12 卵類

食品番号	索引番号	食品名	脂質1g当たり脂肪酸 総量	脂質1g当たり脂肪酸 飽和	脂質1g当たり脂肪酸 一価不飽和	脂質1g当たり脂肪酸 多価不飽和	飽和 10:0 デカン酸	飽和 12:0 ラウリン酸	飽和 14:0 ミリスチン酸	飽和 15:0 ペンタデカン酸	飽和 16:0 パルミチン酸	飽和 17:0 ヘプタデカン酸	飽和 18:0 ステアリン酸	飽和 20:0 アラキジン酸	飽和 22:0 ベヘン酸	飽和 24:0 リグノセリン酸	一価不飽和 10:1 デセン酸	一価不飽和 14:1 ミリストレイン酸	一価不飽和 15:1 ペンタデセン酸	一価不飽和 16:1 パルミトレイン酸	一価不飽和 17:1 ヘプタデセン酸	一価不飽和 18:1 計	一価不飽和 18:1 n-9 オレイン酸	一価不飽和 18:1 n-7 シス-バクセン酸	一価不飽和 20:1 イコセン酸	一価不飽和 22:1 ドコセン酸	一価不飽和 24:1 テトラコセン酸	多価不飽和 16:2 ヘキサデカジエン酸	多価不飽和 16:3 ヘキサデカトリエン酸	多価不飽和 16:4 ヘキサデカテトラエン酸	多価不飽和 18:2 n-6 リノール酸	多価不飽和 18:3 n-3 α-リノレン酸	多価不飽和 18:3 n-6 γ-リノレン酸	多価不飽和 18:4 n-3 オクタデカテトラエン酸	多価不飽和 20:2 n-6 イコサジエン酸	多価不飽和 20:3 n-6 イコサトリエン酸	多価不飽和 20:4 n-3 イコサテトラエン酸	多価不飽和 20:4 n-6 アラキドン酸	多価不飽和 20:5 n-3 イコサペンタエン酸	多価不飽和 21:5 n-3 ヘンイコサペンタエン酸	多価不飽和 22:2 ドコサジエン酸	多価不飽和 22:4 n-6 ドコサテトラエン酸	多価不飽和 22:5 n-3 ドコサペンタエン酸	多価不飽和 22:5 n-6 ドコサペンタエン酸	多価不飽和 22:6 n-3 ドコサヘキサエン酸	未同定脂肪酸	備考
			(mg)				(g)																																								
		卵類																																													
		あひる卵																																													
12020	1740	ピータン	781	185	496	99	0	0.1	0.5	Tr	17.8	0.1	5.2	0	0	0	0	0.1	0	3.3	0.2	59.5	-	-	0.5	0	0	0	0	0	7.5	0.7	0.1	0.2	0.5	0.3	0	2.0	0.1	0	0	0	0.3	0.4	0.6	-	廃棄部位：泥状物及び卵殻（卵殻：15 %）
		うこっけい卵																																													
12001	1741	全卵、生	773	277	349	148	0	0	0.4	0.1	25.9	0.3	9.2	0	0	0	0	0.1	0	2.4	0.2	42.2	-	-	0.2	0	0	Tr	0	0	14.0	0.3	0	0	0.1	0.2	0	2.0	0	0	0	0.6	0.1	0	1.6	-	廃棄部位：付着卵白を含む卵殻（卵殻：13 %） 卵黄：卵白＝38：62
		うずら卵																																													
12002	1742	全卵、生	779	296	361	123	-	-	0.5	0.1	26.8	0.3	10.1	0.1	-	-	-	0.1	-	4.8	0.1	41.1	-	-	0.3	-	0	-	-	-	11.1	0.3	-	0	0	0.1	-	1.3	0.3	-	-	-	0.2	-	2.4	Tr	廃棄部位：付着卵白を含む卵殻（卵殻：12 %） 卵黄：卵白＝38：62
12003	1743	水煮缶詰	808	300	380	127	0	Tr	0.5	0.1	25.8	0.4	10.3	Tr	0	0	0	0.1	0	4.7	0.2	41.8	-	-	0.3	0	0	0	0	0	10.8	0.3	0.3	0	Tr	0.1	0	1.4	0.2	0	0	Tr	0.2	Tr	2.3	-	液汁を除いたもの
		鶏卵																																													
		全卵																																													
12006	1746	ポーチドエッグ	790	274	357	159	0	0	0.4	0.1	25.2	0.3	8.8	0	0	0	0	0.1	0	2.3	0.2	42.4	-	-	0.2	0	0	0	0	0	15.8	0.5	0	0	0.2	0.2	0	1.8	0	0	0	0.1	0.1	0	1.4	-	
12007	1747	水煮缶詰	821	280	383	158	0	0	0.3	0.1	24.1	0.4	9.1	Tr	0	0	0	0.1	0	2.8	0.2	43.3	-	-	0.3	0	0	0	0	0	14.4	0.4	0	0	0.1	0.2	0	2.1	0.1	0	0	0.1	0.1	0.3	1.5	-	
12008	1748	加糖全卵	805	279	394	132	0	0	0.4	0.1	24.6	0.3	9.3	Tr	0	0	0	0.1	0	2.5	0.2	45.8	-	-	0.3	0	0	0	0	0	12.4	0.3	0.1	Tr	0.1	0.2	0	2.0	0	0	0	0	0.1	0.5	0.7	-	試料：冷凍品
		卵黄																																													
12010	1750	生	794	275	358	161	0	0	0.4	0.1	25.3	0.3	8.7	0	0	0	0	0.1	0	2.2	0.2	42.4	-	-	0.2	0	0	0	0	0	15.9	0.5	0	0	0.2	0.2	0	1.8	0	0	0	0.1	0.1	0	1.4	-	液卵黄を含む
12011	1751	ゆで	788	270	355	163	0	0	0.4	0.1	24.8	0.3	8.7	0	0	0	0	0.1	0	2.1	0.2	42.5	-	-	0.2	0	0	0	0	0	16.3	0.5	0	0	0.2	0.2	0	1.8	0	0	0	0.1	0.1	0	1.5	-	液卵黄を含む
12012	1752	加糖卵黄	801	273	376	152	0	Tr	0.5	0.1	24.2	0.3	9.1	Tr	Tr	0	0	0.1	0	2.3	0.2	44.0	-	-	0.3	0	0	0	0	0	14.6	0.3	0.1	Tr	0.2	0.2	0	2.0	Tr	0	0	0	0.1	0.4	1.0	-	試料：冷凍品
12013	1753	乾燥卵黄	803	293	365	146	0	0	0.4	0.1	26.7	0.2	9.0	Tr	Tr	0	0	0.1	0	3.2	0.2	41.7	-	-	0.3	0	0	0	0	0	14.1	0.3	0.1	Tr	0.2	0.2	0	2.1	0	0	0	0	0.1	0.6	0.5	-	
		卵白																																													
12014	1754	生	339	105	149	80	-	-	0.6	0.1	22.5	0.1	7.5	0.1	-	-	-	Tr	-	3.5	0.1	39.6	-	-	0.4	-	0.2	-	-	-	12.7	0.2	-	0	0.1	0.2	-	8.5	0.1	-	-	-	0	-	1.8	1.6	液卵白を含む
12015	1755	ゆで	369	124	184	56	-	-	1.4	0.2	24.0	0.3	7.5	0.1	-	-	-	0.2	-	3.6	0.2	45.3	-	-	0.5	-	Tr	-	-	-	12.1	0.2	-	0	0.1	0.1	-	2.0	Tr	-	-	-	Tr	-	0.9	1.4	
12016	1756	乾燥卵白	743	248	363	131	0	0.1	0.4	0.1	23.8	0.3	8.8	Tr	0	0	0	0.1	0	2.8	0.2	45.3	-	-	0.5	0	0	0	0	0	13.2	0.4	0.1	0	0.2	0.2	0	2.2	Tr	0	0	0	0.1	0.2	1.0	-	