				0.0																
03011	砂糖類 加工糖 粉糖	USDAから推計	2010収載値	0.3	99.7	(0)	100.0																
			USDA	0.23	99.77	0	100.0	1.3	97.8	0.0	0.0	0.0		0.0	0.0								19336Sugars, powdered
03012	砂糖類 液糖 しょ糖型液糖	推計しない	2010収載値	30.0	70	(0)	100.0																
03013	砂糖類 液糖 転化型液糖	推計しない	2010収載値	20.7	79.3	(0)	100.0																
03014	砂糖類 氷糖みつ	推計しない	2010収載値	31.5	68.2	(0)	99.6																
03015	でん粉糖類 粉あめ	推計しない(H27後半分析)	2010収載値	3.0	97	(0)	100.0																
03017	でん粉糖類 ぶどう糖 全糖	ぶどう糖が無水物換算で97%以上(規格)として再推計	2010収載値	9	91	(0)	100.0																
03018	でん粉糖類 ぶどう糖 含水結晶	H21推定値のとおり(無水物＝ぶどう糖)	H21推定値	8.7	91.3	(0)	100.0	0	91.3	91.3	0		0	0.0	0								
03019	でん粉糖類 ぶどう糖 無水結晶		H21推定値	0.3	99.7	(0)	100.0	0	99.7	99.7	0		0	0.0	0								
03020	でん粉糖類 果糖	H21推定値のとおり(無水物＝果糖)	H21推定値	0.1	99.9	(0)	100.0	0	99.9	0	99.9		0	0.0	0								
新規	でん粉糖類 水あめ 酵素糖化		分析値	19.9	80.1	(0)	100.0	1.55		2.32	0.09		0	36.3									
新規	でん粉糖類 水あめ 酸糖化		分析値	18.4	81.6	(0)	100.0	1.10		17.5	0.28		0	12.4									
新規	でん粉糖類 異性化液糖 ぶどう糖果糖液糖		分析値	26.6	73.4	(0)	100.0			40.0	26.2		0	0.87									
新規	でん粉糖類 異性化液糖 果糖ぶどう糖液糖		分析値	23.9	76.1	(0)	100.0			28.7	40.0		0	0.74									
新規	でん粉糖類 異性化液糖 高果糖液糖		分析値	24.2	75.7	(0)	100.0			0.94	70.2		0	0.0									
03022	その他 はちみつ		分析値	20.0	79.7	(0)	99.6	0		32.3	38.6		0.2	1.5	(0)								
03023	その他 メープルシロップ	USDA19911から推計	2010収載値	33	66.3	(0)	99.0																
			USDA	32.39	67.04	0	99.2		60.5	1.6	0.5	0.0	58.3	0.0	0.0								19353Syrups, maple
			USDA	32.15	67.38	0	99.3		59.9	0.7	0.3	0.0	58.9	0.0	0.0								19911Syrup, maple, Canadian
04001	あずき 全粒 乾		分析値	15.5	40.9	17.8	48.4	41.8		0.00	0.00	0.02	0.61	0	0				0.15	2.82		3.6	
04002	あずき 全粒 ゆで	オリゴ糖のみUKから?	UK(MW6)	59.4	22.5	5.5	55.4	20.8	0.5	Tr	Tr		0.3	0.1	0							1.2	MW6:733Aduki beans,dried,boiled in unsalted water(LGC analysis and calculation from dried)
			分析値	64.8	12.4	11.8	35.2	17.86		0.00	0		0.12	0									
04003	あずき ゆで小豆缶詰		H26分析	45.3	45.8	3.4	83.7																
04004	あずき あん こしあん		H26分析	62	20.3	6.8	53.4																
04005	あずき あん さらしあん		H26分析	5	39.2	27.6	41.3																
04006	あづき あん つぶしあん		H26分析	39.3	48.3	5.7	79.6																
04007	いんげんまめ 全粒 乾	オリゴ糖のみUKから?	UK	11.2	44.1	15.7	49.7	38.0	2.5	0.2	0.1		2.2	0.0	0							3.6	712Red kidney beans,dried,raw (AD1990)
			分析値	16.5	38.5	19.3	46.1	35.2		0	0		2.33	0									
04008	いんげんまめ 全粒 ゆで	オリゴ糖のみUKから?	UK	66	17.4	6.7	51.2	14.5	1.0	0.1	Tr		0.8	0.0	0							0.3	713Red kidney beans,dried,boiled in unsalted water (AD1990)
			分析値	64.3	11.5	13.3	32.2	14.56		0	0		0.80	0									
04009	いんげんまめ うずら豆		H26分析	41.4	45	4.6	76.8																
04010	いんげんまめ こしあん	推計しない	2010収載値	62.3	18.5	8.5	49.1																
04011	いんげんまめ 豆きんとん	推計しない	2010収載値	37.8	51.4	4.8	82.6																
04012	えんどう 全粒 乾		分析値	13.4	43	17.4	49.7	37.0		0	0		1.88	0									
新規	えんどう 全粒 乾 赤えんどう	推計しない(細分化)	2010収載値	13.4	43	17.4	49.7																
04013	えんどう 全粒 ゆで		分析値	63.8	17.5	7.7	48.3	16.2		0	0		0.91	0									
新規	えんどう 全粒 ゆで 赤えんどう	推計しない(細分化)	2010収載値	63.8	17.5	7.7	48.3																
04014	えんどう グリンピース 揚げ豆	推計しない	2010収載値	5.6	39.2	19.6	41.5																
04015	えんどう 塩豆	推計しない	2010収載値	6.3	43.6	17.9	46.5																
04016	えんどう うぐいす豆	推計しない	2010収載値	39.7	47.6	5.3	78.9																
04017	ささげ 全粒 乾	オリゴ糖のみUKから?	UK(MW6)	10.7	54.1	8.2	60.6	47.5	2.9	0.2	0.1		2.5	0.1	0							3.7	
			分析値	15.5	36.6	18.4	43.3	35.2		0.03	0.02		1.78	0.00									MW6:740Blackeye beans,dried,raw
04018	ささげ 全粒 ゆで	オリゴ糖のみUKから?	UK	66.2	19.9	3.5	58.9	18.0	1.1	0.1	Tr		0.9	Tr	0							0.8	702Blackeye beans,dried,boiled in unsalted water (AD1990)
			分析値	63.9	13.1	10.7	36.3	16.4		0.01	0.01		0.59	0.01									

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
04019	そらまめ 全粒 乾		分析値	13.3	46.6	9.3	53.7	32.4		0.03	0.03		1.86	0									
04020	そらまめ フライビーンズ	推計しない		4.0	31.5	14.9	32.8																
04021	そらまめ おたふく豆	推計しない		37.2	46.3	5.9	73.7																
04022	そらまめ ふき豆	推計しない		34.5	48	4.5	73.3																
新規	そらまめ 醤油豆	推計しない	2015収載値	50.2	26.9	10.1	54.1																
04023	だいず 全粒・全粒製品 全粒 国産 乾	オリゴ糖のみUKから?	UK	8.5	15.8	15.7	17.3	4.8	5.5	0.2	0.5		4.8	0.0	0							5.5	717Soya beans,dried raw (AD1990)
			分析値	12.5	11.1	17.1	12.7	0.55		0.01	0.01	0.05	5.76	0.03	0.02								
			H26分析				0.0																
新規	だいず 全粒 国産 黒大豆 乾		H26分析				0.0																
04024	だいず 全粒・全粒製品 全粒 国産 ゆで	オリゴ糖のみUKから?	UK	64.3	5.1	6.1	14.3	1.9	2.1	0.1	0.2		1.9	0.0	0							1.1	718Soya beans,dried boiled in unsalted water (AD1990)
			分析値	63.5	2.7	7.0	7.4	0.14		0.04	0.03		1.30	0.04									
04025	だいず 全粒・全粒製品 全粒 米国産 乾	〃	分析値	11.7	12.9	15.9	14.6	0.59		0.01	0.01		6.00	0									
04026	だいず 全粒・全粒製品 全粒 中国産 乾	〃	分析値	12.5	15.2	15.6	17.4	0.76		0.01	0.01		6.51	0									
04027	だいず 全粒・全粒製品 全粒 ブラジル産 乾	〃	分析値	8.3	13.4	17.3	14.6	0.36		0.03	0.03		4.57	0									
新規	だいず 全粒・全粒製品 炒り大豆 黄大豆		H27分析	H27	H27	H27	H27																
新規	だいず 全粒・全粒製品 炒り大豆 青大豆		H27分析	H27	H27	H27	H27																
新規	だいず 全粒・全粒製品 炒り大豆 黒大豆		H27分析	H27	H27	H27	H27																
04028	だいず 全粒・全粒製品 水煮缶詰		H26分析	71.7	0.9	6.8	3.2																
04029	だいず 全粒・全粒製品 きな粉 全粒大豆 黄大豆		H26分析	5	14.1	16.9	14.8																
新規	だいず 全粒 全粒製品 きな粉 全粒大豆 青大豆		H27分析	H27	H27	H27	H27																
04030	だいず 全粒・全粒製品 きな粉 脱皮大豆 黄大豆		H26分析	5	16.1	13.7	16.9																
新規	大豆 全粒・全粒製品 大豆胚芽	推計しない	2015収載値	3.9	20.7	18.8	21.6																
04031	だいず 全粒・全粒製品 ぶどう豆		H26分析				0.0																
04032	だいず 豆腐・油揚げ類 木綿豆腐	オリゴ糖のみUKから?	UK	85	0.7	N	4.7	0.3	0.3	Tr	Tr		0.2	0.0	0							0.1	719Soya bean curd (VHS1991)
			H26分析	86.8	1.2	0.4	9.1																
04033	だいず 豆腐・油揚げ類 絹ごし豆腐	〃	H26分析	89.4	1.7	0.3	16.0																
04034	だいず 豆腐・油揚げ類 ソフト豆腐	〃	H26分析	88.9	1.6	0.4	14.4																
04035	だいず 豆腐・油揚げ類 充てん豆腐	〃	H26分析	88.9	1.6	0.4	14.4																
04036	だいず 豆腐・油揚げ類 沖縄豆腐	04032から推計(オリゴ糖のみUKから?)	2010収載値	81.8	0.2	0.5	1.1																
04037	だいず 豆腐・油揚げ類 ゆし豆腐	04032から推計(オリゴ糖のみUKから?)	2010収載値	90	1.4	0.3	14.0																
04038	だいず 豆腐・油揚げ類 焼き豆腐	オリゴ糖のみUKから?	H26分析	84.8	0.5	0.5	3.3																
04039	だいず 豆腐・油揚げ類 生揚げ		H26分析	75.9	0.2	0.7	0.8																
04040	だいず 豆腐・油揚げ類 油揚げ	オリゴ糖のみUKから?	UK	51	2	N	4.1	0.9	0.9	0.1	0.1		0.6	0.0	0							0.2	720Tofu, Soya bean, steamed,fried (文献値1986)
			H26分析	44	1.4	1.1	2.5																
新規	だいず 豆腐・油揚げ類 油揚げ 油抜き		H26分析				0.0																
新規	だいず 豆腐・油揚げ類 油揚げ 油抜き 焼き		H26分析				0.0																
新規	だいず 豆腐・油揚げ類 油揚げ 油抜き ゆで		H26分析				0.0																
04041	だいず 豆腐・油揚げ類 がんもどき		H26分析	63.5	0.2	1.4	0.5																
04042	だいず 豆腐 油揚げ類 凍り豆腐		H26分析				0.0																
新規	だいず 豆腐 油揚げ類 凍り豆腐 湯戻し		H26分析				0.0																
04043	だいず 豆腐 油揚げ類 豆腐よう	推計しない	2010収載値	60.6	18.3	0.8	46.4																
04044	だいず 豆腐 油揚げ類 豆腐竹輪 蒸し	推計しない	2010収載値	71.6	5.9	0.8	20.8																
04045	だいず 豆腐 油揚げ類 豆腐竹輪 焼き	推計しない	2010収載値	68.8	6.8	0.7	21.8																
新規	だいず 豆腐 油揚げ類 六浄豆腐	推計しない	2015収載値	26.5	0.6	3.2	0.8																
04046	だいず 納豆類 糸引き納豆		H26分析	59.5	5.4	6.7	13.3																
04047	だいず 納豆類 挽きわり納豆		H26分析	60.9	4.6	5.9	11.8																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
				水分	①炭水化物－食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
04048	だいず 納豆類 五斗納豆	推計しない	2010収載値	45.8	19.1	4.9	35.2																
04049	だいず 納豆類 寺納豆	推計しない	2010収載値	24.4	23.9	7.6	31.6																
04051	だいず その他 おから 新製法		H26分析	75.5	2.3	11.5	9.4																
新規	だいず その他 おから 乾燥	04051から推計	2015収載値	H26	H26	H26	H26																
04052	だいず その他 豆乳 豆乳	オリゴ糖のみUKから？	UK	93	0.5	0.2	7.1	0	0.2	0	0		0.2	0.0	0							0.3	242Soya,non-dairy alternative to milk,unsweetened,fortified
			H26分析	90.8	2.9	0.2	31.5																
04053	だいず その他 豆乳 調整豆乳	オリゴ糖のみUKから？	UK	90.1	2.5	0.2	25.3	0	2.2	0.3	1.2		0.7	0.0	0							0.3	241Soya,non-dairy alternative to milk,sweetened,fortified
			H26分析	87.9	4.5	0.3	37.2																
04054	だいず その他 豆乳 豆乳飲料 麦芽コーヒー		H26分析				0.0																
04055	だいず その他 大豆たんぱく 粒状大豆たんぱく	UK大豆粉から再推計	2010収載値	7.8	18.9	17.8	20.5																
			UK	5.9	18.7	12.9	19.9	12.3	6.4	Tr	Tr		6.4	Tr	0								7Flour, soya（AD 2003）
04056	だいず その他 大豆たんぱく 濃縮大豆たんぱく	04059(湯葉、生)から再推計	2010収載値	6.8	7	20.9	7.5																
04057	だいず その他 大豆たんぱく 分離大豆たんぱく		分析値	5.9	3.3	4.2	3.5	0.74		0	0.03		0.21	0.02									
新規	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	推計しない(細分化)	2010収載値	5.9	3.3	4.2	3.5																
04058	だいず その他 大豆たんぱく 繊維状大豆たんぱく	UK大豆粉から再推計	2010収載値	5.8	19.6	5.6	20.8																
04059	だいず その他 湯葉 生		H26分析	59.1	3.3	0.8	8.1																
04060	だいず その他 湯葉 干し		H26分析	H26	H26	H26	H26																
新規	だいず その他 湯葉 干し 湯戻し		H26分析	H26	H26	H26	H26																
04061	だいず その他 金山寺みそ	推計しない	2010収載値	34.3	46.8	3.2	71.2																
04062	だいず その他 ひしおみそ	推計しない	2010収載値	46.3	36	2.8	67.0																
04063	だいず その他 テンペ	推計しない	2010収載値	57.8	5.2	10.2	12.3																
04064	つるあずき 全粒 乾	分析値を水分補正	分析値	12.0	39.7	22.0	45.2	35.19		0.01	0.01		0.83	0.02									
新規	つるあずき 全粒 ゆで	推計しない	2015収載値	60.5	14.0	13.4	35.6																
04065	ひよこまめ 全粒 乾	オリゴ糖のみUKから？	UK(MW6)	10	49.6	10.7	55.1	43.8	2.6	Tr	0.2		2.4	0.0	0							3.2	MW6:745Chick peas,whole,dried,raw
			分析値	10.4	45.2	16.3	50.4	35.35		0	0.01		2.30	0									
04066	ひよこまめ 全粒 ゆで	オリゴ糖のみUKから？	UK	65.8	18.2	4.3	53.2	16.6	1.0	Tr	0.1		0.9	0.0	0							0.6	705Chick peas,whole,dried,boiled in unsalted water (AD1990)
			分析値	59.6	15.8	11.6	39.1	17.4		0	0		0.80	0									
04067	ひよこまめ 全粒 フライ 味付け	推計しない	2010収載値	4.6	41.6	21.0	43.6																
04068	べにばないんげん 全粒 乾		分析値	15.4	34.5	26.7	40.8	28.57		0.01	0		4.55	0									
04069	べにばないんげん 全粒 ゆで		分析値	69.7	14.7	7.6	48.5	10.62		0.00	0		1.52	0									
04070	らいまめ 全粒 乾	分析値を水分補正	分析値	11.67	41.2	19.6	46.6	32.61		0.02	0		1.21	0									
新規	らいまめ 全粒 ゆで	04070から推計？	2015収載値	62.3	15.1	10.9	40.1																
04071	りょくとう 全粒 乾	オリゴ糖のみUKから？	UK(MW6)	11.0	46.3	10.0	52.0	40.9	1.5	0.2	0.3		1.0	0.0	0							3.9	MW6：755Mung beans,whole,dried,raw(文献値)
			分析値	10.8	44.5	14.6	49.9	39.9		0	0	0.02	1.44	0	0								
04072	りょくとう 全粒 ゆで	オリゴ糖のみUKから？	UK	69.3	15.3	3	49.8	14.1	0.5	0.1	0.1		0.3	0.0	0							0.7	711Mung beans,whole,dried,boiled in unsalted water (文献値)
			分析値	66.0	17.3	5.2	50.9	15.86		0	0.03		0.18	0									
04073	レンズまめ 全粒 乾	オリゴ糖のみUKから？	UK	11.1	56.3	4.9	63.3	50.8	2.4	Tr	0.2		2.2	0.0	0							3.1	709Lentils,red,split,dreid,raw
			分析値	12.0	43.9	16.7	49.9	40.04		0.04	0.01		1.05	0.02									
新規	レンズまめ 全粒 ゆで	04073から推計	UK	72.1	17.5	1.9	62.7	16.2	0.8	Tr	0.1		0.7	0.0	0							0.5	
			2015収載値	57.9	19.8	9.4	46.9																
05001	アーモンド 乾	分析値を水分補正	分析値	4.6	9.3	10.4	9.7	0.08		0.01	0.03		5.08	0	0							1.1	
			2015収載値	4.7	10.8	10.1	11.3																
05002	アーモンド フライ 味付け	USDA12063から推計	2010収載値	1.8	10.4	11.9	10.6																
			USDA	2.8	7.18	10.5	7.4	0.6	4.6	0	0		4.4	0.1	0								12565Nuts, almonds, oil roasted, with salt added
新規	アーモンド ロースト 無塩	USDA12063から推計	USDA	2.4	10.1	10.9	10.4	0.7	4.9	0.01	0.01	0	4.8	0.1	0								12063Nuts, almonds, dry roasted, without salt added
			2015収載値	1.8	9.7	11.0	9.9																
05003	あさ 乾		分析値	5.9	8.6	22.7	9.1	0.12		0.03	0.01		2.25	0									
05004	えごま 乾		分析値	5.6	8.6	20.8	9.1	0.32		0.18	0.12		1.73	0.01									
05005	カシューナッツ フライ 味付け	UKから再推計 (ガラクトースは0)	2010収載値	3.2	20	6.7	20.7																
			UK	2.4	18.8	3.2	19.3	13.2	5.6	0	0		5.6	0.0	0								940Cashew nuts, roasted and salted (AD 1990/91)
			USDA	2.34	26.86	3.3	27.5	10.9	5.0	0	0	0	4.8	0.0	0								12586Nuts, cashew nuts, oil roasted, with salt added
05006	かぼちゃ いり 味付け	USDAから再推計	2010収載値	4.5	4.7	7.3	4.9																
			UK	5.6	15.2	5.3	16.1	14.1	1.1	0	0		1.1	0.0	0								

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
			USDA	2.03	8.21	6.5	8.4	0.7	1.3	0	0	0	1.1	0.0	0								12516Seeds, pumpkin and squash seed kernels, roasted, with salt added
05007	かや いり	推計しない	2010収載値	1.2	4.4	18.2	4.5																
05008	ぎんなん 生		分析値	57.4	33.2	1.6	77.9	29.1		0.08	0.04		1.22	0.03									
05009	ぎんなん ゆで		分析値	56.9	33.4	2.4	77.5	29.3		0.03	0.03		1.21	0.04									
05010	くり類 日本ぐり 生		分析値	58.8	32.7	4.2	79.4	26.2		0.02	0.03		4.34	0.01	0								
05011	くり類 日本ぐり ゆで		分析値	58.4	30.1	6.6	72.4	25.76		0.02	0.02		4.24	0.01									
05012	くり類 日本ぐり 甘露煮	推計しない	2010収載値	40.8	54	2.8	91.2																
05013	くり類 中国ぐり 甘ぐり	05011から推計	2010収載値	44.4	40	8.5	71.9																
05014	くるみ いり		分析値	3.1	4.2	7.5	4.3	0.13		0	0.01		2.49	0.01									
05015	けし 乾		分析値	3.0	5.3	16.5	5.5	0		0.01	0		3.16	0									
05016	ココナッツ ココナッツパウダー	UKから再推計	2010収載値	2.5	9.6	14.1	9.8																
			UK	2.5	7	N	7.2	0.0	7.0	Tr	0.1		6.9	0.0	0								942Coconut, creamed block (AD 1990)
05017	ごま 乾		分析値	4.7	7.6	10.8	8.0	0.08		0.02	0		0.75	0	0								
			H26分析				0.0																
05018	ごま いり		H26分析				0.0																
05019	ごま むき		分析値	4.1	5.8	4.1	6.0	0		0.01	0.0		0.52	0.02									
新規	ごま 練り	05018から推計	2015収載値	H26	H26	H26	H26																
05020	しい 生	推計しない	2010収載値	37.3	54.3	3.3	86.6																
05021	すいか いり 味付け	推計しない	2010収載値	5.9	6.3	7.1	6.7																
05022	とち 蒸し	推計しない	2010収載値	58.0	27.6	6.6	65.7																
05023	はす 未熟 生	推計しない	2010収載値	77.5	12.3	2.6	54.7																
05024	はす 成熟 乾		分析値	11.2	54.0	10.3	60.8	45.4		0.06	0.12		1.83	0.01									
新規	はす 成熟 ゆで	05023から推計	2015収載値	66.1	19.9	5.0	58.8																
05025	ひし 生		分析値	51.8	37.7	2.9	78.2	12.8		0.09	0.16		1.27	0									
05026	ピスタチオ いり 味付け	UKから再推計	2010収載値	2.2	11.7	9.2	12.0																
			UK	2.1	8.2	6.1	8.4	2.5	5.7	Tr	Tr		5.7	0.0	0								957Pistachio nuts, roasted and salted (AD 1990/91)
			USDA	1.79	18.76	9.9	19.1	1.4	7.7	0	0		7.1	0	0								12652Nuts, pistachio nuts, dry roasted, with salt added
05027	ひまわり フライ 味付け	USDAから再推計	2010収載値	2.6	10.3	6.9	10.6																
			UK	4.4	18.6	6	19.5	16.3	1.7	0	0		1.7	0.0	0							0.6	960Sunflour seeds (FAN supplement, 1992)
			USDA	1.54	12.29	10.6	12.5		3.1	1	0		2.4	0	0								12538Seeds, sunflower seed kernels, oil roasted, with salt added
05028	ブラジルナッツ フライ 味付け	UKから再推計 (ガラクトースは0)	2010収載値	2.8	2.4	7.2	2.5																
			UK	2.8	3.1	4.3	3.2	0.7	2.4	0	0		2.4	0.0	0								939Brazil nuts, (AD 1990/91)
			USDA	3.42	4.24	7.5	4.4	0.3	2.3	0	0	0	2.3	0	0								12078Nuts, brazilnuts, dried, unblanched
05029	ヘーゼルナッツ フライ 味付け	USDAから再推計	2010収載値	1	6.5	7.4	6.6																
			UK	4.6	6	6.5	6.3	2.0	4.0	0.2	0.1		3.7	0.0	0								946Hazelnuts (AD 1990)
			USDA	5.79	6	11	6.4	0.9	3.5	0.07	0.07		3.4	0	0								12121Nuts, hazelnuts or filberts,branched
05039	ヘーゼルナッツ いり	アミノ酸成分のみ					0.0																
05030	ペカン フライ 味付け	UKから再推計	2010収載値	1.9	6.2	7.1	6.3																
			UK	3.7	5.8	4.7	6.0	1.5	4.3	0.3	0.3		3.7	0.0	0								955Pecan nuts (AD1990/91)
			USDA	1.13	3.51	9.5	3.6	0.3	4.0	0.04	0.04		3.9	0	0								12644Nuts, pecans, oil roasted, with salt added
05031	マカダミアナッツ いり 味付け	UKから再推計	2010収載値	1.3	6	6.2	6.1																
			UK	1.3	4.8	5.3	4.9	0.8	4.0	0.1	0.1		3.8	0.0	0								947Macadamia nuts, salted
			USDA	1.61	4.83	8	4.9	1.1	4.1	0.07	0.07		4.0	0	0								12632Nuts, macadamia nuts, dry roasted, with salt added
05032	まつ 生	UKから再推計 (ガラクトースは0)	2010収載値	2.5	6.5	4.1	6.7																
			UK	2.7	4	1.9	4.1	0.1	3.9	0.1	0.1		3.7	0.0	0								956Pine nuts(AD1990/91)
			USDA	2.28	9.38	3.7	9.6	1.4	3.6	0.07	0.07	0	3.5	0	0								12147Nuts, pine nuts, dried
05033	まつ いり		分析値	1.9	1.2	6.9	1.2	1.58		0	0		3.49	0.0									
05034	らっかせい 乾 大粒種		分析値	6.0	11.4	7.4	12.1	4.35		0	0		5.49	0									
			H26分析				0.0																
新規	らっかせい 乾 小粒種	推計しない（細分化）	2010収載値	6.0	11.4	7.4	12.1																
05035	らっかせい いり 大粒種		H26分析	2.1	12.4	7.2	12.7																
新規	らっかせい いり 小粒種	推計しない（細分化）	2010収載値	2.1	12.4	7.2	12.7																
05036	らっかせい バターピーナッツ		H26分析	2.4	11.3	6.9	11.6																
05037	らっかせい ピーナッツバター		H26分析	0.6	14.4	6.1	14.5																
06001	アーティチョーク 花らい 生	USDA(ゆで)から推	2010収載値	85.1	2.6	8.7	17.4																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品(UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
06002	アーティチョーク 花らい ゆで	USDA(ゆで)から推計	2010収載値	85.9	2.2	8.6	15.6																
			USDA	84.08	3.35	8.6	21.0	0.0	1.0	0.2	0.0	0.0	0.7	0.0	0								11008Artichokes, (globe or french), cooked, boiled, drained, without salt
06003	あさつき 葉 生	推計しない	2010収載値	89	2.3	3.3	20.9																
06004	あさつき 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	87.3	3.9	3.4	30.7																
06005	あしたば 茎葉 生	推計しない	2010収載値	88.6	1.1	5.6	9.6																
06006	あしたば 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	89.5	1.3	5.3	12.4																
06007	アスパラガス 若茎 生		分析値	92.6	2.1	1.8	28.4	0		0.75	1.12		0.21	0.01									
06008	アスパラガス 若茎 ゆで	06007から再推計	2010収載値	92	2.5	2.1	31.3																
新規	アスパラガス 若茎 油いため	油の付着量を引いて06007から推計	2015収載値	88.3	2.0	2.1	17.1																
06009	アスパラガス 水煮缶詰	06007から再推計	2010収載値	91.9	2.6	1.7	32.1																
新規	アロエ 葉 生	推計しない	2015収載値	99.0	0.3	0.4	28.9																
06010	いんげんまめ さやいんげん 若ざや 生		分析値	92.2	2.7	2.4	34.6	0.41		0.50	0.91		0.32	0.02									
06011	いんげんまめ さやいんげん 若ざや ゆで	06011から再推計	2010収載値	91.7	2.9	2.6	34.9																
06012	うど類 うど 茎 生	推計しない	2010収載値	94.4	2.9	1.4	51.8																
06013	うど類 うど 茎 水さらし	推計しない	2010収載値	95.7	1.8	1.6	41.9																
06014	うど類 やまうど 茎 生	推計しない	2010収載値	93.9	2.5	1.8	41.0																
06015	えだまめ 生		分析値	71.7	3.8	5.0	13.4	2.85		0.07	0.04	0.01	1.31	0.03	0								
06016	えだまめ ゆで	06015から再推計	2010収載値	72.1	4.3	4.6	15.4																
06017	えだまめ 冷凍		分析値	67.1	3.3	7.3	10.0	2.19		0.12	0.13		1.51	0.97									
06018	エンダイブ 葉 生	推計しない	2010収載値	94.6	0.7	2.2	13.0																
06019	えんどう類 トウミョウ 茎葉 生	推計しない	2015収載値	90.9	0.7	3.3	7.7																
新規	トウミョウ 芽生え 生	推計しない	2015収載値	92.2	1.0	2.2	13.1																
新規	トウミョウ 芽生え 油いため	推計しない	2015収載値	84.3	1.3	3.0	8.5																
新規	トウミョウ 芽生え ゆで	推計しない	2015収載値	91.7	0.3	3.5	3.6																
06020	えんどう類 さやえんどう 若ざや 生		分析値	88.6	4.5	3.0	39.5	0.73		2.40	0.14		0.81	0									
06021	えんどう類 さやえんどう 若ざや ゆで	06020から再推計	2010収載値	89.1	3.9	3.1	35.8																
06022	えんどう類 スナップえんどう 若ざや 生	USDAから再推計	2010収載値	86.6	7.4	2.5	55.2																
			USDA	90.32	4.27	2.7	44.1	0.9	3.3	1.5	1.4	0.0	0.4	0.0	0								11052Beans, snap, green, raw
06023	えんどう類 グリンピース 生	オリゴ糖のみUKから?	UK	74.6	11.3	4.7	44.5	7.0	2.3	0.1	0.1		2.1	0.0	0							2.0	726Peas,raw (AD1984-87)
			分析値	76.5	7.6	7.7	32.3	9.11		0	0		2.66	0									
06024	えんどう類 グリンピース ゆで	06023から再推計	2010収載値	72.2	9.9	8.6	35.6																
			UK	75.6	10	4.5	41.0	7.6	1.2	Tr	Tr		1.2	0.0	0							1.2	727Peas,boiled in unsalted water (AD1984-87)
06025	えんどう類 グリンピース 冷凍		分析値	75.7	11.3	5.9	46.5	7.20		0.02	0.01		3.43	0.01									
06026	えんどう類 グリンピース 水煮缶詰	06025から再推計	2010収載値	74.9	12.8	6.9	51.0																
			USDA	81.7	8.48	4.1	46.3		4.16	0.11	0.13	0.00	3.83	0.09	0.0								11813Peas, green, canned, no salt added, drained solids
06027	おおさかしろな 葉 生	推計しない	2010収載値	94.9	0.4	1.8	7.8																
06028	おおさかしろな 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	94	0.9	2.2	15.0																
06029	おおさかしろな 塩漬	推計しない	2010収載値	91.0	1.4	3.1	15.6																
06030	おかひじき 茎葉 生	推計しない	2010収載値	92.5	0.9	2.5	12.0																
06031	おかひじき 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	92.9	1.1	2.7	15.5																
06032	オクラ 果実 生		分析値	90.2	1.6	5.0	16.3	0.0		0.60	0.63		0.68	0.01									
06033	オクラ 果実 ゆで	06032から再推計	2010収載値	89.4	2.4	5.2	22.6																
06034	かぶ 葉 生	推計しない	2010収載値	92.3	1	2.9	13.0																
			UK	88.4	1.4	3.1	12.1	0.1	1.3	0.6	0.6		0.1	0.0	0								762Curley Kale, raw
			USDA	89.67	3.93	3.2	38.0		0.8	0.5	0.3												11568Turnip greens, raw
06035	かぶ 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	92.2	0.7	3.7	9.0																
			UK	90.9	1	2.8	11.0	0.1	0.9	0.4	0.4		0.1	0.0	0								763Curly kale,boiled in unsated water
06036	かぶ 根 皮つき 生		H26分析	93.9	3.1	1.5	50.8																
06037	かぶ 根 皮つき ゆで	06036から再推計	2010収載値	93.8	2.9	1.8	46.8																
06038	かぶ 根 皮むき 生		分析値	93.9	3.4	1.4	55.7	0		1.79	1.56		0.12	0.02									
06039	かぶ 根 皮むき ゆで	06038から再推計	2010収載値	93.7	3.3	1.7	52.4																
06040	かぶ 漬物 塩漬 葉	推計しない	2010収載値	87.9	2.4	3.6	19.8																
06041	かぶ 漬物 塩漬 根 皮つき	推計しない	2010収載値	90.5	3	1.9	31.6																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品（UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ）
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
06042	かぶ 漬物 塩漬 根 皮むき	推計しない	2010収載値	89.4	2.7	2	25.5																
06043	かぶ 漬物 ぬかみそ漬 葉	推計しない	2010収載値	83.5	3.1	4.0	18.8																
06044	かぶ 漬物 ぬかみそ漬 根 皮つき	推計しない	2010収載値	89.5	3.9	2.0	37.1																
06045	かぶ 漬物 ぬかみそ漬 根 皮むき	推計しない	2010収載値	83.5	5.1	1.8	30.9																
06046	かぼちゃ類 日本かぼちゃ 果実 生		分析値	86.7	8.1	2.8	60.9	3.13		1.43	1.42		1.87	0									
06047	かぼちゃ類 日本かぼちゃ 果実 ゆで	06046から再推計	2010収載値	84	9.7	3.6	60.6																
06048	かぼちゃ類 西洋かぼちゃ 果実 生		分析値	76.2	17.1	3.5	71.7	8.60		1.24	0.91		5.18	0									
06049	かぼちゃ類 西洋かぼちゃ 果実 ゆで	06048から再推計	2010収載値	75.7	17.2	4.1	70.8																
新規	かぼちゃ類 西洋かぼちゃ 果実 焼き	06048から推計	2010収載値	68.2	22.5	5.3	70.6																
06050	かぼちゃ類 西洋かぼちゃ 果実 冷凍	06048から再推計	2010収載値	78.1	14.3	4.2	65.3																
06051	かぼちゃ類 そうめんかぼちゃ 果実 生	推計しない	2010収載値	92.4	4.6	1.5	60.5																
06052	からしな 葉 生	推計しない	2010収載値	90.3	1	3.7	10.3																
			UK	95.3	0.4	1.1	8.5	Tr	0.4	N	N		N	0.0	0								775Mustard and cress,raw
06053	からしな 塩漬	推計しない	2010収載値	92.4	4.6	1.5	60.5																
06054	カリフラワー 花序 生	オリゴ糖のみUKから？	UK	91.1	4.4	1.8	49.4	0.2	2.9	1.2	1.3		0.4	0.0	0							1.5	753Cauliflower,raw (AD2011-12)
			分析値	90.8	2.3	2.9	25.0	0.29		1.27	1.08		0.51	0									
06055	カリフラワー 花序 ゆで	06054から再推計	2010収載値	91.5	1.9	3.2	22.4																
			UK	92.3	3.5	1.6	45.5	Tr	2.4	0.9	1.0		0.5	0.0	0							1.1	754Cauliflower,boiled in unsalted water (AD2011-12)
06056	かんぴょう 乾		分析値	19.8	38.3	29.8	47.7	0.72		16.3	16.2		0	0.02									
06057	かんぴょう ゆで	06057から推計	2015収載値	91.6	2.0	5.2	23.7																
06058	きく 花びら 生	推計しない	2010収載値	91.5	3.1	3.4	36.5																
06059	きく 花びら ゆで	推計しない	2010収載値	92.9	2.8	2.9	39.4																
06060	菊 菊のり	推計しない	2010収載値	9.5	43.9	29.6	48.5																
06061	キャベツ類 キャベツ 結球葉 生		分析値	92.7	3.4	1.8	46.5	0.11		1.85	1.43		0.10	0									
06062	キャベツ類 キャベツ 結球葉 ゆで		分析値	93.9	2.6	2.0	42.6	0		0.74	0.53		0.05	0.01									
新規	キャベツ類 キャベツ 結球葉 油いため	油を差し引いた上で、06062から推計？	2015収載値	85.7	3.7	2.2	26.0																
06063	キャベツ類 グリーンボール 結球葉 生	06061から再推計	2010収載値	93.4	2.7	1.6	40.9																
06064	キャベツ類 レッドキャベツ 結球葉 生	UKから再推計	2010収載値	90.4	3.9	2.8	40.6																
			UK(MW6)	90.7	3.7	2	39.8	0.1	3.3	1.5	1.4	0.0	0.4	0.0	0.0							0.3	Mw6:13-190Cabbage,red,raw
			USDA	90.39	5.27	2.1	54.8	0.0	3.8	1.7	1.5	0.0	0.6	0.0	0								11112Cabbage, red, raw
06065	きゅうり 果実 生		分析値	95.4	1.9	1.1	41.3	0		0.86	1.00		0.05	0.04									
06066	きゅうり 漬物 塩漬	推計しない	2010収載値	92.1	2.4	1.3	30.4																
06067	きゅうり 漬物 しょうゆ漬	推計しない	2010収載値	81.0	7.4	3.4	38.9																
06068	きゅうり 漬物 ぬかみそ漬	推計しない	2010収載値	85.6	4.7	1.5	32.6																
06069	きゅうり 漬物 ピクルス スイート型	UKから再推計	2010収載値	80	16.6	1.7	83.0																
			UK	67.8	28	1.2	87.0	3.4	24.6	8.0	8.4		8.2	0.0	0								1128Pickle sweet (AD1992,ID2013)
			USDA	76.2	20.15	1	84.7		18.3	9.2	8.8	0.0	0.0	0.3	0								11940Pickles, cucumber, sweet (includes bread and butter pickles)
06070	きゅうり 漬物 ピクルス サワー型	推計しない	2010収載値	93.4	1.1	1.4	16.7																
			UK	92.8	2.6	1.2	36.1	0.2	2.4	0.5	0.8		1.1	0.0	0								767Gherkins, pickeled, drained (VHS Supplement,1991)
06071	ぎょうじゃにんにく 葉 生	推計しない	2010収載値	88.8	3.3	3.3	29.5																
06072	きょうな 葉 生	推計しない	2010収載値	91.4	1.8	3	20.9																
06073	きょうな 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	91.8	1.1	3.6	13.4																
06074	きょうな 塩漬	推計しない	2010収載値	88.2	2.4	3.5	20.3																
06075	キンサイ 茎葉 生	推計しない	2010収載値	93.5	1	2.5	15.4																
06076	キンサイ 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	93.6	0.6	2.9	9.4																
06077	クレソン 茎葉 生	推計しない	2010収載値	94.1	0	2.5	0.0																
06078	くわい 塊茎 生	推計しない	2010収載値	65.5	24.2	2.4	70.1																
06079	くわい 塊茎 ゆで	推計しない	2010収載値	65.0	24.4	2.8	69.7																
06080	ケール 葉 生	UKから再推計	2010収載値	90.2	1.9	3.7	19.4																
			UK	88.4	1.4	3.1	12.1	0.1	1.3	0.6	0.6		0.1	0.0	0								762Curley Kale, raw
06081	コールラビ 球茎 生	推計しない	2010収載値	93.2	3.2	1.9	47.1																
06082	コールラビ 球茎 ゆで	推計しない	2010収載値	93.1	2.9	2.3	42.0																
06083	こごみ 若芽 生	推計しない	2010収載値	90.7	0.1	5.2	1.1																
06084	ごぼう 根 生		分析値	81.7	9.7	5.7	53.0	0		0.06	0.43		0.56	0									

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
06085	ごぼう 根 ゆで	06084から再推計		83.9	7.6	6.1	47.2																
06086	こまつな 葉 生		分析値	94.1	0.5	1.9	8.5	0		0.17	0.11		0.01	0									
06087	こまつな 葉 ゆで	06086から再推計	2010収載値	94	0.6	2.4	10.0																
06088	ザーサイ 漬物	推計しない	2010収載値	77.6	0	4.6	0.0																
06089	さんとうさい 葉 生	推計しない	2010収載値	94.7	0.5	2.2	9.4																
06090	さんとうさい 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	94.3	0.4	2.5	7.0																
06091	さんとうさい 塩漬	推計しない	2010収載値	90.3	1	3	10.3																
06092	しかくまめ 若ざや 生	推計しない	2010収載値	92.8	0.6	3.2	8.3																
06093	ししとうがらし 果実 生		H26分析	91.4	2.1	3.6	24.4																
06094	ししとうがらし 果実 油いため	油の付着量を引いた上で06093から推計	2010収載値	88.3	2.2	3.6	18.8																
06095	しそ 葉 生	推計しない	2010収載値	86.7	0.2	7.3	1.5																
06096	しそ 実 生	推計しない	2010収載値	85.7	0	8.9	0.0																
06097	じゅうろくささげ 若ざや 生	推計しない	2010収載値	91.9	0.6	4.2	7.4																
06098	じゅうろくささげ 若ざや ゆで	推計しない	2010収載値	90.2	1.7	4.5	17.3																
06099	しゅんぎく 葉 生		分析値	91.8	0.7	3.2	8.5	0		0.21	0.18		0.03	0									
06100	しゅんぎく 葉 ゆで	06099から推計	2010収載値	91.1	0.8	3.7	9.0																
06101	じゅんさい 若葉 水煮びん詰	推計しない	2010収載値	98.6	0	1.0	0.0																
06102	しょうが類 葉しょうが 根茎 生	推計しない	2010収載値	96.3	0.5	1.6	13.5																
06103	しょうが類 しょうが 根茎 生		H26分析	91.4	4.5	2.1	52.3																
06104	しょうが類 しょうが 漬物 酢漬	推計しない	2010収載値	88.2	1.6	2.4	13.6																
06105	しょうが類 しょうが 漬物 甘酢漬	推計しない	2010収載値	83.9	10.5	2.0	65.2																
06106	しろうり 果実 生	推計しない	2010収載値	95.3	2.1	1.2	44.7																
06107	しろうり 漬物 塩漬	推計しない	2010収載値	92.8	1.5	2.2	20.8																
06108	しろうり 漬物 奈良漬	推計しない	2010収載値	49.9	38.4	2.4	76.6																
06109	ずいき 生ずいき 生	推計しない	2010収載値	94.5	2.5	1.6	45.5																
06110	ずいき 生ずいき ゆで	推計しない	2010収載値	96.1	1	2.1	25.6																
06111	ずいき 干しずいき 乾	推計しない	2010収載値	9.9	37.7	25.8	41.8																
06112	ずいき 干しずいき ゆで	推計しない	2010収載値	95.5	0.3	3.1	6.7																
06113	すぐきな 葉 生	推計しない	2010収載値	90.5	1.4	4	14.7																
06114	すぐきな 根 生	推計しない	2010収載値	93.7	3	1.7	47.6																
06115	すぐきな すぐき漬	推計しない	2010収載値	87.4	0.9	5.2	7.1																
06116	ズッキーニ 果実 生	UKから再推計 (ガラクトースは0)	2010収載値	94.9	1.5	1.3	29.4																
			UK	93.7	1.8	0.9	28.6	0.1	1.7	0.7	0.8		0.2	0.0	0								758Courgette,raw
			USDA	94.79	2.11	1	40.5	0.0	2.5	1.1	1.4	0.0	0.1	0.0	0								11477Squash, summer, zucchini, includes skin, raw
06117	せり 茎葉 生	推計しない	2010収載値	93.4	0.8	2.5	12.1																
06118	せり 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	93.6	0.6	2.8	9.4																
06119	セロリー 葉柄 生		分析値	94.7	2.1	1.4	39.7	0		0.58	0.57		0.19	0									
06120	ぜんまい 生ぜんまい 若芽 生	推計しない	2010収載値	90.9	2.8	3.8	30.8																
06121	ぜんまい 生ぜんまい 若芽 ゆで	推計しない	2010収載値	94.2	0.6	3.5	10.3																
06122	ぜんまい 干しぜんまい 干し若芽 乾	推計しない	2010収載値	8.5	36	34.8	39.3																
06123	ぜんまい 干しぜんまい 干し若芽 ゆで	推計しない	2010収載値	91.2	1.6	5.2	18.2																
06124	そらまめ 未熟豆 生		分析値	72.3	12.9	2.6	46.6	10.7		0	0		1.44	0									
06125	そらまめ 未熟豆 ゆで	06124から再推計	2010収載値	71.3	12.9	4	44.9																
			UK	82.8	5.6	5.4	32.6	4.30	0.90	0.10	0.20		0.60	0	0							0.4	703Broad beans,boiled in unsalted water (AD1984-87)
06126	タアサイ 葉 生	推計しない	2010収載値	94.3	0.3	1.9	5.3																
06127	タアサイ 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	95	0.2	2.1	4.0																
06128	だいこん類 かいわれだいこん 芽ばえ 生	推計しない	2010収載値	93.4	1.4	1.9	21.2																
06129	だいこん類 葉だいこん 葉 生	06130から再推計	2010収載値	92.6	0.7	2.6	9.5																
06130	だいこん類 だいこん 葉 生		分析値	90.6	1.3	4	13.8	0		0.65	0.68		0.04	0.02									
06132	だいこん類 だいこん 根 皮つき 生		分析値	94.6	2.7	1.4	50.0	0		1.40	1.06		0.18	0.00									
06133	だいこん類 だいこん 根 皮つき ゆで	06132から再推計	2010収載値	94.4	2.9	1.6	51.8																
06134	だいこん類 だいこん 根 皮むき 生		分析値	94.6	2.8	1.3	51.9	0		1.50	1.14		0.19	0.01									
06135	だいこん類 だいこん 根 皮むき ゆで		分析値	94.8	2.3	1.7	44.2	0		1.34	1.02		0.15	0.01									
06136	だいこん類 切干しだいこん	推計しない	2010収載値	8.4	50.6	21.3	55.2																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
新規	切干しだいこん 油炒め 水戻し後 油炒め	推計しない	2010収載値	84.5	2.0	5.6	12.6																
新規	切干しだいこん ゆで 水戻し後ゆでる	推計しない	2010収載値	94.6	0.4	3.7	7.3																
06137	だいこん類 漬物 ぬかみそ漬	推計しない	2010収載値	87.1	4.9	1.8	38.0																
06138	だいこん類 漬物 たくあん漬 塩押しだいこん漬	推計しない	2010収載値	78.2	11.7	3.5	53.7																
06139	だいこん類 漬物 たくあん漬 干しだいこん漬	推計しない	2010収載値	88.8	1.8	3.7	16.1																
06140	だいこん類 漬物 守口漬	推計しない	2010収載値	46.2	41	3.3	76.2																
06141	だいこん類 漬物 べったら漬	推計しない	2010収載値	81.3	12.2	1.8	65.2																
06142	だいこん類 漬物 みそ漬	推計しない	2010収載値	67.3	13	3.3	39.8																
06143	だいこん類 漬物 福神漬	推計しない	2010収載値	58.6	29.4	3.9	71.0																
06144	たいさい類 つまみな 葉 生	推計しない	2010収載値	92.3	1.3	2.3	16.9																
06145	たいさい類 たいさい 葉 生	推計しない	2010収載値	93.7	1.9	1.6	30.2																
06146	たいさい類 たいさい 塩漬	推計しない	2010収載値	90.9	1.8	2.5	19.8																
06147	たかな 葉 生	推計しない	2010収載値	92.7	1.7	2.5	23.3																
06148	たかな たかな漬	推計しない	2010収載値	83.5	1.8	5.2	10.9																
06149	たけのこ 若茎 生		H26分析	90.8	1.5	2.8	16.3																
06150	たけのこ 若茎 ゆで	06149から推計	2010収載値	89.9	2.2	3.3	21.8																
06151	たけのこ 水煮缶詰	06149から推計	2010収載値	92.8	1.7	2.3	23.6																
06152	たけのこ しなちく 塩蔵 塩抜き	推計しない	2010収載値	93.9	0.1	3.5	1.6																
06153	たまねぎ類 たまねぎ りん茎 生	オリゴ糖のみUKから?	UK	89.1	8.0	1.1	73.4	Tr	6.2	2.3	1.8		2.1	0.0	0							1.8	779Onions,raw（AD2011-12）
			分析値	89.7	7.2	1.6	69.9	0.59		2.74	2.60		0.94	0.02	(0)								
06154	たまねぎ類 たまねぎ りん茎 水さらし	06155から再推計	2010収載値	93	4.6	1.5	65.7																
06155	たまねぎ類 たまねぎ りん茎 ゆで	オリゴ糖のみUKから?	UK	92.5	5.4	1.3	72.0	Tr	4.2	1.6	1.2		1.4	0.0	0							1.2	780Onions,boiled in unsalted water（AD2011-12）
			分析値	91.5	5.6	1.7	65.9	0.41		1.92	1.77		0.63	0.01									
新規	たまねぎ類 たまねぎ りん茎 油いため	油の付着量を引いた上で06155から推計	2010収載値	80.1	9.4	2.7	47.0																
06156	たまねぎ類 赤たまねぎ りん茎 生	06153から再推計	2010収載値	89.6	7.3	1.7	70.2																
06157	たらのめ 若芽 生	推計しない	2010収載値	90.2	0.1	4.2	1.0																
06158	たらのめ 若芽 ゆで	推計しない	2010収載値	90.8	0.5	3.6	5.4																
06159	チコリー 若芽 生	UKから再推計	2010収載値	94.7	2.8	1.1	52.8																
			UK	94.3	2.8	0.9	49.1	0.2	0.7	0.3	0.4		Tr	0.0	0								757Chicory,raw(AD 1984-87)(イヌリン含む)
06160	チンゲンサイ 葉 生		H26分析	96	0.8	1.2	20.0																
06161	チンゲンサイ 葉 ゆで	06160から再推計	2010収載値	95.3	0.9	1.5	19.1																
新規	チンゲンサイ 葉 油いため	油の付着量を引いた上で06160から推計	2015収載値	H26	H26	H26	H26																
06162	つくし 胞子茎 生	推計しない	2010収載値	86.9	0	8.1	0.0																
06163	つくし 胞子茎 ゆで	推計しない	2010収載値	88.9	0	6.7	0.0																
06164	つるな 茎葉 生	推計しない	2010収載値	93.8	0.5	2.3	8.1																
06165	つるむらさき 茎葉 生	推計しない	2010収載値	95.1	0.4	2.2	8.2																
06166	つるむらさき 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	94.5	0.1	3.1	1.8																
06167	つわぶき 葉柄 生	推計しない	2010収載値	93.3	3.1	2.5	46.3																
06168	つわぶき 葉柄 ゆで	推計しない	2010収載値	95.0	2.1	2.3	42.0																
06169	とうがらし 葉・果実 生	推計しない	2010収載値	86.7	1.5	5.7	11.3																
06170	とうがらし 葉・果実 油いため	推計しない	2010収載値	79.5	2.2	6.3	10.7																
06171	とうがらし 果実 生	06093から推計	2010収載値	75	6	10.3	24.0																
			UK	85.7	0.7	N	4.9	Tr	0.7	0.4	0.2		0.1	0.0	0								786Peppers, Capsium,chili、green,rawから推計
06172	とうがらし 果実 乾	推計しない	2010収載値	8.8	12	46.4	13.2																
06173	とうがん 果実 生	推計しない	2010収載値	95.2	2.5	1.3	52.1																
06174	とうがん 果実 ゆで	推計しない	2010収載値	95.3	2.2	1.5	46.8																
06175	とうもろこし類 スイートコーン 未熟種子 生	オリゴ糖のみUKから?	UK(MW6)	76.0	17.0	1.5	70.8	14.6	2.0	0.4	0.3	0.0	1.1	0.1	0.0							0.4	MW6:13-368Sweetcorn, kernels, raw
			分析値	77.1	13.8	3.0	60.4	4.04		2.39	2.18		3.27	0.05									
06176	とうもろこし類 スイートコーン 未熟種子 ゆで	06175から再推計	2010収載値	75.4	15.5	3.1	63.0																
			UK	76	9.5	2.6	39.6	6.8	2.5	2.4	0.1		Tr	Tr	0							0.2	811Sweetcorn,Kernels,boild on the cob in unsalted water
新規	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	06175から推計	2015収載値	73.5	15.7	3.4	59.5																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
06177	とうもろこし類 スイートコーン 未熟種子 ホール 冷凍	USDAから再推計	2010収載値	75.6	15.9	2.8	65.2																
			USDA	71.79	20.7	2.8	73.4		3.8	0.6	0.6	0.0	2.4	0.2	0								11180Corn, sweet, yellow, frozen, kernels on cob, unprepared
06178	とうもろこし類 スイートコーン 未熟種子 カーネル 冷凍	USDAから再推計	2010収載値	75.5	16.6	2.8	67.8																
			USDA	75	18.61	2.1	74.4	15.1	2.5	0.4	0.3	0.0	1.7	0.2	0								11178Corn, sweet, yellow, frozen, kernels cut off cob, unprepared
06179	とうもろこし類 スイートコーン 缶詰 クリームスタイル	USDAから再推計	2010収載値	78.2	16.8	1.8	77.1																
			USDA	78.73	16.93	1.2	79.6		3.2	0.2	0.2	0.0	2.7	0.1	0								11174Corn, sweet, yellow, canned, cream style, regular pack
06180	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	USDAから再推計	2010収載値	78.4	14.5	3.3	67.1																
			UK	78.7	13.9	2.5	65.3	6.2	7.5	0.3	0.1		7.1									0.2	811 Corn Kernels,canned in water,drained (AD2012)
			USDA	80.38	12.76	2.3	65.0	13.1	2.4	0.8	0.6	0.4	0.5	0.2	0								11172Corn, sweet, yellow, canned, whole kernel, drained solids
06181	とうもろこし類 ヤングコーン 幼雌穂 生	UKから推計	2010収載値	90.9	3.3	2.7	36.3																
			UK	89.8	2.7	2	26.5	0.8	1.9	1.4	0.5		Tr	0.0	0								809Sweetcorn,baby,fresh and frozen,boiled in unsalted water
06182	トマト類 トマト 果実 生		分析値	94	3.7	1	61.7	0.07		1.44	1.62		0.02	0	0								
06183	トマト類 ミニトマト 果実 生		分析値	91.0	5.8	1.4	64.4			2.12	2.37		0.08	0									
06184	トマト類 缶詰 ホール	UKから再推計（ガラクトースは0）	2010収載値	93.3	3.1	1.3	46.3																
			UK	92.9	3.8	0.7	53.5	Tr	3.8	1.9	1.9		Tr	0.0	0								815Tomatoes,canned,whole contents(AD 2012)
			USDA	94.75	1.57	1.9	29.9		2.6	1.2	1.3	0.0	0.00	0.0	0								11531Tomatoes, red, ripe, canned, packed in tomato juice
新規	トマト類 缶詰 ホール 食塩無添加	推計しない（細分化）	2010収載値	93.3	3.1	1.3	46.3																
06185	トマト類 缶詰 ジュース	USDAから再推計（でん粉はTr）	2010収載値	94.1	3.3	0.7	55.9																
			UK	93.8	3	0.6	48.4	Tr	3.0	1.4	1.6		Tr	0.0	0								1066Tomato juice
			USDA	94.24	3.13	0.4	54.3		2.6	1.3	1.3	0.0	0.0	0.0	0								11540Tomato juice, canned, with salt added
新規	トマト類 缶詰 ジュース 食塩無添加	推計しない（細分化）	2010収載値	94.1	3.3	0.7	55.9																
06186	トマト類 缶詰 ミックスジュース	推計しない	2010収載値	94.2	3.6	0.7	62.1																
新規	トマト類 缶詰 ミックスジュース 食塩無添加	推計しない（細分化）	2010収載値	94.2	3.6	0.7	62.1																
06187	トレビス 葉 生	推計しない	2010収載値	94.1	1.9	2	32.2																
06188	とんぶり ゆで	推計しない	2010収載値	76.7	5.8	7.1	24.9																
06189	ながさきはくさい 葉 生	推計しない	2010収載値	93.9	0.4	2.2	6.6																
06190	ながさきはくさい 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	93.2	1	2.4	14.7																
06191	なす類 なす 果実 生		分析値	93.2	2.9	2.2	42.5	0.15		1.16	1.15		0.11	0									
06192	なす類 なす 果実 ゆで	06191から再推計	2010収載値	94	2.4	2.1	40.0																
新規	なす 果実 油いため	油の付着量を引いて06191から推計		85.8	3.7	2.6	26.0																
新規	なす 果実 天ぷら		H26分析				0.0																
06193	なす類 べいなす 果実 生	06191から再推計	2010収載値	93	2.9	2.4	41.4																
			UK	92.9	2.9	2	40.8	0.2	2.0	1.1	0.8		0.1	0.0	0								734Aubergine,raw
			USDA	92.3	2.88	3	37.4		3.5	1.6	1.5		0.3										11209Eggplant, raw
06194	なす類 べいなす 果実 油揚げ	油の付着量をひいて06191から推計	2010収載値	74.8	4.9	1.8	19.4																
06195	なす類 漬物 塩漬	推計しない	2010収載値	90.4	2.5	2.7	26.0																
06196	なす類 漬物 ぬかみそ漬	推計しない	2010収載値	88.7	3.4	2.7	30.1																
06197	なす類 漬物 こうじ漬	推計しない	2010収載値	69.1	14	4.2	45.3																
06198	なす類 漬物 からし漬	推計しない	2010収載値	61.2	26.5	4.2	68.3																
06199	なす類 漬物 しば漬	推計しない	2010収載値	86.4	2.6	4.4	19.1																
06200	なずな 葉 生	推計しない	2010収載値	86.8	1.6	5.4	12.1																
06201	なばな類 和種なばな 花らい・茎 生	推計しない	2010収載値	88.4	1.6	4.2	13.8																
06202	なばな類 和種なばな 花らい・茎 ゆで	推計しない		90.2	0	4.3	0.0																
06203	なばな類 洋種なばな 茎葉 生	推計しない	2010収載値	88.3	2.3	3.7	19.7																
06204	なばな類 洋種なばな 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	90	1.2	4.1	12.0																
06205	にがうり 果実 生		H26分析				0.0																
06206	にがうり 果実 油いため	油の付着量をひいて06205から推計		90.3	1.8	2.8	18.6																
06207	にら類 にら 葉 生		分析値	92.6	1.3	2.7	17.6	0		0.75	0.75		0.15	0.02									
06208	にら類 にら 葉 ゆで	06207から再推計	2010収載値	89.8	1.4	4.3	13.7																
新規	にら類 にら 葉 油いため	油の付着量をひいて06207から推計	2010収載値	85.8	1.4	3.5	9.9																
06209	にら類 花にら 花茎・花らい 生	推計しない	2010収載値	91.4	3.1	2.8	36.0																
06210	にら類 黄にら 葉 生	推計しない	2010収載値	94	1.3	2	21.7																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
06211	にんじん類 葉にんじん 葉 生	推計しない	2010収載値	93.5	1	2.7	15.4																
06212	にんじん類 にんじん 根 皮つき 生	オリゴ糖のみUKから?	UK	89	7.7	2.1	70.0	0.1	7.2	1.1	1.1		5.0	0.0	0							0.4	747Carrots,old,raw(AD2011-12)
			分析値	89.1	6.5	2.8	59.2	0.16		1.67	1.60		2.36	0									
06213	にんじん類 にんじん 根 皮つき ゆで	06212から推計	UK	90	6	2.1	60.0	0.3	5.5	0.9	0.7		3.9	0.0	0							0.2	748Carrots,old,boiled in unsalted water (AD2011-12)
			2015収載値	90.2	5.4	3.0	55.1																
06214	にんじん類 にんじん 根 皮むき 生	分析値を水分補正	分析値	89.7	6.3	2.4	61.3	0.14		1.63	1.54		2.34	0									
06215	にんじん類 にんじん 根 皮むき ゆで	分析値を水分補正	分析値	90.0	5.7	2.8	56.9	0.13		1.42	1.32		2.14	0									
新規	にんじん類 にんじん 根 皮むき 油いため	油の付着量をひいて06215から推計	2015収載値	79.1	9.3	3.1	44.3																
新規	にんじん類 にんじん 根 皮むき フライドキャロット	油の付着量をひいて06215から推計	2015収載値	H27	H27	H27	H27																
新規	にんじん類 にんじん 根 皮むき グラッセ		H27分析	H27	H27	H27	H27																
06216	にんじん類 にんじん 根 冷凍	06215から再推計	2010収載値	90.2	5.3	2.9	54.1																
			USDA	90.04	4.6	3.3	46.2	0.3	4.8	0.4	0.3	0.0	4.1	0.0	0								11130Carrots, frozen, unprepared
06217	にんじん類 にんじん ジュース 缶詰	推計しない	2010収載値	92.0	6.5	0.2	81.3																
06218	にんじん類 きんとき 根 皮つき 生	推計しない	2010収載値	87.3	5.7	3.9	44.9																
06219	にんじん類 きんとき 根 皮つき ゆで	推計しない	2010収載値	87.7	4.9	4.3	39.8																
06220	にんじん類 きんとき 根 皮むき 生	推計しない	2010収載値	87.1	6.1	3.6	47.3																
06221	にんじん類 きんとき 根 皮むき ゆで	推計しない	2010収載値	87.1	5.5	4.1	42.6																
06222	にんじん類 ミニキャロット 根 生	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	90.9	4.8	2.7	52.7																
			UK	88.8	6	2.4	53.6	0.2	5.6	1.7	1.5		2.4	0.0	0							0.2	750Carrots, young,raw
			USDA	90.35	5.34	2.9	55.3	0.0	4.8	1.0	1.0	0.0	2.7	0.0	0								11960Carrots, baby, raw
06223	にんにく類 にんにく りん茎 生		分析値	63.9	21.3	6.2	58.8	0		0.02	0.05		0.93	0									
新規	にんにく類 にんにく りん茎 油いため	油の付着量をひいて06223から推計	2015収載値	53.7	23.8	6.8	51.4																
06224	にんにく類 茎にんにく 花茎 生	推計しない	2010収載値	86.7	6.8	3.8	51.1																
06225	にんにく類 茎にんにく 花茎 ゆで	推計しない	2010収載値	86.9	6.9	3.8	52.7																
06226	ねぎ類 根深ねぎ 葉 軟白 生		UK	90.8	2.9	2.2	31.5	0.3	2.2	0.8	0.9		0.5	0.0	0							0.4	768Leeks,raw (AD1984-87)
			分析値	91.7	5	2.2	60.2	0		1.29	1.16		0.40	0.03									
新規	ねぎ類 根深ねぎ 葉 軟白 油いため	油の付着量をひいて06226から推計	2015収載値	H26	H26	H26	H26																
新規	ねぎ類 根深ねぎ 葉 軟白 ゆで	06226から推計	2015収載値	H26	H26	H26	H26																
06227	ねぎ類 葉ねぎ 葉 生		分析値	90.5	3.4	3.2	35.5			0	0		0	0									
新規	葉ねぎ 葉 油いため	推計しない	2015収載値	83.9	4.0	3.9	25.1																
06228	ねぎ類 こねぎ 葉 生	推計しない	2010収載値	91.3	2.9	2.5	33.3																
06229	のざわな 葉 生	推計しない	2010収載値	94	1.5	2	25.0																
06230	のざわな 漬物 塩漬	推計しない	2010収載値	91.8	1.6	2.5	19.5																
06231	のざわな 漬物 調味漬	推計しない	2010収載値	89.5	2.3	3.1	21.9																
06232	のびる りん茎葉 生	推計しない	2010収載値	80.2	8.6	6.9	43.4																
06233	はくさい 結球葉 生		分析値	95.2	1.9	1.3	39.6	0		1.07	0.83		0.04	0.02									
06234	はくさい 結球葉 ゆで	06233から再推計	2010収載値	95.4	1.5	1.4	32.6																
06235	はくさい 漬物 塩漬	推計しない	2010収載値	92.2	1.6	1.8	20.5																
06236	はくさい 漬物 キムチ	推計しない	2010収載値	85.8	5.2	2.7	36.6																
06237	パクチョイ 葉 生	UKから再推計	2010収載値	94	0.9	1.8	15.0																
			UK(蒸し)	94.8	1.9	2(A)	36.5	0.4	1.5	0.8	0.6		0.1	0.0	0								783Pak choi, steamed (AD2011-12)
06238	バジル 葉 生	USDAから推計	2010収載値	91.5	0	4.0	0.0																
			USDA	92.06	1.05	1.6	13.2		0.3	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0								02044Basil, fresh
06239	パセリ 葉 生		H27分析	84.7	1.4	6.8	9.2																
06240	はつかだいこん 根 生	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	95.3	1.9	1.2	40.4																
			UK	95.4	1.9	0.9	41.3	Tr	1.9	1.2	0.7		Tr	0.0	0								797Radish,red,raw,flesh and skin (AD1984-87)
			USDA	95.27	1.8	1.6	38.1	0.0	1.9	1.1	0.7	0.0	0.1	0.0	0								11429Radishes, raw
06241	はやとうり 果実 生	推計しない	2010収載値	94.0	3.7	1.2	61.7																
新規	はやとうり 果実 緑色種 生	推計しない	2010収載値	94.0	3.7	1.2	61.7																
06242	はやとうり 塩漬	推計しない	2010収載値	91.0	2.8	1.6	31.1																
06243	ビート 根 生	UKから再推計	2010収載値	87.6	6.6	2.7	53.2																
			UK(MW6)	87.1	7.6	1.9	58.9	0.6	7.0	0.2	0.1		6.7	0.0	0								MW6:781 Beetroot,raw

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品（UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ）
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
06244	ビート 根 ゆで	UKから再推計	2010収載値	86.9	7.3	2.9	55.7																
			UK	82.4	9.5	1.9	54.0	0.7	8.8	0.2	0.1		8.5	0.0	0								736Beetroot,boiled in unsalted water, (AD1984-87)
06245	ピーマン類 青ピーマン 果実 生	オリゴ糖のみUKから？	UK	93.3	2.6	1.6	38.8	0.1	2.4	1.0	1.4		Tr	0.0	0							0.1	787Peppers,Capsicum,green,raw
			分析値	93.4	2.8	2.3	42.4	0		1.21	0.99		0.07	0.00									
06246	ピーマン類 青ピーマン 果実 油いため	油の付着量を引いて06245から再推	2010収載値	89	3	2.4	27.3																
06247	ピーマン類 赤ピーマン 果実 生	UKから再推計（ガラクトースは0）	2010収載値	91.1	5.6	1.6	62.9																
			UK	92.9	4.3	1	60.6	Tr	4.2	2.0	2.2		Tr	0.0	0							0.1	789Peppers,Capsicum,red,raw(AD2011)
			USDA	92.21	3.93	2.1	50.4	0.0	4.2	1.9	2.3	0.0	0.0	0.0	0								11821Peppers, sweet, red, raw
06248	ピーマン類 赤ピーマン 果実 油いため	油の付着量をひいて06247から再推計	2010収載値	86.6	6	1.6	44.8																
			USDA	78.95	4.77	1.8	22.7	0.0	4.3	1.9	2.3	0.0	0.1	0.0	0								11921Peppers, sweet, red, sauteed
06249	ピーマン類 黄ピーマン 果実 生	UKから再推計	2010収載値	92	5.3	1.3	66.3																
			UK	92.8	4.6	1	63.9	Tr	4.4	1.8	2.6		Tr	0.0	0							0.2	791Peppers,Capsicum, yellow,raw(AD2011)
06250	ピーマン類 黄ピーマン 果実 油いため	油の付着量を引いて06249から推計	2010収載値	87.6	5.6	1.3	45.2																
06251	ピーマン類 トマピー 果実 生	推計しない	2010収載値	90.9	5.9	1.6	64.8																
06252	ひのな 根・茎葉 生	推計しない	2010収載値	92.5	1.7	3	22.7																
06253	ひのな 甘酢漬	推計しない	2010収載値	76.4	12.6	4.7	53.4																
06254	ひろしまな 葉 生	推計しない	2010収載値	92.7	1.8	2.4	24.7																
06255	ひろしまな 塩漬	推計しない	2010収載値	92.7	0.9	2.4	12.3																
06256	ふき類 ふき 葉柄 生	推計しない	2010収載値	95.8	1.7	1.3	40.5																
06257	ふき類 ふき 葉柄 ゆで	推計しない	2010収載値	97.4	0.8	1.1	30.8																
06258	ふき類 ふきのとう 花序 生	推計しない	2010収載値	85.5	3.6	6.4	24.8																
06259	ふき類 ふきのとう 花序 ゆで	推計しない	2010収載値	89.2	2.8	4.2	25.9																
06260	ふじまめ 若ざや 生	推計しない	2010収載値	89.2	3	4.4	27.8																
06261	ふだんそう 葉 生	推計しない	2010収載値	92.2	0.4	3.3	5.1																
06262	ふだんそう 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	90.4	1.6	3.8	16.7																
06263	ブロッコリー 花序 生	オリゴ糖のみUKから？	UK	88.2	3.2	2.5	27.1	0.6	1.9	0.7	1.2		Tr	0.0	0							0.7	738Broccoli, green,raw (AD2011)
			分析値	89	0.8	4.4	7.3	0.07		0.30	0.94	0.01	0.19	0	0								
06264	ブロッコリー 花序 ゆで	06263から再推計	2010収載値	91.3	0.6	3.7	6.9																
			UK	90.8	2.8	2.3	30.4	0.7	1.6	0.8	0.8		Tr	0.0	0							0.5	739Broccoli, green,boiled in unsalted water (AD2011)
新規	ブロッコリー 新芽 スプラウト 生	推計しない	2010収載値	94.3	0.9	1.8	16.4																
06265	へちま 果実 生	推計しない	2010収載値	94.9	2.8	1.0	54.9																
06266	へちま 果実 ゆで	推計しない	2010収載値	94.2	2.2	1.5	37.9																
06267	ほうれんそう 葉 生		分析値	92.4	0.3	2.8	3.9	0		0.16	0.12		0.06	0									
新規	ほうれんそう 葉 夏採り 生	推計しない（細分化）	2015収載値	92.4	0.3	2.8	3.9																
新規	ほうれんそう 葉 冬採り 生	推計しない（細分化）	2015収載値	92.4	0.3	2.8	3.9																
06268	ほうれんそう 葉 ゆで		分析値	91.5	0.4	3.6	4.7	0		0.16	0.13		0.07	0									
新規	ほうれんそう 葉 夏採り ゆで	推計しない（細分化）	2015収載値	91.5	0.4	3.6	4.7																
新規	ほうれんそう 葉 冬採り ゆで	推計しない（細分化）	2015収載値	91.5	0.4	3.6	4.7																
新規	ほうれんそう 葉 油いため	油の付着量をひいて06268から推計	2015収載値	82.0	−0.2	4.6	−1.2																
06269	ほうれんそう 葉 冷凍		分析値	92.2	0	3.1	0.0	0		0.35	0.19		0.23	0.01									
06270	ホースラディッシュ 根茎 生	推計しない	2010収載値	77.3	9.5	8.2	41.9																
06271	まこも 茎 生	推計しない	2010収載値	93.5	2.1	2.3	32.3																
06272	みずかけな 葉 生	推計しない	2010収載値	91.1	1.9	2.8	21.3																
06273	みずかけな 塩漬	推計しない	2010収載値	85.6	1.7	4	11.8																
06274	みつば類 切りみつば 葉 生	推計しない	2010収載値	93.8	1.5	2.5	24.2																
06275	みつば類 切りみつば 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	95.2	0.6	2.7	12.5																
06276	みつば類 根みつば 葉 生	推計しない	2010収載値	92.7	1.2	2.9	16.4																
06277	みつば類 根みつば 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	92.9	0.6	3.3	8.5																
06278	みつば類 糸みつば 葉 生	推計しない	2010収載値	94.6	0.6	2.3	11.1																
06279	みつば類 糸みつば 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	93.7	1.0	3.0	15.9																
新規	みぶな 葉 生	推計しない	2015収載値	93.9	1.5	1.8	24.7																
06280	みょうが類 みょうが 花穂 生	推計しない	2010収載値	95.6	0.5	2.1	11.4																
06281	みょうが類 みょうがたけ 茎葉 生	推計しない	2010収載値	97.1	0.4	1.1	13.8																
06282	むかご 肉芽 生	推計しない	2010収載値	75.1	16.4	4.2	65.9																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
06283	めキャベツ 結球葉 生	UKから再推計 (ガラクトースは0)	2010収載値	83.2	4.4	5.5	26.2																
			UK	84.3	4.1	4.1	26.1	0.8	3.1	1.1	1.3		0.7	0.0	0							0.2	741Brussels sprouts,raw(AD1984-87)
			USDA	86	5.15	3.8	36.8		2.2	0.8	0.9	0.0	0.5	0.0	0								11098Brussels sprouts, raw
06284	めキャベツ 結球葉 ゆで	UKから再推計 (ガラクトースは0)	2010収載値	83.8	4.6	5.2	28.4																
			UK	86.9	3.5	3.1	26.7	0.3	3.0	1.3	1.1		0.6	0.0	0							0.2	
06285	めだて 芽ばえ 生	推計しない	2010収載値	87.0	2.5	6.3	19.2																
06286	もやし類 アルファルファもやし 生	USDAから再推計	2010収載値	96	0.6	1.4	15.0																
			USDA	92.82	0.2	1.9	2.8		0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0								11001Alfalfa seeds, sprouted, raw
06287	もやし類 だいずもやし 生		分析値	92.0	0	2.3	0.0	0.13		0.13	0.25		0.04	0.00									
06288	もやし類 だいずもやし ゆで	06287から推計	2010収載値	93.0	0	2.2	0.0																
06289	もやし類 ブラックマッペもやし 生		H26分析	95	1.3	1.4	26.0																
06290	もやし類 ブラックマッペもやし ゆで	06289から推計	2010収載値	95.8	1.1	1.6	26.2																
06291	もやし類 りょくとうもやし 生		H26分析	95.4	1.3	1.3	28.3																
06292	もやし類 りょくとうもやし ゆで	06291から推計	2010収載値	95.9	0.8	1.5	19.5																
06293	モロヘイヤ 茎葉 生		分析値	86.1	0.4	5.9	2.9	0		0.03	0.02		0.07	0									
06294	モロヘイヤ 茎葉 ゆで	06293から推計	2010収載値	91.3	0.5	3.5	5.7																
06295	やまごぼう みそ漬	推計しない	2010収載値	72.8	8.6	7.0	31.6																
06296	ゆりね りん茎 生	推計しない	2010収載値	66.5	22.9	5.4	68.4																
06297	ゆりね りん茎 ゆで	推計しない	2010収載値	66.5	22.7	6.0	67.8																
06298	ようさい 茎葉 生	推計しない	2010収載値	93.0	0	3.1	0.0																
06299	ようさい 茎葉 ゆで	推計しない	2010収載値	92.4	0.7	3.4	9.2																
06300	よめな 葉 生	推計しない	2010収載値	84.6	2.2	7.8	14.3																
06301	よもぎ 葉 生	推計しない	2010収載値	83.6	0.9	7.8	5.5																
06302	よもぎ 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	85.9	0.4	7.8	2.8																
06303	らっかせい 未熟豆 生	推計しない	2010収載値	50.1	8.4	4.0	16.8																
06304	らっかせい 未熟豆 ゆで	推計しない	2010収載値	51.3	8.1	4.2	16.6																
06305	らっきょう類 らっきょう りん茎 生	推計しない	2010収載値	68.3	8.3	21	26.2																
06306	らっきょう類 らっきょう 甘酢漬	推計しない	2010収載値	67.8	25.9	3.1	80.4																
06307	らっきょう類 エシャロット りん茎 生	推計しない	2010収載値	79.1	6.4	11.4	30.6																
06308	リーキ りん茎葉 生	UKから再推計	2010収載値	90.8	4.4	2.5	47.8																
			UK	90.8	2.9	2.2	31.5	0.3	2.2	0.8	0.9		0.5	0.0	0							0.4	768Leeks,raw (AD1984-87)
06309	リーキ りん茎葉 ゆで	UKから再推計	2010収載値	91.3	4.2	2.6	48.3																
			UK	92.2	2.6	1.7	33.3	0.2	2.0	0.7	0.8		0.5	0.0	0							0.4	769Leeks,boiled in unsalted water (AD1984-87)
06310	ルバーブ 葉柄 生	推計しない	2010収載値	92.1	3.5	2.5	44.3																
06311	ルバーブ 葉柄 ゆで	推計しない	2010収載値	94.1	1.7	2.9	28.8																
06312	レタス類 レタス 結球葉 生		分析値	95.9	1.7	1.1	41.5	0.05		0.72	0.85		0.12	0	0								
新規	レタス 結球葉 水耕栽培 生	06312から推計	2015収載値	95.3	2.0	1.1	42.0																
06313	レタス類 サラダな 葉 生		分析値	94.9	0.8	1.8	16.5	0		0.29	0.31		0.08	0.01									
06314	レタス類 リーフレタス 葉 生	USDAから再推計	2010収載値	94	1.4	1.9	23.3																
			USDA	94.98	1.57	1.3	31.3	0.0	0.8	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0								11253Lettuce, green leaf, raw
06315	レタス類 サニーレタス 葉 生	USDAから再推計	2010収載値	94.1	1.2	2	20.3																
			USDA	95.64	1.36	0.9	31.2	0.0	0.5	0.2	0.3	0.0	0.0	0.0	0								11257Lettuce, red leaf, raw
新規	レタス類 サンチュ 葉 生	推計しない	2015収載値	94.5	0.8	2.0	14.8																
06316	レタス類 コスレタス 葉 生	USDAから再推計	2010収載値	94.5	1.5	1.9	27.3																
			USDA	94.61	1.19	2.1	22.1	0.0	1.2	0.4	0.8	0.0	0.0	0.0	0								11251Lettuce, cos or romaine, raw
06317	れんこん 根茎 生		分析値	81.5	13.5	2.0	73.0	10.55		0.06	0.09		2.29	0.00									
06318	れんこん 根茎 ゆで	06317から推計	2010収載値	81.9	13.8	2.3	76.2																
06319	ロケットサラダ 葉 生	UKから推計	2010収載値	92.7	0.5	2.6	6.8																
			UK	93.1	Tr	1.3	#####	Tr	Tr	Tr	Tr		Tr	0	0								798Rocket,raw (AD2011)
06320	わけぎ 葉 生	推計しない	2010収載値	90.3	4.6	2.8	47.4																
06321	わけぎ 葉 ゆで	推計しない	2010収載値	90.4	3.8	3.1	39.6																
06322	わさび 根茎 生	推計しない	2010収載値	74.2	14	4.4	54.3																
06323	わさび わさび漬	推計しない	2010収載値	61.4	25.3	2.7	65.5																
06324	わらび 生わらび 生	推計しない	2010収載値	92.7	0.4	3.6	5.5																
06325	わらび 生わらび ゆで	推計しない	2010収載値	95.2	0	3.0	0.0																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
06326	わらび 干しわらび 乾	推計しない	2010収載値	10.4	3.4	58.0	3.8																
07001	あけび 果肉 生	推計しない	2010収載値	77.1	20.9	1.1	91.3																
07002	あけび 果皮 生	推計しない	2010収載値	90.4	5.5	3.1	57.3																
07003	アセロラ 生	推計しない	2010収載値	89.9	7.1	1.9	70.3																
新規	アセロラ 甘味種 生	推計しない	2010収載値	89.9	7.1	1.9	70.3																
07004	アセロラ 10%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	89.4	10.3	0.2	97.2																
07005	アテモヤ 生	推計しない	2010収載値	77.7	16.1	3.3	72.2																
07006	アボカド 生	USDAから再推計	2010収載値	71.3	0.9	5.3	3.1																
			UK	72.5	1.9	3.4	6.9	Tr	0.5	0.3	0.1		0.1	0.0	0								883Avocado,average(AD1990)(炭水化物にマンノヘプツロース含む)
			USDA	73.23	1.83	6.7	6.8	0.1	0.7	0.4	0.1	0.1	0.1	0.0	0								09037Avocados, raw, all commercial varieties
07007	あんず 生	USDAから再推計	2010収載値	89.8	6.9	1.6	67.6																
			UK	87.2	7.2	1.7	56.3	0	7.2	1.6	0.9		4.6	0.0	0								881Apricots, raw, flesh and skin (AD1990)
			USDA	86.35	9.12	2	66.8		9.2	2.4	0.9	0.0	5.9	0.1	0								09021Apricots, raw
07008	あんず 乾	USDAから推計?	2010収載値	16.8	60.6	9.8	72.8																
			UK	29.7	36.5	6.3	51.9	0	36.5	17.5	8.4		10.6	0.0	0								882Apricots, ready-to-eat (AD1990)
			USDA	30.89	55.34	7.3	80.1	0	53.4	33.1	12.5	0.0	7.9	0.0	0								09032Apricots, dried, sulfured, uncooked
07009	あんず 缶詰	推計しない	2010収載値	79.8	18.1	0.8	89.6																
			UK(MW6)	80	16.1	0.9	80.5	0	16.1	6.7	5.8		3.7	0.0	0								MW6:926Apricots,canned in syrup
07010	あんず ジャム 高糖度	レシピから再計算 (あんず38:上白糖62)	2010収載値	34.5	64.2	0.7	98.0																
07011	あんず ジャム 低糖度	推計しない	2010収載値	48.8	49.3	1.2	96.3																
07012	いちご 生		分析値	90	7.1	1.4	71.0	0		1.57	1.84		2.54	0									
07013	いちご ジャム 高糖度	レシピから再計算 (いちご40:上白糖60)	2010収載値	36	62	1.3	96.9																
07014	いちご ジャム 低糖度	推計しない	2010収載値	50.7	47.3	1.1	95.9																
新規	いちご 乾 ドライフルーツ	推計しない	2015収載値	15.4	79.9	3.0	94.4																
07015	いちじく 生		分析値	84.6	12.4	1.9	80.5	0.14		5.56	5.24		0.02	0.04									
07016	いちじく 乾	USDAから再推計	UK	23.6	48.6	6.9	63.6	0	48.6	26.2	20.8		1.5	0.0	0								895Figs,ready-to-eat(AD1990)
			USDA	30.05	54.07	9.8	77.3	5	47.9	24.8	22.9	0.1	0.1	0.0	0								09094Figs, dried, uncooked
			2015収載値	18.0	64.6	10.7	78.9																
07019	うめ 生	推計しない	2010収載値	90.4	5.4	2.5	56.3																
07020	うめ 梅漬 塩漬	推計しない	2010収載値	72.3	4	2.7	14.4																
07021	うめ 梅漬 調味漬	推計しない	2010収載値	80.2	7.1	3.4	35.9																
07022	うめ 梅干し 塩漬	推計しない	2010収載値	65.1	6.9	3.6	19.8																
07023	うめ 梅干し 調味漬	推計しない	2010収載値	68.7	18.6	2.5	59.4																
07024	うめ 梅びしお	推計しない	2010収載値	42.4	46.8	1.3	81.3																
07025	うめ 20%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	87.6	12.2	0.1	98.4																
07018	いよかん 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	87.2	11.2	0.7	87.5																
07026	うんしゅうみかん じょうのう 早生 生	07027から推計	2010収載値	87.2	11.2	0.7	87.5																
07027	うんしゅうみかん じょうのう 普通 生		分析値	86.9	11	1	84.0	0		1.68	1.94		5.28	0									
07028	うんしゅうみかん 砂じょう 早生 生	07029から推計	2010収載値	87.8	10.9	0.4	89.3																
07029	うんしゅうみかん 砂じょう 普通 生		分析値	87.4	11.1	0.4	88.1	0		1.83	2.12		5.60	0									
07030	うんしゅうみかん 果実飲料 ストレートジュース		分析値	88.5	10.6	0	92.2	(0)		2.57	2.78		3.67	0	0								
07031	うんしゅうみかん 果実飲料 濃縮還元ジュース		分析値	89.3	9.9	0	92.5	0		2.34	2.60		3.35	0.00									
07032	うんしゅうみかん 果実飲料 果粒入りジュース	推計しない	2010収載値	86.7	13.0	Tr	97.7																
07033	うんしゅうみかん 果実飲料 50%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	84.9	14.6	0.1	96.7																
07034	うんしゅうみかん 果実飲料 20%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	87.4	12.4	0	98.4																
07035	うんしゅうみかん 缶詰 果肉	推計しない	2010収載値	83.8	14.8	0.5	91.4																
			UK(MW6)	89.6	7.7	0.3	74.0	0	7.7	2.8	3.1		1.8	0.0	0								MW6:964Mandarin oranges,canned in syrup
07036	うんしゅうみかん 缶詰 液汁	推計しない	2010収載値	84.1	15.3	0	96.2																
07040	オレンジ類 ネーブル 砂じょう 生		分析値	86.8	10.8	1	81.8	0		1.92	2.10		4.04	0.00									
07041	オレンジ類 バレンシアオレンジ 砂じょう 生	UKから再推計	2010収載値	88.7	9	0.8	79.6																
			UK	87	8.2	1.7	63.1	0	8.2	2.0	2.2		4.0	0.0	0								917Oranges,flesh only (AD2011-12)

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
07042	オレンジ類 バレンシアオレンジ 果実飲料 ストレートジュース	USDAから再推計(でんぷんは0)(H27後半分析)	2010収載値	87.8	10.7	0.3	87.7																
			USDA	87.72	10.71	0.3	87.2		8.8	2.3	2.4	0.0	4.1	0.0	0								09207Orange juice, canned, unsweetened
07043	オレンジ類 バレンシアオレンジ 果実飲料 濃縮還元ジュース	USDAから再推計(でんぷんは0)	2010収載値	88.1	10.5	0.2	88.2																
			USDA	87.22	11.24	0.3	87.9		8.3	2.1	2.2	0.0	4.0	0.0	0								09209 Orange juice, chilled, includes from concentrate
07044	オレンジ類 バレンシアオレンジ 果実飲料 50%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	88.4	10.7	0.1	92.2																
07045	オレンジ類 バレンシアオレンジ 果実飲料 30%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	89.7	10	0	97.1																
07046	オレンジ類 バレンシアオレンジ マーマレード 高糖度	UKから再推計	2010収載値	36.4	62.5	0.7	98.3																
			UK	28	69.5	0.3	96.5	0	69.5	27.6	15.0		18.8	8.0	0								972Marmalade
07047	オレンジ類 バレンシアオレンジ マーマレード 低糖度	推計しない	2010収載値	51.7	46.4	1.3	96.1																
07048	オロブランコ 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	88.7	9.2	0.9	81.4																
07052	かぼす 果汁 生	推計しない	2010収載値	90.7	8.4	0.1	90.3																
新規	かわちばんかん 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	90.0	8.2	0.6	82.4																
新規	きよみ 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	88.4	9.8	0.6	84.1																
07056	きんかん 全果 生	推計しない	2010収載値	80.8	12.9	4.6	67.2																
07062	グレープフルーツ 砂じょう 生		分析値	89	9	0.6	81.8	0		2.03	2.18		3.08	0									
新規	グレープフルーツ 紅肉種 砂じょう 生	推計しない(細分化)	2010収載値	89	9	0.6	81.8																
07063	グレープフルーツ 果実飲料 ストレートジュース	UKから再推計	2010収載値	88.7	10.2	0.1	90.3																
07064	グレープフルーツ 果実飲料 濃縮還元ジュース	UKから再推計	2010収載値	90.1	8.6	0.2	86.9																
			UK	89.4	8.3	Tr	78.3	0	8.3	3.0	3.3		2.0	0.0	0								1058Grapefruit juice,unsweetened (AD1990~
07065	グレープフルーツ 果実飲料 50%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	88.4	11	0.1	94.8																
07066	グレープフルーツ 果実飲料 20%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	90.1	9.7	0	98.0																
07067	グレープフルーツ 缶詰	UKから再推計	2010収載値	82.1	16.5	0.6	92.2																
			UK(MW6)	84.8	13.4	0.6	88.2	0	15.5	6.7	6.9		1.9	0.0	0								MW6:954Grapefruit,canned in syrup
07074	さんぼうかん 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	87.6	10	0.9	80.6																
07075	シイクワシャー 果汁 生	推計しない	2010収載値	90.9	7.6	0.3	83.5																
07076	シイクワシャー 10%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	88.1	11.8	0	99.2																
新規	不知火 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	85.76	12.3	0.58	86.3																
07078	すだち 果皮 生	推計しない	2010収載値	80.7	6.3	10.1	32.6																
07079	すだち 果汁 生	推計しない	2010収載値	92.5	6.5	0.1	86.7																
新規	せとか 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	86.9	11.0	0.7	84.1																
07083	だいだい 果汁 生	推計しない	2010収載値	91.2	8	0	90.9																
07085	タンゼロ(セミノール) 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	86	11.6	0.8	82.9																
07093	なつみかん 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	88.6	8.8	1.2	77.2																
07094	なつみかん 缶詰	推計しない	2010収載値	79.7	18.9	0.5	93.1																
07105	はっさく 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	87.2	10	1.5	78.1																
新規	はるみ 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	86.5	11.3	0.8	84.1																
07112	ひゅうがなつ じょうのう及びアルベド 生	推計しない	2010収載値	87.2	9.6	2.1	75.0																
07113	ひゅうがなつ 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	90.7	7.6	0.7	81.7																
07126	ぶんたん 砂じょう 生	推計しない	2010収載値	89	8.9	0.9	80.9																
07127	ぶんたん ざぼん漬	推計しない	2010収載値	14.0	82.8	2.7	96.3																
07129	ぽんかん 砂じょう 生	USDAから再推計	2010収載値	88.8	8.9	1	79.5																
			USDA	85.17	11.54	1.8	77.8	0	10.6	2.1	2.4	0.0	6.1	0.0	0								09218Tangerines, (mandarin oranges), raw
07142	ゆず 果皮 生	推計しない	2010収載値	83.7	7.3	6.9	44.8																
07143	ゆず 果汁 生	推計しない	2010収載値	92	6.6	0.4	82.5																
07155	レモン 全果 生		分析値	85.3			0.0	0		1.47	0.72		0.40	0									
07156	レモン 果汁 生	USDAから再推計(H27後半分析)	2010収載値	90.5	8.6	Tr	90.5																
			USDA	92.31	6.6	0.3	85.8	0	2.5	1.0	1.1	0.0	0.4	0.0	0								09152Lemon juice, raw
07037	オリーブ ピクルス グリーン	推計しない	2010収載値	75.6	1.2	3.3	4.9																
07038	オリーブ ピクルス ライプ	推計しない	2010収載値	81.6	0.9	2.5	4.9																
07039	オリーブ ピクルス スタッフド	推計しない	2010収載値	75.4	0.5	3.7	2.0																
07049	かき 甘がき 生		H26分析	83.1	14.3	1.6	84.6																
07050	かき 渋抜きがき 生		H26分析	82.2	14.1	2.8	79.2																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
07051	かき 干しがき	推計しない	2010収載値	24.0	57.3	14.0	75.4																
07053	かりん 生	推計しない	2010収載値	80.7	9.4	8.9	48.7																
07054	キウイフルーツ 生		分析値	84.7	11	2.5	71.9	0.61		3.67	4.04		1.35	0	0								
新規	キウイフルーツ 黄肉種 生	USDAから推計	USDA	83.22	12.23	2	72.9	0.18	11.0	5.20	5.68		0.05	0									09445Kiwifruit, gold, raw
			2015収載値	83.2	13.5	1.4	80.6																
07055	キワノ 生	推計しない	2010収載値	89.2	5.4	2.6	50.0																
07057	グァバ 生	UKから再推計	2010収載値	88.9	4.8	5.1	43.2																
			UK(MW6)	84.7	5	3.7	32.7	0.1	4.9	2.1	2.3		0.5	0.0	0								mw6:956Guava,raw(文献値)
新規	グァバ 白肉種 生	推計しない(細分化)	2010収載値	88.9	4.8	5.1	43.2																
07058	グァバ 果実飲料 20%果汁入り飲料 ネクター	USDAから推計	2010収載値	87.4	11.5	0.8	91.3																
			USDA	83.51	15.25	1	92.5	0.0	13.0	5.7	5.8	0.0	0.1	1.5	0								09435Guava nectar, canned
07059	グァバ 果実飲料 10%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	87.4	12.1	0.2	96.0																
07060	グズベリー 生	推計しない	2010収載値	85.2	10.7	2.5	72.3																
07061	ぐみ 生	推計しない	2010収載値	81.0	15.2	2.0	80.0																
07157	ココナッツ ココナッツウォーター	推計しない	2010収載値	94.3	5	0	87.7																
07158	ココナッツ ココナッツミルク	推計しない	2010収載値	78.8	2.6	0.2	12.3																
			UK	78.3	3.3	N	15.2	1	2.0	N	N		N	0.0	0								944Coconut milk (ID2013)
新規	ココナッツ ナタデココ	推計しない	2010収載値	79.7	19.7	0.5	97.4																
07070	さくらんぼ 国産 生	推計しない	2010収載値	83.1	14	1.2	82.8																
07071	さくらんぼ 米国産 生	USDAから再推計	2010収載値	81.1	15.7	1.4	83.1																
			UK	82.8	11.5	0.9	66.9	0	11.5	5.9	5.3		0.2	0.0	0								892Cherries,raw,flesh and skin (AD1985-86)
			USDA	82.25	13.91	2.1	78.4	0	12.8	6.6	5.4	0.6	0.2	0.1	0								09070Cherries,sweet,raw(1A)
07072	さくらんぼ 缶詰	USDAから再推計	2010収載値	81.5	16.6	1	89.7																
			USDA	77.61	19.87	1.4	88.7		16.2	7.9	5.2	0.0	2.2	0.9	0								09074Cherries, sweet, canned, pitted, heavy syrup pack, solids and liquids
07073	ざくろ 生	推計しない(日本は種なし)	2010収載値	83.9	15.5	0	96.3																
			UK	80	11.8	3.4	59.0	0.0	11.8	6.4	5.2		0.2	0.0	0								930Ppomegranate,flesh and pips (FAN1992)
07077	すいか 生	USDAから再推計	2010収載値	89.6	9.2	0.3	88.5																
			UK	92.3	7.1	0.1	92.2	0	7.1	1.3	2.3		3.4	0.0	0								913Watermelon,flesh only (文献値1992)
			USDA	91.45	7.15	0.4	83.6	0	6.2	1.6	3.4	0.0	1.2	0.1	0								09326Watermelon, raw
新規	すいか 黄肉種 生	推計しない(細分化)	2010収載値	89.6	9.2	0.3	88.5																
07069	ごれんし 生	推計しない	2010収載値	91.4	5.7	1.8	66.3																
07080	すもも類 にほんすもも 生	推計しない	2010収載値	88.6	7.8	1.6	68.4																
07081	すもも類 プルーン 生	USDAから推計	2010収載値	86.2	10.7	1.9	77.5																
			UK	83.9	8.8	1.6	54.7	0	8.8	4.3	2.0		2.5	0.0	0								928Plums average,raw,flesh and skin (FAN1992)
			USDA	87.23	10.02	1.4	78.5	0	9.9	5.1	3.1	0.1	1.6	0.1	0								09279Plums, raw
07082	すもも類 プルーン 乾	USDAから再推計	2010収載値	33.3	55.2	7.2	82.8																
			USDA	30.92	56.78	7.1	82.2	5	38.1	25.5	12.5	0.0	0.2	0.1	0								09291Plums, dried (prunes), uncooked
07086	チェリモヤ 生	USDAから推計	2010収載値	78.1	17.6	2.2	80.4																
			USDA	79.39	14.71	3	71.4	0	12.9	5.9	6.3	0.0	0.7	0.0	0								09062Cherimoya, raw
07087	ドリアン 生	推計しない	2010収載値	66.4	25	2.1	74.4																
07088	なし類 日本なし 生		分析値	88	10.4	0.9	86.7	0		1.43	3.83		2.87	0									
07089	なし類 日本なし 缶詰	推計しない	2010収載値	80.5	18.4	0.7	94.4																
07090	なし類 中国なし 生	推計しない	2010収載値	86.8	11.3	1.4	85.6																
07091	なし類 西洋なし 生	USDAから再推計	2010収載値	84.9	12.5	1.9	82.8																
			UK	85.2	10.9	1.6	73.6	0	10.9	3.1	6.6		1.2	0.0	0								923Pears,raw,flesh and skin(AD2011-12)
			USDA	84.0	12.13	3.1	75.6		9.8	2.6	6.4	0.0	0.7	0.0	0								09252Pears, raw
07092	なし類 西洋なし 缶詰	USDAから再推計	2010収載値	78.8	19.7	1	92.9																
			USDA	80.35	17.57	1.6	89.4		15.2	6.1	5.9		1.4	1.9									09257Pears, canned, heavy syrup pack, solids and liquids
07095	なつめ 乾	推計しない	2010収載値	21	58.9	12.5	74.6																
07096	なつめやし 乾	USDA09421から再推計	2010収載値	24.8	64.3	7	85.5																
			UK	14.6	68	4	79.6	0	68.0	35.4	32.6		Tr	0.0	0								893Dates,dried,flesh and skin(FAN1992)
			USDA	20.53	67.03	8	84.3		63.4	19.9	19.6	0.0	23.8	0.1	0								09087Dates, deglet noor
			USDA	21.32	68.27	6.7	86.8		66.5	33.7	32.0	0.0	0.5	0.3	0								09421Dates, medjool
07097	パインアップル 生		分析値	85.5			0.0	0		1.36	1.78		7.74	0.03									

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
07098	パインアップル 果実飲料 ストレートジュース	UKから再推計	2010収載値	88.2	11	0	93.2																
07099	パインアップル 果実飲料 濃縮還元ジュース		2010収載値	88.3	11.1	0	94.9																
			UK	87.8	10.5	Tr	86.1	0	10.5	2.9	2.9		4.7	0.0	0								1063Pineapple juice,unsweetened(AD1984)
			USDA	86.37	12.67	0.2	93.0		10.0	4.7	3.8	0.0	1.5	0.0	0								09273Pineapple juice, canned, unsweetened, without added ascorbic acid
07100	パインアップル 果実飲料 50%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	87.3	12.1	0	95.3																
07101	パインアップル 果実飲料 10%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	87.6	12.4	0	100.0																
07102	パインアップル 缶詰	UKから再推計	2010収載値	78.9	19.8	0.5	93.8																
			UK	82.2	16.5	0.7	92.7	0	16.5	6.0	4.8		5.8	0.0	0								927Pineapple,canned in syrup (AD1985-86)
			USDA	79.0	19.4	0.8	92.3		16.9	7.5	7.2		2.2										09270Pineapple, canned, heavy syrup pack, solids and liquids
07103	パインアップル 砂糖漬	レシピから再計算(パインアップル16:上白糖84)	2010収載値	12	85.5	1.3	97.2																
07104	ハスカップ 生	推計しない	2010収載値	85.5	10.7	2.1	73.8																
07106	パッションフルーツ 果汁 生	推計しない(UKは果汁ではない)	2010収載値	82	16.2	0	90.0																
			UK	74.9	5.8	3.3	23.1	0	5.8	2.2	1.9		1.7	0.0	0								918Passion fruit,flesh and pips
07107	バナナ 生		分析値	75.4	21.4	1.1	87.0	3.07		2.57	2.38		10.5	0.01	0								
07108	バナナ 乾	07107から再推計	2010収載値	14.3	71.5	7	83.4																
07109	パパイア 完熟 生	USDAから再推計	2010収載値	89.2	7.3	2.2	67.6																
			UK	88.5	8.8	2.2	76.5	0.0	8.8	2.8	2.8		3.1	0.0	0.0								919Papaya,raw,flesh only (FAN1992)
			USDA	88.06	9.12	1.7	76.4	0.0	7.8	4.1	3.7	0.0	0.0	0.0	0.0								09226Papayas, raw
07110	パパイア 未熟 生	推計しない	2010収載値	88.7	7.2	2.2	63.7																
07111	ピタヤ 生	推計しない	2010収載値	85.7	9.9	1.9	69.2																
07114	びわ 生	推計しない	2010収載値	88.6	9	1.6	78.9																
07115	びわ 缶詰	推計しない	2010収載値	79.6	19.2	0.6	94.1																
07116	ぶどう 生		分析値	83.5			0.0	0		7.25	7.13		0.01	0									
07117	ぶどう 干しぶどう	USDAから再推計	2010収載値	14.5	76.6	4.1	89.6																
			UK	13.2	69.3	2	79.8	0	69.3	34.5	34.8		Tr	0.0	0								933Raisins (AD1985-86)
			USDA	15.43	75.48	3.7	89.3	3	59.2	27.8	29.7	0.0	0.5	0.0	0								09298Raisins, seedless
07118	ぶどう 果実飲料 ストレートジュース	USDAから再推計(でんぷんは0と推計)	2010収載値	84.8	14.4	0.1	94.7																
07119	ぶどう 果実飲料 濃縮還元ジュース		2010収載値	87.2	12	0.1	93.8																
			UK	83.6	16	Tr	97.6	0	16.0	7.5	8.5		Tr	0.0	0								1057Grape juice,unsweetened (AD1990,ID2013)
			USDA	84.51	14.57	0.2	94.1		14.2	6.8	7.4	0	0.04	0	0								09130Grape juice, canned or bottled, unsweetened, with added ascorbic acid
07120	ぶどう 果実飲料 70%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	86.8	12.8	0.1	97.0																
07121	ぶどう 果実飲料 10%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	86.9	13.1	Tr	100.0																
07122	ぶどう 缶詰	推計しない	2010収載値	78.9	20.2	0.2	95.7																
07123	ぶどう ジャム	レシピから再計算(ぶどう63:上白糖37)	2010収載値	51.4	46	1.5	94.7																
07124	ブルーベリー 生	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	86.4	9.6	3.3	70.6																
			UK	85.7	9.1	1.5	63.6	Tr	9.1	3.9	5.2		Tr	0.0	0								889Blueberries (AD2011)
			USDA	84.21	12.09	2.4	76.6	0.0	10.0	4.9	5.0	0.0	0.1	0.0	0								09050Blueberries, raw
07125	ブルーベリー ジャム	レシピから再計算(ブルーベリー67:上白糖33)	2010収載値	55.1	39.5	4.3	88.0																
新規	ブルーベリー 乾 ドライフルーツ	07124の推計値から推計	2010収載値	21.9	54.8	17.6	70.2																
07128	ホワイトサポテ 生	USDAから推計	2010収載値	79.0	15.8	3.1	75.2																
			USDA	64.87	26.7	5.4	76.0	6	20.1	8.0	7.7	0.0	4.1	0.4	0								09314Sapote, mamey, raw
07130	まくわうり 生	推計しない	2010収載値	90.8	6.8	1	73.9																
新規	まくわうり 白肉種 生	推計しない	2010収載値	90.8	6.8	1	73.9																
07131	マルメロ 生	推計しない	2010収載値	84.2	10	5.1	63.3																
07132	マンゴー 生	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	82	15.6	1.3	86.7																
			UK	82.4	14.1	2.6	80.1	0.3	13.8	0.7	3.0		10.1	0.0	0								909Mangoes,ripe,raw,flesh only (FAN1992,文献値)
			USDA	83.46	13.38	1.6	80.9		13.7	2.0	4.7	0.0	7.0	0.0	0								09176Mangos, raw
07133	マンゴスチン 生	推計しない	2010収載値	81.5	16.1	1.4	87.0																
07134	メロン 温室メロン 生	07135から再推計	2010収載値	87.8	9.8	0.5	80.3																
07135	メロン 露地メロン 生		分析値	87.9	9.9	0.5	81.8	0.05		1.19	1.28		6.68	0	0								

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
07136	もも類 もも 生	ソルビトールの扱いP	H21推定値	88.7	8.9	1.3	78.8	0	8.7	1.3	1.3		6.1	0.0	0		0.2						
			分析値	88.7			0.0	0		0.59	0.68		6.76	0.00									
07137	もも類 もも 30%果汁入り飲料 ネクター	推計しない	2010収載値	88.0	11.2	0.4	93.3																
07138	もも類 もも 缶詰 果肉	USDAから再推計(でんぷんは0)	2010収載値	78.5	19.2	1.4	89.3																
			UK	81.1	14	0.9	74.1	0	14.0	3.7	3.6		6.7	0.0	0								922Peaches,cannd in syrup (AD1985-86)
			USDA	80.62	17.23	1.2	88.9		14.7	5.8	3.5	0.0	4.0	1.4	0								09370Peaches, canned, heavy syrup, drained
新規	もも類 もも 缶詰 黄肉種 果肉	推計しない(細分化)	2010収載値	78.5	19.2	1.4	89.3																
07139	もも類 もも 缶詰 液汁	推計しない	2010収載値	79.5	19.5	0.3	95.1																
07140	もも類 ネクタリン 生	USDAから再推計(でんぷんは0)ソルビトールの扱いP	H21推定値	87.8	9	1.7	73.8	0	8.4	1.3	1.3		5.8	0.0	0		0.6						
			UK	88.9	9	1.2	81.1	0	9.0	1.3	1.3		6.3	0.0	0								915Nectarines,flesh and skin (AD1985-86)
			USDA	87.59	8.85	1.7	71.3	0	7.9	1.6	1.4	0.0	4.9	0.0	0								09191Nectarines, raw
07141	やまもも 生	推計しない	2010収載値	87.8	10.2	1.1	83.6																
07144	ライチー 生	UKから再推計	2010収載値	82.1	15.5	0.9	86.6																
			UK	81.1	14.3	0.7	75.7	0	14.3	7.0	7.3		Tr	0.0	0								907Lychees,raw,flesh only (FAN1992)
07145	ライム 果汁 生	USDAから再推計	2010収載値	89.8	9.1	0.2	89.2																
			USDA	90.79	8.02	0.4	87.1	0	1.7	0.6	0.6	0.0	0.5	0.0	0								09160Lime juice, raw
07146	ラズベリー 生	USDAから再推計	2010収載値	88.2	5.5	4.7	46.6																
			UK	87	4.6	2.5	35.4	0	4.6	1.9	2.4		0.2	0.0	0								934Raspberries,raw (AD1985-86)
			USDA	85.75	5.44	6.5	38.2	0	4.4	1.9	2.4	0.0	0.2	0.0	0								09302Raspberries, raw
07147	りゅうがん 乾	推計しない	2010収載値	19.4	70.1	2.8	87.0																
07148	りんご 生		分析値	84.9			0.0	0		2.39	7.51		2.82	0	0								
			H26分析				0.0										分析予定						
新規	りんご 果皮なし 生		H26分析				0.0										−						
07149	りんご 果実飲料 ストレートジュース	ソルビトールの扱いP	H21推定値	87.7	11.8	Tr	95.9	0	10.8	2.8	6.9		1.1	0.0	0		1.0						
			分析値	87.7	11.8	Tr	95.9	0		2.84	6.40		1.44	0									
07150	りんご 果実飲料 濃縮還元ジュース	07149から再推計	H21推定値	88.1	11.4	Tr	95.8	0	10.4	2.7	6.6		1.1	0.0	0		1.0						
			2010収載値	88.1	11.4	Tr	95.8																
07151	りんご 果実飲料 50%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	88.3	11.5	0	98.3																
07152	りんご 果実飲料 30%果汁入り飲料	推計しない	2010収載値	88.5	11.4	0	99.1																
07153	りんご 缶詰	推計しない	2010収載値	79.4	19.7	0.4	95.6																
07154	りんご ジャム	レシピから再計算(りんご55:上白糖45)	2010収載値	46.9	51.9	0.8	97.7																
08001	えのきたけ 生		分析値	88.6	3.7	3.9	32.5	0.15		0.02	0.02		0	0.02		0.73		0.15					
08002	えのきたけ ゆで	08001から再推計	2010収載値	88.6	3.3	4.5	28.9																
新規	えのきたけ 油いため	08001から推計	2010収載値	83.3	4.2	4.6	24.9																
08003	えのきたけ 味付け瓶詰		H27分析	74.1	12.8	4.1	49.4																
08004	きくらげ類 あらげきくらげ 乾		H27分析	13.1	−2.5	79.5	−2.8																
08005	きくらげ類 あらげきくらげ ゆで	08004から再推計	2010収載値	82.1	0.4	16.3	2.2																
新規	あらげきくらげ 油いため 水戻し後	08004から推計	2015収載値	64.2	−0.8	28.6	−2.3																
08006	きくらげ類 きくらげ 乾		H27分析	14.9	13.7	57.4	16.1																
08007	きくらげ類 きくらげ ゆで	08007から再推計	2010収載値	92.6	0.3	6.4	4.1																
08008	きくらげ類 しろきくらげ 乾		H27分析	14.6	5.8	68.7	6.8																
08009	きくらげ類 しろきくらげ ゆで	08008から再推計	2010収載値	92.6	0.3	6.4	4.1																
08010	くろあわびたけ 生		H27分析	90.2	0.8	4.1	8.2																
新規	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 生		分析値	90.3	1.5	4.2	15.5	0.06		0.10	0		0.00	0	0	0.44		0.71				0.4	
新規	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 生		分析値	88.3	2.1	5.5	18.1	p		0.24	0.03		0.02	0		0.46							
新規	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 油いため	生から推計	2015収載値	81.3	2.4	6.4	13.0																
新規	しいたけ 生しいたけ 原木栽培 ゆで	生から推計	2015収載値	90.8	1.1	4.8	12.3																
新規	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 ゆで	生から推計	2015収載値	91.5	0.7	4.4	8.2																
新規	しいたけ 生しいたけ 菌床栽培 油いため	生から推計	2015収載値	84.7	2.6	4.7	16.8																
08013	しいたけ 乾しいたけ 乾		H26分析	9.7	22.4	41	24.8																
08014	しいたけ 乾しいたけ ゆで	08013から推計	2010収載値	79.1	9.2	7.5	44.0																
08015	しめじ類 はたけしめじ 生	08016から推計	2015収載値	92.0	1.7	2.7	21.5																
新規	はたけしめじ ゆで	08016から推計	2015収載値	91.3	0.5	4.6	6.1																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
08016	しめじ類 ぶなしめじ 生		分析値	90.8	1.3	3.7	14.1			0.16	0		0	0		1.11							
08017	しめじ類 ぶなしめじ ゆで	08016から推計	2010収載値	89.1	1.7	4.8	15.6																
新規	ぶなしめじ 油いため	油の吸着量を引いて08016から推計		86.9	0.5	4.5	3.9																
08018	しめじ類 ほんしめじ 生	08016から再推計	2015収載値	93.6	0.9	1.9	14.4																
新規	ほんしめじ ゆで	08016から推計	2015収載値	92.1	0.8	3.3	9.9																
08019	たもぎたけ 生		H27分析	91.7	0.4	3.3	4.8																
08020	なめこ 生		分析値	92.4	1.9	3.3	25.0	0.33		0.07	0.02		0	0		1.86		0.04					
08021	なめこ ゆで	08020から推計	2010収載値	92.7	2.4	2.7	32.9																
08022	なめこ 水煮缶詰	08020から推計	2010収載値	95.5	0.7	2.5	15.6																
08023	ぬめりすぎたけ 生		H27分析	92.6	1.6	2.5	21.6																
08024	ひらたけ類 うすひらたけ 生		H27分析	88	1	3.8	8.3																
08025	ひらたけ類 エリンギ 生		分析値	90.2	2.6	3.4	26.1			0.31	0.04		0	0		2.52							
新規	エリンギ 油いため	油の吸着量を引いて08025から推計		84.2	3.9	4.2	24.6																
新規	エリンギ ゆで	08025から推計		89.3	1.6	4.8	15.4																
新規	エリンギ 焼き	08025から推計		85.3	3.6	5.4	24.8																
08026	ひらたけ類 ひらたけ 生		H27分析	89.4	3.6	2.6	34.0																
08027	ひらたけ類 ひらたけ ゆで	08027から推計	2010収載値	89.1	2.9	3.7	26.6																
08028	まいたけ 生		分析値	92.3	0	2.7	0.0	0.16		0.11	0		0.01	0.01									
08029	まいたけ ゆで	08028から推計	2010収載値	92.1	0	3.6	0.0																
08030	まいたけ 乾	08028から推計	2010収載値	9.3	19	40.9	20.9																
新規	まいたけ 油いため	油の吸着量を引いて08028から推計	2015収載値	H26	H26	H26	H26																
08031	マッシュルーム 生		分析値	93.9	0.1	2	1.6	0.06		0.01	0.05		0	0	0	0.01		1.28				0.3	
08032	マッシュルーム ゆで	08031から推計	2010収載値	91.5	0.4	3.3	4.7																
新規	マッシュルーム 油いため	08031から推計	2015収載値	86.4	1.1	3.4	7.8																
08033	マッシュルーム 水煮缶詰	08031から推計		92.0	0.1	3.2	1.3																
08034	まつたけ 生	推計しない(27年度後半に分析)	2010収載値	88.3	3.5	4.7	29.9																
08035	まつたけ 水煮缶詰	推計しない		92.4	0.1	5.5	1.3																
08036	やなぎまつたけ 生		H27分析	92.8	1	3	13.9																
09001	あおさ 素干し	推計しない		16.9	12.6	29.1	15.2																
09002	あおのり 素干し		分析値	9.36	17.5	38.5	19.3			0	0	0	0.20	0				0					
09003	あまのり ほしのり		分析値	8.4	7.5	31.2	8.2	0.39		0	0		0.01	0.00				0					
09004	あまのり 焼きのり		分析値	2.3	8.3	36.0	8.5	1.68		0	0		0.03	0				0.01					
09005	あまのり 味付けのり		H26分析				0.0																
09006	あらめ 蒸し干し	推計しない		16.7	8.2	48.0	9.8																
09007	いわのり 素干し	推計しない		8.4	2.7	36.4	2.9																
09008	えごのり 素干し	推計しない		15.2	8.9	53.3	10.5																
09009	おごのり おきうと	推計しない		96.9	0	2.5	0.0																
09010	おごのり 塩蔵 塩抜き	推計しない		89.0	1.3	7.5	11.8																
09011	かわのり 素干し	推計しない		13.7	0	41.7	0.0																
09012	くびれづた 生	推計しない		97.0	0.4	0.8	13.3																
09013	こんぶ類 えながおにこんぶ 素干し	推計しない		10.4	30.8	24.9	34.4																
09014	こんぶ類 がごめこんぶ 素干し	推計しない		8.3	27.9	34.2	30.4																
09015	こんぶ類 ながこんぶ 素干し	推計しない		10.0	21.7	36.8	24.1																
09016	こんぶ類 ほそめこんぶ 素干し	推計しない		11.3	30	32.9	33.8																
09017	こんぶ類 まこんぶ 素干し		分析値	9.5	34.4	27.1	38.0	0		0.02	0		0	0.02				19.7					
09018	こんぶ類 みついしこんぶ 素干し	推計しない		9.2	29.9	34.8	32.9																
09019	こんぶ類 りしりこんぶ 素干し	推計しない		13.2	25.1	31.4	28.9																
09020	こんぶ類 刻み昆布		分析値	15.5	6.9	39.1	8.2	0.11		0.33	0		0	0				12.4					
09021	こんぶ類 削り昆布	推計しない		24.4	22	28.2	29.1																
09022	こんぶ類 塩昆布	推計しない		24.1	23.9	13.1	31.5																
09023	こんぶ類 つくだ煮		H26分析				0.0																
09024	すいぜんじのり 素干し 水戻し	推計しない		96.1	0	2.1	0.0																
09025	てんぐさ 素干し	推計しない		15.2	6.5	47.3	7.7																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	(UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
09026	てんぐさ ところてん	推計しない		99.1	0	0.6	0.0																
09027	てんぐさ 角寒天	推計しない		20.5	0	74.1	0.0																
09028	てんぐさ 寒天	推計しない		98.5	0	1.5	0.0																
新規	てんぐさ 粉寒天		分析値	16.7	2.7	79.0	3.2			0.07	0	0	0	0				0					
09029	とさかのり 赤とさか 塩蔵 塩抜き	推計しない		92.1	1.1	4.0	13.9																
09030	とさかのり 青とさか 塩蔵 塩抜き	推計しない		92.2	0.8	4.1	10.3																
09031	ひじき ほしひじき		分析値	6.5	7.1	51.8	7.6	0.33		0.01	0.01	0.00	0	0				3.1					
新規	ひじき ほしひじき ゆで		分析値	94.8	−0.2	3.7	−4.5			0	0	0	0	0				0					
新規	ひじき ほしひじき 油いため		分析値	89.5	−0.4	4.5	−3.5			0	0	0	0	0				0.03					
09032	ひとえぐさ 煮干し	推計しない		16.0	2.1	44.2	2.5																
09033	ひとえぐさ つくだ煮		H26分析				0.0																
09034	ふのり 素干し	推計しない		14.7	14.7	43.1	17.2																
09035	まつも 素干し	推計しない		12.6	12.3	28.5	14.1																
09036	むかでのり 塩蔵 塩抜き	推計しない		93.7	0	4.2	0.0																
09037	もずく類 おきなわもずく 塩蔵 塩抜き		分析値	96.7	0	2.0	0.0			0	0	0	0	0				0.00					
09038	もずく類 もずく 塩蔵 塩抜き	推計しない		97.7	0	1.4	0.0																
09039	わかめ 原藻 生	推計しない		89.0	2	3.6	18.2																
09040	わかめ 乾燥わかめ 素干し	推計しない		12.7	8.6	32.7	9.9																
09041	わかめ 乾燥わかめ 素干し 水戻し	推計しない		90.2	0.1	5.8	1.0																
09042	わかめ 乾燥わかめ 板わかめ	推計しない		7.2	15.7	31.7	16.9																
09043	わかめ 乾燥わかめ 灰干し 水戻し	推計しない		96.0	0	2.2	0.0																
09044	わかめ カットわかめ		分析値	8.6	6.2	35.6	6.8	0		0	0		0.01	0				0					
09045	わかめ 湯通し塩蔵わかめ 塩抜き		分析値	93.3	0.1	3.0	1.5	0		0	0		0	0	0			0.01				0.0	
09045a	わかめ 湯通し塩蔵わかめ 塩蔵	アミノ酸成分のみ					0.0																
09046	わかめ くきわかめ 湯通し塩蔵 塩抜き	推計しない		84.9	0.4	5.1	2.6																
09047	わかめ めかぶわかめ 生		分析値	94.2	0	3.4	0.0			0	0	0	0	0				0.21					
10062	いわし、缶詰、トマト漬け	推計しない	USDA	66.86	0.44	0.1	1.3		0.4	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0								15089Fish, sardine, Pacific, canned in tomato sauce, drained solids with bone
			2010収載値	68.1	1.3	(0)	4.1																
10281	あさり 生	推計しない	USDA	78.98	3.57	0	17.0	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0								15157Mollusks, clam, mixed species, raw
			2010収載値	90.3	0.4	(0)	4.1																
10283	あさり 缶詰 水煮	推計しない	USDA	65.26	5.9	0	17.0	2.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0								15160Mollusks, clam, mixed species, canned, drained solids
			2010収載値	73.2	1.9	(0)	7.1																
10292	かき 養殖 生	USDAから推計	USDA	89.04	2.72	0	24.8	0.5	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0								15167Mollusks, oyster, eastern, wild, raw
			2010収載値	85	4.7	(0)	31.3																
10293	かき 養殖 水煮	USDAから推計	USDA	78.19	5.45	0	25.0	0.9	1.2	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0								15169Mollusks, oyster, eastern, wild, cooked, moist heat
			2010収載値	78.7	7.4	(0)	34.7																
10311	ほたてがい 生	USDAから推計	USDA	82.53	3.18	0	18.2	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0								15172Mollusks, scallop, mixed species, raw
			2010収載値	82.3	1.5	(0)	8.5																
10376	かに風味かまぼこ	USDAから推計	USDA	74.66	14.5	0.5	57.2	3.5	6.3	2.7	0.6	0.0	3.0	0.0	0								15138Crustaceans, crab, alaska king, imitation, made from surimi
			2010収載値	75.6	9.2	(0)	37.7																
新規	まあじ フライ		分析値	52.34			0.0	7.33		0.08	0		0	0.39									
新規	まあじ 小型 骨付き 素揚げ		H26分析																				
新規	まいわし フライ		分析値	37.76			0.0	9.78		0.08	0		0	0.42									
新規	きす 天ぷら		H26分析																				
新規	まさば フライ		分析値	47.18			0.0	5.78		0.14	0		0	0.32									
新規	すけとうだら フライ		分析値	61.9			0.0	6.28		0.03	0		0	0.24									
新規	バナナメイえび 養殖 天ぷら		H26分析																				
新規	するめいか 胴皮なし 天ぷら		H26分析																				
新規	ぶた 大型種肉 ロース 脂身つき とんかつ		H26分析																				
新規	ぶた 大型種肉 ヒレ 赤肉 とんかつ		H26分析																				
新規	にわとり 若鶏肉 もも 皮付き 唐揚げ		H26分析																				
新規	にわとり 若鶏肉 もも 皮なし 唐揚げ		H26分析																				
新規	にわとり つくね		H27分析																				

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
新規	にわとり チキンナゲット		H27分析																				
12001	うこっけい卵 全卵 生	鶏卵の卵黄、卵白(38:62)から計算	2010収載値	73.7	0.4	(0)	1.5																
12002	うずら卵 全卵 生		2010収載値	72.9	0.3	(0)	1.1																
12003	うずら卵 水煮缶詰		2010収載値	73.3	0.6	(0)	2.2																
12004	鶏卵類 全卵 生	卵黄・卵白(31:69)から計算	2010収載値	76.1	0.3	(0)	1.3																
			UK	76.8	Tr	0	#####	0	Tr	Tr	0		0	0.0	0								332Eggs,chicken,whole,raw (AD2011)
			USDA	76.15	0.72	0	3.0		0.4	0.4	0	0	0	0.0	0								01123Egg, whole, raw, fresh
12005	鶏卵類 全卵 ゆで	12004の計算値から推計	2010収載値	75.8	0.3	(0)	1.2																
			UK	75.4	Tr	0	#####	0	Tr	Tr	0		0	0.0	0								332Eggs,chicken,whole,boiled (AD2011)
12006	鶏卵類 全卵 ポーチドエッグ	12004の計算値から推計	2010収載値	74.9	0.2	(0)	0.8																
			USDA	75.85	0.71	0	2.9		0.4	0.4	0	0	0	0.0	0								01131Egg, whole, cooked, poached
12007	鶏卵類 全卵 水煮缶詰	12004の計算値から推計	2010収載値	77.5	Tr	(0)	#####																
12008	鶏卵類 全卵 加糖全卵	全卵・上白糖(80:20)で再計算	2010収載値	58.2	20.7	(0)	49.5																
12009	鶏卵類 全卵 乾燥全卵	USDAから推計(でんぷん0)	2010収載値	4.5	0.2	(0)	0.2																
			USDA	3.67	1.53	0	1.6		0.3	0.3	0	0	0.03	0.0	0								01133Egg, whole, dried
12010	鶏卵類 卵黄 生		分析値	48.2	0.1	(0)	0.2			0.14	0		(0)	0									
12011	鶏卵類 卵黄 ゆで	12010から再推計	2010収載値	48	0.2	(0)	0.4																
12012	鶏卵類 卵黄 加糖卵黄	卵黄・上白糖(80:20)で再計算	2010収載値	42	20.7	(0)	35.7																
12013	鶏卵類 卵黄 乾燥卵黄	USDAから推計(でんぷん0)	2010収載値	3.2	0.2	(0)	0.2																
			USDA	2.73	2.1	0	2.2		0.07	0.07	0	0	0	0	0								01137Egg, yolk, dried
12014	鶏卵類 卵白 生		分析値	88.4	0.4	(0)	3.4			0.31	0		0	0									
12015	鶏卵類 卵白 ゆで	12014から推計	2010収載値	87.6	0.4	(0)	3.2																
12016	鶏卵類 卵白 乾燥卵白	12014から再推計	2010収載値	7.1	0.2	(0)	0.2																
12017	鶏卵類 たまご豆腐	推計しない	2010収載値	85.2	2	(0)	13.5																
12018	鶏卵類 たまご焼 厚焼きたまご	再計算	2010収載値	71.9	6.4	(0)	22.8																
12019	鶏卵類 たまご焼 だし巻きたまご	再計算	2010収載値	77.5	0.5	(0)	2.2																
12020	ピータン 卵類 ピータン	推計しない	2010収載値	66.7	0	(0)	0.0																
13001	液状乳類 生乳 ジャージー種	推計しない	2010収載値	85.9	4.7	(0)	33.3																
13002	液状乳類 生乳 ホルスタイン種		分析値	87.7	4.7	(0)	38.2			0	0	0	0	0	4.44								
13003	液状乳類 普通牛乳		分析値	87.4	4.8	(0)	38.1			0.01	0	0.01	(0)	0	4.43							0.0	
13004	液状乳類 加工乳 濃厚	13003から推計	2010収載値	86.3	5.2	(0)	38.0																
13005	液状乳類 加工乳 低脂肪		分析値	88.82	5.5	(0)	49.2			0	0	0	0	0	4.89							0.0	
13006	液状乳類 脱脂乳	USDAから再推計	2010収載値	91.1	4.7	(0)	52.8																
			USDA	90.84	4.96	0	54.1		5.1	0	0	0	0	0.0	5.1								01085Milk, nonfat, fluid, with added vitamin A and vitamin D (fat free or skim)
13007	液状乳類 乳飲料 コーヒー		H26分析				0.0																
13008	液状乳類 乳飲料 フルーツ	推計しない	2010収載値	88.3	9.9	(0)	84.6																
13009	粉乳類 全粉乳	13002から推計	2010収載値	3	39.3	(0)	40.5																
13010	粉乳類 脱脂粉乳		分析値	3.8	53.3	(0)	55.4			0.07	0	0.08	0	0.0	47.8								
13011	粉乳類 調整粉乳		分析値	2.6	55.9	(0)	57.4			0.26	0.03	0.29	0.035	0.0	50.7								
13012	練乳類 無糖練乳	UKから再推計	2010収載値	72.5	11.2	(0)	40.7																
			UK	69.1	12.7	0	41.1	0	12.7	0	0		0	0.0	12.7								233Evaporated milk,whole (MPE1989,AD2013)
13013	練乳類 加糖練乳		H26分析	25.7	56.3	(0)	75.8																
13014	クリーム類 クリーム 乳脂肪		H26分析	49.5	3.1	(0)	6.1																
13015	クリーム類 クリーム 乳脂肪 植物性脂肪	13014と13016(配合1:1)から推計?	2010収載値	49.7	3	(0)	6.0																
13016	クリーム類 クリーム 植物性脂肪		H26分析	49.7	3	(0)	6.0																
13017	クリーム類 ホイップクリーム 乳脂肪	13014と上白糖(85:15)から再計算	2010収載値	42.1	17.6	(0)	30.4																
13018	クリーム類 ホイップクリーム 乳脂肪 植物性脂肪	13015と上白糖(85:15)から再計算	2010収載値	41.7	17.7	(0)	30.4																
13019	クリーム類 ホイップクリーム 植物性脂肪	13016と上白糖(85:15)から再計算	2010収載値	41.2	17.8	(0)	30.3																
13020	クリーム類 コーヒーホワイトナー 液状 乳脂肪	推計しない	2010収載値	70.3	5.5	(0)	18.5																
13021	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	推計しない	2010収載値	69.2	3.7	(0)	12.0																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値 水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	推計値又は分析値(可食部100g当たり) でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
13022	クリーム類 コーヒーホワイトナー 液状 植物性脂肪	推計しない	2010収載値	68.4	1.8	(0)	5.7																
13023	クリーム類 コーヒーホワイトナー 粉末状 乳脂肪	推計しない	2010収載値	2.8	60.1	(0)	61.8																
13024	クリーム類 コーヒーホワイトナー 粉末状 植物性脂肪	推計しない	2010収載値	3.0	53.1	(0)	54.7																
13025	発酵乳・乳酸菌飲料 ヨーグルト 全脂無糖		分析値	87.7	4.9	(0)	39.8			0.1	0	0.76	0.00	0.0	2.9							0.1	
新規	ヨーグルト 無脂肪無糖		H26分析				0.0																
新規	発酵乳・乳酸菌飲料 ヨーグルト 低脂肪無糖		分析値	89.2	5.2	(0)	48.3			0.35	0	0.87	0	0.0	2.7								
13026	発酵乳・乳酸菌飲料 ヨーグルト 脱脂加糖		H26分析				0.0																
13027	発酵乳・乳酸菌飲料 ヨーグルト ドリンクタイプ		H26分析	83.8	12.2	(0)	75.3																
13028	発酵乳・乳酸菌飲料 乳酸菌飲料 乳製品		H26分析	83.8	12.2	(0)	75.3																
13029	発酵乳・乳酸菌飲料 乳酸菌飲料 殺菌乳製品	推計しない	2010収載値	82.1	16.4	(0)	91.6																
13030	発酵乳・乳酸菌飲料 乳酸菌飲料 非乳製品	推計しない	2010収載値	85.4	14	(0)	95.9																
13031	チーズ類 ナチュラルチーズ エダム	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	2010収載値	41	1.4	(0)	2.4																
			UK	43.8	Tr	Tr	#####	0	Tr	0	0		0	0.0	Tr								264Edam (AD1998)
13032	チーズ類 ナチュラルチーズ エメンタール	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	2010収載値	33.5	1.6	(0)	2.4																
			USDA	37.12	5.38	0	8.6		1.3	0			0	0.6	0.1								01040Cheese, swiss
13033	チーズ類 ナチュラルチーズ カテージ		USDA	79.79	3.38	0	16.7		2.7	0	0	0	0	0.0	2.7								01012Cheese, cottage, creamed, large or small curd
			H26分析	79	1.9	(0)	9.0																
13034	チーズ類 ナチュラルチーズ カマンベール		UK	54.4	Tr	0	#####	0	Tr	0	0		0	0.0	Tr								264Edam (AD1998)
			H26分析	51.8	0.9	(0)	1.9																
13035	チーズ類 ナチュラルチーズ クリーム		USDA	54.44	4.07	0	8.9	0	3.2	0	0	0	0	0.0	3.2								07017Cheese, cream
			H26分析	55.5	2.3	(0)	5.2																
13036	チーズ類 ナチュラルチーズ ゴーダ	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	2010収載値	40	1.4	(0)	2.3																
			UK	54.4	Tr	0	#####	0	Tr	0	0		0	0.0	Tr								267Gouda (AD1998)
13037	チーズ類 ナチュラルチーズ チェダー	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	2010収載値	35.3	1.4	(0)	2.2																
			UK	36.6	0.1	0	0.2	0	0.1	0	0		0	0.0	0.1								256Chedder,English(AD1998)
			USDA	37.1	1.33	0	2.1		0.3	0	0	0.1	0	0.0	0.2								01009Cheese, cheddar
13038	チーズ類 ナチュラルチーズ パルメザン	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	2010収載値	15.4	1.9	(0)	2.2																
			UK	27.6	0.9	0	1.2	0	0.1	0	0		0	0.0	0.9								272Parmesan.fresh(AD1998,ID2013)
			USDA	22.65	13.91	0	18.0		0.1	0	0	0.1	0	0.0	0.0								01032Cheese, parmesan, grated
13039	チーズ類 ナチュラルチーズ ブルー	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	2010収載値	45.6	1	(0)	1.8																
			UK	38	0.1	0	0.2	0	0.1	0	0		0	0.0	0.1								279Stilton,blue(AD1998)
新規	ナチュラルチーズ マスカルポーネ		H26分析				0.0																
新規	ナチュラルチーズ モッツァレラ	p（他のチーズ類の分析値を見て検討）	UK	57.4	Tr	0	#####	0	Tr	0	0		0	0.0	Tr								270Mozzarella,fresh (AD1998)
			USDA	50.01	2.19	0.00	4.4		1.03	0.56	0.15	0.15	0.03	0.08	0.07								01026Cheese, mozzarella, whole milk
			2015収載値	56.3	4.2	(0)	9.6																
新規	ナチュラルチーズ やぎ		H27分析	47.95	2.93	(0)	5.6																
新規	ナチュラルチーズ リコッタ	推計しない	2015収載値	72.92	6.74	(0)	24.9																
13040	チーズ類 プロセスチーズ		USDA	39.61	3.7	0	6.1		2.3	0	0	0	0	0.0	2.2								01253Cheese product, pasteurized process, American, without added vitamin D
			H26分析	45	1.3	(0)	2.4																
13041	チーズ類 チーズスプレッド	推計しない(糖質量に大差)	2010収載値	53.8	0.6	(0)	1.3																
			UK	66.3	3	0	8.9	0	3.0	0	0		0	0.0	3.0								278Spredable cheese, soft white, full fat (AD1998,ID2013)
13042	アイスクリーム類 アイスクリーム 高脂肪		H26分析				0.0																
13043	アイスクリーム類 アイスクリーム 普通脂肪	推計しない	2010収載値	63.9	23.2	(0)	64.3																
13044	アイスクリーム類 アイスクリーム アイスミルク	推計しない	2010収載値	65.6	23.9	(0)	69.5																
13045	アイスクリーム類 ラクトアイス 普通脂肪		H26分析				0.0																
13046	アイスクリーム類 ラクトアイス 低脂肪	推計しない	2010収載値	75.2	20.6	(0)	83.1																
13047	アイスクリーム類 ソフトクリーム	推計しない	2010収載値	69.6	20.1	(0)	66.1																
13048	その他 カゼイン	推計しない	2010収載値	10.6	0	(0)	0.0																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	
13049	その他 シャーベット	推計しない	2010収載値	69.1	28.7	(0)	92.9																
13050	その他 チーズホエーパウダー	推計しない	2010収載値	2.2	77	(0)	78.7																
13051	人乳 乳類 人乳	UKから再推計	2010収載値	88	7.2	(0)	60.0																
			UK	87.1	7.2	0	55.8	0	7.2	0	0		0	0.0	7.2								239Human milk,mature(文献値1997、Rev.2010)
13052	やぎ乳 乳類 やぎ乳	UKから再推計	2010収載値	88	4.5	(0)	37.5																
			UK	88.9	4.4	0	39.6	0	4.4	0	0		0	0.0	4.4								238Goats milk, pasteurised (MPE1989)
14017	バター類 有塩バター		H27分析	16.2	0.2	(0)	0.2																
14018	バター類 無塩バター	14017から再推計	2010収載値	15.8	0.2	(0)	0.2																
			UK	14.9	0.6	0	0.7	0	0.6	0	0		0	0.0	0.6								347Butter,unsalted (AD1996-97)
14019	バター類 発酵バター	推計しない	2010収載値	13.6	4.4	(0)	5.1																
14020	マーガリン類 ソフトタイプマーガリン	推計しない	2010収載値	15.5	1.2	(0)	1.4																
14021	マーガリン類 ファットスプレッド	UKから再推計	2010収載値	29.7	0.7	(0)	1.0																
			UK	29	0.6	0	0.8	0	0.6	0	0		0	0.0	0.6								350Fat spread,reduced fat(62-75%),Polyunsaturated (MSF1994,ID2013)
15001	甘納豆 あずき	レシピから計算	2010収載値	26.2	62.4	4.7	84.6																
15002	甘納豆 いんげんまめ	レシピから計算	2010収載値	25.2	62	5.6	82.9																
15003	甘納豆 えんどう	レシピから計算	2010収載値	23.1	65.2	4.9	84.8																
15004	あん入り生八つ橋	レシピから計算	2010収載値	30.5	61	3.3	87.8																
15005	今川焼	レシピから計算	2010収載値	45.5	46.8	1.8	85.9																
15006	ういろう	レシピから計算	2010収載値	54.5	44	0.1	96.7																
15007	うぐいすもち	レシピから計算	2010収載値	40	53.7	2	89.5																
15008	かしわもち	レシピから計算	2010収載値	48.5	45	1.7	87.4																
15009	カステラ	レシピから計算	2010収載値	25.6	62.6	0.6	84.1																
15010	かのこ	レシピから計算	2010収載値	34	56.6	3.8	85.8																
15011	かるかん	レシピから計算	2010収載値	42.5	54.3	0.4	94.4																
15012	きび団子	レシピから計算	2010収載値	24.4	73.2	0.3	96.8																
15013	ぎゅうひ	レシピから計算	2010収載値	36	62.4	0.1	97.5																
15014	きりざんしょ	レシピから計算	2010収載値	38	59.1	0.2	95.3																
15015	きんぎょく糖	レシピから計算	2010収載値	28	71.2	0.8	98.9																
15016	きんつば	レシピから計算	2010収載値	34	52.7	6.5	79.8																
15017	草もち	レシピから計算	2010収載値	43	50.1	2	87.9																
15018	くし団子 あん	レシピから計算	2010収載値	50	44.3	1.2	88.6																
15019	くし団子 しょうゆ	レシピから計算	2010収載値	50.5	44.9	0.3	90.7																
15020	げっぺい	レシピから計算	2010収載値	20.9	62.1	2.5	78.5																
15021	桜もち 関東風	レシピから計算	2010収載値	40.5	51.6	2.6	86.7																
15022	桜もち 関西風	レシピから計算	2010収載値	50	44.4	1.7	88.8																
15023	大福もち	レシピから計算	2010収載値	41.5	50.3	2.5	86.0																
15024	タルト	レシピから計算	2010収載値	30	59.4	1.5	84.9																
15025	ちまき	レシピから計算	2010収載値	62	36.3	0.1	95.5																
15026	ちゃつう	レシピから計算	2010収載値	22.5	62.6	3.8	80.8																
15027	どら焼	レシピから計算	2010収載値	31.5	55.4	3.5	80.9																
15028	ねりきり	レシピから計算	2010収載値	34	56.5	3.6	85.6																
15029	まんじゅう カステラまんじゅう	レシピから計算	2010収載値	27.9	60.5	3.1	83.9																
15030	まんじゅう くずまんじゅう	レシピから計算	2010収載値	45	49.2	2.2	89.5																
15031	まんじゅう くりまんじゅう	レシピから計算	2010収載値	24	65.3	3	85.9																
15032	まんじゅう とうまんじゅう	レシピから計算	2010収載値	28	60.9	2.5	84.6																
15033	まんじゅう 蒸しまんじゅう	レシピから計算	2010収載値	35	56.3	2.9	86.6																
15034	まんじゅう 中華まんじゅう あんまん	レシピから計算	2010収載値	36.6	48.5	2.7	76.5																
15035	まんじゅう 中華まんじゅう 肉まん	レシピから計算	2010収載値	41.1	39.8	3.8	67.6																
15036	もなか	レシピから計算	2010収載値	29	62.5	3.1	88.0																
15037	ゆべし	レシピから計算	2010収載値	22	70.9	0.5	90.9																
15038	ようかん 練りようかん	レシピから計算	2010収載値	26	66.9	3.1	90.4																
15039	ようかん 水ようかん	レシピから計算	2010収載値	57	37.8	2.2	87.9																
15040	ようかん 蒸しようかん	レシピから計算	2010収載値	39.5	52.7	2.8	87.1																
15041	あめ玉	レシピから計算	2010収載値	2.5	97.5	0	100.0																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法（案）		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品（UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ）
15042	芋かりんとう	レシピから計算	2010収載値	5.5	68.6	2.7	72.6																
15043	おこし	レシピから計算	2010収載値	5	89.7	0.4	94.4																
15044	おのろけ豆	レシピから計算	2010収載値	3	67.5	2.3	69.6																
15045	かりんとう 黒	レシピから計算	2010収載値	3.5	74.5	1.7	77.2																
15046	かりんとう 白	レシピから計算	2010収載値	2.5	73.9	2.2	75.8																
15047	ごかぼう	レシピから計算	2010収載値	10	68.1	4.3	75.7																
15048	小麦粉せんべい いそべせんべい	レシピから計算	2010収載値	4.2	88.2	1.3	92.1																
15049	小麦粉せんべい かわらせんべい	レシピから計算	2010収載値	4.3	82.9	1.1	86.6																
15050	小麦粉せんべい 巻きせんべい	レシピから計算	2010収載値	3.5	89.4	1	92.6																
15051	小麦粉せんべい 南部せんべい ごま入り	レシピから計算	2010収載値	3.3	68.1	4.3	70.4																
15052	小麦粉せんべい 南部せんべい 落花生入り	レシピから計算	2010収載値	3.3	70.3	3.5	72.7																
15053	しおがま	レシピから計算	2010収載値	10	84.8	0.6	94.2																
15054	中華風クッキー	レシピから計算	2010収載値	3	60.7	1.1	62.6																
15055	ひなあられ 関東風	レシピから計算	2010収載値	4.7	84	1.3	88.1																
15056	ひなあられ 関西風	レシピから計算	2010収載値	3.3	82.5	0.7	85.3																
15057	米菓 揚げせんべい	レシピから計算	2010収載値	4	70.7	0.5	73.6																
15058	米菓 甘辛せんべい	レシピから計算	2010収載値	4.5	85.7	0.6	89.7																
15059	米菓 あられ	レシピから計算	2010収載値	4.4	82.9	1.3	86.7																
15060	米菓 塩せんべい	レシピから計算	2010収載値	5.9	82.3	0.8	87.5																
15061	ボーロ 衛生ボーロ	レシピから計算	2010収載値	4.5	90.4	0	94.7																
15063	松風	レシピから計算	2010収載値	5.3	88.6	1.2	93.6																
15064	三島豆	レシピから計算	2010収載値	1.6	71.4	5.6	72.6																
15065	八つ橋	レシピから計算	2010収載値	1.8	93.8	0.3	95.5																
15066	らくがん らくがん	レシピから計算	2010収載値	3	94.1	0.2	97.0																
15068	らくがん もろこしらくがん	レシピから計算	2010収載値	2.5	82	7.3	84.1																
15069	あんパン	レシピから計算	2010収載値	35.5	47.5	2.7	73.6																
15070	クリームパン	レシピから計算	2010収載値	36	40.2	1.2	62.8																
15071	ジャムパン	レシピから計算	2010収載値	32	52.7	1.8	77.5																
15072	チョココロネ	レシピから計算	2010収載値	37	44	1.1	69.8																
新規	揚げパン	コッペパンの推計値から計算		H26	H26	H26	H26																
新規	カレーパン		H27分析																				
新規	メロンパン		H27分析																				
15073	シュークリーム	レシピから計算	2010収載値	55	22.1	0.2	49.1																
15074	スポンジケーキ	レシピから計算	2010収載値	32	53	0.8	77.9																
15075	ショートケーキ	レシピから計算	2010収載値	31	46.5	0.6	67.4																
15076	デニッシュペストリー	レシピから計算	2010収載値	25.5	43.5	1.6	58.4																
15077	ドーナッツ イーストドーナッツ	レシピから計算	2010収載値	27.5	42.4	1.4	58.5																
15078	ドーナッツ ケーキドーナッツ	レシピから計算	2010収載値	20	59.1	1.2	73.9																
15079	パイ パイ皮	レシピから計算	2010収載値	32	23.5	1.7	34.6																
15080	パイ アップルパイ	レシピから計算	2010収載値	45	31.4	1.3	57.1																
15081	パイ ミートパイ	レシピから計算	2010収載値	33.5	21.3	2	32.0																
15082	バターケーキ	レシピから計算	2010収載値	20	47.1	0.7	58.9																
15083	ホットケーキ	レシピから計算	2010収載値	40	44.3	1.1	73.8																
15084	ワッフル カスタードクリーム入り	レシピから計算	2010収載値	46	35.3	0.7	65.4																
15085	ワッフル ジャム入り	レシピから計算	2010収載値	43.8	48.3	1.1	85.9																
15086	カスタードプディング	レシピから計算	2010収載値	74.1	14.7	–	56.8																
15087	ゼリー オレンジ	レシピから計算	2010収載値	82.3	15.2	0.1	85.9																
15088	ゼリー コーヒー	レシピから計算	2010収載値	88.7	9.5	0	84.1																
15089	ゼリー ミルク	レシピから計算	2010収載値	75.7	16.7	0	68.7																
15090	ゼリー ワイン	レシピから計算	2010収載値	84.1	13.3	0	83.6																
15091	ババロア	レシピから計算	2010収載値	60.9	20	0	51.2																
15092	ウエハース	レシピから計算	2010収載値	2.1	74.1	1.2	75.7																
15093	クラッカー オイルスプレークラッカー	USDAから再推計	2010収載値	2.7	61.8	2.1	63.5																
			USDA	3.12	61.21	2.3	63.2	51.3	8.1	0.6	0.6	0.0	6.3	0.6	0								18621NABISCO, NABISCO RITZ Crackers

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
15094	クラッカー ソーダクラッカー	USDAから再推計	2010収載値	3.1	72.3	2.1	74.6																
			USDA	5.05	71.25	2.8	75.0	67.8	1.3	0.1	0.2	0.0	0.0	1.0	0								18228Crackers, saltines (includes oyster, soda, soup)
15095	サブレ	レシピから計算	2010収載値	3.7	71.7	1.3	74.5																
15096	パフパイ	レシピから計算	2010収載値	2.5	54.1	1.7	55.5																
15097	ビスケット ハードビスケット	分析値	分析値	2.6	75.5	2.3	77.5	51.1		0.4	0.4	Tr	19.4	0.1	0.4								
15098	ビスケット ソフトビスケット	レシピから計算	2010収載値	3.2	61.2	1.4	63.2																
15099	プレッツェル	推計しない	USDA	3.13	76.99	3.4	79.5	72.6	2.2	0.7	0.3	0.0	0.1	1.1	0.0								19047Snacks, pretzels, hard, plain, salted
			2010収載値	1	65.6	2.6	66.3																
15100	ロシアケーキ	〃	2010収載値	4	63.9	1.8	66.6																
15101	小麦粉あられ	〃	2010収載値	2	66.5	2.3	67.9																
15102	コーンスナック	レシピから計算又はUKから再推計	2010収載値	0.9	64.3	1	64.9																
			UK	1.3	60.8	1.4	61.6	55.3	5.5	Tr	Tr		0.6	Tr	4.9								
			USDA	0.33	57.71	5.3	57.9	5.2	1.2	0.2	0.3	0.0	0.5	0.1	0								19003Snacks, corn-based, extruded, chips, plain
15103	ポテトチップス ポテトチップス	USDAから再推計	2010収載値	2	50.5	4.2	51.5																
			USDA	1.86	50.73	3.1	51.7		0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0								19411potato chips, plain, salted
15104	ポテトチップス 成形ポテトチップス	USDAから再推計	2010収載値	2.2	52.5	4.8	53.7																
			UK	1.9	57.4	2.4	58.5	55.9	1.5	0.3	0.2		1.1	Tr	Tr								1014Potato snacks, pringle type,fried in vegetable oil (AD2010)
			USDA	2.37	52.48	2.9	53.8	51.4	0.8	0.1	0.2	0.0	0.4	0.1	0								19410Snack, potato chips, made from dried potatoes, plain
15105	キャラメル	レシピから計算	2010収載値	5.4	77.9	0	82.3																
15106	錠菓	レシピから計算	2010収載値	1	99	0	100.0																
15107	ゼリーキャンデー	レシピから計算	2010収載値	16	83.1	0.9	98.9																
15108	ゼリービーンズ	レシピから計算	2010収載値	9.5	89.4	0.9	98.8																
15109	チャイナマーブル	レシピから計算	2010収載値	0.5	99.5	0	100.0																
15110	ドロップ	レシピから計算	2010収載値	2	98	0	100.0																
15111	バタースコッチ	レシピから計算	2010収載値	2	91.1	0	93.0																
15112	ブリットル	レシピから計算	2010収載値	1.5	53.6	3.7	54.4																
15113	マシュマロ	レシピから計算	2010収載値	18.5	79.3	0	97.3																
15114	カバーリングチョコレート	USDAから再推計	2010収載値	2	59.9	3.2	61.1																
			USDA	1.63	63.59	1	64.6	10.6	48.7	0.2	0.2	0.0	40.0	0.1	8								19109Candies, KIT KAT Wafer Bar
15115	ホワイトチョコレート	UKから再推計	2010収載値	0.8	50.3	0.6	50.7																
			UK	0.6	58.3	N	58.7	Tr	58.3	Tr	Tr		47.6	Tr	10.7								987Chocolate,white (AD1992)
15116	ミルクチョコレート	UKから再推計	2010収載値	0.5	51.5	3.9	51.8																
			UK	0.6	58.3	N	58.7	Tr	56.0	Tr	Tr		46.8	Tr	9.2								985Cocolate,milk (AD2010)
15117	マロングラッセ	レシピから計算	2010収載値	21	75.1	−	95.1																
16001	醸造酒類 清酒 上撰		分析値	82.4	4.9	0	27.8			2.51	0		0	0									
16006	醸造酒類 ビール 淡色	でんぷん,ガラクトース、乳糖0	分析値	92.8	3.1	0	43.1			0	0.01		0	0									
			USDA	91.96	3.55	0	44.2	0	0	0	0	0	0	0	0								14003Alcoholic beverage, beer, regular, all
			USDA	94.88	1.64	0	32.0	0	0.1	0.1	0	0	0	0	0								14006Alcoholic beverage, beer, light
16007	醸造酒類 ビール 黒	推計しない	2010収載値	91.6	3.4	0.2	40.5																
16008	醸造酒類 ビール スタウト	推計しない	2010収載値	88.4	4.6	0.3	39.7																
16009	醸造酒類 発泡酒		分析値	92	3.6	0	45.0			0	0		0	0									
16010	醸造酒類 ぶどう酒 白	UKから再推計	2010収載値	88.6	2	−	17.5																
			UK	86.3	3	0	21.9	0	3.0	1.2	1.4		N	0.0	0								1082Red wine
16011	醸造酒類 ぶどう酒 赤	UKから再推計(p)	2010収載値	88.7	1.5	−	13.3																
			UK	88.4	0.2	0	1.7	0	0.2	0.1	0.1		Tr	0.0	0								1084White wine,medium
16012	醸造酒類 ぶどう酒 ロゼ	UKから再推計	2010収載値	87.4	4	0	31.7																
			UK	87.3	2.5	0	19.7	0	2.5	0.8	1.7		0.0	0.0	0								1083 Rose wine,medium
16025	混成酒類 みりん 本みりん		分析値	47.0	43.2	−	81.5			24.0	0.04		0	2.58									
16029	混成酒類 スイートワイン	UKから再推計	2010収載値	75.2	13.4	−	54.0																
			UK	71.1	12	0	41.5	0	12.0	4.6	4.6		2.8	0.0	0								1088Fortified wines,Port (MW4 1978)
16031	混成酒類 ベルモット 甘口タイプ	UKから再推計	2010収載値	71.3	16.4	−	57.1																
			UK(MW6)	70.6	15.9	0	54.1	0	15.9	6.1	6.1		3.7	0.0	0								MW6:1156Vermouths,sweet
16032	混成酒類 ベルモット 辛口タイプ	UKから再推計	2010収載値	81.7	3.7	−	20.2																
			UK	82.1	3	0	16.8	0	3.0	1.1	1.2		0.7	0.0	0								1090Vermouths,dry (MSF1994)

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計･再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
				水分	①炭水化物－食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
16035	緑茶類 抹茶		分析値	5.0	0	38.5	0.0			0	0.04		1.47	0									
16045	コーヒー、浸出液	USDAから推計(でんぷん0)	UK	98.3	0.3	0	17.6	0	0.3	N	N	N	0.00	0	0								1021Coffee infusion,average (AD1984)
			USDA	99.39	0	0	0.0		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0								14209Coffee, brewed from grounds, prepared with tap water
			2010収載値	98.6	0.7	−	50.0																
16046	コーヒー インスタントコーヒー	推計しない(炭水化物量に大差)	2010収載値	3.8	56.5	−	58.7																
			UK	3.4	4.5		4.7	5	0.0	0.0	0.0		0.0	0.0	0								
16048	ココア ピュアココア		分析値	4	18.5	23.9	19.3	9.23		0.00	0		0.41	0	0								
16052	炭酸飲料類 果実色飲料	推計しない	2010収載値	87.2	12.8	−	100.0																
16053	炭酸飲料類 コーラ	USDAから推計(でんぷんTr)	2010収載値	88.5	11.4	−	99.1																
			UK	89.7	10.9	0	105.8	Tr	10.9	3.5	3.4		4.0	0.0	0								1038 (Cola AD1993)
			USDA	89.62	10.58	0	101.9		10.8	4.5	6.1		0.0										14148Carbonated beverage, cola
16054	炭酸飲料類 サイダー	USDAから推計	USDA	89.78	10.14	0	99.2		9.0	3.1	5.2		0.7										14145Carbonated beverage, SPRITE, lemon-lime, without caffeine
			2010収載値	89.8	10.2	−	100.0																
新規	スポーツドリンク	推計しない	2015収載値	94.7	5.1	−	97.0																
17001	ウスターソース類 ウスターソース	推計しない (UKのソースとは原料が異なる)	2010収載値	61.7	26.3	0.5	68.7																
17007	しょうゆ類 こいくちしょうゆ		USDA	71.15	4.13	0.8	14.3		0.4	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0								16123Soy sauce made from soy and wheat (shoyu)
			分析値	67.1	10.1	(0)	30.7	Tr		1.0	Tr	0.1	Tr	0.0									
17008	しょうゆ類 うすくちしょうゆ	推計しない	2010収載値	69.7	7.8	(0)	25.7																
17017	食酢類 果実酢 ぶどう酢	推計しない	2010収載値	93.7	1.2	0	19.0																
17018	食酢類 果実酢 りんご酢	USDAから再推計	2010収載値	92.6	2.4	(0)	32.4																
			USDA	93.81	0.93	0	15.0		0.4	0.1	0.3	0.0	0	0.0	0								02048Vinegar, cider
新規	**食酢類　果実酢　バルサミコ酢**	USDAから再推計	USDA	76.45	17.03		72.3		15.0	7.6	7.4	0.0	0.0	0.0	0								02069Vinegar, balsamic
			2015収載値	74.2	19.4	−	75.2																
17027	だし類 固形コンソメ	推計しない	2010収載値	0.8	41.8	0.3	42.1																
17033	調味ソース類 ミートソース	UKから推計	2010収載値	78.8	10.1	−	47.6																
			UK	84.8	6.9	1.3	45.4	0.8	6.1	2.2	2.6		1.3	0.0	0								1155Sauce,pasta,tomato based,for bolognese(AD2001,ID2013)
新規	調味ソース類 ホワイトソース	UKから推計	UK	81.7	5.7	1.9	31.1	2.8	2.8	0.5	0.5		1.2	0.1	1							0.1	1160Sauce, traditional cook in, white sauce based
			2015収載値	81.7	8.8	0.4	48.1																
17034	トマト加工品類 ピューレー	USDAから再推計(でん粉はTr)	2010収載値	86.9	8.1	1.8	61.8																
			UK	72.5	12.9	3	46.9	Tr	12.9	5.5	7.4		Tr	0.0	0								1175Tomato puree(AD2012)
			USDA	87.88	7.08	1.9	58.4		4.8	2.5	2.4	0.0	0.0	0.0	0								11547Tomato products, canned, puree, without salt added
17035	トマト加工品類 ペースト	USDAから再推計	2010収載値	71.3	17.3	4.7	60.3																
			USDA	73.5	14.81	4.1	55.9	0.2	12.2	5.8	5.9	0.0	0.3	0.3	0								11546Tomato products, canned, paste, without salt added
17036	トマト加工品類 ケチャップ	USDAから推計	2010収載値	66	25.6	1.8	75.3																
			UK	68	28.6	0.9	89.4	1.1	27.5	5.9	6.4		15.2	0.0	0								1142Tomato ketchup
			USDA	68.51	27.1	0.3	86.1		21.3	10.3	8.7	0.0	2.3	0.0	0								11935Catsup
17037	トマト加工品類 トマトソース	USDAから推計	2010収載値	87.1	7.4	1.1	57.4																
			USDA	91.28	3.81	1.5	43.7		3.6	1.8	1.7	0.0	0.1	0.0	0								11549Tomato products, canned, sauce
17038	トマト加工品類 チリソース	推計しない	2010収載値	67.3	24.4	1.9	74.6																
			UK	82.1	7.3	1.1	40.8	0.4	6.9	3.1	3.8		Tr	0.0	0								1135Chilli sauce (AD1992, ID2013)
17040	**フレンチドレッシング**	推計しない	USDA	36.56	15.58	0	24.6	0.0	16.0	6.7	5.4	0.0	3.9	0.0	0								04120Salad dressing, french dressing, commercial, regular
			2010収載値	47.8	5.9	0	11.3																
17041	**サウザンアイランドドレッシング**	推計しない	USDA	46.51	13.84	0.8	25.9	0.0	15.2	4.8	4.0	0.0	6.4	0.0	0								04017Salad dressing, thousand island, commercial, regular
			2010収載値	44.1	9.2	0.3	16.5																
17042	**マヨネーズ　全卵型**	推計しない	USDA	21.65	0.57	0	0.7		0.6	0.0	0.1	0.0	0.5	0.0	0								04025Salad dressing, mayonnaise, regular
			2010収載値	16.2	4.5	0	5.4																
17043	**マヨネーズ　卵黄型**	UKから推計	UK	19.3	2.4	0	3.0	Tr	2.4	0.3	0.4		1.7	Tr	Tr								
			2010収載値	20.2	1.7	0	2.1																1125Mayonnaise (AD2011)
新規	**マヨネーズ　低カロリータイプ**		H27分析																				
17045	**淡色辛みそ**		USDA	43.02	21.07	5.4	37.0		6.2	0.0	6.0	0.0	0.0	0.2	0								16112Miso
			分析値	45.4	17	4.9	31.1	0.7		9.1	0.7	0.3	Tr	0.1	0								
新規	減塩みそ		H26分析				0.0																

食品番号	食品名	利用可能炭水化物等の推計・再推計の方法(案)		2010/2015収載値				推計値又は分析値(可食部100g当たり)															
				水分	①炭水化物ー食物	食物繊維総量	①の乾物当たり	でん粉	糖類総量	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	ソルビトール	マンニトール	ラフィノース	スタキオース	フラクタン	オリゴ糖	UK/USDAで参照した食品 (UKの()内はデータソース。AD=分析値、MW6は旧版からのデータ)
17054	みりん風調味料	推計しない(H27後半分析)	2010収載値	44.0	54.9	(0)	98.0																
17056	オニオンパウダー	USDAから推計	USDA	5.39	63.92	15.2	67.6		6.6	0.7	1.7	0.4	3.9	0.0	0								02026Spices, onion powder
			2015収載値	5	?	―	#####																炭水化物79.8g
17057	からし 粉	USDAから推計	USDA	5.27	15.89	12.2	16.8		6.8	2.9	0.0	0.2	3.7	0.0	0								02024Spices, mustard seed, ground
			2015収載値	4.9	?	―	#####																炭水化物収載値43.7g
17059	からし 練りマスタード	UKから再推計(ガラクトースは0)	2010収載値	65.7	?	−	#####																
			UK	63.7	9.7	N	26.7	1.9	7.8	3.4	2.9		1.5	0.0	0								1166Mustard,smooth(AD1992)
			USDA	83.72	1.83	4	11.2	0.6	0.9	0.5	0.2	0.0	0.2	0.0	0								02046Mustard, prepared, yellow
17060	からし 粒入りマスタード	UKから再推計	2010収載値	57.2	?	−	#####																
			UK	65	4.2	4.9	12.0	0.3	3.9	2.0	1.9		Tr	0.0	0								
17061	カレー粉	USDAから推計?(糖質の差大)	USDA	8.8	2.63	53.2	2.9		2.8	1.1	0.8	0.2	0.6	0.0	0								02015Spices, curry powder
			2010収載値	5.7	26.4	36.9	28.0																
17062	クローブ 粉	USDAから推計	USDA	9.87	31.63	33.9	35.1		2.4	1.1	1.1	0.2	0.0	0.0	0								02011Spices, cloves, ground
			2010収載値	7.5	?	―	#####																炭水化物収載値66.4g
17063	こしょう 黒 粉	USDAから推計	USDA	12.46	38.65	25.3	44.2		0.6	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0								02030Spices, pepper, black
			2010収載値	12.7	?	―	#####																炭水化物収載値66.6g
17067	シナモン 粉	USDAから推計	USDA	10.58	27.49	53.1	30.7		2.2	1.0	1.1	0.0	0.0	0.0	0								02010Spices, cinnamon, ground
			2010収載値	9.4	?	―	#####																炭水化物収載値79.6g
17068	しょうが 粉	UKから推計	USDA	9.94	57.52	14.1	63.9		3.4	1.2	1.8	0.2	0.2	0.0	0								02021Spices, ginger, ground
			UK	9.4	60	N	66.2	40.2	19.8	9.6	10.2		0.0	0.0	0								865Ginger,ground(VHS1991)
			2010収載値	10.6	?	―	#####																炭水化物収載値72.5g
17072	チリパウダー	USDAから推計	USDA	10.75	14.9	34.8	16.7		7.2	2.1	4.3	0.0	0.8	0.0	0								02009Spices, chili powder
			2010収載値	3.8	?	―	#####																炭水化物収載値60.1g
17075	にんにく ガーリックパウダー		分析値	3.5	?	−	#####	17.3		0.0	Tr	−	1.1	0.0	−								炭水化物収載値73.8g
			USDA	6.45	63.73	9	68.1		2.4	0.1	0.3	0.0	2.1	0.0	0								02020Spices, garlic powder
17076	にんにく おろし	塩分を除いた上で、にんにく生から推計	2010収載値	52.1	?	−	#####																
			(にんにく生)	63.9	21.3	6.2	58.8	0		0.02	0.05		0.93	0									
17077	バジル, 粉	USDAから推計	USDA	10.35	10.05	37.7	11.2		1.7	0.8	0.8	0.2	0.0	0.0	0								02003Spices, basil, dried
			2010収載値	10.9	?	−	#####																炭水化物収載値50.6g
17078	パセリ 乾	06239(生)から推計	2010収載値	5	?	−	#####																
17079	パプリカ粉	USDAから推計	USDA	11.24	19.09	34.9	21.5		10.3	2.6	6.7	0.2	0.8	0.0	0								02028Spices, paprika
			2010収載値	10	?	―	#####																炭水化物収載値55.6g
17082	酵母 パン酵母 圧搾	UKから再推計(H27年度後半分析)	2010収載値	68.1	1.8	10.3	5.6																
			UK	70	1.1	N	3.7	1.1	Tr	Tr	Tr		Tr	0.0	0								1179Yeast,bakers,compressed (MW41978)
17083	酵母 パン酵母 乾燥		分析値	8.7	10.5	32.6	11.5	1.3		0.1	0.0	―	0.0	0.0	―								
17084	ベーキングパウダー	UKから再推計	2010収載値	4.5	29	−	30.4																
			UK	6.3	37.8	0	40.3	37.8	0.0	0.0	0.0		0.0	0.0	0								1161Baking powder (MW4,1978)