

12) 卵類

卵類の全般に通じる主な事項は、次のとおりである。

- ① ビタミン等の成分値は飼料に含まれる成分を反映するため、特殊な栄養成分を補強した卵類も市販されているが、本表では特殊な栄養強化飼料を給与していない通常の鳥卵の成分値を収載した。
- ② 卵類に含まれる炭水化物の量は植物性食品に比べて微量であり、差引きによる値は不適當である。そのため炭水化物の成分値は、原則として全糖の分析値に基づき決定した。
- ③ 卵類は、ビタミンDの他にビタミンD活性代謝物として25-ヒドロキシビタミンD (25-OH-D)を含む。「全卵」の「生」及び「ゆで」、「卵黄」の「生」及び「ゆで」は、これを考慮した。
- ④ 調理した食品は、「ゆで」、「蒸し」及び「焼き」を収載し、調理する前の食品（生）と同一の試料を用いて調理し、分析した。各食品の調理方法の概要を表16に示した。
- ⑤ 文中の「分析値」及び「分析値（2015）」については、第3章冒頭の「食品群全般に通じる事項」を参照されたい。

以下、食品ごとに成分値に関する主な留意点について述べる。

あひる卵

－12020 ピータン

成分表2010の「ピータン」を、「あひる卵、ピータン」に分類を変更して収載した。「ピータン」のほとんどは、中国及び台湾からの輸入品である。生卵の卵殻面に、食塩、紅茶浸出液、生石灰、木灰、天然ソーダ等の混合物を塗布するか、又はこれに生卵を浸漬して数か月間保蔵し、卵の内容物をアルカリで凝固させたものである。本来は、あひる卵から作られていたが、鶏卵を用いて製造する方法もある。成分値は、あひる卵製品を試料とし、分析値及び四訂成分表成分値に基づき決定した。廃棄率は泥状物と卵殻の割合である。

うこっけい卵<烏骨鶏卵>

－12001 全卵、生

ウコッケイはニワトリの1品種である。「うこっけい卵」は薬効があるといわれているが、科学的には明らかにされていない。「生」の全卵を試料とし、成分値は、通常のニワトリ用飼料を給与した卵の分析値に基づき決定した。

うずら卵<鶉卵>

－12002 全卵、生

－12003 水煮缶詰

「全卵」の成分値は、国産品の分析値及び四訂成分表成分値に基づき決定した。「水煮缶詰」は食塩水を加えて缶詰としたもので、成分値は、市販製品の分析値及び四訂成分表成分値に基づき決定した。

鶏卵

－全卵

－12004 生

－12005 ゆで

－12006 ポーチドエッグ

－12007 水煮缶詰

－12008 加糖全卵

－12009 乾燥全卵

－卵黄

－12010 生

－12011 ゆで

－12012 加糖卵黄

－12013 乾燥卵黄

－卵白

－12014 生

－12015 ゆで

－12016 乾燥卵白

－12017 たまご豆腐

－たまご焼

－12018 厚焼きたまご

－12019 だし巻きたまご

成分表2010の「鶏卵類」を「鶏卵」に名称変更した。市販の鶏卵はLサイズの規格品が最も多く生産されており、これを試料とした。「全卵」の「生」の成分値は、「卵黄」及び「卵白」の「生」の重量割合及び成分値に基づき計算により決定した。「ゆで」の成分値は、「卵黄」及び「卵白」の「ゆで」の重量割合及び成分値に基づき計算により決定した。なお、「卵黄」と「卵白」の重量割合は、「生」（卵黄30.6：卵白69.4）と「ゆで」（卵黄29.9：卵白70.1）で異なっている。「生」では、殻に卵白の一部が付着するが、「ゆで」ではそれが無いためである。

「ポーチドエッグ」の成分値は、分析値及び四訂成分表成分値に基づき決定した。

「水煮缶詰」は、食塩水を加えて缶詰とした市販品を試料とした。成分値は、分析値及び四訂成分表成分値に基づき決定した。

「卵黄」及び「卵白」の「生」及び「ゆで」の成分値は、分析値に基づき決定した。

「加糖全卵」、「乾燥全卵」、「加糖卵黄」、「乾燥卵黄」及び「乾燥卵白」は、加工食品の原材料として使用される。「加糖全卵」及び「加糖卵黄」は、しょ糖が20%加えられているものを試料とした。成分値は、それぞれ分析値及び四訂成分表成分値に基づき決定した。

「たまご豆腐」は、全卵に同量のだしかつお・昆布だしを加え、食塩、うすくちしょうゆ、本みりんで調味し、蒸したものを試料とした。成分値は、文献値¹⁾及び材料の分析値に基づき計算により決定した。

原材料配合割合：全卵ゆで50、かつお・昆布だし50、食塩0.7、うすくちしょうゆ0.5、

本みりん4

調理による水分損失：0.71%

「たまご焼」は、厚焼きたまご、だし巻きたまご、薄焼きたまごなどがある。溶き卵に砂糖、みりん、しょうゆ、だし等で調味し焼いたもので、すり身をまぜる場合もある。本成分表では、甘口の「厚焼きたまご」と、砂糖を加えない「だし巻きたまご」を収載した。

「厚焼きたまご」は、卵にかつお・昆布だし、上白糖、食塩及びうすくちしょうゆを加え、焼

いたものを試料とした。成分値は、文献値²⁾及び材料の分析値に基づき計算により決定した。

原材料配合割合：全卵ゆで65、かつお・昆布だし27.3、上白糖4.8、うすくちしょうゆ1、食塩0.5、調合油0.5

調理による水分損失：19.7%

「だし巻きたまご」は、卵にかつお・昆布だし、食塩及びうすくちしょうゆを加え、焼いたものを試料とした。成分値は、文献値²⁾及び材料の分析値に基づき計算により決定した。

原材料配合割合：全卵ゆで73.4、かつお・昆布だし24.5、うすくちしょうゆ1.5、食塩0.5、調合油0.2

調理による水分損失：19.7%

参考文献

- 1) 渡邊智子・杉崎幸子・布施 望・山口美穂子：たまご豆腐の調理前後の重量及び成分値（未発表）
- 2) 渡邊智子・鈴木亜夕帆：栄養調査のための「たまご焼き」の実摂取栄養量の研究—「厚焼きたまご」と「だし巻きたまご」について—。平成14年度財団法人旗影会助成研究報告書（2002）