

## 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：04052 食品群名/食品名：豆類/だいず/[その他]/豆乳/豆乳

英名：PULSES/Soybeans/soy milk, regular

学名：Glycine max

## 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		43	kcal
		178	kJ
水分		90.8	g
たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	3.4	g
	たんぱく質	3.6	g
脂質	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量	2.6	g
	コレステロール	(0)	mg
	脂質	2.8	g
炭水化物	利用可能炭水化物（単糖当量）	1.0	g
	利用可能炭水化物（質量計）	0.9	g
	差引き法による利用可能炭水化物	1.6	g
	食物繊維総量	0.9	g
	糖アルコール	-	g
炭水化物		2.3	g
有機酸		0.2	g
灰分		0.5	g
無機質	ナトリウム		2 mg
	カリウム		190 mg
	カルシウム		15 mg
	マグネシウム		25 mg
	リン		49 mg
	鉄		1.2 mg
	亜鉛		0.3 mg
	銅		0.12 mg
	マンガン		0.23 mg
	ヨウ素		Tr $\mu\text{g}$
	セレン		1 $\mu\text{g}$
	クロム		0 $\mu\text{g}$
	モリブデン		54 $\mu\text{g}$
ビタミン	ビタミンA	レチノール	(0) $\mu\text{g}$
		$\alpha$ -カロテン	0 $\mu\text{g}$
		$\beta$ -カロテン	1 $\mu\text{g}$
		$\beta$ -クリプトキサンチン	0 $\mu\text{g}$
		$\beta$ -カロテン当量	1 $\mu\text{g}$
	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	0.1 mg
		$\beta$ -トコフェロール	Tr mg
		$\gamma$ -トコフェロール	2.0 mg
		$\delta$ -トコフェロール	1.0 mg
	ビタミンK		4 $\mu\text{g}$
	ビタミンB1		0.03 mg
	ビタミンB2		0.02 mg
	ナイアシン		0.5 mg
	ナイアシン当量		1.4 mg
	ビタミンB6		0.06 mg
ビタミンB12		(0) $\mu\text{g}$	
葉酸		28 $\mu\text{g}$	
パントテン酸		0.28 mg	
ビオチン		3.8 $\mu\text{g}$	
ビタミンC		Tr mg	
アルコール		- g	
食塩相当量		0 g	