

玄米ファイン（100gあたり）

		玄米ファイン ハスカップ	玄米 ご飯	白米 ご飯
分析年月日		1710.6		
エネルギー	kcal	348	165	168
たんぱく質	g	7.2	2.8	2.5
脂質	g	4.0	1	0.3
炭水化物	g	79.8	37	37.4
糖質	g	76.1	35.6	37.1
食物繊維	g	3.7	1.4	0.3
ナトリウム	mg	3.2	1	1
(食塩相当量)	g	0.01	0	0
水分	g	7.4	60	60
灰分	g	1.6	0.6	0.1
カルシウム	mg	42.1	7	3
リン	g	369	0.13	0.034
鉄	mg	1.23	0.6	0.1
カリウム	g	296	0.095	0.029
マグネシウム	mg	149	49	7
マンガン	mg	3.16	1.04	0.35
亜鉛	mg	1.63	0.8	0.6
銅	mg	0.23	0.12	0.1
セレン	μg	検出せず	1	1
ビタミンA	μg	2	0	0
B1	mg	0.33	0.16	0.02
B2	mg	0.14	0.02	0.01
B6	mg	0.40	0.21	0.02
ナイアシン	mg	7.22	2.9	0.2
パントテン酸	mg	0.99	0.65	0.25
葉酸	mg	59	0.01	0.003
B12	μg	検出せず	0	0
ビオチン	μg	10.3	2.5	0.5
E	mg	0.8	0.5	-
K1	μg	6	0	0
ラフィノース		14.4	-	-

※- は未検査

ビタミンA=レチノール活性当量

※ナイアシン=ニコチン酸相当量（ニコチンアミド相当量）

※ビタミンE=α-トコフェロール

■商品分析：（財）日本食品分析センター

玄米ファイン 大麦若葉／分析年月日：平成29（2017）年10月6日

■白米ご飯、玄米ご飯：日本食品標準成分表2015年版