

5 種実類

食品番号	索引番号	食品名	インロイシン	ロイシン	リジン (リジン)	含硫アミノ酸			芳香族アミノ酸			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	
						メ チ オ ニ ン	シ ス チ ン	合 計	フ ヘ ニ ル ア ラ ニ ン	チ ロ シ ン	合 計					
		種実類	(.....mg.....)													
		アーモンド														
05001	344	乾	220	380	170	49	85	130	270	160	430	160	56	260	150	
		あまに														
05041	348	いり	260	350	160	110	67	170	290	140	430	220	99	310	140	
		カシューナッツ														
05005	350	フライ、味付け	250	440	280	110	130	240	280	180	460	210	97	340	140	
		ぎんなん														
05008	353	生	210	380	210	120	93	210	190	160	350	270	88	300	110	
		(くり類)														
		日本ぐり														
05010	355	生	180	310	270	66	83	150	210	120	330	190	68	240	130	
		くるみ														
05014	359	いり	230	400	150	95	100	200	250	180	430	190	74	270	140	
		ごま														
05017	362	乾	220	410	160	180	130	310	270	200	470	220	95	290	160	
05018	363	いり	220	410	150	180	110	290	270	190	460	220	89	290	160	
05019	364	むき	220	410	160	190	130	320	280	210	490	220	96	290	170	
		ピスタチオ														
05026	373	いり、味付け	250	410	290	85	100	190	280	150	440	180	82	340	140	
		ひまわり														
05038	375	乾	260	380	210	140	110	250	280	150	440	210	83	310	160	
		ヘーゼルナッツ														
05039	378	いり	190	360	140	76	98	170	230	140	370	150	75	250	130	
		マカダミアナッツ														
05031	380	いり、味付け	180	340	220	93	170	270	180	260	440	170	61	230	130	
		まつ														
05033	382	いり	210	390	200	140	140	280	200	220	420	170	54	270	140	
		らっかせい														
05034	383	乾、大粒種	200	390	210	63	82	140	320	230	550	170	59	260	150	
05035	385	いり、大粒種	200	390	200	62	74	140	320	220	530	170	57	260	150	
05036	387	バターピーナッツ	210	410	210	67	83	150	320	220	540	170	58	270	160	
05037	388	ピーナッツバター	210	400	190	62	77	140	320	210	530	170	56	260	160	

基準窒素 1g 当たり

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	窒素換算係数 たんぱく質に対する アミノ酸組成による	備考
580	240	600	1400	360	240	210	5600	160	4.85	
550	280	570	1200	370	220	270	5600	150	4.83	
620	240	540	1200	260	230	280	5900	120	5.06	
680	290	600	940	250	250	290	5400	100	4.68	廃棄部位：殻及び薄皮
400	330	1200	750	230	190	200	5200	170	4.46	廃棄部位：殻(鬼皮)及び渋皮(包丁むき)
810	230	570	1100	260	210	270	5500	110	4.75	
760	280	510	1200	300	220	270	5900	120	5.06	試料：洗いごま
750	280	500	1200	300	220	270	5800	130	5.00	
770	280	500	1200	300	220	270	5900	120	5.11	
530	240	520	1200	250	240	310	5600	130	4.82	廃棄部位：殻
540	240	560	1200	310	280	240	5700	150	4.92	
680	230	540	1100	230	190	210	5000	110	4.29	別名：ヘーゼルナッツ、西洋はしばみ、フィルバート
740	220	550	1300	270	260	220	5600	120	4.81	
900	250	520	1000	250	260	290	5600	85	4.86	
690	230	740	1200	340	260	300	5900	130	5.09	別名：なんきんまめ、ピーナッツ
670	240	730	1200	340	270	300	5800	130	5.03	
700	240	740	1200	360	270	290	6000	130	5.18	
700	240	740	1200	350	270	290	5900	130	5.12	