

13 乳類

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	含硫アミノ酸						芳香族アミノ酸														
						イソロイシン	ロイシン	リジン(リジン)	メチオニン	シスチン	合計	フェニルアラニン	チロシン	合計												
															(..... g)									(..... mg)		
		乳類																								
		<牛乳及び乳製品>																								
		(液状乳類)																								
		生乳																								
13001	1760	ジャージー種	85.9	3.6	(3.2)	(180)	(340)	(290)	(87)	(28)	(120)	(170)	(170)	(340)												
13002	1761	ホルスタイン種	87.7	3.2	2.7	170	310	260	83	29	110	150	120	270												
13003	1762	普通牛乳	87.4	3.3	2.9	170	320	270	80	26	110	160	150	310												
		加工乳																								
13004	1763	濃厚	86.3	3.5	(3.1)	(180)	(330)	(280)	(84)	(28)	(110)	(170)	(160)	(330)												
13005	1764	低脂肪	88.8	3.8	3.3	180	360	310	91	31	120	180	180	360												
13006	1765	脱脂乳	91.1	3.4	(3.0)	(170)	(330)	(270)	(82)	(27)	(110)	(160)	(160)	(320)												
		乳飲料																								
13007	1766	コーヒー	88.1	2.2	1.8	100	200	160	48	17	65	98	96	190												
		(粉乳類)																								
13009	1768	全粉乳	3.0	25.5	(22.3)	(1300)	(2400)	(2100)	(610)	(200)	(820)	(1200)	(1200)	(2400)												
13010	1769	脱脂粉乳	3.8	34.0	29.9	1800	3300	2600	830	270	1100	1600	1600	3200												
13011	1770	乳児用調製粉乳	2.6	12.4	10.5	710	1200	970	290	210	510	510	380	890												
		(練乳類)																								
13012	1771	無糖練乳	72.5	6.8	(6.0)	(350)	(670)	(550)	(160)	(51)	(210)	(330)	(260)	(590)												
13013	1772	加糖練乳	26.1	7.7	6.8	390	760	620	180	58	240	380	300	670												
		(クリーム類)																								
		クリーム																								
13014	1773	乳脂肪	49.5	2.0	1.7	92	180	150	47	22	69	91	87	180												
13015	1774	乳脂肪・植物性脂肪	49.8	4.4	(3.9)	(220)	(420)	(360)	(110)	(42)	(150)	(210)	(200)	(410)												
13016	1775	植物性脂肪	50.0	6.8	6.0	350	670	560	160	61	230	320	310	630												
		ホイップクリーム																								
13017	1776	乳脂肪	44.3	1.8	(1.5)	(84)	(160)	(140)	(42)	(20)	(62)	(82)	(79)	(160)												
13018	1777	乳脂肪・植物性脂肪	44.0	4.0	(3.5)	(200)	(390)	(330)	(97)	(38)	(140)	(190)	(180)	(370)												

可食部 100 g 当たり

トレオニン	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											
														(..... mg)										
														(..... mg)										
														未殺菌のもの										
(150)	(50)	(220)	(100)	(120)	(110)	(270)	(750)	(66)	(340)	(190)	(3700)	-	(100 g: 96.9 mL, 100 mL: 103.2 g) 13003普通牛乳から推計											
130	41	210	88	100	100	250	620	59	300	150	3200	76	(100 g: 96.9 mL, 100 mL: 103.2 g)											
140	45	200	92	110	100	250	690	61	310	170	3300	70	(100 g: 96.9 mL, 100 mL: 103.2 g)											
(150)	(48)	(220)	(98)	(120)	(110)	(270)	(730)	(64)	(330)	(180)	(3500)	-	(100 g: 96.2 mL, 100 mL: 104.0 g) 13003普通牛乳から推計											
160	51	230	100	130	120	290	790	69	360	200	3800	76	(100 g: 96.4 mL, 100 mL: 103.7 g)											
(150)	(47)	(210)	(95)	(110)	(110)	(260)	(710)	(63)	(320)	(180)	(3400)	-	(100 g: 96.5 mL, 100 mL: 103.6 g) 13003普通牛乳から推計											
88	28	130	58	68	68	160	430	41	200	110	2100	46	(100 g: 95.0 mL, 100 mL: 105.3 g)											
(1100)	(350)	(1600)	(710)	(850)	(790)	(1900)	(5300)	(470)	(2400)	(1300)	(26000)	-	13003普通牛乳から推計											
1400	470	2100	1000	1100	1100	2600	6900	640	3500	1800	35000	700	別名: スキムミルク											
640	160	770	290	340	490	1100	2300	230	1000	570	12000	310	別名: 育児用粉ミルク 育児用栄養強化品											
(300)	(86)	(430)	(200)	(230)	(220)	(530)	(1500)	(130)	(660)	(370)	(7000)	-	別名: エバミルク 13013加糖練乳から推計											
340	98	490	230	260	250	600	1700	150	750	420	7900	160	別名: コンデンスミルク											
90	24	110	54	74	67	160	360	45	160	110	1900	39												
(200)	(50)	(270)	(120)	(150)	(150)	(350)	(900)	(88)	(400)	(240)	(4500)	-	脂質: 乳脂肪由来22.5 g、植物性脂肪由来19.6 g 13014クリーム乳脂肪、13016クリーム植物性脂肪 (1:1)から推計											
310	76	430	190	220	230	550	1400	130	640	360	7000	160												
(82)	(21)	(100)	(49)	(67)	(61)	(140)	(330)	(41)	(140)	(99)	(1700)	-	クリームにグラニュー糖を加えて泡だてたもの 13014クリーム乳脂肪から推計											
(180)	(46)	(250)	(110)	(140)	(130)	(320)	(820)	(80)	(360)	(220)	(4100)	-	脂質: 乳脂肪由来19.1 g、植物性脂肪由来17.1 g 13014クリーム乳脂肪、13016クリーム植物性脂肪 (1:1)から推計											

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	含硫アミノ酸						芳香族アミノ酸		
						イソロイシン	ロイシン	リジン(リジン)	メチオニン	シスチン	合計	フェニルアラニン	チロシン	合計
13019	1778	植物性脂肪	43.7	6.3	(5.6)	(330)	(610)	(520)	(150)	(56)	(210)	(300)	(290)	(580)
		コーヒーホワイトナー												
13020	1779	液状、乳脂肪	70.3	5.2	4.7	260	490	410	140	28	170	260	260	520
13021	1780	液状、乳脂肪・植物性脂肪	69.2	4.8	(4.2)	(240)	(460)	(390)	(120)	(45)	(160)	(230)	(220)	(440)
13022	1781	液状、植物性脂肪	68.4	4.3	(3.8)	(220)	(420)	(350)	(100)	(39)	(140)	(200)	(200)	(400)
13023	1782	粉末状、乳脂肪	2.8	7.7	(6.4)	(360)	(700)	(580)	(180)	(85)	(270)	(350)	(340)	(690)
13024	1783	粉末状、植物性脂肪	3.0	2.8	(2.5)	(150)	(270)	(230)	(68)	(25)	(93)	(130)	(130)	(260)
		(発酵乳・乳酸菌飲料)												
		ヨーグルト												
13025	1784	全脂無糖	87.7	3.6	3.2	200	350	290	89	36	130	170	160	330
13053	1785	低脂肪無糖	89.2	3.7	3.3	190	360	300	89	30	120	180	180	360
13054	1786	無脂肪無糖	89.1	4.0	3.7	220	410	350	95	40	140	190	190	380
13026	1787	脱脂加糖	82.6	4.3	3.9	210	400	340	98	35	130	200	180	390
13027	1788	ドリンクタイプ、加糖	83.8	2.9	2.6	150	280	240	68	24	92	140	130	270
		乳酸菌飲料												
13028	1789	乳製品	82.1	1.1	0.9	55	100	76	25	12	38	50	38	88
		(チーズ類)												
		ナチュラルチーズ												
13031	1792	エダム	41.0	28.9	(29.4)	(1500)	(3000)	(3100)	(830)	(290)	(1100)	(1700)	(1700)	(3300)
13032	1793	エメンタル	33.5	27.3	(27.2)	(1600)	(3000)	(2600)	(790)	(290)	(1100)	(1700)	(1700)	(3400)
13033	1794	カテージ	79.0	13.3	12.9	710	1400	1200	370	70	440	720	760	1500
13034	1795	カマンベール	51.8	19.1	17.3	940	1800	1500	510	76	580	970	1100	2100
13035	1796	クリーム	55.5	8.2	7.4	420	810	670	200	62	270	410	410	820
13036	1797	ゴーダ	40.0	25.8	(26.3)	(1400)	(2700)	(2700)	(740)	(260)	(1000)	(1500)	(1500)	(3000)
13037	1798	チェダー	35.3	25.7	23.4	1400	2500	2100	700	200	900	1400	1400	2800
13038	1799	パルメザン	15.4	44.0	(41.1)	(2300)	(4300)	(3400)	(1200)	(140)	(1300)	(2400)	(2700)	(5000)
13039	1800	ブルー	45.6	18.8	(17.5)	(990)	(1700)	(1600)	(510)	(94)	(610)	(950)	(1100)	(2100)
13055	1801	マスカルポーネ	62.4	4.4	4.0	220	440	360	120	34	150	220	220	440
13057	1803	やぎ	52.9	20.6	18.0	980	2000	1600	470	180	640	990	910	1900
13040	1805	プロセスチーズ	45.0	22.7	21.1	1200	2300	1900	580	120	710	1200	1300	2500

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											
														(..... mg)										
														(280)	(70)	(400)	(180)	(210)	(210)	(500)	(1300)	(120)	(590)	(340)
													別名: コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム											
220	64	330	150	180	160	380	1100	100	530	290	5400	97												
(220)	(54)	(300)	(140)	(160)	(160)	(380)	(980)	(96)	(430)	(260)	(4900)	-	脂質: 乳脂肪由来9.2 g、植物性脂肪由来12.4 g 13014クリーム乳脂肪、13016クリーム植物性脂肪(1:1)から推計											
(190)	(48)	(270)	(120)	(140)	(140)	(350)	(910)	(82)	(400)	(230)	(4400)	-	13016クリーム植物性脂肪から推計											
(350)	(91)	(430)	(210)	(280)	(260)	(600)	(1400)	(170)	(610)	(420)	(7400)	-	13014クリーム乳脂肪から推計											
(130)	(31)	(180)	(80)	(92)	(93)	(230)	(590)	(54)	(260)	(150)	(2900)	-	13016クリーム植物性脂肪から推計											
150	48	240	100	120	130	290	730	73	360	170	3700	84	別名: プレーンヨーグルト											
160	51	230	110	130	130	290	780	74	360	200	3800	84												
200	59	260	120	130	150	350	870	79	390	220	4300	91												
180	54	260	120	160	170	340	900	160	450	230	4500	89	別名: 普通ヨーグルト											
130	39	180	83	96	95	230	610	55	280	160	3000	63												
43	12	67	29	31	35	80	220	20	100	50	1000	28	無脂乳固形分3.0%以上 (100 g: 92.9 mL、100 mL: 107.6 g)											
(1100)	(410)	(2100)	(1200)	(1100)	(880)	(2000)	(7100)	(560)	(3800)	(1800)	(34000)	-	米国成分表から推計											
(1100)	(410)	(2200)	(1100)	(940)	(930)	(1600)	(5800)	(510)	(3700)	(1700)	(32000)	-	米国成分表から推計											
600	180	910	430	520	440	1100	3100	270	1500	790	15000	280	クリーム入り											
750	240	1200	590	680	580	1400	4300	380	2000	1100	20000	500												
360	120	520	250	300	270	660	1700	170	770	450	8600	170												
(960)	(360)	(1900)	(1100)	(1000)	(790)	(1800)	(6300)	(500)	(3400)	(1600)	(30000)	-	米国成分表から推計											
910	320	1800	790	870	740	2000	5400	470	2900	1300	27000	560												
(1700)	(590)	(2900)	(1200)	(1800)	(1300)	(3100)	(9900)	(870)	(5300)	(2600)	(48000)	-	粉末状。米国成分表から推計											
(690)	(270)	(1400)	(670)	(620)	(570)	(1300)	(4500)	(360)	(1800)	(980)	(20000)	-	米国成分表から推計											
200	58	280	130	160	140	350	930	87	410	240	4600	89												
1000	290	1400	560	590	690	1600	4100	380	2100	1100	21000	590	別名: シェーブルチーズ											
830	290	1600	720	820	670	1700	5000	440	2600	1100	24000	500												

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	リジン (リジン)	含硫アミノ酸			芳香族アミノ酸													
									メチオニン	シスチン	合計	フェニルアラニン	チロシン	合計											
															(..... g)						(..... mg)				
		(アイスクリーム類)																							
		アイスクリーム																							
13042	1807	高脂肪	61.3	3.5	3.1	180	330	280	89	33	120	170	140	310											
13043	1808	普通脂肪	63.9	3.9	(3.4)	(200)	(370)	(310)	(99)	(37)	(140)	(190)	(160)	(350)											
13044	1809	アイスマルク	65.6	3.4	(3.0)	(170)	(320)	(270)	(86)	(32)	(120)	(160)	(140)	(300)											
		ラクトアイス																							
13045	1810	普通脂肪	60.4	3.1	2.7	170	310	250	76	33	110	150	95	240											
13046	1811	低脂肪	75.2	1.8	(1.6)	(100)	(180)	(150)	(44)	(19)	(64)	(85)	(55)	(140)											
13047	1812	ソフトクリーム	69.6	3.8	(3.3)	(190)	(360)	(300)	(97)	(36)	(130)	(180)	(160)	(340)											
		(その他)																							
13048	1813	カゼイン	10.6	86.2	81.5	4900	8400	7100	2600	430	3100	4500	5000	9500											
13050	1815	チーズホエーパウダー	2.2	12.5	(10.3)	(700)	(1100)	(1000)	(230)	(240)	(480)	(390)	(350)	(740)											
		<その他>																							
13051	1816	人乳	88.0	1.1	0.8	51	99	66	15	24	39	42	40	82											
13052	1817	やぎ乳	88.0	3.1	(2.6)	(180)	(270)	(250)	(70)	(40)	(110)	(130)	(160)	(290)											

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											
														(..... mg)										
														150	45	220	100	120	120	280	710	70	310	190
(170)	(50)	(240)	(110)	(140)	(130)	(310)	(800)	(78)	(350)	(220)	(4000)	-	乳固形分15.0%以上、乳脂肪分8.0% 試料: バニラアイスクリーム 13042アイスクリーム高脂肪から推計											
(150)	(44)	(210)	(98)	(120)	(110)	(270)	(690)	(68)	(300)	(190)	(3400)	-	乳固形分10.0%以上、乳脂肪分3.0%以上、植物性脂肪を含む 13042アイスクリーム高脂肪から推計											
130	35	200	86	95	110	250	600	61	310	150	3100	69	乳固形分3.0%以上、主な脂質: 植物性脂肪											
(78)	(20)	(120)	(50)	(55)	(63)	(150)	(350)	(35)	(180)	(84)	(1800)	-	乳固形分3.0%以上、主な脂質: 植物性脂肪 13045ラクトアイス普通脂肪から推計											
(170)	(49)	(240)	(110)	(140)	(130)	(300)	(780)	(76)	(340)	(210)	(3900)	-	主な脂質: 乳脂肪 コーンカップを除いたもの 13042アイスクリーム高脂肪から推計											
3700	1100	6000	2700	3300	2700	6300	19000	1600	10000	4600	94000	1700	試料: 酸カゼイン											
(790)	(200)	(670)	(230)	(360)	(580)	(1200)	(2200)	(270)	(760)	(600)	(12000)	-	米国成分表から推計											
43	15	56	26	32	36	86	170	22	92	41	960	35	試料: 成熟乳 (100 g: 98.3 mL, 100 mL: 101.7 g) 剰余アンモニア: 3.9 mg											
(140)	(38)	(210)	(78)	(100)	(100)	(180)	(550)	(44)	(320)	(160)	(3000)	-	米国成分表から推計											