

## 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：01005 食品群名/食品名：穀類/おおむぎ/七分つき押麦

英名：CEREALS/Barley/under-milled pressed grain, raw

学名：Hordeum vulgare

## 01.一般成分表-無機質-ビタミン類

- (注意)  $\mu\text{g}$ は、百万分の一グラムを表す。
- (注意) 可食部  g当たりの数値。

## 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		
廃棄率		0	%		
エネルギー		343	kcal		
		1454	kJ		
水分		14.0	g		
たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	(9.7)	g		
	たんぱく質	10.9	g		
脂質	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量	1.8	g		
	コレステロール	(0)	mg		
	脂質	2.1	g		
炭水化物	利用可能炭水化物	利用可能炭水化物（単糖当量）	(71.3)	g	
		利用可能炭水化物（質量計）	(64.9)	g	
	炭水化物	差引き法による利用可能炭水化物	63.3	g	
	食物繊維総量	10.3	g		
	糖アルコール	-	g		
	炭水化物	72.1	g		
	有機酸	-	g		
灰分		0.9	g		
無機質	ナトリウム	2	mg		
	カリウム	220	mg		
	カルシウム	23	mg		
	マグネシウム	46	mg		
	リン	180	mg		
	鉄	1.3	mg		
	亜鉛	1.4	mg		
	銅	0.32	mg		
	マンガン	0.85	mg		
	ヨウ素	-	$\mu\text{g}$		
	セレン	-	$\mu\text{g}$		
	クロム	-	$\mu\text{g}$		
	モリブデン	-	$\mu\text{g}$		
ビタミン	ビタミンA	レチノール	(0)	$\mu\text{g}$	
		$\alpha$ -カロテン	-	$\mu\text{g}$	
			$\beta$ -カロテン	-	$\mu\text{g}$
			$\beta$ -クリプトキサンチン	-	$\mu\text{g}$
		$\beta$ -カロテン当量	(0)	$\mu\text{g}$	
	レチノール活性当量	(0)	$\mu\text{g}$		
	ビタミンD	(0)	$\mu\text{g}$		
	ビタミンE	$\alpha$ -トコフェロール	0.2	mg	
		$\beta$ -トコフェロール	Tr	mg	
		$\gamma$ -トコフェロール	0.1	mg	
		$\delta$ -トコフェロール	0	mg	
	ビタミンK	(0)	$\mu\text{g}$		
	ビタミンB1	0.22	mg		
	ビタミンB2	0.07	mg		
	ナイアシン	3.2	mg		
	ナイアシン当量	(5.8)	mg		
	ビタミンB6	0.14	mg		
	ビタミンB12	(0)	$\mu\text{g}$		
	葉酸	17	$\mu\text{g}$		
	パントテン酸	0.43	mg		
ビオチン	-	$\mu\text{g}$			
ビタミンC	(0)	mg			
アルコール	-	g			
食塩相当量	0	g			