

## 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：10056 食品群名/食品名：魚介類/&lt;魚類&gt;/（いわし類）/しらす干し/半乾燥品

英名：FISH, MOLLUSKS AND CRUSTACEANS/Fish/sardine, "Shirasuboshi" (boiled and dried whitebait), semi-dried

学名：Engraulis japonicus Sardinops melanostictus

## 05.脂肪酸-可食部100g

• (注意) 可食部  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
水分		46.0	g
トリアシルグリセロール当量		1.8	g
脂質		3.5	g
総量		1.69	g
飽和		0.54	g
一価不飽和		0.20	g
多価不飽和		0.95	g
n-3系 多価不飽和		0.88	g
n-6系 多価不飽和		0.07	g
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	0	mg
	12:0 ラウリン酸	1.0	mg
	13:0 トリデカン酸	-	mg
	14:0 ミリスチン酸	57.0	mg
	15:0 ペンタデカン酸	14.0	mg
	15:0 ant ペンタデカン酸	-	mg
	16:0 パルミチン酸	350.0	mg
	16:0 iso パルミチン酸	-	mg
	17:0 ヘプタデカン酸	15.0	mg
	17:0 ant ヘプタデカン酸	-	mg
	18:0 ステアリン酸	86.0	mg
	20:0 アラキジン酸	3.0	mg
22:0 ベヘン酸	3.0	mg	
24:0 リグノセリン酸	8.0	mg	
一価不飽和	10:1 デセン酸	0	mg
	14:1 ミリストレイン酸	0	mg
	15:1 ペンタデセン酸	0	mg
	16:1 パルミトレイン酸	48.0	mg
	17:1 ヘプタデセン酸	4.0	mg
	18-1 計	120.0	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	5.0	mg
	22:1 ドコセン酸	2.0	mg
多価不飽和	24:1 テトラコセン酸	15.0	mg
	16:2 ヘキサデカジエン酸	4.0	mg
	16:3 ヘキサデカトリエン酸	2.0	mg
	16:4 ヘキサデカテトラエン酸	3.0	mg
	18:2 n-6 リノール酸	29.0	mg
	18:3 n-3 α-リノレン酸	28.0	mg
	18:3 n-6 γ-リノレン酸	3.0	mg
	18:4 n-3 オクタデカテトラエン酸	50.0	mg
	20:2 n-6 イコサジエン酸	3.0	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	2.0	mg
	20:4 n-3 イコサテトラエン酸	10.0	mg
	20:4 n-6 アラキドン酸	21.0	mg
	20:5 n-3 イコサペンタエン酸	200.0	mg
21:5 n-3 ヘンイコサペンタエン酸	6.0	mg	
22:2 ドコサジエン酸	0	mg	
22:4 n-6 ドコサテトラエン酸	2.0	mg	
22:5 n-3 ドコサペンタエン酸	17.0	mg	
22:5 n-6 ドコサペンタエン酸	8.0	mg	
22:6 n-3 ドコサヘキサエン酸	570.0	mg	
未同定物質		-	mg