7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		果実類																										
		アテモヤ																										
07005	756	生	77.7	1.8	(1.1)	(48)	(72)	(48)	(24)	(11)	(36)	(48)	(36)	(84)	(60)	(36)	(72)	(24)	(36)	(72)	(120)	(230)	(60)	(180)	(72)	(1200)	-	廃棄部位：果皮及び種子 米国成分表から推計
		アボカド																										別名：アボガド
07006	757	生	71.3	2.5	1.8	96	170	150	45	44	90	100	73	170	100	34	120	62	110	120	260	290	120	110	130	2100	49	廃棄部位：果皮及び種子
		あんず																										別名：アプリコット
07007	758	生	89.8	1.0	(0.8)	(29)	(55)	(69)	(4.3)	(2.1)	(6.4)	(37)	(21)	(58)	(34)	(11)	(34)	(19)	(32)	(49)	(220)	(110)	(29)	(72)	(59)	(890)	-	廃棄部位：核及び果柄 米国成分表から推計
07008	759	乾	16.8	9.2	(6.6)	(210)	(320)	(280)	(84)	(75)	(160)	(190)	(150)	(340)	(230)	(88)	(260)	(140)	(200)	(340)	(3600)	(620)	(190)	(510)	(280)	(7700)	-	果皮及び核を除いたもの 豪州成分表から推計
07009	760	缶詰	79.8	0.5	(0.4)	(15)	(29)	(35)	(2.8)	(1.9)	(4.7)	(21)	(11)	(32)	(18)	(8.5)	(18)	(8.5)	(20)	(25)	(120)	(51)	(15)	(30)	(29)	(450)	-	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 %） 米国成分表から推計
		ジャム																										
07010	761	高糖度	34.5	0.3	(0.2)	(9.1)	(18)	(21)	(1.7)	(1.1)	(2.8)	(12)	(6.8)	(19)	(11)	(5.1)	(11)	(5.1)	(12)	(15)	(69)	(31)	(9.1)	(18)	(18)	(270)	-	米国成分表から推計
07011	762	低糖度	48.8	0.4	(0.3)	(12)	(23)	(28)	(2.3)	(1.5)	(3.8)	(17)	(9.1)	(26)	(14)	(6.8)	(14)	(6.8)	(16)	(20)	(92)	(41)	(12)	(24)	(23)	(360)	-	米国成分表から推計
		いちご																										別名：オランダイチゴ
07012	763	生	90.0	0.9	0.6	24	42	33	11	15	27	24	13	37	27	8.2	31	15	33	43	190	150	30	24	31	740	32	廃棄部位：へた及び果梗
		ジャム																										
07013	764	高糖度	36.0	0.4	(0.3)	(11)	(19)	(15)	(5.1)	(6.9)	(12)	(11)	(5.8)	(17)	(12)	(3.7)	(14)	(6.7)	(15)	(19)	(84)	(67)	(13)	(11)	(14)	(330)	-	07012いちご生から推計
07014	765	低糖度	50.7	0.5	(0.4)	(14)	(23)	(18)	(6.4)	(8.6)	(15)	(13)	(7.3)	(21)	(15)	(4.6)	(17)	(8.4)	(19)	(24)	(100)	(83)	(17)	(13)	(17)	(410)	-	07012いちご生から推計
07160	766	乾	15.4	0.5	(0.4)	(14)	(23)	(18)	(6.4)	(8.6)	(15)	(13)	(7.3)	(21)	(15)	(4.6)	(17)	(8.4)	(19)	(24)	(100)	(83)	(17)	(13)	(17)	(410)	-	ドライフルーツ。07012いちご生から推計
		いちじく																										
07015	767	生	84.6	0.6	0.4	17	26	23	5.0	9.0	14	14	7.0	21	17	5.3	23	8.7	14	32	140	52	19	34	26	470	21	廃棄部位：果皮及び果柄
07016	768	乾	18.0	3.0	(2.0)	(84)	(130)	(120)	(25)	(45)	(71)	(69)	(35)	(100)	(87)	(27)	(110)	(44)	(69)	(160)	(700)	(260)	(94)	(170)	(130)	(2400)	-	07015いちじく生から推計
07017	769	缶詰	79.7	0.5	(0.3)	(14)	(21)	(19)	(4.2)	(7.5)	(12)	(11)	(5.8)	(17)	(14)	(4.4)	(19)	(7.2)	(11)	(27)	(120)	(43)	(15)	(28)	(22)	(390)	-	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 %） 07015いちじく生から推計
		うめ																										
07019	770	生	90.4	0.7	0.4	14	21	20	4.1	4.2	8.2	12	9.2	21	14	4.3	18	11	11	18	240	34	14	18	21	490	31	未熟果（青梅）。廃棄部位：核
		梅漬																										
07020	771	塩漬	72.3	0.7	(0.4)	(14)	(21)	(20)	(4.1)	(4.2)	(8.2)	(12)	(9.2)	(21)	(14)	(4.3)	(18)	(11)	(11)	(18)	(240)	(34)	(14)	(18)	(21)	(490)	-	廃棄部位：核。07019うめ生から推計
		梅干し																										
07022	773	塩漬	65.1	0.9	(0.5)	(18)	(27)	(26)	(5.2)	(5.3)	(11)	(16)	(12)	(28)	(18)	(5.5)	(23)	(14)	(14)	(23)	(310)	(44)	(17)	(23)	(27)	(630)	-	廃棄部位：核。07019うめ生から推計

7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		オリーブ																										
		塩漬																										
07037	777	グリーンオリーブ	75.6	1.0	-	(37)	(60)	(38)	(14)	-	-	(35)	(27)	(62)	(31)	-	(45)	(27)	(80)	(51)	(110)	(110)	(58)	(48)	(37)	-	-	緑果の塩漬。試料: びん詰 液汁を除いたもの。廃棄部位: 種子 米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
07038	778	ブラックオリーブ	81.6	0.8	-	(30)	(48)	(30)	(11)	-	-	(28)	(22)	(50)	(25)	-	(36)	(22)	(64)	(41)	(88)	(89)	(47)	(38)	(30)	-	-	別名: ライプオリーブ 熟果の塩漬。試料: びん詰 液汁を除いたもの。廃棄部位: 種子 米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		かき																										
07049	780	甘がき、生	83.1	0.4	0.3	17	25	23	5.7	9.8	16	17	7.3	24	18	6.7	19	8.3	16	18	35	41	18	18	15	320	8.6	廃棄部位: 果皮、種子及びへた
07050	781	渋抜きがき、生	82.2	0.5	(0.3)	(21)	(32)	(28)	(7.2)	(12)	(19)	(21)	(9.1)	(30)	(23)	(8.4)	(23)	(10)	(20)	(23)	(44)	(51)	(22)	(23)	(18)	(400)	-	廃棄部位: 果皮、種子及びへた 07049甘がき生から推計
07051	782	干しがき	24.0	1.5	(1.0)	(62)	(95)	(85)	(22)	(37)	(58)	(62)	(27)	(89)	(69)	(25)	(70)	(31)	(61)	(69)	(130)	(150)	(66)	(68)	(55)	(1200)	-	つるしがきを含む。廃棄部位: 種子及びへた 07049甘がき生から推計
		（かんきつ類）																										
		いよかん																										別名: いよ
07018	784	砂じょう、生	86.7	0.9	(0.5)	(16)	(28)	(31)	(5.5)	(10)	(16)	(16)	(9.9)	(26)	(17)	(4.8)	(22)	(11)	(59)	(29)	(120)	(53)	(19)	(110)	(33)	(600)	-	廃棄部位: 果皮、じょうのう膜及び種子 07040ネーブルから推計
		うんしゅうみかん																										
		じょうのう																										
07026	785	早生、生	87.2	0.5	(0.3)	(10)	(18)	(19)	(4.2)	(6.5)	(11)	(10)	(6.0)	(16)	(11)	(2.9)	(14)	(7.1)	(37)	(23)	(52)	(36)	(12)	(51)	(21)	(340)	-	廃棄部位: 果皮 07027うんしゅうみかん、じょうのう普通生から推計
07027	786	普通、生	86.9	0.7	0.4	14	25	27	5.9	9.1	15	15	8.5	23	15	4.0	19	9.9	51	33	73	50	17	71	29	480	13	廃棄部位: 果皮
		砂じょう																										
07028	787	早生、生	87.8	0.5	(0.3)	(10)	(18)	(19)	(4.2)	(6.5)	(11)	(10)	(6.0)	(16)	(11)	(2.9)	(14)	(7.1)	(37)	(23)	(52)	(36)	(12)	(51)	(21)	(340)	-	廃棄部位: 果皮及びじょうのう膜 07027うんしゅうみかん、じょうのう普通生から推計
07029	788	普通、生	87.4	0.7	(0.4)	(14)	(25)	(27)	(5.9)	(9.1)	(15)	(15)	(8.5)	(23)	(15)	(4.0)	(19)	(9.9)	(51)	(33)	(73)	(50)	(17)	(71)	(29)	(480)	-	廃棄部位: 果皮及びじょうのう膜 07027うんしゅうみかん、じょうのう普通生から推計
		果実飲料																										
07030	789	ストレートジュース	88.5	0.5	0.3	5.9	10	11	2.9	4.8	7.7	7.0	5.8	13	7.4	1.9	8.2	4.1	41	18	71	37	7.5	52	19	320	10	
07031	790	濃縮還元ジュース	89.3	0.5	0.3	6.2	11	12	3.4	4.4	7.8	7.6	6.1	14	7.9	2.2	8.7	4.4	43	19	75	39	7.9	50	20	330	11	
07032	791	果粒入りジュース	86.7	0.2	(0.1)	(2.3)	(4.3)	(4.7)	(1.3)	(1.8)	(3.1)	(3.0)	(2.4)	(5.5)	(3.1)	(0.9)	(3.5)	(1.8)	(17)	(7.7)	(30)	(16)	(3.1)	(20)	(8.1)	(130)	-	果粒（砂じょう）20 % を含む 07030うんしゅうみかんストレートジュースから推計
07033	792	50 %果汁入り飲料	84.9	0.2	(0.1)	(2.3)	(4.3)	(4.7)	(1.3)	(1.8)	(3.1)	(3.0)	(2.4)	(5.5)	(3.1)	(0.9)	(3.5)	(1.8)	(17)	(7.7)	(30)	(16)	(3.1)	(20)	(8.1)	(130)	-	07030うんしゅうみかんストレートジュースから推計
07034	793	20 %果汁入り飲料	87.4	0.1	(0.1)	(1.2)	(2.2)	(2.4)	(0.7)	(0.9)	(1.6)	(1.5)	(1.2)	(2.7)	(1.6)	(0.4)	(1.7)	(0.9)	(8.6)	(3.9)	(15)	(7.9)	(1.6)	(9.9)	(4.0)	(65)	-	07030うんしゅうみかんストレートジュースから推計

7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		オレンジ																										
		ネーブル																										別名：ネーブルオレンジ
07040	796	砂じょう、生	86.8	0.9	0.5	16	28	31	5.5	10	16	16	9.9	26	17	4.8	22	11	59	29	120	53	19	110	33	600	18	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子
		バレンシア																										別名：バレンシアオレンジ
07041	797	米国産、砂じょう、生	88.7	1.0	(0.7)	(27)	(25)	(51)	(21)	(11)	(32)	(33)	(17)	(50)	(16)	(9.6)	(42)	(19)	(70)	(54)	(120)	(100)	(100)	(50)	(35)	(800)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 米国成分表から推計
		果実飲料																										
07042	798	ストレートジュース	87.8	0.8	(0.3)	(9.1)	(15)	(10)	(3.4)	(5.7)	(9.1)	(10)	(4.6)	(15)	(9.1)	(2.3)	(13)	(3.4)	(54)	(17)	(86)	(38)	(10)	(50)	(15)	(360)	-	米国成分表から推計
07043	799	濃縮還元ジュース	88.1	0.7	(0.3)	(8.0)	(13)	(9.0)	(3.0)	(5.0)	(8.0)	(9.0)	(4.0)	(13)	(8.0)	(2.0)	(11)	(3.0)	(47)	(15)	(75)	(33)	(9.0)	(44)	(13)	(310)	-	米国成分表から推計
07044	800	50 %果汁入り飲料	88.4	0.4	(0.2)	(4.6)	(7.4)	(5.1)	(1.7)	(2.9)	(4.6)	(5.1)	(2.3)	(7.4)	(4.6)	(1.1)	(6.3)	(1.7)	(27)	(8.6)	(43)	(19)	(5.1)	(25)	(7.4)	(180)	-	米国成分表から推計
07045	801	30 %果汁入り飲料	89.7	0.2	(0.1)	(2.3)	(3.7)	(2.6)	(0.9)	(1.4)	(2.3)	(2.6)	(1.1)	(3.7)	(2.3)	(0.6)	(3.1)	(0.9)	(13)	(4.3)	(21)	(9.4)	(2.6)	(13)	(3.7)	(89)	-	米国成分表から推計
		マーマレード																										
07046	802	高糖度	36.4	0.2	(0.1)	(5.3)	(4.7)	(10)	(4.0)	(2.0)	(6.0)	(6.7)	(3.3)	(10)	(3.3)	(2.0)	(8.7)	(4.0)	(14)	(11)	(24)	(20)	(20)	(10)	(6.7)	(160)	-	米国成分表から推計
07047	803	低糖度	51.7	0.3	(0.2)	(8.0)	(7.0)	(15)	(6.0)	(3.0)	(9.0)	(10)	(5.0)	(15)	(5.0)	(3.0)	(13)	(6.0)	(21)	(16)	(36)	(30)	(30)	(15)	(10)	(240)	-	米国成分表から推計
		オロブランコ																										別名：スイーティー、スウィーティー
07048	805	砂じょう、生	88.7	0.8	(0.5)	(10)	(17)	(21)	(4.0)	(8.5)	(13)	(11)	(6.7)	(17)	(14)	(3.7)	(14)	(9.1)	(83)	(28)	(170)	(50)	(14)	(48)	(28)	(540)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 07062グレープフルーツから推計
		かわちばんかん																										
07162	807	砂じょう、生	90.0	0.7	(0.4)	(8.7)	(15)	(18)	(3.4)	(7.2)	(11)	(9.2)	(5.7)	(15)	(12)	(3.1)	(12)	(7.8)	(70)	(24)	(140)	(42)	(12)	(41)	(24)	(460)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 露地栽培品 07062グレープフルーツから推計
		きよみ																										
07163	808	砂じょう、生	88.4	0.8	(0.4)	(14)	(24)	(27)	(4.8)	(9.0)	(14)	(14)	(8.6)	(23)	(15)	(4.1)	(19)	(9.7)	(51)	(25)	(110)	(46)	(17)	(92)	(29)	(520)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 露地栽培品 07040ネーブルから推計
		グレープフルーツ																										
07062	810	白肉種、砂じょう、生	89.0	0.9	0.5	11	19	24	4.5	9.6	14	12	7.5	20	15	4.1	16	10	93	32	190	56	16	54	32	600	23	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子
		さんぼうかん																										
07074	817	砂じょう、生	87.6	0.7	(0.4)	(13)	(21)	(24)	(4.3)	(8.1)	(12)	(13)	(7.7)	(20)	(14)	(3.7)	(17)	(8.7)	(46)	(22)	(97)	(41)	(15)	(83)	(26)	(460)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 07040ネーブルから推計
		しらぬひ																										別名：デコポン（全国糖酸度統一基準を満たすもの）、しらぬい、不知火
07165	820	砂じょう、生	85.8	0.8	(0.5)	(15)	(25)	(28)	(4.9)	(9.4)	(14)	(15)	(8.9)	(24)	(16)	(4.3)	(20)	(10)	(53)	(26)	(110)	(48)	(17)	(96)	(30)	(540)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 ハウス栽培品及び露地栽培品 07040ネーブルから推計
		せとか																										
07166	823	砂じょう、生	86.9	0.8	(0.5)	(15)	(25)	(28)	(4.9)	(9.4)	(14)	(15)	(8.9)	(24)	(16)	(4.3)	(20)	(10)	(53)	(26)	(110)	(48)	(17)	(96)	(30)	(540)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 ハウス栽培品及び露地栽培品 07040ネーブルから推計

7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		なつみかん																										別名：なつだいだい なつかん、あまなつみかんを含む
07093	826	砂じょう、生	88.6	0.9	0.5	16	28	30	4.4	9.8	14	16	9.8	25	17	4.5	21	11	49	29	170	71	19	68	26	600	25	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子
		はっさく																										
07105	828	砂じょう、生	87.2	0.8	(0.5)	(10)	(17)	(21)	(4.0)	(8.5)	(13)	(11)	(6.7)	(17)	(14)	(3.7)	(14)	(9.1)	(83)	(28)	(170)	(50)	(14)	(48)	(28)	(540)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 07062グレープフルーツから推計
		はるみ																										
07167	829	砂じょう、生	86.5	0.9	(0.5)	(16)	(27)	(30)	(5.3)	(10)	(15)	(16)	(9.5)	(25)	(17)	(4.6)	(22)	(11)	(57)	(28)	(120)	(51)	(19)	(100)	(32)	(580)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 露地栽培品 07040ネーブルから推計
		ひゅうがなつ																										別名：ニューサマーオレンジ、小夏みかん
07112	830	じょうのう及びアルベド、生	87.2	0.6	(0.3)	(11)	(19)	(20)	(2.9)	(6.5)	(9.5)	(10)	(6.5)	(17)	(11)	(3.0)	(14)	(7.4)	(33)	(19)	(120)	(47)	(13)	(45)	(17)	(400)	-	廃棄部位：フラベド（果皮の外側の部分）及び種子 07093なつみかんから推計
07113	831	砂じょう、生	90.7	0.6	(0.3)	(11)	(19)	(20)	(2.9)	(6.5)	(9.5)	(10)	(6.5)	(17)	(11)	(3.0)	(14)	(7.4)	(33)	(19)	(120)	(47)	(13)	(45)	(17)	(400)	-	廃棄部位：果皮（フラベドとアルベド）、じょうのう膜及び種子。07093なつみかんから推計
		ぶんたん																										別名：ざぼん、ぼんたん
07126	832	砂じょう、生	89.0	0.7	(0.4)	(8.9)	(15)	(19)	(3.5)	(7.4)	(11)	(9.4)	(5.9)	(15)	(12)	(3.2)	(12)	(8.0)	(72)	(25)	(150)	(43)	(12)	(42)	(25)	(470)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 07062グレープフルーツから推計
07127	833	ざぼん漬	14.0	0.2	(0.1)	(2.6)	(4.3)	(5.4)	(1.0)	(2.1)	(3.1)	(2.7)	(1.7)	(4.4)	(3.4)	(0.9)	(3.6)	(2.3)	(21)	(7.1)	(42)	(12)	(3.5)	(12)	(7.1)	(130)	-	07062グレープフルーツから推計
		ぽんかん																										
07129	834	砂じょう、生	88.8	0.9	(0.5)	(18)	(32)	(35)	(7.5)	(12)	(19)	(19)	(11)	(30)	(20)	(5.2)	(25)	(13)	(66)	(42)	(94)	(65)	(21)	(92)	(37)	(610)	-	廃棄部位：果皮、じょうのう膜及び種子 07027うんしゅうみかん、じょうのう普通生から推計
		ゆず																										
07142	835	果皮、生	83.7	1.2	0.9	36	60	61	13	16	29	42	34	76	38	11	46	27	47	48	220	120	47	120	50	1000	29	全果に対する果皮分：40 %
		キウイフルーツ																										
07054	840	緑肉種、生	84.7	1.0	0.8	46	57	52	19	31	50	37	20	57	44	14	51	23	61	44	99	150	52	40	38	880	20	別名：キウイ 廃棄部位：果皮及び両端
07168	841	黄肉種、生	83.2	1.1	(0.7)	(32)	(48)	(52)	(14)	(22)	(35)	(26)	(20)	(46)	(36)	(38)	(40)	(17)	(94)	(34)	(100)	(110)	(40)	(24)	(34)	(780)	-	別名：ゴールデンキウイ 廃棄部位：果皮及び両端。米国成分表から推計
		グァバ																										別名：グアバ、ばんじろう、ばんざくろ
07057	843	赤肉種、生	88.9	0.6	-	(22)	(40)	(17)	(3.8)	-	-	(1.4)	(7.3)	(8.7)	(23)	(5.2)	(20)	(5.2)	(15)	(30)	(38)	(78)	(30)	(18)	(18)	-	-	廃棄部位：果皮及び種子。米国成分表から推計 データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		ココナッツ																										
07158	850	ココナッツミルク	78.8	1.9	(1.8)	(74)	(140)	(84)	(36)	(38)	(73)	(96)	(59)	(150)	(69)	(22)	(120)	(43)	(310)	(97)	(190)	(430)	(90)	(79)	(98)	(2100)	-	試料：缶詰。米国成分表から推計
		さくらんぼ																										別名：おうとう、スイートチェリー
07070	852	国産、生	83.1	1.0	(0.8)	(19)	(28)	(30)	(9.4)	(9.4)	(19)	(23)	(13)	(36)	(21)	(8.5)	(23)	(14)	(17)	(25)	(540)	(78)	(22)	(37)	(28)	(940)	-	廃棄部位：核及び果柄。米国成分表から推計
07071	853	米国産、生	81.1	1.2	(1.0)	(23)	(34)	(36)	(11)	(11)	(23)	(27)	(16)	(43)	(25)	(10)	(27)	(17)	(20)	(29)	(640)	(94)	(26)	(44)	(34)	(1100)	-	廃棄部位：核及び果柄。米国成分表から推計

7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		すいか																										
07077	856	赤肉種、生	89.6	0.6	0.3	13	15	14	4.8	6.8	12	15	5.1	20	9.2	5.3	13	9.4	50	13	35	79	9.4	10	11	320	11	廃棄部位：果皮及び種子
		スターフルーツ																										別名：ごれんし
07069	858	生	91.4	0.7	-	(30)	(52)	(52)	(14)	-	-	(25)	(30)	(55)	(30)	(5.4)	(34)	(5.4)	(14)	(48)	(66)	(100)	(34)	(34)	(56)	-	-	廃棄部位：種子及びへた。米国成分表から推計 データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		（すもも類）																										
		にほんすもも																										別名：すもも、はたんきょう、プラム
07080	859	生	88.6	0.6	0.4	13	17	17	3.1	3.7	6.8	9.7	5.7	15	13	2.1	15	8.3	8.5	26	220	34	11	42	16	460	28	廃棄部位：核
		プルーン																										別名：ヨーロッパすもも
07081	860	生	86.2	0.7	(0.5)	(14)	(15)	(16)	(8.0)	(2.0)	(10)	(14)	(8.0)	(22)	(10)	(9.0)	(16)	(9.0)	(9.0)	(28)	(350)	(35)	(9.0)	(27)	(23)	(600)	-	廃棄部位：核及び果柄。米国成分表から推計
07082	861	乾	33.3	2.5	(1.6)	(47)	(76)	(57)	(18)	(13)	(31)	(60)	(24)	(84)	(56)	(29)	(64)	(31)	(42)	(76)	(920)	(130)	(54)	(150)	(68)	(1900)	-	米国成分表から推計
		チェリモヤ																										
07086	862	生	78.1	1.3	(0.8)	(35)	(52)	(35)	(17)	(8.3)	(26)	(35)	(26)	(60)	(43)	(26)	(52)	(17)	(26)	(52)	(87)	(160)	(43)	(130)	(52)	(900)	-	廃棄部位：果皮、種子及びへた 米国成分表から推計
		（なし類）																										
		日本なし																										
07088	865	生	88.0	0.3	0.2	6.6	8.8	6.3	3.4	3.2	6.6	4.7	2.2	6.9	7.7	1.4	11	3.1	3.5	11	140	15	5.1	7.4	9.5	250	13	廃棄部位：果皮及び果しん部
		中国なし																										
07090	867	生	86.8	0.2	(0.1)	(4.4)	(5.9)	(4.2)	(2.2)	(2.1)	(4.4)	(3.1)	(1.5)	(4.6)	(5.2)	(0.9)	(7.6)	(2.1)	(2.3)	(7.2)	(95)	(10)	(3.4)	(4.9)	(6.4)	(170)	-	廃棄部位：果皮及び果しん部 07088日本なし生から推計
		西洋なし																										別名：洋なし
07091	868	生	84.9	0.3	(0.2)	(9.2)	(16)	(14)	(1.7)	(1.7)	(3.3)	(9.2)	(1.7)	(11)	(9.2)	(1.7)	(14)	(1.7)	(8.3)	(12)	(88)	(25)	(11)	(18)	(13)	(250)	-	廃棄部位：果皮及び果しん部 米国成分表から推計
07092	869	缶詰	78.8	0.2	-	(6.0)	(10)	(7.0)	(2.0)	(2.0)	(4.0)	(5.0)	(2.0)	(7.0)	(5.0)	-	(7.0)	(2.0)	(3.0)	(7.0)	(39)	(14)	(6.0)	(5.0)	(7.0)	-	-	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 40 % ）。米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		なつめやし																										別名：デーツ
07096	871	乾	24.8	2.2	(1.2)	(44)	(75)	(59)	(20)	(60)	(80)	(45)	(13)	(58)	(39)	(11)	(64)	(29)	(120)	(75)	(190)	(320)	(91)	(120)	(51)	(1400)	-	廃棄部位：へた及び核。米国成分表から推計
		パインアップル																										別名：パイナップル
07097	872	生	85.5	0.6	0.4	18	25	25	11	20	32	15	14	29	17	7.4	23	12	16	35	120	61	22	17	31	490	23	廃棄部位：はく皮及び果しん部 剰余アンモニア：0.4 mg
07102	877	缶詰	78.9	0.4	(0.2)	(11)	(14)	(11)	(3.6)	(11)	(15)	(8.2)	(2.4)	(11)	(7.0)	(2.0)	(12)	(5.2)	(22)	(14)	(35)	(59)	(16)	(21)	(9.3)	(260)	-	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 37 % ） 米国成分表から推計
07103	878	砂糖漬	12.0	0.5	(0.4)	(15)	(21)	(21)	(9.5)	(17)	(26)	(13)	(12)	(24)	(14)	(6.2)	(19)	(10)	(13)	(29)	(99)	(51)	(18)	(14)	(26)	(410)	-	07097パインアップル生から推計

7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		バナナ																										
07107	881	生	75.4	1.1	0.7	34	69	51	14	15	29	35	8.9	44	32	10	48	81	45	39	99	120	41	38	38	820	21	廃棄部位：果皮及び果柄
07108	882	乾	14.3	3.8	(2.4)	(120)	(240)	(180)	(48)	(53)	(100)	(120)	(31)	(150)	(110)	(35)	(170)	(280)	(150)	(140)	(340)	(420)	(140)	(130)	(130)	(2800)	-	07107バナナ生から推計
		パパイア																										別名：パパイヤ
07109	883	完熟、生	89.2	0.5	-	(8.5)	(17)	(27)	(2.1)	-	-	(9.6)	(5.3)	(15)	(12)	(8.5)	(11)	(5.3)	(11)	(15)	(52)	(35)	(19)	(11)	(16)	-	-	廃棄部位：果皮及び種子。米国成分表から推計 データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
07110	884	未熟、生	88.7	1.3	-	(22)	(44)	(69)	(5.5)	-	-	(25)	(14)	(39)	(30)	(22)	(28)	(14)	(28)	(39)	(140)	(91)	(50)	(28)	(41)	-	-	廃棄部位：果皮及び種子。米国成分表から推計 データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		びわ																										
07114	885	生	88.6	0.3	(0.2)	(10)	(18)	(16)	(2.8)	(4.2)	(7.0)	(9.8)	(9.1)	(19)	(10)	(3.5)	(15)	(4.9)	(9.8)	(17)	(40)	(43)	(14)	(19)	(14)	(260)	-	廃棄部位：果皮及び種子 米国成分表から推計
		ぶどう																										
07116	887	生	83.5	0.4	0.2	6.2	10	11	3.2	4.5	7.7	6.7	2.8	9.6	9.9	2.2	9.1	7.7	37	40	13	42	8.3	29	9.3	250	12	廃棄部位：果皮及び種子 剰余アンモニア：5.1 mg
07117	888	干しぶどう	14.5	2.7	(1.5)	(65)	(100)	(84)	(25)	(25)	(51)	(62)	(41)	(100)	(86)	(21)	(83)	(67)	(370)	(89)	(100)	(160)	(76)	(220)	(73)	(1800)	-	別名：レーズン。豪州成分表から推計
		果実飲料																										
07118	889	ストレートジュース	84.8	0.3	-	(5.7)	(9.7)	(8.1)	(0.8)	-	-	(9.7)	(2.4)	(12)	(13)	-	(8.1)	(5.7)	(38)	(70)	(18)	(89)	(9.7)	(13)	(11)	-	-	米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
07119	890	濃縮還元ジュース	87.2	0.3	-	(5.7)	(9.7)	(8.1)	(0.8)	-	-	(9.7)	(2.4)	(12)	(13)	-	(8.1)	(5.7)	(38)	(70)	(18)	(89)	(9.7)	(13)	(11)	-	-	米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
07120	891	70 %果汁入り飲料	86.8	0.2	-	(3.8)	(6.5)	(5.4)	(0.5)	-	-	(6.5)	(1.6)	(8.1)	(8.6)	-	(5.4)	(3.8)	(25)	(46)	(12)	(59)	(6.5)	(8.6)	(7.0)	-	-	米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
07122	893	缶詰	78.9	0.4	(0.3)	(3.3)	(8.3)	(9.2)	(13)	(6.7)	(20)	(8.3)	(6.7)	(15)	(11)	(1.7)	(11)	(15)	(29)	(17)	(49)	(83)	(13)	(13)	(19)	(320)	-	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 37 %） 米国成分表から推計
07123	894	ジャム	51.4	0.5	(0.3)	(7.8)	(13)	(13)	(4.0)	(5.7)	(9.7)	(8.4)	(3.6)	(12)	(12)	(2.8)	(11)	(9.7)	(46)	(50)	(16)	(53)	(10)	(37)	(12)	(320)	-	07116ぶどう生から推計
		ブルーベリー																										試料：ハイブッシュブルーベリー
07124	895	生	86.4	0.5	(0.3)	(16)	(30)	(8.8)	(8.1)	(5.4)	(14)	(18)	(6.1)	(24)	(14)	(2.0)	(21)	(7.4)	(25)	(21)	(39)	(61)	(21)	(19)	(15)	(340)	-	果実全体 米国成分表から推計
07125	896	ジャム	55.1	0.7	(0.4)	(22)	(42)	(12)	(11)	(7.6)	(19)	(25)	(8.5)	(33)	(19)	(2.8)	(29)	(10)	(35)	(29)	(54)	(86)	(29)	(26)	(21)	(470)	-	米国成分表から推計
07172	897	乾	21.9	2.7	(1.5)	(83)	(160)	(47)	(43)	(29)	(72)	(94)	(33)	(130)	(72)	(11)	(110)	(40)	(130)	(110)	(210)	(330)	(110)	(100)	(80)	(1800)	-	ドライフルーツ 試料：有機栽培品含む 米国成分表から推計
		マンゴー																										
07132	902	生	82.0	0.6	(0.5)	(25)	(40)	(38)	(11)	(13)	(24)	(24)	(15)	(39)	(24)	(11)	(31)	(14)	(34)	(64)	(57)	(70)	(26)	(25)	(29)	(550)	-	廃棄部位：果皮及び種子 豪州成分表から推計

7 果実類

可食部 100 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	水分	たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸 メチオニン	含硫アミノ酸 シスチン	含硫アミノ酸 合計	芳香族アミノ酸 フェニルアラニン	芳香族アミノ酸 チロシン	芳香族アミノ酸 合計	トレオニン（スレオニン）	トリプトファン	バリン	ヒスチジン	アルギニン	アラニン	アスパラギン酸	グルタミン酸	グリシン	プロリン	セリン	アミノ酸合計	アンモニア	備考
			(…… g ……)			(…… mg ……)									(…… mg ……)													
		メロン																										
07134	904	温室メロン、生	87.8	1.1	(0.7)	(17)	(25)	(23)	(6.7)	(13)	(19)	(20)	(9.4)	(30)	(23)	(8.2)	(29)	(16)	(20)	(120)	(110)	(240)	(33)	(22)	(43)	(780)	-	試料：アールス系（緑肉種） 廃棄部位：果皮及び種子 07135露地メロンから推計
07135	905	露地メロン、緑肉種、生	87.9	1.0	0.6	15	23	21	6.1	11	18	18	8.5	27	21	7.4	27	14	19	110	100	220	30	20	39	710	25	廃棄部位：果皮及び種子
		（もも類）																										
		もも																										別名：毛桃
07136	907	生	88.7	0.6	0.4	9.9	16	16	3.5	5.1	8.6	8.9	5.5	14	14	2.4	14	7.7	8.3	23	260	33	11	12	17	470	28	試料：白肉種。廃棄部位：果皮及び核
		ネクタリン																										別名：油桃
07140	912	生	87.8	0.7	(0.4)	(5.9)	(9.2)	(11)	(4.0)	(3.3)	(7.3)	(14)	(4.6)	(18)	(5.9)	(3.3)	(8.6)	(5.3)	(5.9)	(11)	(380)	(22)	(7.3)	(6.6)	(12)	(520)	-	廃棄部位：果皮及び核 米国成分表から推計
		ライチー																										別名：れいし
07144	914	生	82.1	1.0	-	(20)	(41)	(35)	(9.9)	-	-	(23)	(19)	(42)	(26)	-	(44)	(9.2)	(27)	(120)	(96)	(160)	(32)	(32)	(37)	-	-	試料：冷凍品 廃棄部位：果皮及び種子 米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		りゅうがん																										
07147	916	乾	19.4	5.1	-	(100)	(210)	(180)	(51)	-	-	(120)	(97)	(210)	(130)	-	(230)	(47)	(140)	(610)	(490)	(810)	(160)	(160)	(190)	-	-	廃棄部位：果皮及び種子 米国成分表から推計。データの不足のため、合計及びアミノ酸組成によるたんぱく質は未計算
		りんご																										
07148	917	皮むき、生	84.1	0.1	0.1	3.7	5.6	5.0	1.7	2.2	3.9	3.1	1.2	4.3	3.6	0.9	4.2	2.1	2.6	5.1	46	12	3.6	3.5	4.3	110	4.7	廃棄部位：果皮及び果しん部
07176	918	皮つき、生	83.1	0.2	(0.1)	(4.6)	(7.0)	(6.2)	(2.1)	(2.8)	(4.9)	(3.8)	(1.5)	(5.4)	(4.4)	(1.1)	(5.2)	(2.6)	(3.3)	(6.3)	(58)	(15)	(4.6)	(4.4)	(5.3)	(140)	-	廃棄部位：果しん部 07148りんご皮むき生から推計
07153	923	缶詰	79.4	0.3	(0.2)	(12)	(18)	(18)	(3.3)	(3.3)	(6.7)	(8.3)	(5.0)	(13)	(10)	(3.3)	(13)	(5.0)	(10)	(10)	(52)	(30)	(12)	(10)	(12)	(240)	-	試料：ヘビーシラップ漬 液汁を含んだもの（液汁 50 %） 米国成分表から推計
07154	924	ジャム	46.9	0.2	(0.2)	(6.1)	(9.4)	(8.3)	(2.8)	(3.7)	(6.5)	(5.1)	(2.0)	(7.1)	(5.9)	(1.5)	(7.0)	(3.5)	(4.4)	(8.4)	(77)	(20)	(6.1)	(5.9)	(7.1)	(180)	-	07148りんご皮むき生から推計