

## 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：07023 食品群名/食品名：果実類/うめ/梅干し/調味漬

英名：FRUITS/Mume\*/"Umeboshi" (pickled and dried mume), seasoned pickles[\*Syn. Japanese apricots]

学名：Prunus mume

## 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		25	%	
エネルギー		90	kcal	
		381	kJ	
水分		68.7	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	1.5	g	
脂質	脂肪酸のトリアシルグリセロール当量	(0.4)	g	
	コレステロール	(0)	mg	
	脂質	0.6	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	18.8	g	
	食物繊維総量	2.5	g	
	糖アルコール	-	g	
炭水化物		21.1	g	
有機酸		-	g	
灰分		8.1	g	
無機質	ナトリウム	3000	mg	
	カリウム	130	mg	
	カルシウム	25	mg	
	マグネシウム	15	mg	
	リン	15	mg	
	鉄	2.4	mg	
	亜鉛	0.1	mg	
	銅	0.05	mg	
	マンガン	0.10	mg	
	ヨウ素	-	μg	
	セレン	-	μg	
	クロム	-	μg	
	モリブデン	-	μg	
	ビタミン	A	レチノール	(0)
α-カロテン			0	μg
β-カロテン			4	μg
β-クリプトキサンチン			0	μg
β-カロテン当量			4	μg
レチノール活性当量		Tr	μg	
ビタミンD		(0)	μg	
E		α-トコフェロール	0.2	mg
		β-トコフェロール	0	mg
		γ-トコフェロール	1.5	mg
	δ-トコフェロール	0.1	mg	
ビタミンK		(10)	μg	
ビタミンB1		0.01	mg	
ビタミンB2		0.01	mg	
ナイアシン		0.1	mg	
ナイアシン当量		0.4	mg	
ビタミンB6		0.03	mg	
ビタミンB12		(0)	μg	
葉酸		0	μg	
パントテン酸		0.04	mg	
ビオチン		-	μg	
ビタミンC		0	mg	
アルコール		-	g	
食塩相当量		7.6	g	