

8 きのこと類

Amino acids per g protein

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 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 Ammonia	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 (.....)																								
08001	きのこ類 MUSHROOMS えのきたけ Winter mushrooms 生 Raw	51	82	77	15	17	32	71	54	130	63	22	66	44	57	120	86	170	62	50	60	1,200	41	栽培品 ¹⁾ 。柄の基部(いしづき)を除いたもの ²⁾ 剰余アンモニア ³⁾ 10 mg
08011	しいたけ Shiitake 生しいたけ Nama-shiitake 生 Raw	54	86	77	12	14	26	54	35	89	66	21	68	32	76	80	110	210	62	52	63	1,200	44	栽培品 ¹⁾ 。柄全体を除いた傘のみ ⁴⁾ 剰余アンモニア ³⁾ 6.2 mg
08013	乾しいたけ Hoshi-shiitake 乾 Dried	48	81	72	18	19	37	50	31	81	61	19	59	29	61	71	120	260	58	50	64	1,200	40	栽培品 ¹⁾ 。柄全体を除いた傘のみ ⁴⁾
08020	なめこ Nameko 生 Raw	61	98	65	18	15	33	38	19	57	74	11	75	36	78	87	110	190	63	64	69	1,200	40	栽培品 ¹⁾ 。柄の基部(いしづき)を除いたもの ²⁾ 剰余アンモニア ³⁾ 4.6 mg
08031	マッシュルーム Common mushrooms 生 Raw	57	89	69	17	11	27	53	25	77	62	21	69	30	50	150	83	200	59	69	57	1,200	56	栽培品 ¹⁾ 。ホワイト種 ⁵⁾ 。柄の基部(いしづき)を除いたもの ²⁾ 剰余アンモニア ³⁾ 23 mg

1) Cultured product 2) Without stalk base 3) Ammonia derived from non-proteinous compounds 4) Without stalk 5) White type