13 乳類

基準窒素 1 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸			芳香族アミノ酸			トレオニン（スレオニン）	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	アミノ酸組成によるたんぱく質に対する窒素換算係数	備考
						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)													(mg)										
		乳類																								
		＜牛乳及び乳製品＞																								
		（液状乳類）																								
		生乳																								未殺菌のもの
13002	1761	ホルスタイン種	340	620	520	170	57	220	300	230	530	260	83	410	180	210	210	500	1200	120	610	300	6300	150	5.45	(100 g：96.9 mL、100 mL：103.2 g)
13003	1762	普通牛乳	320	610	510	150	50	200	300	300	600	270	88	400	180	210	200	490	1300	120	600	330	6500	140	5.59	(100 g：96.9 mL、100 mL：103.2 g)
		加工乳																								
13005	1764	低脂肪	310	610	510	150	52	200	300	310	610	270	86	380	180	210	200	480	1300	120	610	340	6500	130	5.57	(100 g:96.4 mL、100 mL：103.7 g)
		乳飲料																								
13007	1766	コーヒー	300	580	470	140	50	190	280	280	560	260	82	370	170	200	200	460	1300	120	570	310	6100	130	5.25	(100 g：95.0 mL、100 mL：105.3 g)
		（粉乳類）																								
13010	1769	脱脂粉乳	330	620	500	160	51	210	310	300	600	270	88	400	190	210	210	480	1300	120	650	330	6500	130	5.61	別名：スキムミルク
13011	1770	乳児用調製粉乳	370	620	500	150	110	260	260	200	460	330	83	400	150	180	250	560	1200	120	530	290	6300	160	5.41	別名：育児用粉ミルク 育児用栄養強化品
		（練乳類）																								
13013	1772	加糖練乳	320	630	510	150	48	200	310	250	560	280	81	410	190	210	200	500	1400	120	620	340	6600	130	5.65	別名：コンデンスミルク
		（クリーム類）																								
		クリーム																								
13014	1773	乳脂肪	290	580	480	150	71	220	290	280	570	290	75	360	170	240	210	500	1200	140	510	350	6100	120	5.29	
13016	1775	植物性脂肪	330	620	530	150	57	210	300	290	590	290	71	400	180	210	210	510	1300	120	600	340	6600	150	5.67	
		コーヒーホワイトナー																								別名：コーヒー用ミルク、コーヒー用クリーム
13020	1779	液状、乳脂肪	320	600	500	170	35	210	320	320	640	270	78	410	190	230	200	460	1400	120	650	360	6600	120	5.71	
		（発酵乳・乳酸菌飲料）																								
		ヨーグルト																								
13025	1784	全脂無糖	350	620	520	160	64	220	310	290	590	270	85	420	180	210	230	510	1300	130	630	310	6600	150	5.65	別名：プレーンヨーグルト
13053	1785	低脂肪無糖	320	620	520	150	52	210	310	310	630	280	88	400	190	220	220	500	1400	130	620	350	6600	140	5.73	
13054	1786	無脂肪無糖	350	650	550	150	63	210	310	300	610	310	94	410	180	210	240	540	1400	120	610	350	6800	140	5.90	
13026	1787	脱脂加糖	310	600	510	140	52	200	300	270	570	270	79	390	180	230	250	500	1300	230	670	340	6700	130	5.73	別名：普通ヨーグルト
13027	1788	ドリンクタイプ、加糖	320	620	520	150	54	200	310	290	600	280	86	400	180	210	210	500	1400	120	620	340	6600	140	5.67	
		乳酸菌飲料																								
13028	1789	乳製品	320	590	440	150	70	220	290	220	510	250	69	390	170	180	200	460	1300	110	610	290	6100	160	5.23	無脂乳固形分3.0 %以上 (100 g：92.9 mL、100 mL：107.6 g)
		（チーズ類）																								
		ナチュラルチーズ																								
13033	1794	カテージ	340	660	550	180	33	210	350	370	710	290	88	430	210	250	210	510	1500	130	700	380	7200	130	6.18	クリーム入り
13034	1795	カマンベール	310	600	500	170	25	190	330	360	690	250	79	410	200	230	190	460	1400	130	670	360	6700	170	5.79	
13035	1796	クリーム	330	630	520	160	48	210	320	320	640	280	92	400	190	230	210	520	1300	130	600	350	6700	130	5.77	

13 乳類

基準窒素 1 g 当たり

食品番号	索引番号	食品名	イソロイシン	ロイシン	リシン（リジン）	含硫アミノ酸			芳香族アミノ酸			トレオニン（スレオニン）	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	アミノ酸組成によるたんぱく質に対する窒素換算係数	備考
						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						……)	(……			mg					……)		
13037	1798	チェダー	340	630	520	170	51	220	340	350	690	230	80	430	200	220	180	490	1300	120	720	310	6700	140	5.80	
13055	1801	マスカルポーネ	330	640	530	170	50	220	320	320	640	290	85	410	190	230	210	510	1400	130	600	350	6700	130	5.80	
13057	1803	やぎ	310	620	510	150	54	200	310	280	590	310	90	430	170	180	210	490	1300	120	640	330	6500	180	5.59	別名：シェーブルチーズ
13040	1805	プロセスチーズ	350	640	540	160	35	200	340	370	710	230	82	440	200	230	190	470	1400	120	730	320	6900	140	5.93	
		（アイスクリーム類）																								
		アイスクリーム																								
13042	1807	高脂肪	320	610	510	160	61	220	310	260	570	280	82	400	180	230	210	500	1300	130	570	350	6500	130	5.58	乳固形分15.0 %以上、乳脂肪分12.0 %以上 試料：バニラアイスクリーム
		ラクトアイス																								
13045	1810	普通脂肪	350	630	510	160	69	230	300	200	500	280	71	420	180	200	220	520	1200	130	630	300	6400	140	5.52	乳固形分3.0 %以上、主な脂質：植物性脂肪
		（その他）																								
13048	1813	カゼイン	360	620	530	200	32	230	340	370	700	270	84	440	200	240	200	460	1400	120	750	340	7000	130	6.03	試料：酸カゼイン
		＜その他＞																								
13051	1816	人乳	300	580	380	88	140	230	250	230	480	250	85	330	150	180	210	500	990	130	530	240	5500	200	4.78	試料：成熟乳 (100 g：98.3 mL、100 mL：101.7 g)