

# 栄養士・栄養学を学ぶ皆さん、困っていませんか？

分厚い成分表を何冊も  
開くのは大変だなあ・・・

出典元が気になる・・・  
**信頼性のある最新の**  
**データが知りたい！**

カルシウム含有量が**ランキング**に  
なっているサイトってないの？

そんな時は・・・

**食品成分データベースに**  
**おまかせあれ！**

食品成分データベース  
Food Composition Database

文部科学省  
最終更新日：2014年 9月28日

Home Home 食品成分DBとは? 検索 Search ヘルプ Help お問い合わせ Contact

検索する食品を<全角ひらがな>で入力してください。

フリーワード検索  検索 クリア

このURL  検索 クリア

スペースで区切る

アクセスランキング *Access Ranking*  
2015年 3月 9日：アクセスTop 5

順位	食品名	アクセス数
1	...	...

食品成分ランキング *Food Composition Ranking*  
飽和脂肪酸：含有量Top 5

順位	食品名	成分量 100gあたり
1	...	...



# 食品成分データベースって???

文部科学省が刊行している①日本食品標準成分表 2015年版（七訂）、②同成分表 アミノ酸成分表編、③同成分表 脂肪酸成分表編、④同成分表 炭水化物成分表編をもとに収載食品を検索できる文部科学省によるインターネットサイトです。

## 食品成分データベースではこんなことが出来る！

Q1. 食品成分を検索したい

A1. トップページ→検索から複数の方法で検索を行えます！

食品名から検索

→フリーワード検索、食品名

食品成分値から検索

→成分値条件を指定して検索

順位から検索

→食品成分ランキング

人気食品アクセスランキング

Q2. 鉄の含有量が多い食品は？

A2. トップページ→検索から**食品成分ランキング**を調べることが出来ます。

**成分・表示順位数・対象食品**の絞り込みが可能です。

成分、順位、対象となる食品群を選択してください		鉄：魚介類：含有量Top 20	
成分：鉄		順位	食品名
表示順位：20位まで		1	魚介類あゆ天然内臓、焼き
対象食品：魚介類			

Q3. 最新の情報を入手したい

A3. トップページ→食品DBとは？→各成分表へアクセスすると、**追加情報**や**正誤情報**など**文部科学省**からの最新情報を得ることが出来ます。



興味を持たれた方！是非アクセスしてください！

文部科学省、**食品成分データベース**

<http://fooddb.mext.go.jp/>まで