

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	（レ リ ジ シ ン ）	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			（ト ス レ オ 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	基準 窒素 換算 係数 たんぱく 質 換算 係数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備 考 Remarks
					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															
(.....) mg (.....)																									
魚介類 FISHES AND SHELLFISHES																									
<魚類> <FISHES>																									
あこうだい Matsubara's red rockfish																									
10002	生 Raw	300	510	630	200	68	270	260	220	480	290	66	320	150	370	380	670	990	270	200	250	6,100	100	5.28	三枚下ろし ¹⁾
(あじ類) (Horse mackerels)																									
まあじ Horse mackerel																									
10003	生 Raw	290	500	580	190	67	260	260	220	480	290	70	320	260	370	380	650	900	290	230	250	6,100	100	5.27	三枚下ろし ¹⁾
あなご Common Japanese conger																									
10015	生 Raw	290	490	560	190	75	260	240	200	440	260	65	310	190	380	370	620	860	350	220	230	5,900	100	5.06	背開き ²⁾
あまだい Tile fish																									
10018	生 Raw	300	500	600	200	80	280	260	210	470	270	67	330	140	390	370	650	920	300	200	240	6,000	110	5.17	三枚下ろし ¹⁾
あゆ Ayu sweetfish																									
10021	天然、生 Wild, raw	240	460	530	190	62	250	230	200	440	260	68	290	180	370	370	590	850	380	250	250	5,800	88	5.01	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾ (三枚下ろし ¹⁾) ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 58 mg
10025	養殖、生 Cultured, raw	250	460	550	190	62	250	240	210	450	270	69	290	170	370	380	600	850	360	250	250	5,900	89	5.03	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾ (三枚下ろし ¹⁾) ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 44 mg
いかなご Japanese sand lance																									
10033	生 Raw	280	490	530	190	72	270	240	210	450	290	71	320	160	330	370	590	890	290	220	240	5,800	110	4.97	小型魚全体 ⁵⁾
(いわし類) (Sardines)																									
うるめいわし Big-eye sardine																									
10042	生 Raw	290	500	590	190	62	250	260	220	480	280	76	340	330	360	370	630	880	280	220	240	6,100	100	5.26	三枚下ろし ¹⁾
かたくちいわし Japanese anchovy																									
10044	生 Raw	280	470	560	190	65	250	250	200	460	280	68	320	310	350	380	610	870	280	210	240	5,900	96	5.11	三枚下ろし ¹⁾ 別名：しこいわし、ひしこ、せぐろ
まいわし Japanese pilchard																									
10047	生 Raw	290	490	560	180	60	240	260	210	470	290	70	330	320	350	380	610	870	300	210	240	6,000	88	5.18	三枚下ろし ¹⁾
しらす干し Shirasuboshi ⁶⁾																									
10055	微乾燥品 Mild dried	260	470	530	170	65	230	240	220	460	280	73	310	150	370	360	590	860	280	240	250	5,700	86	4.94	主として関東向け。ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 20 mg
10056	半乾燥品 Semi-dried	260	480	540	170	70	240	250	230	470	280	72	310	160	370	360	600	850	290	240	250	5,800	88	4.99	主として関西向け。ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 21 mg
うなぎ Eel																									
10067	養殖、生 Cultured, raw	220	400	470	170	50	220	220	170	390	250	49	260	220	410	430	540	800	610	360	240	6,000	75	5.14	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾ (三枚下ろし ¹⁾) ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 170 mg

1) Fillet 2) Dorsal side-opened 3) Without head, viscera, bones, fins, etc. 4) Hydroxyproline 5) Small-size whole body 6) Boiled and dried whitebait 7) Ingredients : Japanese anchovy, Japanese pilchard, etc.

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イソ ロイ シン	ロ イ シ ン	(ヘリ リ ジ シ ン ハ ン)	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			(ト ス レ オ 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 m	基準 窒素 換算 係数 たんぱく 質 換算 係数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備考 Remarks	
					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																Thr
(.....) mg (.....)																										
10071	うまづらはぎ Filefish 生 Raw	300	500	550	180	80	260	240	210	450	260	74	340	150	380	370	610	870	320	220	220	5,900	140	5.03	頭部、皮、骨、内臓、ひれ等を除いたもの ¹⁾	
	(かじき類) (Marlins and swordfishes)																									
10083	くろかじき Blue marlin 生 Raw	290	450	520	180	75	250	220	190	410	250	71	320	490	350	330	530	780	290	210	200	5,700	99	4.95	切り身 ²⁾	
	(かつお類) (Skipjacks and frigate mackerels)																									
10086	かつお Skipjack 春獲り、生 Caught in spring, raw	250	430	500	170	65	230	220	190	410	260	76	290	610	320	330	530	720	270	190	220	5,700	81	4.88	通称名：初がつか。ヒドロキシプロリン ³⁾ 15 mg 頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ⁴⁾ (三枚下ろし ⁵⁾)	
10087	秋獲り、生 Caught in autumn, raw	260	450	510	170	67	240	230	200	430	260	76	300	590	330	340	560	750	270	200	220	5,800	84	5.01	通称名：戻りがつか。ヒドロキシプロリン ³⁾ 20 mg 頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ⁴⁾ (三枚下ろし ⁵⁾)	
	加工品 Processed products																									
10091	かつお節 Katsuo-bushi ⁶⁾	280	470	540	180	61	240	240	210	450	280	77	320	460	350	590	790	270	210	230	5,900	84	5.09	ヒドロキシプロリン ³⁾ Tr		
10092	削り節 Kezuri-bushi ⁷⁾	280	490	540	180	66	240	250	220	470	290	82	330	390	360	600	810	290	220	240	6,000	88	5.17	包装品 ⁸⁾ 。ヒドロキシプロリン ³⁾ Tr		
	かます Barracuda																									
10098	生 Raw	290	490	580	200	91	290	250	220	460	260	68	320	170	370	360	600	850	280	210	220	5,800	100	5.00	あかかます 三枚下ろし ⁵⁾	
	(かれい類) (Righteye flounders)																									
10100	まがれい Brown sole 生 Raw	300	540	620	200	72	270	260	230	490	300	72	330	160	400	390	700	1,100	320	220	290	6,500	98	5.56	「改訂 日本食品アミノ酸組成表」08-060 かれい 生の 収載値を再掲 ⁹⁾ 。頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ⁴⁾ しろぎす	
	きす Japanese whiting																									
10109	生 Raw	310	510	610	210	81	290	250	210	460	270	70	330	160	380	370	640	930	300	210	220	6,100	100	5.23	三枚下ろし ⁵⁾	
	ぎんだら Sablefish																									
10115	生 Raw	280	470	580	220	67	290	230	200	430	280	57	310	160	370	350	620	900	300	210	250	5,900	110	5.04	冷凍品 ¹⁰⁾ 切り身 ²⁾	
	きんめだい Alfonsino																									
10116	生 Raw	250	460	550	190	64	250	250	200	450	260	64	290	190	370	370	600	880	340	220	240	5,800	80	5.00	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ⁴⁾ (三枚下ろし ⁵⁾) ヒドロキシプロリン ³⁾ 37 mg	
	ぐち Croaker																									
10117	生 Raw	310	510	600	200	77	280	260	220	480	270	71	340	140	380	370	650	920	270	200	230	6,000	110	5.17	いしもち(しろぐち) 三枚下ろし ⁵⁾	
	こい Carp																									
10119	養殖、生 Cultured, raw	250	450	530	180	57	240	250	190	450	270	63	290	210	370	380	600	840	410	270	250	5,900	83	5.10	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ⁴⁾ (三枚下ろし ⁵⁾) ヒドロキシプロリン ³⁾ 81 mg	
	このしろ Gizzard shad																									
10124	生 Raw	290	500	570	190	79	270	250	210	460	260	69	330	230	370	360	610	820	290	200	220	5,800	110	5.01	別名：こはだ(小型魚)、つなし 三枚下ろし ⁵⁾	

1) Without head, skin, bones, viscera, fins, etc. 2) Sliced 3) Hydroxyproline 4) Without head, viscera, bones, fins, etc. 5) Fillet 6) Boiled, smoke-dried and molded fillet 7) Shaved 8) Packed product 9) Quoted Item No. 08-060 in the Revised edition 10) Frozen product

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	（ リ ジ シ ン ）	含 硫 ア ミ ノ 酸 SAA			芳 香 族 ア ミ ノ 酸 AAA			（ ト ス レ オ オ ニ ン ）	ト リ プ ト フ ア ン	パ 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	基 準 窒 素 換 算 係 数	備 考 Remarks
					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															
(.....) mg (.....)																									
	(さけ・ます類) (Salmons)																								
10134	しろさけ Chum salmon 生 Raw	280	470	550	190	66	260	250	210	460	290	70	330	320	360	370	600	840	290	220	240	5,900	82	5.10	標準和名：さけ。別名：あきさけ、あきあじ 三枚下ろし ¹⁾
10141	すじこ Sujiko ²⁾ にじます Rainbow trout	390	600	490	170	100	270	320	250	570	290	68	460	170	370	490	580	720	180	330	320	6,300	98	5.40	卵巣を塩蔵したもの
10148	淡水養殖、生 Cultured in freshwater, raw	240	430	510	190	62	250	230	190	420	260	63	280	210	370	360	590	820	460	260	250	5,900	86	5.02	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾ ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 75 mg
	(さば類) (Mackerels)																								
10154	まさば Mackerel 生 Raw	280	480	550	210	66	270	250	210	460	290	69	330	390	360	370	610	870	320	230	250	6,100	89	5.28	「改訂 日本食品アミノ酸組成表」08-084-a さば 生の収載値を再掲 ⁵⁾ 。三枚下ろし ¹⁾ 別名：ふか
	(さめ類) (Sharks)																								
10168	よしきりざめ Blue shark 生 Raw	190	300	340	110	42	150	150	130	280	170	45	180	92	240	220	350	550	180	140	140	3,500	210	3.05	切り身 ⁶⁾ 。剰余アンモニア ⁷⁾ 100 mg
10171	さわら Spanish mackerel 生 Raw	310	510	620	200	69	270	260	220	470	300	70	340	220	400	400	660	940	350	240	260	6,400	99	5.46	三枚下ろし ¹⁾ 別名：さいら
10173	さんま Pacific saury 生 Raw	260	440	490	170	65	240	230	190	420	260	67	290	420	340	340	560	760	320	220	230	5,700	85	4.89	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾ (三枚下ろし ¹⁾) ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 42 mg
	(ししやも類) (Shishamo)																								
10182	からふとししやも Atlantic capelin 生干し、生 Semi-dried, raw	290	480	460	170	92	260	250	200	450	270	78	350	150	360	380	540	780	310	260	290	5,700	130	4.89	別名：カベリン 輸入品 ⁸⁾ ひと塩品 ⁹⁾ 。魚体全体 ¹⁰⁾
	(たい類) (Sea breams)																								
10192	まだい Red sea bream 天然、生 Wild, raw	300	510	600	190	70	260	250	210	470	290	68	340	170	380	370	660	920	300	220	240	6,100	100	5.23	「改訂 日本食品アミノ酸組成表」08-110-a たい まだい、生の収載値を再掲 ¹¹⁾ 。三枚下ろし ¹⁾
10198	たちうお Hairtail 生 Raw	300	500	620	220	70	290	250	230	480	300	67	330	160	380	390	670	950	310	230	260	6,200	96	5.35	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾
	(たら類) (Cod fishes)																								
10199	すけとうだら Walleye pollack 生 Raw	240	440	530	200	67	260	220	200	420	260	64	270	150	390	370	600	870	380	240	270	5,800	83	4.98	頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ³⁾ (三枚下ろし ¹⁾) ヒドロキシプロリン ⁴⁾ 46 mg
10202	たらこ Tarako ¹²⁾ 生 Raw	330	570	470	130	81	210	250	280	530	300	73	370	140	310	450	500	1,000	230	370	360	6,200	96	5.34	ヒドロキシプロリン ⁴⁾ Tr 調味料にアミノ酸等を含む ¹³⁾

1) Fillet 2) Salted ovary 3) Without head, viscera, bones, fins, etc. 4) Hydroxyproline 5) Quoted Item No. 08-084-a in the Revised edition 6) Sliced 7) Ammonia derived from non-proteinous compounds 8) Imported 9) Mild salted 10) Whole

11) Quoted Item No. 08-110-a in the Revised edition Revised edition 12) Salted roe 13) Seasoning contains amino acids, etc.

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	(ヘリ リ ジ シ ン ハ ン)	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			(ト ス レ オ 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	基準 窒素 換算 係数 たんぱく 質 換算 係数 Ammonia Conversion Factor	備考 Remarks
					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															
					Met	Cys	Total	Phe	Tyr	Total															
(.....) mg (.....)																									
10205	まだら Pacific cod 生 Raw	240	450	540	190	66	250	230	210	430	260	62	280	150	380	360	600	870	340	220	270	5,700	83	4.94	別名：たら 頭部、内臓、骨、ひれ等を除いたもの ¹⁾ (三枚下ろし ²⁾ ヒドロキシプロリン ³⁾ 36 mg 市販通称名：いずみだい、ちかだい
10212	テラピア Tilapia 生 Raw	300	500	580	190	77	270	250	210	460	280	69	320	150	380	380	630	960	360	220	220	6,100	100	5.22	三枚下ろし ²⁾
10213	どじょう Loach 生 Raw	280	480	520	170	65	240	250	190	440	270	63	320	140	390	400	610	830	470	290	250	6,000	110	5.13	魚体全体 ⁴⁾
10215	とびうお Flying fish 生 Raw	310	510	590	200	78	280	250	220	470	270	73	330	320	370	350	620	870	290	200	220	6,100	130	5.21	三枚下ろし ²⁾
10218	にしん Pacific herring 生 Raw	300	510	590	200	80	280	260	210	470	270	70	350	160	380	390	620	880	300	220	220	6,000	92	5.18	別名：かどいわし 三枚下ろし ²⁾
10225	はぜ Yellowfin goby 生 Raw	300	510	570	190	82	270	270	210	480	270	66	310	150	360	380	640	920	320	190	220	5,900	120	5.11	まはぜ 三枚下ろし ²⁾
10228	はたはた Sandfish 生 Raw	300	510	590	200	76	270	250	220	460	280	70	320	150	390	370	640	950	280	200	250	6,000	110	5.18	三枚下ろし ²⁾
10231	(10243) はまち→ぶり はも Conger pike 生 Raw	300	490	640	190	76	260	230	210	440	260	66	320	170	390	360	610	910	330	230	220	6,000	110	5.15	切り身 ⁵⁾
10235	ひらめ Bastard halibut 養殖、生 Cultured, raw	300	520	630	210	72	280	270	230	490	310	72	330	170	390	380	680	1,000	290	210	270	6,400	90	5.47	「改訂 日本食品アミノ酸組成表」08-137 ひらめ 生の 収載値を再掲 ⁶⁾ 。頭部、骨、内臓、ひれ等を除いたもの ¹⁾
10237	(ふぐ類) (Puffers) まふぐ Purple puffer 生 Raw	300	480	560	180	77	260	220	210	430	260	72	320	150	380	370	580	850	350	240	230	5,800	130	5.00	試料は天然のもの ⁷⁾ 。「改訂 日本食品アミノ酸組成表」 08-138 ふぐ 生の収載値を再掲 ⁸⁾ 。切り身 ⁵⁾
10238	ふな Crucian carp 生 Raw	300	500	590	190	68	250	270	210	470	260	62	320	180	360	380	650	900	350	210	230	6,000	120	5.16	三枚下ろし ²⁾
10241	ぶり Yellowtail 成魚 Mature 生 Raw	300	480	570	200	67	260	250	210	460	280	73	330	490	350	360	600	820	300	230	240	6,100	88	5.28	試料は天然のもの ⁷⁾ 。「改訂 日本食品アミノ酸組成表」 08-241 ぶり 天然、成魚 生の収載値を再掲 ⁹⁾ 。切り身 ⁵⁾
10243	はまち Young 養殖、生 Cultured, raw	290	480	550	200	67	270	250	200	450	280	73	330	470	350	360	600	820	290	210	240	6,100	82	5.22	三枚下ろし ²⁾

1) Without head, viscera, bones, fins, etc. 2) Fillet 3) Hydroxyproline 4) Whole 5) Sliced 6) Quoted Item No. 08-137 in the Revised edition 7) Wild 8) Quoted Item No. 08-138 in the Revised edition 9) Quoted Item No. 08-241 in the Revised edition

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	（ヘ リ ジ シ ン ）	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			（ト ス レ オ オ ニ ン ）	トリ プ ト フ ア 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 m	基準 窒素 換算 係数 たんぱく 質 換算 係数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備考 Remarks	
					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																Thr
(.....) mg (.....)																										
10246	ほっけ Atka mackerel 生 Raw	310	530	640	190	67	260	260	230	490	300	64	340	190	400	370	660	970	290	230	260	6,300	110	5.41	三枚下ろし ¹⁾	
10249	ぼら Striped mullet 生 Raw	290	480	540	180	77	250	230	190	420	260	69	320	190	360	360	590	840	310	210	210	5,700	110	4.89	三枚下ろし ¹⁾	
10252	(まぐろ類) (Tunas) きはだ Yellowfin tuna 生 Raw	280	470	540	180	61	240	230	210	440	280	69	310	540	340	350	580	850	280	210	230	6,000	81	5.18	別名：きはだまぐろ、きわだ 切り身 ²⁾	
10253	くろまぐろ Bluefin tuna 赤身、生 Lean meat, raw	280	470	540	180	62	240	230	200	430	270	70	310	580	340	340	580	820	270	200	230	6,000	82	5.14	別名：まぐろ、ほんまぐろ、しび 切り身 ²⁾	
10254	脂身、生 Fatty meat, raw	270	450	550	180	64	240	230	200	440	270	72	320	530	340	340	560	780	290	220	220	5,900	82	5.06	別名：とろ。切り身 ²⁾	
(10134, 141,148)	ます類→(さけ・ます類)																									
10268	むつ Gnomefish 生 Raw	280	510	600	200	67	270	260	220	480	300	68	310	190	380	370	660	950	290	230	270	6,100	99	5.28	三枚下ろし ¹⁾	
10271	めばる Japanese stingfish 生 Raw	310	510	630	200	79	280	260	210	480	270	70	330	140	380	380	670	930	290	190	240	6,100	110	5.25	別名：ヘイク 三枚下ろし ¹⁾	
10272	メルルーサ Hake 生 Raw	300	510	610	210	78	280	250	220	470	270	68	330	130	390	370	640	980	270	190	240	6,100	110	5.22	輸入品 ³⁾ 。冷凍品 ⁴⁾ 切り身 ²⁾	
10276	わかさぎ Pond smelt 生 Raw	270	480	510	200	78	270	250	200	450	250	63	320	150	360	380	590	870	380	240	230	5,800	140	4.99		
(10305)	<貝類> <SHELLFISHES> あおやぎ→ばかがい																									
10279	あかがい Bloody clams 生 Raw	240	410	400	150	90	240	200	200	390	260	58	250	120	450	320	610	960	400	200	250	5,600	96	4.78	貝殻及び内臓等を除いたもの ⁵⁾	
10281	あさり Short-necked clams 生 Raw	230	390	400	140	83	220	210	190	400	260	59	250	120	400	400	590	850	480	210	240	5,500	99	4.70	貝殻を除いたもの ⁶⁾	
10285	あわび Abalone 生 Raw	190	350	270	110	69	180	150	150	300	210	47	210	73	550	350	500	810	570	300	250	5,200	110	4.41	貝殻及び内臓等を除いたもの ⁵⁾	
10292	かき Oysters 養殖、生 Cultured, raw	210	350	380	130	76	210	210	180	380	240	55	240	130	320	340	540	800	350	280	240	5,100	120	4.33	「改訂 日本食品アミノ酸組成表」08-179-a かき 生の収載値を再掲 ⁷⁾ 。貝殻を除いたもの ⁵⁾	

1) Fillet 2) Sliced 3) Imported 4) Frozen product 5) Without shell, viscera, etc. 6) Without shell 7) Quoted Item No. 08-179-a in the Revised edition

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	（リ ジ シ ン ） ン	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			（ト ス レ オ オ ニ ン ） 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 m	基準 窒素 換算 係数 たんぱく 質 換算 係数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備考 Remarks
					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															
10295	さざえ Turban shell 生 Raw	200	370	310	130	81	210	170	150	320	210	46	220	79	510	350	530	830	540	260	220	5,200	120	4.44	貝殻及び内臓等を除いたもの ¹⁾
10297	しじみ Freshwater clams 生 Raw	270	420	450	160	89	250	260	200	460	340	83	330	140	350	490	560	760	320	300	230	5,800	130	4.95	貝殻を除いたもの ²⁾
10300	つぶ Whelks 生 Raw	210	430	360	160	75	230	190	170	360	240	52	260	120	500	360	570	840	380	270	240	5,400	100	4.65	ひめえぞばら、えぞばい等 むき身 ³⁾
10303	とりがい Cockles 斧足、生 Foot, raw	260	430	450	160	90	250	200	190	390	250	58	270	110	440	320	580	830	520	180	230	5,600	120	4.77	むき身 ³⁾
10305	ばかがい Hen clams 生 Raw	250	400	420	130	90	220	190	200	390	240	59	240	100	430	470	560	820	540	180	230	5,500	140	4.73	別名：あおやぎ 貝殻及び内臓等を除いたもの ¹⁾
10306	(はまぐり類) (Hard clams) はまぐり Hard clams 生 Raw	230	380	400	130	98	230	180	190	380	220	62	250	130	400	480	530	780	310	180	210	5,200	100	4.43	貝殻を除いたもの ²⁾
10311	ほたてがい Scallops 生 Raw	210	360	370	140	81	220	190	160	350	240	47	220	120	420	290	510	760	810	170	220	5,300	95	4.50	貝殻を除いたもの ²⁾
10320	<えび・かに類> <PRAWNS, SHRIMPS AND CRABS> (えび類) (Prawns and shrimps) いせえび Japanese spiny lobster 生 Raw	250	440	480	160	61	220	240	210	440	220	54	260	130	640	290	570	860	650	210	220	5,900	92	5.08	頭部、殻及び尾部を除いたもの ⁴⁾
10321	くるまえび Kuruma prawn 養殖、生 Cultured, raw	220	410	460	150	64	220	220	190	410	210	54	230	120	580	330	560	870	750	420	200	6,000	89	5.15	「改訂 日本食品アミノ酸組成表」08-219-a くるまえび 生の収載値を再掲 ⁵⁾ 。頭部、殻及び尾部を除いたもの ⁴⁾
10328	しばえび Shiba shrimp 生 Raw	270	480	490	180	85	270	250	210	450	230	66	270	120	580	340	640	930	390	230	210	6,000	150	5.13	頭部、殻及び尾部を除いたもの ⁴⁾
10333	(かに類) (Crabs) 毛がりに Horsehair crab 生 Raw	230	390	400	150	63	210	210	190	400	240	52	240	130	640	320	500	740	440	320	220	5,500	86	4.69	殻及び内臓等を除いたもの ¹⁾
10335	ずわいがりに Tanner crab 生 Raw	240	390	420	140	58	190	220	190	420	230	59	250	130	480	340	520	820	470	240	210	5,400	110	4.65	別名：まつばがりに 殻及び内臓等を除いたもの ¹⁾

1) Without shell, viscera, etc. 2) Without shell 3) Meat without shell and viscera 4) Without head, shell, telson and uropods 5) Quoted Item No. 08-219-a in the Revised edition

10 魚介類

Amino acids per g reference nitrogen

食品番号 Item No.	食品名 Food and description	イ ソ ロ イ シ ン	ロ イ シ ン	(ヘリ ジ シ ン ン)	含硫アミノ酸 SAA			芳香族アミノ酸 AAA			(ト ス レ オ オ ニ ン)	ト リ プ ト フ ア ン	パ 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	基準窒素-たんぱく質 換算係数 Reference Nitrogen-Protein Conversion Factor	備考 Remarks
					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															
(.....) mg (.....)																									
<いか・たこ類> <CEPHALOPODS>																									
(いか類) (Squids and cuttlefishes)																									
10344	こういか Cuttlefish 生 Raw	220	420	430	150	58	200	190	170	360	230	50	210	110	410	290	530	800	240	280	240	5,100	78	4.35 別名：すみいか、まいか 頭部、内臓、骨、足及び皮を除いたもの ¹⁾ ヒドロキシプロリン ²⁾ 38 mg	
10348	ほたるいか Firefly squids 生 Raw	250	370	370	170	110	280	220	200	410	210	63	260	130	320	260	480	590	260	250	190	4,700	100	4.03 内臓等を含んだもの ³⁾	
10352	やりいか Spear squid 生 Raw	220	400	420	150	62	210	200	170	370	230	51	220	110	440	330	520	780	340	410	220	5,300	85	4.56 頭部、内臓及び骨を除いたもの ⁴⁾ ヒドロキシプロリン ²⁾ 44 mg	
(たこ類) (Octopuses)																									
10361	まだこ Common octopus 生 Raw	230	390	370	120	54	170	180	170	350	240	47	220	120	440	280	540	790	360	230	250	5,000	88	4.31 内臓等を除いたもの ⁵⁾	
<その他> <OTHERS>																									
10365	うに Sea urchin 生うに Raw gonads	240	360	370	140	100	240	210	220	420	250	76	290	120	380	300	450	600	770	190	230	5,300	120	4.48 生殖巣のみ ⁶⁾ なんきよくおきあみ	
10368	おきあみ Antarctic krills 生 Raw	250	390	420	130	70	200	220	170	390	230	57	270	120	280	320	470	680	330	280	170	4,800	140	4.15 冷凍品(殻つき) ⁷⁾ 。 剰余アンモニア ⁸⁾ 3.9 mg	
10371	しゃこ Mantis shrimp ゆで Boiled	280	460	500	150	71	220	240	210	450	240	70	300	150	490	280	590	810	360	250	220	5,700	140	4.88 尾部を除いたもの ⁹⁾	
10372	なまこ Sea cucumber 生 Raw	190	260	200	82	68	150	170	140	310	290	46	240	65	440	390	590	810	940	470	260	5,600	130	4.77 内臓等を除いたもの ⁹⁾ まなまこ	
<水産練り製品> <FISH PASTE PRODUCTS>																									
10379	蒸しかまぼこ Mushi-kamaboko ¹⁰⁾	330	540	630	190	93	280	240	220	460	280	72	350	140	410	370	680	1,400	240	200	240	6,600	99	5.70 魚肉(ぐち等)、卵白、砂糖、食塩、みりん等を原料とするもの ¹¹⁾ 。 蒸し焼きかまぼこを含む ¹²⁾	
10388	魚肉ソーセージ Fish sausage	300	500	510	160	91	250	250	190	440	250	65	320	140	390	350	610	1,400	320	320	250	6,400	120	5.48 別名：フィッシュソーセージ 魚肉(たら等)、結着材料、ラード、食塩、砂糖等を 原材料とするもの ¹³⁾	

1) Without head, viscera, cuttlebone (internal shell), arms, tentacles and skin 2) Hydroxyproline 3) With viscera, etc. 4) Without head, viscera and gladius (internal shell) 5) Without viscera, etc. 6) Gonads 7) Frozen product with shell 8) Ammonia derived from non-proteinous compounds 9) Without telson and uropods
10) Steamed kamaboko 11) Made from fish meat (croaker, etc.), the white of an egg, sugar, salt, *Mirin*, etc. 12) Including baked product after steaming 13) Made from fish meat (cod, etc.), liaison, lard, salt, sugar, etc.