

<あい鴨の栄養成分について>

1. あい鴨の栄養成分について

食品名	可食部 100g あたり											脂肪酸			コレステロール	
	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物	灰分	無機質			ビタミン		飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸		
							ナトリウム	カルシウム	鉄	レシチノール当量	ビタミンB2					
	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	μg	μg	g	g	g	μg	
鴨 あい鴨 皮つき、生	291	61.0	15.6	239.0	0.0	0.8	50	5	1.9	71	0.3	6.3	11.3	3.9	78	
鶏	若鶏肉むね 皮つき、生	191	68.0	19.5	11.6	0.0	0.9	38	4	0.3	32	0.1	3.2	4.5	1.6	79
	若鶏肉もも 皮つき、生	200	69.0	16.2	14.0	0.0	0.8	59	5	0.4	39	0.2	3.9	5.8	2.0	98
豚	豚ロース(大型種肉) 脂身つき、生	263	60.4	19.3	19.2	0.2	0.9	42	4	0.3	6	0.2	7.3	8.0	1.8	61
	豚ロース(中型種肉) 脂身つき、生	291	58.0	18.3	22.6	0.2	0.9	39	3	0.3	6	0.1	8.0	9.7	2.0	62
牛	和牛サーロイン(脂身つき、生) 脂身つき、生	498	40.0	11.7	45.7	0.3	0.5	32	3	0.9	3	0.1	16.5	24.8	1.1	86
	輸入牛肉サーロイン (脂身つき、生)	298	57.7	17.4	23.7	0.4	0.8	39	3	1.4	11	0.1	9.6	9.8	0.6	59

出典：あい鴨の栄養成分 台湾産 チェリバレー種の実測値 (財) 日本食品分析センター
あい鴨以外の食肉の栄養成分は 5訂 日本食品標準成分表 科学技術庁資源調査会

2. あい鴨の脂肪の融点

食品名	融点 °C
あい鴨 皮つき、生	26.8
鶏 脂	30~32
豚 脂	33~46
牛 脂	40~50

出典：あい鴨の栄養成分 台湾産 チェリバレー種の実測値
(財) 日本食品分析センター

出典：あい鴨以外の脂肪の融点 食肉の科学 清水潮 清水亘共訳

3. あい鴨の肝臓中のコエンザイムQ10の含有量

食品名	(mg/100g)	備考
あい鴨 皮つき、生	14	我が国の医薬品分野において1日30mg程度摂取することが承認されております。

出典：あい鴨の栄養成分 台湾産 チェリバレー種の実測値 (財) 日本食品分析センター

<http://www.cook-foods.co.jp/>