

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：09004 食品群名/食品名：藻類/あまのり/焼きのり

英名：ALGAE/purple laver, dried, toasted

学名：Porphyra spp.

07.脂肪酸-脂質1g

• (注意) 脂質 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
総量		578.00	mg
飽和		149.00	mg
一価不飽和		54.00	mg
多価不飽和		375.00	mg
n-3系 多価不飽和		322.00	mg
n-6系 多価不飽和		54.00	mg
飽和	4:0 酪酸	-	mg
	6:0 ヘキサン酸	-	mg
	7:0 ヘプタン酸	-	mg
	8:0 オクタン酸	-	mg
	10:0 デカン酸	7.0	mg
	12:0 ラウリン酸	-	mg
	13:0 トリデカン酸	-	mg
	14:0 ミリスチン酸	1.0	mg
	15:0 ペンタデカン酸	1.0	mg
	15:0 ant ペンタデカン酸	-	mg
	16:0 パルミチン酸	134.0	mg
	16:0 iso パルミチン酸	-	mg
	17:0 ヘプタデカン酸	-	mg
	17:0 ant ヘプタデカン酸	-	mg
	18:0 ステアリン酸	4.0	mg
	20:0 アラキジン酸	2.0	mg
22:0 ベヘン酸	-	mg	
24:0 リグノセリン酸	-	mg	
一価不飽和	10:1 デセン酸	-	mg
	14:1 ミリストレイン酸	-	mg
	15:1 ペンタデセン酸	-	mg
	16:1 パルミトレイン酸	14.0	mg
	17:1 ヘプタデセン酸	-	mg
	18-1 計	18.0	mg
	18:1n-9 オレイン酸	-	mg
	18:1n-7 シス-バクセン酸	-	mg
	20:1 イコセン酸	17.0	mg
	22:1 ドコセン酸	4.0	mg
	24:1 テトラコセン酸	1.0	mg
	多価不飽和	16:2 ヘキサデカジエン酸	-
16:3 ヘキサデカトリエン酸		-	mg
16:4 ヘキサデカテトラエン酸		-	mg
18:2 n-6 リノール酸		11.0	mg
18:3 n-3 α-リノレン酸		1.0	mg
18:3 n-6 γ-リノレン酸		-	mg
18:4 n-3 オクタデカテトラエン酸		1.0	mg
20:2 n-6 イコサジエン酸		5.0	mg
20:3 n-3 イコサトリエン酸		-	mg
20:3 n-6 イコサトリエン酸		11.0	mg
20:4 n-3 イコサテトラエン酸		5.0	mg
20:4 n-6 アラキドン酸		27.0	mg
20:5 n-3 イコサペンタエン酸		313.0	mg
21:5 n-3 ヘンイコサペンタエン酸		-	mg
22:2 ドコサジエン酸		-	mg
22:4 n-6 ドコサテトラエン酸		-	mg
22:5 n-3 ドコサペンタエン酸	1.0	mg	
22:5 n-6 ドコサペンタエン酸	-	mg	
22:6 n-3 ドコサヘキサエン酸	-	mg	
未同定物質		16	mg