

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：06153 食品群名/食品名：野菜類/（たまねぎ類）/たまねぎ/りん茎/生

英名：VEGETABLES/Onions/bulb, raw

学名：Allium cepa

01.一般成分表-無機質-ビタミン類

- （注意） μg 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		6	%
エネルギー		33	kcal
		139	kJ
水分		90.1	g
たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	0.7	g
	たんぱく質	1.0	g
脂質	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量	Tr	g
	コレステロール	1	mg
	脂質	0.1	g
利用可能炭水化物	利用可能炭水化物（単糖当量）	7.0	g
	利用可能炭水化物（質量計）	6.9	g
	差引き法による利用可能炭水化物	7.1	g
	食物繊維総量	1.5	g
	糖アルコール	-	g
炭水化物		8.4	g
有機酸		0.2	g
灰分		0.4	g
無機質	ナトリウム	2	mg
	カリウム	150	mg
	カルシウム	17	mg
	マグネシウム	9	mg
	リン	31	mg
	鉄	0.3	mg
	亜鉛	0.2	mg
	銅	0.05	mg
	マンガン	0.15	mg
	ヨウ素	1	μg
	セレン	1	μg
	クロム	0	μg
	モリブデン	1	μg
	ビタミンA	レチノール	0
α -カロテン		0	μg
β -カロテン		1	μg
β -クリプトキサンチン		0	μg
β -カロテン当量		1	μg
レチノール活性当量		0	μg
ビタミンD		0	μg
ビタミンE	α -トコフェロール	Tr	mg
	β -トコフェロール	0	mg
	γ -トコフェロール	0	mg
	δ -トコフェロール	0	mg
ビタミンK		0	μg
ビタミンB1		0.04	mg
ビタミンB2		0.01	mg
ナイアシン		0.1	mg
ナイアシン当量		0.3	mg
ビタミンB6		0.14	mg
ビタミンB12		0	μg
葉酸		15	μg
パントテン酸		0.17	mg
ビオチン		0.6	μg
ビタミンC		7	mg
アルコール		-	g
食塩相当量		0	g