16 し好飲料類

食品番号	索引番号	食品名	可食部100g当たり 水分	脂質	脂肪酸 総量	飽和	一価不飽和	多価不飽和	n-3系 多価不飽和	n-6系 多価不飽和	飽和 10:0 デカン酸	12:0 ラウリン酸	14:0 ミリスチン酸	15:0 ペンタデカン酸	16:0 パルミチン酸	17:0 ヘプタデカン酸	18:0 ステアリン酸	20:0 アラキジン酸	22:0 ベヘン酸	24:0 リグノセリン酸	一価不飽和 10:1 デセン酸	14:1 ミリストレイン酸	15:1 ペンタデセン酸	16:1 パルミトレイン酸	17:1 ヘプタデセン酸
			(g)								(mg)														
		し好飲料類																							
		＜アルコール飲料類＞																							
		（醸造酒類）																							
		清酒																							
16001	1990	普通酒	82.4	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16002	1991	純米酒	83.7	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16003	1992	本醸造酒	82.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16004	1993	吟醸酒	83.6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16005	1994	純米吟醸酒	83.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		ビール																							
16006	1995	淡色	92.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16007	1996	黒	91.6	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16008	1997	スタウト	88.4	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
16009	1998	発泡酒	92.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		ぶどう酒																							
16012	2001	ロゼ	87.4	Tr	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		＜茶類＞																							
		（緑茶類）																							
16035	2024	抹茶	5.0	5.3	3.19	0.68	0.34	2.16	1.34	0.81	0	0	3	0	620	0	62	0	0	-	0	0	-	12	0
		せん茶																							
16036	2025	茶	2.8	4.7	2.81	0.62	0.25	1.94	1.35	0.59	0	0	0	0	570	0	42	0	0	-	0	0	-	28	0
		＜コーヒー・ココア類＞																							
		コーヒー																							
16045	2034	浸出液	98.6	Tr	(0.02)	(0.01)	(Tr)	(0.01)	(0)	(0.01)	(0)	(0)	(0)	(0)	(7)	(0)	(2)	(1)	(Tr)	-	(0)	(0)	-	(0)	(0)
16046	2035	インスタントコーヒー	3.8	0.3	0.21	0.09	0.02	0.10	Tr	0.09	0	1	Tr	0	70	Tr	16	6	2	-	0	0	-	0	0
16047	2036	コーヒー飲料、乳成分入り、加糖	90.5	0.3	0.23	0.16	0.06	0.01	Tr	0.01	8	7	23	2	71	2	33	1	Tr	0	1	2	0	3	1
		ココア																							
16048	2037	ピュアココア	4.0	21.6	19.98	12.40	6.88	0.70	0.04	0.66	0	1	19	5	5100	67	7000	200	31	-	0	0	-	59	0
16049	2038	ミルクココア	1.6	6.8	6.27	3.98	2.05	0.24	0.02	0.22	95	97	230	23	1800	18	1400	38	4	0	12	20	0	40	6
		＜その他＞																							
		青汁																							
16056	2039	ケール	2.3	4.4	2.72	0.55	0.10	2.08	1.29	0.52	1	2	9	7	420	7	50	8	6	38	0	0	0	26	0

食品番号	索引番号	食品名	可食部100g当たり 一価不飽和 18:1 計	n-9 オレイン酸	n-7 シス-バクセン酸	20:1 イコセン酸	22:1 ドコセン酸	24:1 テトラコセン酸	多価不飽和 16:2 ヘキサデカジエン酸	16:3 ヘキサトリエン酸	16:4 ヘキサデカテトラエン酸	18:2 n-6 リノール酸	18:3 n-3 α-リノレン酸	18:3 n-6 γ-リノレン酸	18:4 n-3 オクタデカテトラエン酸	20:2 n-6 イコサジエン酸	20:3 n-6 イコサトリエン酸	20:4 n-3 イコサテトラエン酸	20:4 n-6 アラキドン酸	20:5 n-3 イコサペンタエン酸	21:5 n-3 ヘンイコサペンタエン酸	22:2 ドコサジエン酸	22:4 n-6 ドコサテトラエン酸	22:5 n-3 ドコサペンタエン酸	22:5 n-6 ドコサペンタエン酸	22:6 n-3 ドコサヘキサエン酸	未同定脂肪酸	備考
			(mg)																									
		し好飲料類																										
		＜アルコール飲料類＞																										
		（醸造酒類）																										
		清酒																										別名：日本酒
16001	1990	普通酒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：100.1 mL、100 mL：99.9 g)
16002	1991	純米酒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：100.2 mL、100 mL：99.8 g)
16003	1992	本醸造酒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：100.2 mL、100 mL：99.8 g)
16004	1993	吟醸酒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：100.3 mL、100 mL：99.7 g)
16005	1994	純米吟醸酒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：100.2 mL、100 mL：99.8 g)
		ビール																										
16006	1995	淡色	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	生ビールを含む (100 g：99.2 mL、100 mL：100.8 g)
16007	1996	黒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	生ビールを含む (100 g：99.0 mL、100 mL：101.0 g)
16008	1997	スタウト	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：98.1 mL、100 mL：101.9 g)
16009	1998	発泡酒	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：99.1 mL、100 mL：100.9 g)
		ぶどう酒																										別名：ワイン
16012	2001	ロゼ	0	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	(100 g：99.8 mL、100 mL：100.2 g)
		＜茶類＞																										
		（緑茶類）																										
16035	2024	抹茶	330	-	-	0	-	-	-	-	-	810	1300	-	0	0	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	粉末製品
		せん茶																										
16036	2025	茶	230	-	-	0	-	-	-	-	-	590	1400	-	0	0	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	
		＜コーヒー・ココア類＞																										
		コーヒー																										
16045	2034	浸出液	(2)	-	-	(0)	-	-	-	-	-	(9)	(Tr)	-	(0)	(0)	(0)	-	(0)	-	-	-	-	-	-	-	(0)	浸出法：コーヒー粉末 10 g/熱湯150 mL 16046インスタントコーヒーから推計
16046	2035	インスタントコーヒー	20	-	-	1	-	-	-	-	-	94	3	-	0	0	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	Tr	顆粒製品
16047	2036	コーヒー飲料、乳成分入り、加糖	50	-	-	0	0	0	0	0	0	6	1	0	0	0	0	0	Tr	0	0	0	0	0	0	0	-	別名：缶コーヒー。試料：缶製品 C4:0 6 mg、C6:0 3 mg、C8:0 2 mg、C15:0 ant 2 mg、C16:0 iso 1 mg、C17:0 ant 1 mg
		ココア																										
16048	2037	ピュアココア	6800	-	-	0	-	-	-	-	-	660	37	-	0	0	0	-	0	-	-	-	-	-	-	-	-	別名：純ココア。粉末製品
16049	2038	ミルクココア	2000	-	-	7	0	0	0	0	0	220	16	0	0	0	7	0	1	0	0	0	0	0	0	0	-	別名：インスタントココア、調整ココア。粉末製品 C4:0 94 mg、C6:0 62 mg、C8:0 41 mg、C15:0 ant 15 mg、C16:0 iso 9 mg、C17:0 ant 16 mg
		＜その他＞																										
		青汁																										
16056	2039	ケール	69	34	35	3	0	0	42	220	9	520	1300	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-	粉末製品