

食品詳細

【出典：日本食品標準成分表（八訂）増補2023年】

食品番号：06263 食品群名/食品名：野菜類/ブロッコリー/花序/生

英名：VEGETABLES/Broccoli/inflorescence, raw

学名：Brassica oleracea Italica Group

04.アミノ酸-たんぱく質1g

- (注意) アミノ酸組成によるたんぱく質 g 当たりの数値。 [重量換算](#)

成分表選択
01.一般成分表-無機質-ビタミン類
02.アミノ酸-可食部100g
03.アミノ酸-基準窒素1g
04.アミノ酸-たんぱく質1g
05.脂肪酸-可食部100g
06.脂肪酸-脂肪酸総量100g
07.脂肪酸-脂質1g
08.炭水化物-可食部100g-利用可能炭水化物及び糖アルコール
09.炭水化物-可食部100g-食物繊維
10.炭水化物-可食部100g-有機酸

成分名	値	単位
イソロイシン	44	mg
ロイシン	71	mg
リシン (リジン)	75	mg
含硫アミノ酸	メチオニン	20 mg
	シスチン	15 mg
	合計	35 mg
芳香族アミノ酸	フェニルアラニン	48 mg
	チロシン	33 mg
	合計	81 mg
トレオニン (スレオニン)	51	mg
トリプトファン	16	mg
バリン	64	mg
ヒスチジン	34	mg
アルギニン	87	mg
アラニン	71	mg
アスパラギン酸	130	mg
グルタミン酸	240	mg
グリシン	46	mg
プロリン	49	mg
セリン	66	mg
ヒドロキシプロリン	-	mg
アミノ酸組成計	1200	mg
アンモニア	39	mg