

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：06385 食品群名/食品名：野菜類/コリアンダー/葉/生

英名：

学名：

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		10	%
エネルギー		18	kcal
		75	kJ
水分		92.4	g
たんぱく質	アミノ酸組成によるたんぱく質	-	g
	たんぱく質	1.4	g
脂質	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量	-	g
	コレステロール	-	mg
	脂質	0.4	g
炭水化物	利用可能炭水化物（単糖当量）	-	g
	利用可能炭水化物（質量計）	-	g
	差し引き法による利用可能炭水化物	0.1	g
	食物繊維総量	4.2	g
	糖アルコール	-	g
炭水化物		4.6	g
有機酸		-	g
灰分		1.2	g
無機質	ナトリウム		4 mg
	カリウム		590 mg
	カルシウム		84 mg
	マグネシウム		16 mg
	リン		59 mg
	鉄		1.4 mg
	亜鉛		0.4 mg
	銅		0.09 mg
	マンガン		0.39 mg
	ヨウ素		2 μg
	セレン		Tr μg
	クロム		2 μg
	モリブデン		23 μg
	ビタミン	ビタミンA	レチノール
α -カロテン			5 μg
β -カロテン			1700 μg
β -クリプトキサンチン			34 μg
β -カロテン当量			1700 μg
レチノール活性当量		150 μg	
ビタミンD		0 μg	
ビタミンE		α -トコフェロール	1.9 mg
		β -トコフェロール	0 mg
		γ -トコフェロール	0.2 mg
		δ -トコフェロール	0 mg
ビタミンK		190 μg	
ビタミンB1		0.09 mg	
ビタミンB2		0.11 mg	
ナイアシン		1.3 mg	
ナイアシン当量		1.5 mg	
ビタミンB6		0.11 mg	
ビタミンB12		- μg	
葉酸		69 μg	
パントテン酸		0.52 mg	
ビオチン		6.2 μg	
ビタミンC		40 mg	
アルコール		- g	
食塩相当量		0 g	