

13 乳類

食品番号	索引番号	食品名	脂肪酸総量 100 g 当たり脂肪酸																												備考
			脂質 1 g 当たり脂肪酸				飽和																				一価不飽和				
			総量	飽和	一価不飽和	多価不飽和	4:0	6:0	7:0	8:0	10:0	12:0	13:0	14:0	15:0	15:0 ant	16:0	16:0 iso	17:0	17:0 ant	18:0	20:0	22:0	24:0	10:1	14:1	15:1				
(.....mg.....)	(.....g.....)																														
13035	1796	クリーム	865	614	224	27	3.9	2.5	Tr	1.4	3.0	3.4	0.1	11.4	1.2	0.6	30.6	0.3	0.6	0.5	11.2	0.2	0.1	0.1	0.3	1.1	0				
13036	1797	ゴーダ	856	612	221	23	3.9	2.5	Tr	1.5	3.1	4.0	0.1	11.7	1.1	0.5	30.7	0.2	0.5	0.5	10.9	0.1	0.1	0.1	0.3	1.1	0				
13037	1798	チェダー	923	607	269	24	3.6	2.4	-	1.4	3.0	3.4	-	10.5	1.3	0.6	26.9	0.2	0.6	0.5	11.3	0.2	-	-	0.3	1.3	-				
13038	1799	パルメザン	851	589	231	31	2.8	2.2	Tr	1.4	3.0	3.4	0.1	11.4	1.2	0.5	30.2	0.3	0.6	0.5	11.5	0.2	0.1	0.1	0.3	1.1	0				
13039	1800	ブルー	853	592	233	28	3.1	2.6	Tr	1.2	2.8	3.3	0.1	10.8	1.0	0.5	30.5	0.3	0.6	0.5	11.8	0.2	0.1	Tr	0.3	1.0	0				
13055	1801	マスカルポーネ	852	596	227	29	3.5	2.3	0	1.3	2.8	3.4	0	11.5	1.2	0.5	30.6	0.3	0.7	0.5	11.2	0.2	0.1	0	0.3	0.9	0				
13057	1803	やぎ	874	615	224	34	3.8	3.5	0	3.3	8.1	4.1	0	9.6	0.8	0.3	24.8	0.2	0.6	0.4	10.6	0.2	0.1	Tr	0.2	0.1	0				
13040	1805	ブロセスチーズ	918	615	263	21	3.8	2.4	-	1.4	2.9	3.3	-	10.8	1.2	0.6	27.8	0.2	0.6	0.6	11.2	0.2	-	-	0.3	1.3	-				
13041	1806	チーズブレッド	852	613	215	25	3.8	2.4	Tr	1.5	3.2	3.6	0.1	11.6	1.2	0.6	30.9	0.3	0.7	0.5	11.3	0.2	0.1	Tr	0.3	1.0	0				
		(アイスクリーム類)																													
		アイスクリーム																													
13043	1808	普通脂肪	914	580	289	45	3.4	2.2	-	1.3	3.1	3.4	-	10.8	1.0	0.5	26.3	0.3	0.7	0.6	9.6	0.3	0.1	Tr	0.3	0.9	0				
13044	1809	アイスマルク	961	725	211	25	5.9	3.8	-	2.2	2.6	10.0	-	9.8	0.7	0.3	25.9	0.2	0.6	0.4	12.8	0.2	0.1	0.1	0.1	0.5	0				
		ラウトアイス																													
13045	1810	普通脂肪	986	670	270	45	0	0.2	-	3.3	2.3	17.5	-	8.2	0.1	Tr	28.9	0	0.1	0	7.1	0.3	0.1	0.1	Tr	Tr	0				
13046	1811	低脂肪	967	706	235	27	Tr	0.4	-	3.3	2.7	17.3	-	8.0	0.3	0.1	25.2	0.1	0.3	0.2	14.6	0.3	0.1	0.1	0.1	0.2	0				
13047	1812	ソフトクリーム	957	659	264	34	0.2	0.9	-	1.7	2.3	6.8	-	9.0	0.7	0.3	32.1	0.2	0.6	0.4	13.1	0.3	0.1	0.1	0.1	0.6	0				
		(その他)																													
13048	1813	カゼイン	907	679	198	31	0.5	1.0	-	1.3	2.9	3.8	-	12.6	1.3	0.5	35.1	0.2	0.9	0.5	13.8	0.2	0.1	0	0.3	1.0	0				
13049	1814	シャーベット	992	771	182	39	Tr	0.2	-	3.5	3.2	28.5	-	14.0	0.1	Tr	21.1	Tr	0.1	Tr	6.6	0.2	0.1	Tr	Tr	0.1	0				
13050	1815	チーズホエイパウダー	923	622	264	37	0.5	1.2	-	1.3	3.2	3.5	-	11.5	1.1	0	30.9	0	0.7	0	13.4	0.2	0	0	0.3	0.8	0				
		<その他>																													
13051	1816	人乳	987	377	435	176	0	0	-	0.1	1.1	4.8	-	5.2	0	0	21.2	0	0	0	5.4	0.2	0.1	0.1	0	0.1	0				
13052	1817	やぎ乳	849	610	213	26	2.5	2.4	Tr	2.5	8.4	3.9	0.1	11.4	1.2	0.5	26.9	0.4	0.8	0.6	10.1	0.3	0.1	Tr	0.2	0.2	0				

食品番号	索引番号	食品名	脂肪酸総量 100 g 当たり脂肪酸																												備考
			脂質 1 g 当たり脂肪酸				飽和																				一価不飽和				
			総量	飽和	一価不飽和	多価不飽和	4:0	6:0	7:0	8:0	10:0	12:0	13:0	14:0	15:0	15:0 ant	16:0	16:0 iso	17:0	17:0 ant	18:0	20:0	22:0	24:0	10:1	14:1	15:1				
(.....mg.....)	(.....g.....)																														
16:1	17:1	18:1 n-7	18:1 n-9	20:1	22:1	24:1	16:2	16:3	16:4	18:2 n-6	18:3 n-3	18:3 n-6	18:4 n-3	20:2 n-6	20:3 n-6	20:4 n-3	20:4 n-6	20:5 n-3	21:5 n-3	22:2	22:4 n-6	22:5 n-3	22:5 n-6	22:6 n-3	未 同 定 脂 肪 酸						
パ ル ミ ト レ イ ン 酸	ヘ プ タ デ セ ン 酸	オ レ イ ン 酸	シ ス ト リ ク セ ン 酸	イ コ セ ン 酸	ド コ セ ン 酸	テ ト ラ コ セ ン 酸	ヘ キ サ デ カ ジ エ ン 酸	ヘ キ ト リ エ ン 酸	ヘ キ サ デ カ ジ エ ン 酸	リ ノ ール 酸	α リ ノ レ ン 酸	γ リ ノ レ ン 酸	オ ク タ デ カ ジ エ ン 酸	イ コ サ ジ エ ン 酸	イ コ サ ト リ エ ン 酸	イ コ サ テ ト ラ エ ン 酸	ア ラ キ ド ン 酸	イ コ サ ペ ン タ エ ン 酸	ヘ ン イ ユ サ エ ン 酸	ド コ サ ジ エ ン 酸	ド コ サ テ ト ラ エ ン 酸	ド コ サ ペ ン タ エ ン 酸	ド コ サ ペ ン タ エ ン 酸	ド コ サ ヘ キ セ ン 酸	ド コ サ ヘ キ セ ン 酸						
1.6	0.3	22.4	-	-	0.2	0	0	0	0	2.0	0.6	0	Tr	Tr	0.1	Tr	0.1	0.1	0	0	0	0.1	0	Tr	-						
1.7	0.3	22.2	-	-	0.2	0	0	0	0	1.7	0.5	0	Tr	Tr	0.1	Tr	0.1	0.1	0	0	0	0.1	0	Tr	-						
1.9	0.8	24.7	-	-	0.3	-	-	-	-	1.7	0.8	-	0	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	2.5						
1.6	0.3	23.6	-	-	0.2	0	0	0	0	2.3	0.8	0	Tr	Tr	0.1	Tr	0.1	0.1	0	0	0	0.1	0	0	-	粉末状					
1.6	0.3	23.9	-	-	0.3	Tr	0	0	0	2.4	0.4	0	Tr	Tr	0.1	Tr	0.2	Tr	0	0	0	0.1	0	0	-						
1.4	0.3	23.6	22.8	0.8	0.2	0	0	0	0	2.5	0.4	0.1	0	0	0.1	0	0.2	Tr	0	0	0	0.1	0	0	-						
0.6	0.3	24.3	23.8	0.5	0.1	0	0	0	0	2.9	0.7	0	0	Tr	0.1	0	0.2	Tr	0	0	0	0	0	0	-	別名: シェーブルチーズ					
1.8	0.7	24.2	-	-	0.3	-	-	-	-	1.6	0.7	-	0	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	2.0						
1.6	0.3	21.7	-	-	0.3	Tr	0	0	0	1.8	0.6	Tr	Tr	Tr	0.1	Tr	0.1	0.1	0	0	0	0.1	0	0	-						
1.7	0.5	28.1	-	-	0.1	Tr	0	-	0	3.2	0.7	0.3	0	0.2	0.2	0	0.3	0.1	-	0	-	0	0	0	-	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					
1.0	0.3	19.9	-	-	0.1	0	0	-	0	1.9	0.3	0.1	0	Tr	0.1	0	0.1	Tr	-	0	-	Tr	0	0	-	乳固形分10.0%以上、乳脂肪分3.0%以上、 植物性脂肪を含む					
0.1	Tr	27.1	-	-	0.1	0	0	-	0	4.5	0.1	0	0	0	0	0	Tr	0	-	0	-	0	0	0	-	乳固形分3.0%以上、主な脂質: 植物性 脂肪					
0.6	0.2	23.2	-	-	0.1	0	0	-	0	2.3	0.2	0.1	0	0	0	0	0.1	Tr	-	0	-	0	0	0	-	乳固形分3.0%以上、主な脂質: 植物性 脂肪					
1.1	0.3	25.3	-	-	0.2	0	0	-	0	2.8	0.5	0.1	0	0	0.1	0	0.1	0.1	-	0	-	0	0	0	-	主な脂質: 乳脂肪 コーンカブを除いたもの					
1.4	0.3	18.6	-	-	0.3	0	0	-	0	1.8	0.9	0.2	0	0	0.3	0	0.1	0.1	-	0	-	0	0	0	-	試料: 酸カゼイン					
0.2	Tr	17.9	-	-	0.1	Tr	0	-	0	3.5	0.4	Tr	0	0	0	0	0	0	-	0	-	0	0	0	-	試料: 乳成分入り氷菓					
1.5	0	25.8	-	-	0.2	0	0	-	0	3.3	0.6	0	0	0	0	0	0	0	-	0	-	0	0	0	-						
2.3	0	40.9	-	-	0.5	0.1	0.1	-	0	14.1	1.4	0.1	0	0.3	0.3	0	0.4	0.2	-	0	-	0.2	0	0.9	-	試料: 成熟乳 (100 g: 98.3 mL, 100 mL: 101.7 g)					
0.9	0.4	23.3	-	-	0.1	0	0	0	0	2.0	0.6	0	Tr	Tr	Tr	0	0.1	0.1	0	0	0	0.1	0	Tr	-						