

第4部

炭水化物成分表 追補2017年

第4部 日本食品標準成分表 2015年版（七訂）追補 2017年 炭水化物成分表編

第1章 説明

1 炭水化物成分表の目的及び性格

1) 目的

炭水化物は、生体内で主にエネルギー源として利用される重要な栄養成分である。しかしながら、これまで日本食品標準成分表（以下「食品成分表」という）における炭水化物量は、可食部100gから水分、たんぱく質、脂質及び灰分等の合計（g）を差し引いた、いわゆる「差引き法による炭水化物」の値を収載していた。

炭水化物成分表は、食品中の利用可能炭水化物、糖アルコール及び有機酸の組成を収載することにより、これらの供給と摂取に関する現状と今後のあり方を検討するための基礎資料を提供するものである。さらに、栄養学、食品学、家政学、生活科学、医学、農学等における調査研究分野や様々な疾患に関する臨床分野においても活用が期待される。

このように炭水化物成分表は、国民が日常摂取する食品の利用可能炭水化物、糖アルコール及び有機酸に関する基礎データとして、関係方面での幅広い利用に供することを目的としている。

2) 性格

炭水化物成分表は、我が国において常用される重要な食品について、炭水化物のうち、ヒトの酵素により消化され、吸収され、代謝される利用可能炭水化物^(注)、糖アルコール及び有機酸の標準的な成分値を収載している。

これらの成分値は、原材料である動植物や菌類の種類、品種、生育環境、加工方法等の諸種の要因により、変動することが知られている。炭水化物成分表の収載値は、炭水化物及び有機酸の成分値の変動要因を十分考慮しながら、日常、市場で入手し得る試料についての分析値を基に、年間を通して普通に摂取する場合の全国的な平均値と考えられる成分値を決定し、1食品1標準成分値を原則として収載している。

（注）国際連合食糧農業機関（FAO）では、「available carbohydrate」を用いている。

3) 経緯

国際連合食糧農業機関（FAO）では、2003年に公表した技術ワークショップ報告書¹⁾（以下「FAO報告書（2003）」という）において、炭水化物の成分量の算出に当たっては利用可能炭水化物と食物繊維とを直接分析して求めることを推奨している。

科学技術・学術審議会資源調査分科会（以下「資源調査分科会」という）では、食品成分表又はそのデータベースに関する国際的な動きとの整合性に配慮していくという観点から、日本食品標準成分表 2010（以下「成分表 2010」という）の公表前から、利用可能炭水化物を直接分析し、その組成に関する研究、検討を進めてきた。

さらに、資源調査分科会では食品成分委員会を設置し、その検討の中で成分表 2010 の改訂に合わせて炭水化物の組成に関する成分表を新規に作成することとし、引き続き主要な食品の炭水化

物等の組成に関する情報の集積に努めてきた。

このような状況を経て、平成 27 (2015) 年 12 月の日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) (以下「成分表 2015 年版 (七訂)」という) の策定に合わせて、日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 炭水化物成分表編 (以下「炭水化物成分表 2015 年版」という) を取りまとめた。

食品成分表は、近年、5 年おきに策定され、現在は次期改訂に向けての検討作業を行っている。一方、利用者の便宜を考え、食品の成分に関する情報を速やかに公開する観点から、次期改訂版公表までの各年に、その時点で食品成分表への収載を決定した食品について、成分表 2015 年版 (七訂) を追補する食品成分表として公表することとし、平成 28 年に、日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2016 年 (以下「追補 2016 年」という) を策定した。また、たんぱく質、脂質及び炭水化物の組成についても、それぞれ日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2016 年アミノ酸成分表編、日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2016 年脂肪酸成分表編及び日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2016 年炭水化物成分表編 (以下「炭水化物成分表追補 2016 年」という) として、同様に公表した。

平成 29 年においても、日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2017 年 (以下「追補 2017 年」という) を公表することとした。また、たんぱく質、脂質及び炭水化物の組成についても、それぞれ日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2017 年アミノ酸成分表編、日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2017 年脂肪酸成分表編及び日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2017 年炭水化物成分表編 (以下「炭水化物成分表追補 2017 年」という) として、同様に公表することとした。

この沿革については、表 1 に示すとおりである。

表 1 炭水化物成分表の沿革

名称	公表年	食品数 (累計)
日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 炭水化物成分表編	平成 27 年 (2015 年)	※852
日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2016 年炭水化物成分表編	平成 28 年 (2016 年)	878
日本食品標準成分表 2015 年版 (七訂) 追補 2017 年炭水化物成分表編	平成 29 年 (2017 年)	※945

※当初は、854食品であったが、平成28年度に2食品削除した。945食品の内訳は本表 931食品に別表のみに収載された14食品を含んでいる。

4) 炭水化物成分表追補 2016 年見直しの概要

炭水化物成分表 2015 年版から炭水化物成分表追補 2016 年の変更点は、収載食品が 26 食品 (炭水化物成分表追補 2016 年では、31 食品を収載している) 増加したことである。収載された食品の食品番号、配列、食品名等については、炭水化物成分表 2015 年版と整合させ成分項目も同様としている。

5) 炭水化物成分表追補 2017 年見直しの概要

炭水化物成分表 2015 年版及び炭水化物成分表追補 2016 年から炭水化物成分表追補 2017 年の変更点は、収載食品が 67 食品（炭水化物成分表追補 2017 年では、78 食品収載している（有機酸成分表のみ新規に収載した食品を含む））増加したことである。収載された食品の食品番号、配列、食品名等については、炭水化物成分表 2015 年版と整合させ成分項目も同様としている。

2 炭水化物成分表追補 2017 年

炭水化物成分表追補 2017 年の炭水化物の成分値は、追補 2017 年に対応した可食部 100 g 当たりの利用可能炭水化物及び糖アルコールの成分値を収載するとともに、別表として有機酸の成分値を収載した。各表の名称は下記のとおりである。

本表 可食部 100 g 当たりの炭水化物成分表（利用可能炭水化物及び糖アルコール）

別表 可食部 100 g 当たりの有機酸成分表

1) 収載食品

(1) 食品群の分類及び配列

食品群の分類及び配列は、成分表 2015 年版（七訂）に準じ、次のとおりである。

1 穀類、2 いも及びでん粉類、3 砂糖及び甘味類、4 豆類、5 種実類、6 野菜類、7 果実類、8 きのこと類、9 藻類、10 魚介類、11 肉類、12 卵類、13 乳類、14 油脂類、15 菓子類、16 し好飲料類、17 調味料及び香辛料類、18 調理加工食品類。

（注）炭水化物成分表追補 2017 年に収載した食品は、これら全ての群に含まれるとは限らない。

(2) 収載食品の概要

収載食品は、炭水化物成分表追補 2017 年の策定時においても、炭水化物成分表 2015 年版の収載食品と同様に選定しつつ、追補 2017 年との整合性を確保した。選定基準は、原則として炭水化物の含有割合が高い食品、日常的に摂取量の多い食品、原材料的食品及び代表的加工食品とし、原材料的食品は実際の消費形態に近いものを対象とした。

また、有機酸については、これらの食品のうち、種々の情報から判断して、有機酸の含有量が多いと考えられる食品を中心に選定した。

なお、成分値は、調理前の食品を除き分析値（2017）等を追補 2017 年の水分値で補正して収載した。

収載した食品は、原則として分析値に基づく成分値を収載した。

この結果、炭水化物成分表 2015 年版及び炭水化物成分表追補 2016 年に収載した本表 878 食品に、新たに 53 食品追加し、計 931 食品となった。うち有機酸を収載した食品は、炭水化物成分表 2015 年版及び炭水化物成分表追補 2016 年に収載した別表 112 食品に、新たに 62 食品を追加し、計 174 食品となった。食品群別には表 2 に示すとおりである。

表2 食品群別収載食品数

食品群	食品数			
	炭水化物成分表	増加数	有機酸成分表	増加数
1 穀類	137	0	—	—
2 いも及びでん粉類	53	0	22	0
3 砂糖及び甘味類	24	0	1	1
4 豆類	68	0	5	0
5 種実類	36	2	—	—
6 野菜類	171	2	33	3
7 果実類	79	0	18	0
8 きのこと類	47	1	4	0
9 藻類	16	0	3	0
10 魚介類	15	6	6	6
11 肉類	35	29	32	31
12 卵類	18	0	—	—
13 乳類	46	4	31	13
14 油脂類	3	0	—	—
15 菓子類	122	0	2	0
16 し好飲料類	18	1	3	0
17 調味料及び香辛料類	42	8	14	8
18 調理加工食品類	1	0	—	—
合 計	931	53	174	62

(3) 食品の名称、分類、配列、食品番号及び索引番号

食品の名称、分類、配列及び食品番号については、追補 2017 年に準じた。この番号は追補 2017 年等と共通のものであり、各成分表の収載食品数が異なることから、炭水化物成分表追補 2017 年には現れない番号がある。なお、新規食品の索引番号は付さなかった。次期改訂においては、これらの食品も含め、索引番号が付されることになる。

また、追補 2017 年の炭水化物の成分値と炭水化物成分表追補 2017 年の成分値を比較することはできない。「解説」参照。

(4) 収載食品の留意点

各食品群及び各食品の留意点についての詳細な説明については、追補 2017 年の第 1 部第 3 章の食品群別留意点を参照されたい。

2) 収載成分項目等

(1) 利用可能炭水化物及び糖アルコール

利用可能炭水化物は、でん粉、ぶどう糖、果糖、ガラクトース、しょ糖、麦芽糖、乳糖及び

トレハロースを収載し、糖アルコールは、ソルビトール及びマンニトールを収載した。イソマルトースは備考欄に示した。あわせて、利用可能炭水化物（単糖当量）及び利用可能炭水化物の合計量も収載した。

でん粉及び二糖類のその単糖当量への換算係数は、FAO/INFOODS の指針（2012）³⁾ に従い、でん粉については 1.10 とし、二糖類については 1.05 とした。

また、でん粉については、適用した分析法の特性から、でん粉以外の 80 %エタノール不溶性の多糖類（例えば、デキストリンやグリコーゲン）も区別せずに測定するため、食品によっては、これらの多糖類をでん粉として収載している。

成分項目は FAO/INFOODS の指針にも従って「でん粉」としているため、例えば、きのこ類や魚介類に含まれるグリコーゲンはでん粉として収載されているが、きのこ類や生の魚介類がでん粉を含んでいることを示すものではない。

収載した成分の概要については解説を参考にされたい。また、これらの測定法の概要は表 3 のとおりである。

(2) 有機酸

ギ酸、酢酸、グリコール酸、乳酸、グルコン酸、シュウ酸、マロン酸、コハク酸、フマル酸、リンゴ酸、酒石酸、 α -ケトグルタル酸、クエン酸、サリチル酸、*p*-クマル酸、コーヒー酸、フェルラ酸、クロロゲン酸、キナ酸及びオロト酸の 20 種類を収載した。収載した有機酸は、カルボキシル基を 1 個から 3 個もつカルボン酸である。

これらの成分の測定法の概要は表 3 に示した。収載した成分の概要については解説を参考にされたい。

(3) 未収載の項目

炭水化物成分表追補 2017 年における炭水化物の成分値には、その多くが炭水化物と考えられる食物繊維も含まれているが、追補 2017 年において別項目として収載していること等から、炭水化物成分表追補 2017 年には収載しなかった。

また、平成 22 年度の日本食品標準成分表における炭水化物量に関する妥当性検証調査成果報告書²⁾（以下「平成 22 年度炭水化物量妥当性検証調査」という）において、暫定的にラフィノース系列のオリゴ糖類（ラフィノース、スタキオース及びベルバスコース）を分析したが、コーデックス委員会（国際食品規格委員会）の現在の定義では、これらのオリゴ糖類は食物繊維とされるため、炭水化物成分表追補 2017 年には収載しなかった。

(4) 備考欄

食品の別名、試料、性状、廃棄部位等を記載した。推計した成分値はその根拠等を記載した。

表3 利用可能炭水化物、糖アルコール及び有機酸の測定法

成分項目	成分	測定方法
利用可能炭水化物	でん粉（デキストリン、グリコーゲンを含む）	AOAC996.11。80%エタノール抽出処理により、測定値に影響する可溶性炭水化物（ぶどう糖、麦芽糖、マルトデキストリン等）を除去した。
	ぶどう糖、果糖、ガラクトース、しょ糖、麦芽糖、乳糖及びトレハロース	高速液体クロマトグラフ法
糖アルコール	ソルビトール及びマンニトール	高速液体クロマトグラフ法
有機酸	ギ酸、酢酸、グリコール酸、乳酸、シュウ酸、マロン酸、コハク酸、フマル酸、リンゴ酸、酒石酸、 α -ケトグルタル酸、クエン酸、サリチル酸、 <i>p</i> -クマル酸、コーヒー酸、フェルラ酸、クロロゲン酸、キナ酸及びオロト酸	高速液体クロマトグラフ法
	グルコン酸	酵素法

3) 数値の表示方法

成分値の表示はすべて可食部100g当たりの値とし、数値の表示方法は以下による(表4参照)。水分、利用可能炭水化物、単糖当量及び糖アルコールの単位はgとし、小数第2位を四捨五入して小数第1位まで表示した。有機酸の単位は下記のものを除きgとし、小数第2位を四捨五入して小数第1位まで表示した。

なお、*p*-クマル酸、コーヒー酸、フェルラ酸及びクロロゲン酸については、単位をmgとし、小数第1位を四捨五入して整数表示とした。各成分において、「0」は最小記載量の1/10未満又は検出されなかったことを、「Tr(微量、トレース)」は最小記載量の1/10以上含まれているが、5/10未満であることを、「-」は分析をしていない、あるいは情報がないことをそれぞれ示す。

推計値は()を付けて収載した。

(推計値については「2-1) (2)収載食品の概要」を参照)

表4 数値の表示方法

成分項目	成分	単位	最小表示の位	数値の丸め方
水分				
利用可能炭水化物	でん粉、ぶどう糖、果糖、ガラクトース、 しょ糖、麦芽糖、乳糖、トレハロース	g	小数第1位	小数第2位を四捨五入
利用可能炭水化物（単糖当量）				
糖アルコール	ソルビトール及びマンニトール			
有機酸	ギ酸、酢酸、グリコール酸、乳酸、グル コン酸、シュウ酸、マロン酸、コハク酸、 フマル酸、リンゴ酸、酒石酸、 α -ケトグ ルタル酸、クエン酸、サリチル酸、キナ 酸及びオロト酸	g	小数第1位	小数第2位を四捨五入
	<i>p</i> -クマル酸、コーヒー酸、フェルラ酸及 びクロロゲン酸	mg	1の位	小数第1位を四捨五入
	合計	g	小数第1位	小数第2位を四捨五入

4) 食品の調理条件

食品の調理条件は、追補 2017 年と同様、一般調理（小規模調理）を想定し基本的な調理条件を定めた。炭水化物成分表追補 2017 年の加熱調理は、ゆで、水煮、油いため及びフライを収載した。加熱調理の調理過程の詳細は、追補 2017 年の第 1 部第 1 章表 13 を参照されたい。

ゆでは、調理の下ごしらえとして行い、ゆで汁は廃棄する。和食の料理では伝統的に、それぞれの野菜に応じゆでた後の処理を行っている。炭水化物成分表追補 2017 年では、野菜類として「ほうれんそう 冷凍 ゆで」を収載した。

水煮は、煮汁に調味料を加え、煮汁も料理の一部とする調理であるが、本成分表における分析に当たっては、煮汁に調味料を加えず、煮汁は廃棄している。炭水化物成分表追補 2017 年では、魚介類として、「かき 養殖 水煮」を収載した。

【参考】

解 説

1 炭水化物

国際純正・応用化学連合 (IUPAC) の炭水化物命名法⁴⁾の定義では、炭水化物は、単糖類、オリゴ糖類 (単糖がグリコシド結合で結び付いたもので、特定の構造をもつものと定義している) 及び多糖類 (オリゴ糖類との境界は曖昧で、特定の重合度によって定義してはいない) 並びに単糖類に由来する物質、例えば、カルボニル基が還元されたアルディトール類、1 個以上の末端基が酸化されたカルボン酸類、1 個以上の水酸基が水素、アミノ基、チオール基あるいは類似のヘテロ原子含有基で置換した物質及びそれらの化合物の誘導体を含む。

この定義に従えば、炭水化物成分表追補 2017 年に記載している有機酸のうちグルコン酸は、ぶどう糖の 1 位のアルデヒド基が酸化されたカルボン酸であり、炭水化物である。食品成分委員会は、この定義があることを認識しているが、食品分野における一般的な取り扱いに従い、グルコン酸を有機酸とみなしている。

炭水化物は、化学式では、一般に $C_m(H_2O)_n$ で表される。FAO/INFOODS の指針 (2012)³⁾ では、次の式を用いて、差引き法により求めた炭水化物の Tagname (FAO/INFOODS が定めている食品成分識別子) は CHOTDF である。

可食部 100 g 中の炭水化物 (CHOTDF)

$$= 100 - (\text{可食部 } 100 \text{ g 中の } [\text{水分} + \text{たんぱく質} + \text{脂質} + \text{灰分} + \text{アルコール}] \text{ の g 数})$$

しかし、追補 2017 年の炭水化物は、酢酸等の他の成分も差し引いて計算しているため、CHOTDF の定義には該当しない、わが国の食品成分表固有の成分項目である。

FAO/INFOODS では、成分項目として、(差引き) 炭水化物を用いずに、利用可能炭水化物と食物繊維とを用いるよう勧めている。食品成分委員会が炭水化物成分表追補 2017 年でこの考え方を採用しなかった理由は、コーデックス委員会において食物繊維の定義が決定され、また定義に沿った分析法が決定されたことから、今後速やかに、現在の食物繊維の収載値をコーデックス委員会の定義に沿った収載値に変更する予定があること、食物繊維の収載値が変更されるまでの比較的短期間の利用のために、エネルギーの計算方法を変更し、食品のエネルギー値を変更することは、国の施策の継続性を考慮した場合に好ましくないと判断したこと等による。

「第 1 章 説明」の 2 の 1) の (3) において、「追補 2017 年の炭水化物の成分値と炭水化物成分表追補 2017 年の成分値を比較することはできない」とした理由は次のとおりである。

食品成分表の収載値は、成分値が様々な要因で変動するため、食品によっては、異なる年次にわたり収集した分析値を基に決定する。年次により成分含量が変動することも多いので、その変動を補正しなければならない場合が多い。実際には、脂肪酸組成とアミノ酸組成を除く各成分については、水分を用いて、試料の水分の分析値が食品成分表の収載値になるように補正係数を定め、これを試料の各成分の分析値に乗じて補正する。

脂肪酸組成の場合には、食品成分表の脂質の収載値に、試料の脂質 1 g 当たりの脂肪酸の分析

値を乗じて補正する。

アミノ酸組成の場合には、食品成分表のたんぱく質の収載値と試料のたんぱく質の分析値との比を求め、これを試料のアミノ酸の分析値に乗じて補正する。

利用可能炭水化物、糖アルコール及び有機酸の場合には、試料の差引き利用可能炭水化物の量を求め、これを食品成分表の差引き利用可能炭水化物の量になるように補正係数を定め、これを試料の分析値に乗じて補正するのが望ましいが、上に述べたように現行の食物繊維の分析法は不適切であると考えられるようになり、コーデックス委員会の定義に沿った分析法を用いた分析値も未だないため、この方法による補正はできない。

そこで、炭水化物成分表追補 2017 年では、水分を用いて、試料の水分の分析値が食品成分表の収載値になるように補正係数を定め、これを試料の分析値に乗じて補正している。この方法は、アミノ酸や脂肪酸の補正方法に比べると、補正の妥当性が低いと判断されるため、追補 2017 年の炭水化物の成分値と炭水化物成分表追補 2017 年の成分値は比較できないとした。

なお、FAO 報告書 (2003)¹⁾では、利用可能炭水化物について、差引き法による利用可能炭水化物も「許容し得る方法」としている。このことに関し、平成 22 年度炭水化物量妥当性検証調査²⁾では、炭水化物及び利用可能炭水化物の差引き法による成分値と直接分析による成分値の間には極めて強い正相関が認められると報告している。

このことから、炭水化物成分表追補 2017 年に収載されていない食品であっても、追補 2017 年に収載している炭水化物の成分値は、直接分析による炭水化物の成分値と正相関があるものと推察できる。

2 利用可能炭水化物

FAO/INFOODS の Tagname は、個別の成分を直接分析して、合計した場合は CHOAVL、差引き法により求めた場合は CHOAVLDF である。FAO/INFOODS の差引き法による利用可能炭水化物 (CHOAVLDF) は次の式を用いて計算する。

$$\begin{aligned} & \text{可食部 100 g 中の差引き法による利用可能炭水化物 (CHOAVLDF) (g)} \\ & = 100 - (\text{可食部 100 g 中の [水分 +たんぱく質 +脂質 +灰分 +アルコール +食物繊維] の g 数}) \\ & = \text{可食部 100 g 中の (差引き法による炭水化物 - 食物繊維) の g 数} \end{aligned}$$

この考え方は、四訂日本食品標準成分表における糖質 (Non-fibrous carbohydrates) の求め方に類似しているが、糖質は、差引き法による炭水化物 (Carbohydrate by difference) から繊維 (Fiber)、アルコール、タンニン、カフェイン、酢酸等を差し引いて求めていたため、FAO/INFOODS の差引き法による利用可能炭水化物 (CHOAVLDF) ではない。

また、追補 2017 年の炭水化物から食物繊維を差し引いたものを利用可能炭水化物とみることもできるが、前述の炭水化物の定義の違いから、この値も FAO/INFOODS が定義する差引き法による利用可能炭水化物 (CHOAVLDF) とは一致しない。

なお、FAO/INFOODS の指針 (2012)⁵⁾では、差引き法による利用可能炭水化物のエネルギー換算係数は 17 kJ/g (4 kcal/g) であり、食物繊維のエネルギー換算係数は 8 kJ/g (2 kcal/g) である。

表4 利用可能炭水化物及び糖アルコールの名称

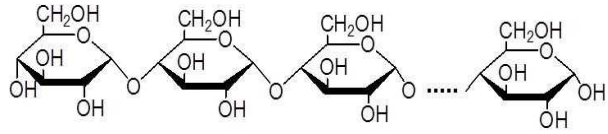
成分	英名	IUPAC 系統名	IUPAC 慣用名
でん粉	Starch	-	-
ぶどう糖	Glucose	D- <i>gluco</i> -Hexose	D-Glucose
果糖	Fructose	D- <i>arabino</i> -Hex-2-ulose	D-Fructose
ガラクトース	Galactose	D- <i>galacto</i> -Hexose	D-Galactose
しょ糖	Sucrose	β -D-Fructofuranosyl α -D-glucopyranoside	Sucrose, Saccharose
麦芽糖	Maltose	α -D-Glucopyranosyl-(1 \rightarrow 4)-D-glucopyranose 又は 4-O- α -D-glucopyranosyl-D-glucopyranose	Maltose
乳糖	Lactose	β -D-Galactopyranosyl-(1 \rightarrow 4)-D-glucopyranose 又 は 4-O- β -D-galactopyranosyl-D-glucopyranose	Lactose
トレハロース	Trehalose	α -D-Glucopyranosyl α -D-glucopyranoside	α,α -Trehalose
イソマルトース	Isomaltose	α -D-Glucopyranosyl-(1 \rightarrow 6)-D-glucose 又は 6-O- α -D-glucopyranosyl-D-glucopyranose	-
マルトデキストリン	Maltodextrin	-	-
ソルビトール	Sorbitol	D-Glucitol	-
マンニトール	Mannitol	<i>meso</i> -Mannitol	-

(注) IUPAC 系統名及び慣用名は参考文献⁴⁾による。

表5 利用可能炭水化物及び糖アルコールの分子式と分子量

でん粉 ((C₆H₁₀O₅)_n)
分子量：10⁵ - 10⁹

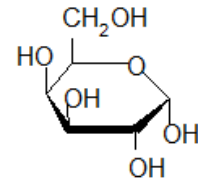
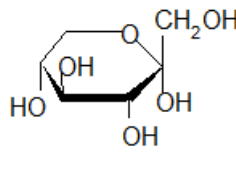
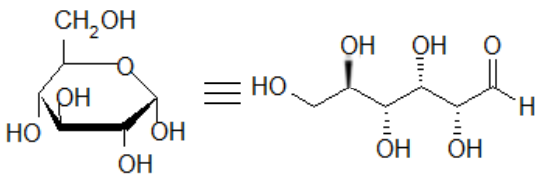
例：
アミロース



ぶどう糖 (C₆H₁₂O₆)
分子量：180.16

果糖 (C₆H₁₂O₆)
分子量：180.16

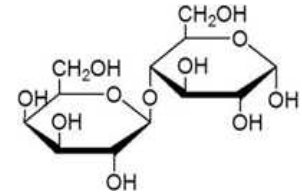
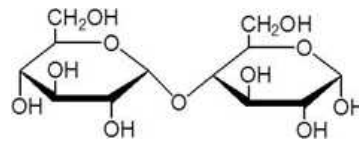
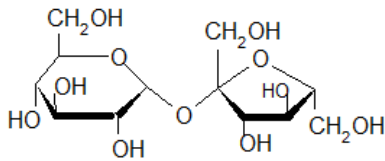
ガラクトース (C₆H₁₂O₆)
分子量：180.16



しょ糖 (C₁₂H₂₂O₁₁)
分子量：342.30

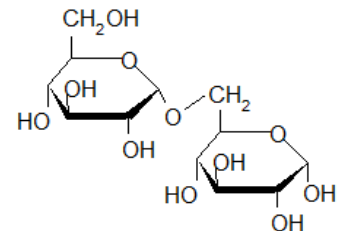
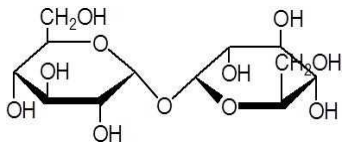
麦芽糖 (C₁₂H₂₂O₁₁)
分子量：342.30

乳糖 (C₁₂H₂₂O₁₁)
分子量：342.30



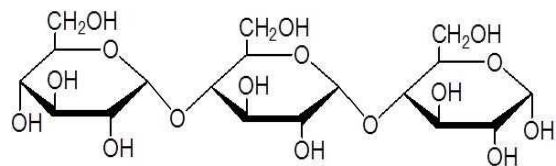
トレハロース (C₁₂H₂₂O₁₁)
分子量：342.30

イソマルトース (C₁₂H₂₂O₁₁)
分子量：342.30



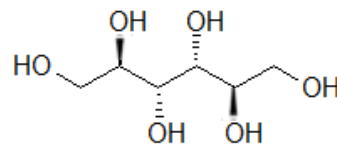
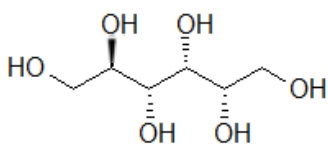
マルトデキストリン ((C₆H₁₀O₅)_m)
分子量：5.04 × 10² - 3 × 10³

例：マルトトリオース



ソルビトール (C₆H₁₄O₆)
分子量：182.17

マンニトール (C₆H₁₄O₆)
分子量：182.17



3 利用可能炭水化物の単糖当量及び換算係数

FAO/INFOODS は、利用可能炭水化物を重量で表すこと、あるいは単糖当量として表すことを認めている。食品成分委員会が、成分表 2015 年版（七訂）、追補 2016 年及び追補 2017 年で、単糖当量を用いることにした理由は、単糖当量で表した収載値（g）に単糖当量で表した利用可能炭水化物に適用するエネルギー換算係数（16 kJ/g、3.75 kcal/g）を乗ずることにより、利用可能炭水化物のエネルギーをよりの確に計算できると判断したためである。

従来の方法では、炭水化物のエネルギー換算の際には重量に 4 kcal/g を乗じていた。しかし、例えば単糖類のぶどう糖と多糖類のでん粉とに同一の係数を用いているため、同一の重量で比較した場合にはエネルギー量に矛盾が生じた。すなわち、でん粉からはその重量の約 1.11 倍のぶどう糖が生じるため、エネルギーも約 1.11 倍生じるはずであるが、これに関する補正はなされていなかった（ただし、FAO/INFOODS は、重量で表した利用可能炭水化物のエネルギー換算係数は 17 kJ/g（4 kcal/g）と定めている）。

でん粉及び二糖類の重量から単糖当量へ換算する場合、分子量（式量）に基づく単糖当量への換算係数は次のようになる。

六炭糖の単糖類（ぶどう糖、果糖、ガラクトース）の分子量を 180.16、六炭糖のみからなる二糖類（しょ糖、麦芽糖、乳糖及びトレハロース）の分子量を 342.30 及び水の分子量を 18.02 とすると、でん粉中のぶどう糖残基の式量は $180.16 - 18.02 = 162.14$ となる。したがって、二糖類の重量を単糖当量に換算するための係数は、 $(180.16 + 180.16) / 342.30 = 1.052\dots$ であり、でん粉の重量を単糖当量に換算するための係数は、 $180.16 / 162.14 = 1.111\dots$ である。

しかし、我が国の食品成分表の策定過程においては、これまでも FAO/INFOODS の提案や指針をできる限り尊重しているため、国際的基準を採用する等の実用的見地から、科学的には適切な換算係数を採用することはせず、単糖当量への換算係数は、でん粉については 1.10 とし、二糖類については 1.05 とした。

4 糖アルコール

糖アルコールは、IUPAC の炭水化物命名法⁴⁾の定義では炭水化物に分類されるが、食品成分表/データベースの分野では、利用可能炭水化物には分類されない。FAO/INFOODS やコーデックス委員会では、糖アルコールは Polyol(s) と呼び、Sugar alcohol(s) とは呼ばない。

しかし、食品成分委員会では、化学用語としてのポリオール（多価アルコール）が「糖アルコール」以外の化合物を含む名称であり、ポリオールを糖アルコールの意味に用いることは不適切であると考えられることを主な根拠として、炭水化物成分表追補 2017 年では「ポリオール」を用いずに、「糖アルコール」を用いることとした。この判断により、炭水化物成分表追補 2017 年の日本語版では「糖アルコール」を用い、英語版では「Polyol」を用いている。

なお、FAO/INFOODS の指針（2012）⁵⁾では、糖アルコールのエネルギー換算係数は 10 kJ/g（2.4 kcal/g）としている。

5 有機酸

アミノ酸成分表に収載しているアミノ酸や脂肪酸成分表に収載している脂肪酸は全て有機酸で

あり、また、食品成分表に記載している葉酸、パントテン酸、アスコルビン酸も有機酸である。また、炭水化物成分表追補 2017 年に記載した有機酸の化学構造もさまざまであるため、記載した有機酸を簡便かつ正確に定義することは難しい。

ただし、食品成分表/データベースの分野では脂肪酸と脂肪酸ではない有機酸の区別はなされており、飽和カルボン酸のうち、炭素数が 4 のブタン酸以上は脂肪酸に分類し、炭素数が 3 のプロパン酸以下は有機酸に分類している。また、一般にアミノ酸と呼ぶ有機酸のうち、たんぱく質を構成するアミノ酸はアミノ酸成分表で扱っている。

コーデックス委員会では、有機酸のエネルギー換算係数は 13 kJ/g (3 kcal/g) としており、FAO/INFOODS の指針 (2012) ³⁾でもこの係数を用いている。

表 6 有機酸の名称

成分	英名	IUPAC 系統名
ギ酸	Formic acid	Methanoic acid
酢酸	Acetic acid	Ethanoic acid
グリコール酸	Glycolic acid	2-Hydroxyethanoic acid
乳酸	Lactic acid	2-Hydroxypropanoic acid
グルコン酸	Gluconic acid	D-Gluconic acid
シュウ酸	Oxalic acid	Ethanedioic acid
マロン酸	Malonic acid	Propanedioic acid
コハク酸	Succinic acid	Butanedioic acid
フマル酸	Fumaric acid	(E)-Butenedioic acid
リンゴ酸	Malic acid	2-Hydroxybutanedioic acid
酒石酸	Tartaric acid	2,3-Dihydroxybutanedioic acid
α-ケトグルタル酸	α-Ketoglutaric acid	2-Oxopentanedioic acid
クエン酸	Citric acid	2-Hydroxypropane-1,2,3-trioic acid
サリチル酸	Salicylic acid	2-Hydroxybenzoic acid
p-クマル酸	p-Coumaric acid	(E)-3-(4-Hydroxyphenyl)-2-propenoic acid
コーヒー酸	Caffeic acid	3-(3,4-Dihydroxyphenyl)-2-propenoic acid
フェルラ酸	Ferulic acid	(E)-3-(4-Hydroxy-3-methoxy-phenyl)prop-2-enoic acid
クロロゲン酸	Chlorogenic acid	(1S,3R,4R,5R)-3-[[{(2E)-3-(3,4-Dihydroxyphenyl)prop-2-enoyl]oxy}-1,4,5-trihydroxycyclohexanecarboxylic acid
キナ酸	Quinic acid	(1S,3R,4S,5R)-1,3,4,5-Tetrahydroxycyclohexanecarboxylic acid
オロト酸	Orotic acid	1,2,3,6-Tetrahydro-2,6-dioxo-4-pyrimidinecarboxylic acid

(注) IUPAC 系統名はウェブ上の情報による

表 7 炭水化物成分表追補 2017 年に記載した有機酸の分子式と分子量

脂肪族カルボン酸		芳香族カルボン酸	
ギ酸 (CH ₂ O ₂) 分子量：46.03	H-COOH	サリチル酸 (C ₇ H ₆ O ₃) 分子量：138.12	
酢酸 (C ₂ H ₄ O ₂) 分子量：60.05	CH ₃ -COOH	<i>p</i> -クマル酸 (C ₉ H ₈ O ₃) 分子量：164.16	
グリコール酸 (C ₂ H ₄ O ₃) 分子量：76.05		コーヒー酸 (C ₉ H ₈ O ₄) 分子量：180.16	
乳酸 (C ₃ H ₆ O ₃) 分子量：90.08		フェルラ酸 (C ₁₀ H ₁₀ O ₄) 分子量：194.18	
グルコン酸 (C ₆ H ₁₂ O ₇) 分子量：196.16		クロロゲン酸 (C ₁₆ H ₁₈ O ₉) 分子量：354.31	
シュウ酸 (C ₂ H ₂ O ₄) 分子量：90.03		マロン酸 (C ₃ H ₄ O ₄) 分子量：104.06	
コハク酸 (C ₄ H ₆ O ₄) 分子量：118.09		フマル酸 (C ₄ H ₄ O ₄) 分子量：116.07	
リンゴ酸 (C ₄ H ₆ O ₅) 分子量：134.09		リンゴ酸 (C ₄ H ₆ O ₅) 分子量：134.09	
酒石酸 (C ₄ H ₆ O ₆) 分子量：150.09		α-ケトグルタル酸 (C ₅ H ₆ O ₅) 分子量：146.11	
クエン酸 (C ₆ H ₈ O ₇) 分子量：192.12		脂環式カルボン酸	
		キノ酸 (C ₇ H ₁₂ O ₆) 分子量：192.17	
		複素環式カルボン酸	
		オロト酸 (C ₅ H ₄ N ₂ O ₄) 分子量：156.10	

参考文献

- 1) Food and Agriculture Organization of the United Nations : Food energy - methods of analysis and conversion factors. Report of a technical workshop. FAO Food and Nutrition paper 77, p. 3-6, (2003)
- 2) 財団法人日本食品分析センター：日本食品標準成分表における炭水化物量に関する妥当性検証調査成果報告書. 平成 22 年度文部科学省委託調査報告書. p. 3-7 (2010)
- 3) FAO/INFOODS : Guidelines for Converting Units. Denominators and Expressions. version. 1.0 (2012)
- 4) INTERNATIONAL UNION OF PURE AND APPLIED CHEMISTRY and INTERNATIONAL UNION OF BIOCHEMISTRY AND MOLECULAR BIOLOGY
IUPAC - IUBMB Joint Commission on Biochemical Nomenclature (JCBN)
Nomenclature of Carbohydrates
(Recommendations 1996)
World Wide Web version prepared by G. P. Moss
Department of Chemistry, Queen Mary University of London,
Mile End Road, London, E1 4NS, UK.
<http://www.chem.qmul.ac.uk/iupac/2carb> (検索 : 2015 年 8 月 15 日)
- 5) FAO/INFOODS : Guidelines for Checking Food Composition Data prior to publication of User Table /Database. version. 1.0 (2012)

第2章 炭水化物成分表

本表 可食部 100 g 当たりの炭水化物成分表 (利用可能炭水化物及び糖アルコール) (追加分)

- 穀類
- 砂糖及び甘味類
- 種実類
- 野菜類
- きのこと類
- 魚介類
- 肉類
- 卵類
- 乳類
- し好飲料類
- 調味料及び香辛料類

別表 可食部 100 g 当たりの有機酸成分表 (追加分)

- 砂糖及び甘味類
- 野菜類
- 魚介類
- 肉類
- 乳類
- 調味料及び香辛料類

炭水化物成分表 本表

成分表2015年版(七訂)及び追補2016年からの変更は太字

可食部100 g当たり

食品番号	索引番号*	食品名	水分	利用可能炭水化物 (単糖当量)	利用可能炭水化物								糖アルコール		備考
					でん粉	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	計	ソルビトール	
(..... g)															
		穀類													
		こむぎ													
		[パン類]													
01026	26	食パン	38.8	48.5	39.0	1.5	2.3	-	0	1.4	0.2	0.1	44.5	0	-
		砂糖及び甘味類													
		(砂糖類)													
03001	224	黒砂糖	4.4	93.2	(0)	0.6	1.0	-	87.3	Tr	0	(0)	88.9	-	- 別名:黒糖
03002	225	和三盆糖	0.3	105.4	(0)	(0.7)	(0.7)	-	99.1	(0)	(0)	(0)	100.4	-	- 03004三温糖から推計
		車糖													- 別名:ソフトシュガー
03003	226	上白糖	0.7	103.8	(0)	0.6	0.6	-	97.7	0	0	(0)	98.9	-	-
03004	227	三温糖	0.9	105.1	(0)	0.7	0.7	-	98.8	0	(0)	(0)	100.2	-	-
		(その他)													
03022	249	はちみつ	17.6	75.3	0	33.2	39.7	-	0.3	1.5	(0)	(0)	75.2	-	- イソマルトース:0.5 g
		種実類													
		アーモンド													
05002	345	フライ、味付け	1.8	4.9	0.2	0	0	-	4.5	0	(0)	-	4.6	-	- 乳糖は米国成分表から推計
		あさ													
05003	347	乾	4.6	2.6	0.1	Tr	Tr	-	2.3	0	(0)	(0)	2.5	-	-
		あまに													
05041	348	いり	0.8	1.2	0.2	0	0	-	0.9	0	(0)	-	1.2	-	-
		ごま													
05042	365	ねり	0.5	(0.8)	(0.2)	(0)	(0)	-	(0.6)	(0)	(0)	(0)	(0.8)	-	- 05018ごまいりから推計
		すいか													
05021	367	いり、味付け	5.9	2.3	0.2	0	0	-	2.0	0	(0)	-	2.2	-	- 廃棄部位:種皮
		野菜類													
		ほうれんそう													
06269	687	葉、冷凍	92.2	0.6	0	0.3	0.1	-	0.2	0	(0)	-	0.6	-	-
06372		葉、冷凍、ゆで	90.6	0.2	(0)	0.1	0	-	0.1	(0)	(0)	-	0.2	-	- ゆでた後水冷し、手搾りしたもの
06373		葉、冷凍、油いため	84.6	0.7	(0)	0.3	0.2	-	0.2	(0)	(0)	-	0.7	-	-

炭水化物成分表 本表

成分表2015年版(七訂)及び追補2016年からの変更は太字

可食部100g当たり

食品番号	索引番号*	食品名	水分	利用可能炭水化物量(単糖当量)	利用可能炭水化物								糖アルコール		備考	
					でん粉	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	計	ソルビトール		マンニトール
(..... g))																
		きのこ類														
		(きくらげ類)														
		あらげきくらげ													別名:裏白きくらげ。試料:栽培品	
08054		生	93.6	0.1	0.1	0.1	(0)	-	(0)	(0)	(0)	0	0.1	-	-	廃棄部位:柄の基部(いしづき)
		なめこ														別名:なめたけ。試料:栽培品
08020	953	生	92.1	2.5	0.3	0.1	Tr	-	0	0	(0)	1.9	2.4	-	Tr	廃棄部位:柄の基部(いしづき) (柄の基部を除いた市販品の場合: 0%)
		魚介類														
		<貝類>														
		あわび														
10427		くろあわび、生	79.5	3.7	3.3	-	-	-	-	-	-	-	3.3	-	-	廃棄部位:貝殻及び内蔵
		いがい														別名:ムール貝
10289	1340	生	82.9	3.1	2.8	-	-	-	-	-	-	-	2.8	-	-	廃棄部位:貝殻、足糸等
		かき														試料:まがき
10292	1343	養殖、生	85.0	2.5	2.3	-	-	-	-	-	-	-	2.3	-	-	廃棄部位:貝殻
10293	1344	養殖、水煮	78.7	7.1	6.5	-	-	-	-	-	-	-	6.5	-	-	むき身
10430		養殖、フライ	46.6	15.6	13.9	0	-	-	-	0.4	-	-	14.2	-	-	むき身
		(はまぐり類)														
		ちょうせんはまぐり														
10310	1362	生	88.1	1.3	1.2	-	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	廃棄部位:貝殻
		肉類														
		<畜肉類>														
		うし														
		[加工品]														
11104	1577	ローストビーフ	64.0	1.4	0.3	0.2	Tr	0	0.1	0	0	0.7	1.4	0	-	イソマルトース:0g
11105	1578	コンビーフ缶詰	63.4	1.0	0.2	0	0	0	0.7	0	0	0	0.9	0	-	イソマルトース:0g
11106	1579	味付け缶詰	64.3	12.9	0.2	0.6	0.4	0	11.1	0	0	0	12.3	0	-	試料:大和煮缶詰 液汁を含んだもの(液汁36%) イソマルトース:0g
11107	1580	ビーフジャーキー	24.4	9.6	1.0	2.4	0.1	0	4.4	0.2	0	1.2	9.2	0	-	イソマルトース:0g
11108	1581	スモークタン	55.9	1.2	0.3	0.4	0	0	0.6	0	0	0	1.2	0	-	イソマルトース:0g

炭水化物成分表 本表

成分表2015年版(七訂)及び追補2016年からの変更は太字

可食部100g当たり

食品番号	索引番号*	食品名	水分	利用可能炭水化物 (単糖当量)	利用可能炭水化物								糖アルコール		備考		
					でん粉	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しよ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	計	ソルビトール		マンニトール	
		ぶた															
		[ハム類]															
11174	1653	骨付きハム	62.9	0.9	0.1	0.7	0	-	0.1	0.1	0	-	0.9	-	-	-	廃棄部位:皮及び骨 イソマルトース:0g
11175	1654	ボンレスハム	72.0	1.2	0.1	0.5	0	-	0.6	0	0	-	1.1	-	-	-	イソマルトース:0g
11176	1655	ロースハム	65.0	1.1	0.1	0.5	0	-	0.5	0.1	0	-	1.1	-	-	-	イソマルトース:0g
11177	1656	ショルダーハム	62.7	1.1	0.1	0.5	0	-	0.4	0.1	0	-	1.1	-	-	-	イソマルトース:0g
		生ハム															
11181	1657	促成	55.0	3.4	0.1	1.9	0	-	1.3	0	0	-	3.3	-	-	-	ラックスハムを含む イソマルトース:0g
11182	1658	長期熟成	49.5	0.1	0.1	0	0	-	0	0	0	-	0.1	-	-	-	プロシュートを含む イソマルトース:0g
		[プレスハム類]															
11178	1659	プレスハム	73.3	4.9	2.5	0.4	0	-	0.7	0.3	0.6	-	4.5	-	-	-	イソマルトース:0g
11180	1660	チョップドハム	68.0	8.8	7.2	0.4	0.1	-	0.3	0.2	0	-	8.1	-	-	-	イソマルトース:0g
		[ベーコン類]															
11183	1661	ベーコン	45.0	2.7	0.2	0.8	0	-	1.1	0.4	0	-	2.6	-	-	-	ばらを原料とするもの イソマルトース:0g
11184	1662	ロースベーコン	62.5	1.3	0.1	0.1	0	-	0.7	0	0.4	-	1.3	-	-	-	イソマルトース:0g
11185	1663	ショルダーベーコン	65.4	1.6	0.1	0.8	0	-	0.3	0.3	0	-	1.6	-	-	-	
		[ソーセージ類]															
11186	1664	ウインナーソーセージ	53.0	3.3	1.6	0.7	0	-	0.4	0.4	-	-	3.1	-	-	-	
11187	1665	セミドライソーセージ	46.8	3.9	2.3	0.7	0	-	0.1	0.5	-	-	3.7	-	-	-	ソフトサラミを含む
11188	1666	ドライソーセージ	23.5	3.5	1.5	1.3	0	-	0.5	0.1	-	-	3.3	-	-	-	サラミを含む
11189	1667	フランクフルトソーセージ	54.0	4.9	3.1	0.3	0	-	0.4	0	0.7	-	4.5	-	-	-	
11190	1668	ポロニアソーセージ	60.9	3.2	1.9	0.4	0	-	0.7	0	-	-	3.0	-	-	-	
11191	1669	リオナソーセージ	65.2	1.6	0.9	0.4	0	-	0.2	0	-	-	1.5	-	-	-	
11192	1670	レバーソーセージ	47.7	2.0	0.3	1.3	0.2	-	0.1	0	-	-	2.0	-	-	-	
11193	1671	混合ソーセージ	58.2	10.6	8.9	0.2	0	-	0.5	0	-	-	9.7	-	-	-	
11194	1672	生ソーセージ	58.6	0.6	0.3	0.1	0	-	0.2	0	-	-	0.6	-	-	-	別名:フレッシュソーセージ
		[その他]															
11195	1673	焼き豚	64.3	4.9	0.8	0.6	0.4	0	2.9	0.1	0	0	4.7	0.2	-	-	試料:蒸し焼きしたもの
11196	1674	レバーペースト	45.8	2.9	1.3	1.2	0	0	0.2	0	0	0	2.7	0	-	-	

炭水化物成分表 本表

成分表2015年版(七訂)及び追補2016年からの変更は太字

可食部100g当たり

食品番号	索引番号*	食品名	水分	利用可能炭水化物 (単糖当量)	利用可能炭水化物									糖アルコール		備考
					でん粉	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	計	ソルビトール	マンニトール	
11197	1675	スモークレバー	57.6	2.9	0.3	1.8	0	0	0.7	0	0	0	2.9	0	-	
		にわとり														
		[その他]														
11237	1731	焼き鳥缶詰	62.8	11.1	1.0	0.7	0.6	0	8.2	0.1	0	-	10.6	0	-	液汁を含んだもの(液汁 33%)
		卵類														
		鶏卵														
		全卵														
12008	1748	加糖全卵	58.2	22.8	(0)	0.2	0	(0)	21.4	(0)	(0)	-	21.7	-	-	試料:冷凍品
		卵黄														
12012	1752	加糖卵黄	42.0	22.1	(0)	0.2	0	(0)	20.9	(0)	(0)	-	21.1	-	-	試料:冷凍品
		乳類														
		<牛乳及び乳製品>														
		(液状乳類)														
		生乳														未殺菌のもの
13001	1760	ジャージー種	85.9	4.6	-	-	-	-	-	-	4.3	-	4.3	-	-	(100g:96.9mL、100mL:103.2g)
		(発酵乳・乳酸菌飲料)														
		ヨーグルト														
13030	1791	非乳製品	89.3	9.3	0.1	2.4	4.5	0	1.8	0	0.4	0	9.2	0.1	0.1	無脂乳固形分3.0%未満 (100g:93.8mL、100mL:106.6g)
		(アイスクリーム類)														
		アイスクリーム														
13043	1808	普通脂肪	63.9	18.0	2.1	0.3	0.1	0	9.4	0.7	4.6	-	17.1	-	-	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
		(その他)														
13050	1815	チーズホエーパウダー	2.2	74.7	-	0	-	0.5	-	-	70.7	-	71.2	-	-	
		嗜好飲料類														
		<その他>														
16051	2041	昆布茶	1.4	35.1	1.1	0	0	-	32.4	-	(0)	-	33.4	-	2.3	粉末製品

炭水化物成分表 本表

成分表2015年版(七訂)及び追補2016年からの変更は太字

可食部100g当たり

食品番号	索引番号*	食品名	水分	利用可能炭水化物 (単糖当量)	利用可能炭水化物								糖アルコール		備考		
					でん粉	ぶどう糖	果糖	ガラクトース	しょ糖	麦芽糖	乳糖	トレハロース	計	ソルビトール		マンニトール	
		調味料及び香辛料類															
		<調味料類>															
		(ウスターソース類)															
17001	2048	ウスターソース	61.3	24.1	0.2	10.4	8.5	-	4.6	0.2	-	-	23.8	0	-	(100g: 83.7 ml、100 ml: 119.5 g)	
17002	2049	中濃ソース	60.9	26.9	1.1	11.0	9.5	-	4.8	0.2	-	-	26.6	0	-		
17085	2051	お好み焼きソース	58.1	29.6	1.6	12.5	8.6	-	6.0	0.4	-	-	29.1	0	-		
		(調味ソース類)															
17108	2102	冷やし中華のたれ	67.1	19.5	0.1	7.8	11.0	0.1	0.6	-	-	-	19.5	-	-	別名: 冷やし中華用スープ (100g: 87.6 ml、100 ml: 114.1 g)	
17137		ぼん酢しょうゆ、市販品	77.0	7.0	-	2.5	2.3	0.1	2.0	-	-	-	6.9	-	-	別名: ボン酢 (100g: 89.4 ml、100 ml: 111.8 g)	
		(トマト加工品類)															
17036	2114	トマトケチャップ	66.0	22.7	0.1	12.3	8.5	(0)	1.3	0.4	(0)	-	22.6	-	-	ガラクトース及び乳糖は米国成分表から推計	
		(ドレッシング類)															
		マヨネーズ															
17042	2122	全卵型	16.6	2.1	0.2	0.7	0	-	0.2	1.0	-	-	2.1	-	-	使用油: なたね油、とうもろこし油、大豆油	
17043	2123	卵黄型	19.7	0.5	0.1	0.4	0	-	0	-	-	-	0.5	-	-	使用油: 大豆油を含む	
		(その他)															
17138		料理酒	82.4	3.6	0.1	1.9	0.8	0	0	0.8	0	0	3.5	0	0	(100g: 98.4 ml、100 ml: 101.6 g)	

* 索引番号に記載した数字は成分表2015年版(七訂)のものである。

第 3 章 資 料（食品群別留意点）

各食品の詳細な留意点は、追補 2017 年の第 1 部第 3 章 食品群別留意点を参照されたい。