

No	食品群:分類	食品名(出典:女子栄養大学出版部)	1点の実用値(g)	同目安量	備考
[1]	1:乳・乳製品	エダムチーズ	22		
[2]	1:乳・乳製品	エメンタルチーズ	19		
[3]	1:乳・乳製品	カテージチーズ	75		
[4]	1:乳・乳製品	カマンベールチーズ	26		
[5]	1:乳・乳製品	クリーム・植物性脂肪	20		
[6]	1:乳・乳製品	クリーム・乳脂肪	18		
[7]	1:乳・乳製品	クリーム・乳脂肪・植物性脂肪	20		
[8]	1:乳・乳製品	クリームチーズ	23		
[9]	1:乳・乳製品	ゴーダチーズ	21		
[10]	1:乳・乳製品	コーヒーホワイトナー・液状、植物性脂肪	30		
[11]	1:乳・乳製品	コーヒーホワイトナー・液状、乳脂肪	40		
[12]	1:乳・乳製品	コーヒーホワイトナー・液状、乳脂肪・植物性脂肪	35		
[13]	1:乳・乳製品	コーヒーホワイトナー・粉末状、植物性脂肪	14		
[14]	1:乳・乳製品	コーヒーホワイトナー・粉末状、乳脂肪	15		
[15]	1:乳・乳製品	チーズスプレッド	26		
[16]	1:乳・乳製品	チェダーチーズ	19		
[17]	1:乳・乳製品	パルメザンチーズ	17		
[18]	1:乳・乳製品	ブルーチーズ	23		
[19]	1:乳・乳製品	プロセスチーズ	24		
[20]	1:乳・乳製品	ホイップクリーム・植物性脂肪	20		
[21]	1:乳・乳製品	ホイップクリーム・乳脂肪	19		
[22]	1:乳・乳製品	ホイップクリーム・乳脂肪・植物性脂肪	19		
[23]	1:乳・乳製品	ヨーグルト・ドリンクタイプ	120		
[24]	1:乳・乳製品	ヨーグルト・全脂無糖	130		
[25]	1:乳・乳製品	ヨーグルト・脱脂加糖	120		
[26]	1:乳・乳製品	加工乳・低脂肪	170		
[27]	1:乳・乳製品	加工乳・濃厚	110		
[28]	1:乳・乳製品	加糖練乳	24		
[29]	1:乳・乳製品	生乳・ジャージー種	100		
[30]	1:乳・乳製品	生乳・ホルスタイン種	120		
[31]	1:乳・乳製品	生乳・普通牛乳	120		
[32]	1:乳・乳製品	全粉乳	16		
[33]	1:乳・乳製品	脱脂乳	240		
[34]	1:乳・乳製品	脱脂粉乳	22		
[35]	1:乳・乳製品	無糖練乳	55		
[36]	1:卵	うこっけい卵・全卵、生	45		
[37]	1:卵	うずら卵・水煮缶詰	45		
[38]	1:卵	うずら卵・全卵、生	45		
[39]	1:卵	たまご豆腐	100		
[40]	1:卵	ピータン	35		
[41]	1:卵	鶏卵・全卵、生	55		
[42]	1:卵	鶏卵・卵黄、生	21		
[43]	1:卵	鶏卵・卵白、生	170		
[44]	2:魚介・肉	くるまえび・養殖、生	80		A
[45]	2:魚介・肉	あいがも・肉、皮つき、生	24		C
[46]	2:魚介・肉	あいなめ・生	70		B
[47]	2:魚介・肉	あかがい・生	110		A
[48]	2:魚介・肉	あこうだい・生	85		A
[49]	2:魚介・肉	あさり・缶詰・水煮	70		A
[50]	2:魚介・肉	あさり・生	270		A
[51]	2:魚介・肉	あなご・生	50		C
[52]	2:魚介・肉	あまえび・生	90		A
[53]	2:魚介・肉	あまだい・生	70		B
[54]	2:魚介・肉	あゆ・天然、生	80		A
[55]	2:魚介・肉	あゆ・天然、内臓、生	40		
[56]	2:魚介・肉	あゆ・養殖、生	55		C
[57]	2:魚介・肉	あゆ・養殖、内臓、生	15		
[58]	2:魚介・肉	アラスカめぬけ・生	75		B

[59]	2:魚介・肉	あわび・干	29	B
[60]	2:魚介・肉	あわび・水煮缶詰	90	A
[61]	2:魚介・肉	あわび・生	110	B
[62]	2:魚介・肉	あんこう・きも、生	18	
[63]	2:魚介・肉	あんこう・生	140	A
[64]	2:魚介・肉	いいだこ・生	110	A
[65]	2:魚介・肉	いか・塩辛	70	B
[66]	2:魚介・肉	いさき・生	65	B
[67]	2:魚介・肉	いしだい・生	50	B
[68]	2:魚介・肉	いせえび・生	85	A
[69]	2:魚介・肉	いたやがい・養殖、生	140	A
[70]	2:魚介・肉	いとよりだい・生	85	A
[71]	2:魚介・肉	いのしし・肉、脂身つき、生	30	C
[72]	2:魚介・肉	いの豚・肉、脂身つき、生	26	C
[73]	2:魚介・肉	いぼだい・生	55	C
[74]	2:魚介・肉	いわし・缶詰・味付け	40	C
[75]	2:魚介・肉	いわし・缶詰・油漬	22	C
[76]	2:魚介・肉	いわな・養殖、生	70	B
[77]	2:魚介・肉	ウイナーソーセージ	25	C
[78]	2:魚介・肉	うずら・肉、皮つき、生	40	C
[79]	2:魚介・肉	うなぎ・きも	70	
[80]	2:魚介・肉	うなぎ・養殖、生	30	C
[81]	2:魚介・肉	うに・生うに	65	
[82]	2:魚介・肉	うに・粒うに	45	
[83]	2:魚介・肉	うま・赤肉、生	75	A
[84]	2:魚介・肉	うまづらはぎ・生	100	A
[85]	2:魚介・肉	うるめいわし・丸干し	35	A
[86]	2:魚介・肉	うるめいわし・生	60	B
[87]	2:魚介・肉	エスカルゴ・水煮缶詰	100	A
[88]	2:魚介・肉	おおさが・生	55	C
[89]	2:魚介・肉	おこぜ・生	95	A
[90]	2:魚介・肉	かき・養殖、生	130	C
[91]	2:魚介・肉	かさこ・生	95	A
[92]	2:魚介・肉	かずのこ・塩蔵、水戻し	90	
[93]	2:魚介・肉	かずのこ・乾	21	
[94]	2:魚介・肉	かずのこ・生	50	
[95]	2:魚介・肉	かたくちいわし・煮干	24	A
[96]	2:魚介・肉	かたくちいわし・生	40	C
[97]	2:魚介・肉	かたくちいわし・田作り	24	A
[98]	2:魚介・肉	かつお・かつお節	22	A
[99]	2:魚介・肉	かつお・なまり	60	A
[100]	2:魚介・肉	かつお・缶詰・油漬、フレーク	27	C
[101]	2:魚介・肉	かつお・削り節	23	A
[102]	2:魚介・肉	かつお・秋獲り、生	50	B
[103]	2:魚介・肉	かつお・春獲り、生	70	A
[104]	2:魚介・肉	かに風味かまぼこ	90	B
[105]	2:魚介・肉	かます・生	55	B
[106]	2:魚介・肉	かも・肉、皮なし、生	65	A
[107]	2:魚介・肉	からふとししゃも・生干し、生	45	C
[108]	2:魚介・肉	からふとます・水煮缶詰	50	B
[109]	2:魚介・肉	からふとます・生	50	B
[110]	2:魚介・肉	かわはぎ・生	100	A
[111]	2:魚介・肉	かんぱち・生	60	B
[112]	2:魚介・肉	きす・生	95	A
[113]	2:魚介・肉	きはだ・生	75	A
[114]	2:魚介・肉	きびなご・生	85	A
[115]	2:魚介・肉	キャビア・塩蔵品	30	
[116]	2:魚介・肉	ぎんざけ・養殖、生	40	C
[117]	2:魚介・肉	ぎんだら・生	35	C

[118]	2:魚介・肉	きんめだい・生	50	C
[119]	2:魚介・肉	くじら・赤肉・生	75	A
[120]	2:魚介・肉	くろかじき・生	80	A
[121]	2:魚介・肉	くろだい・生	55	B
[122]	2:魚介・肉	くろまぐろ・脂身、生(ほんまぐろ)	23	C
[123]	2:魚介・肉	くろまぐろ・赤身、生(ほんまぐろ)	65	A
[124]	2:魚介・肉	ぐ李・生	95	A
[125]	2:魚介・肉	こい・養殖、生	45	C
[126]	2:魚介・肉	こういか・生	120	A
[127]	2:魚介・肉	こち・生	80	A
[128]	2:魚介・肉	このしろ・生	50	C
[129]	2:魚介・肉	コンビーフ缶詰	40	C
[130]	2:魚介・肉	さくらえび・ゆで	90	A
[131]	2:魚介・肉	さくらえび・煮干	29	A
[132]	2:魚介・肉	さくらえび・素干し	26	A
[133]	2:魚介・肉	さくらます・生	50	B
[134]	2:魚介・肉	さざえ・生	90	A
[135]	2:魚介・肉	さつま揚げ	60	C
[136]	2:魚介・肉	さば・開き干し	23	C
[137]	2:魚介・肉	さば・缶詰・水煮	40	C
[138]	2:魚介・肉	さより・生	85	A
[139]	2:魚介・肉	さわら・生	45	C
[140]	2:魚介・肉	さんま・缶詰・味付け	30	C
[141]	2:魚介・肉	さんま・みりん干し	20	C
[142]	2:魚介・肉	さんま・開き干し	30	C
[143]	2:魚介・肉	さんま・生	26	C
[144]	2:魚介・肉	しか・肉、赤肉、生	75	A
[145]	2:魚介・肉	しじみ・生	160	C
[146]	2:魚介・肉	ししゃも・生干し、生	50	B
[147]	2:魚介・肉	したびらめ・生	85	A
[148]	2:魚介・肉	しちめんちょう・肉、皮なし、生	75	A
[149]	2:魚介・肉	しばえび・生	95	A
[150]	2:魚介・肉	しまあじ・養殖、生	50	B
[151]	2:魚介・肉	しゃこ・ゆで	80	A
[152]	2:魚介・肉	ショルダーベーコン	45	C
[153]	2:魚介・肉	しらうお・生	100	A
[154]	2:魚介・肉	しらす干し・半乾燥晶	40	A
[155]	2:魚介・肉	しらす干し・微乾燥晶	70	A
[156]	2:魚介・肉	しろさけ・イクラ	29	
[157]	2:魚介・肉	しろさけ・すじこ	28	
[158]	2:魚介・肉	しろさけ・塩ざけ	40	C
[159]	2:魚介・肉	しろさけ・新巻き、生	50	B
[160]	2:魚介・肉	しろさけ・水煮缶詰	45	C
[161]	2:魚介・肉	しろさけ・生	60	B
[162]	2:魚介・肉	すけとうだら・生	100	A
[163]	2:魚介・肉	すずき・生	65	B
[164]	2:魚介・肉	すっぽん・肉、生	40	C
[165]	2:魚介・肉	スモークタン	28	C
[166]	2:魚介・肉	スモークレバー	40	B
[167]	2:魚介・肉	するめ	24	A
[168]	2:魚介・肉	するめいか・生	90	A
[169]	2:魚介・肉	ずわいがに・ゆで	120	A
[170]	2:魚介・肉	ずわいがに・水煮缶詰	110	A
[171]	2:魚介・肉	ずわいがに・生	130	A
[172]	2:魚介・肉	セミドライソーセージ	24	C
[173]	2:魚介・肉	ゼラチン	23	A
[174]	2:魚介・肉	たいせいようあじ・生	45	C
[175]	2:魚介・肉	たいせいようさけ・養殖、生	35	C
[176]	2:魚介・肉	たいせいようさば・生	25	C

[177]	2:魚介・肉	たいらがいい・貝柱、生	80	A
[178]	2:魚介・肉	たかさこ・生	80	A
[179]	2:魚介・肉	たかべ・生	50	C
[180]	2:魚介・肉	たたみいわし	22	A
[181]	2:魚介・肉	たちうお・生	30	C
[182]	2:魚介・肉	だて巻き	40	C
[183]	2:魚介・肉	たらこ・生	55	
[184]	2:魚介・肉	たらばがに・ゆで	100	A
[185]	2:魚介・肉	たらばがに・水煮缶詰	90	A
[186]	2:魚介・肉	たらばがに・生	140	A
[187]	2:魚介・肉	つぶ・生	95	A
[188]	2:魚介・肉	つみれ	70	C
[189]	2:魚介・肉	とこぶし・生	95	A
[190]	2:魚介・肉	どじょう・生	100	A
[191]	2:魚介・肉	とびうお・生	85	A
[192]	2:魚介・肉	ドライソーセージ	16	C
[193]	2:魚介・肉	とらふぐ・養殖、生	95	A
[194]	2:魚介・肉	とりがよい・斧足、生	95	B
[195]	2:魚介・肉	なると	100	C
[196]	2:魚介・肉	にじます・淡水養殖、生	65	B
[197]	2:魚介・肉	にしん・身欠きにしん	35	C
[198]	2:魚介・肉	にしん・生	35	C
[199]	2:魚介・肉	にわとり・ひき肉・生	50	B
[200]	2:魚介・肉	にわとり・肝臓・生	70	B
[201]	2:魚介・肉	にわとり・筋胃・生	85	A
[202]	2:魚介・肉	にわとり・若鶏・ささ身生	75	A
[203]	2:魚介・肉	にわとり・若鶏・むね皮つき、生	40	C
[204]	2:魚介・肉	にわとり・若鶏・むね皮なし、生	75	A
[205]	2:魚介・肉	にわとり・若鶏・もも皮つき、生	40	C
[206]	2:魚介・肉	にわとり・若鶏・もも皮なし、生	70	B
[207]	2:魚介・肉	にわとり・若鶏・手羽皮つき、生	40	C
[208]	2:魚介・肉	にわとり・心臓・生	40	C
[209]	2:魚介・肉	にわとり・成鶏・ささ身生	70	A
[210]	2:魚介・肉	にわとり・成鶏・むね皮つき、生	35	C
[211]	2:魚介・肉	にわとり・成鶏・むね皮なし、生	65	A
[212]	2:魚介・肉	にわとり・成鶏・もも皮つき、生	30	C
[213]	2:魚介・肉	にわとり・成鶏・もも皮なし、生	60	B
[214]	2:魚介・肉	にわとり・成鶏・手羽皮つき、生	40	C
[215]	2:魚介・肉	にわとり・軟骨・生	150	A
[216]	2:魚介・肉	にわとり・皮・むね、生	16	C
[217]	2:魚介・肉	ばいがいい・生	90	A
[218]	2:魚介・肉	はぜ・生	95	A
[219]	2:魚介・肉	はたはた・生	70	B
[220]	2:魚介・肉	はたはた・生干し	50	C
[221]	2:魚介・肉	はまぐり・生	210	B
[222]	2:魚介・肉	はまち・養殖、生	30	C
[223]	2:魚介・肉	はまふえふき・生	90	A
[224]	2:魚介・肉	はも・生	55	B
[225]	2:魚介・肉	はんぺん	85	C
[226]	2:魚介・肉	ビーフジャーキー	25	B
[227]	2:魚介・肉	ひらまさ・生	55	B
[228]	2:魚介・肉	ひらめ・天然、生	80	A
[229]	2:魚介・肉	ひらめ・養殖、生	65	B
[230]	2:魚介・肉	びんなが・生	70	A
[231]	2:魚介・肉	ふかひれ	23	A
[232]	2:魚介・肉	ふな・生	80	A
[233]	2:魚介・肉	ブラックタイガー・養殖、生	100	A
[234]	2:魚介・肉	フランクフルトソーセージ	27	C
[235]	2:魚介・肉	ぶり・成魚、生	30	C

[236]	2:魚介・肉	プレスハム	70	B
[237]	2:魚介・肉	べにざけ・くん製	50	B
[238]	2:魚介・肉	べにざけ・生	60	B
[239]	2:魚介・肉	ベーコン	20	C
[240]	2:魚介・肉	ほうぼう・生	65	B
[241]	2:魚介・肉	ほしえび	35	A
[242]	2:魚介・肉	ほたてがい・貝柱煮干し	25	A
[243]	2:魚介・肉	ほたてがい・貝柱水煮缶詰	85	A
[244]	2:魚介・肉	ほたてがい・貝柱生	80	A
[245]	2:魚介・肉	ほたてがい・生	110	A
[246]	2:魚介・肉	ほたるいか・ゆで	75	A
[247]	2:魚介・肉	ほたるいか・生	95	B
[248]	2:魚介・肉	ほっきがい・生	110	B
[249]	2:魚介・肉	ほっけ・開き干し	55	B
[250]	2:魚介・肉	ほや・生	270	B
[251]	2:魚介・肉	ぼら・からすみ	19	
[252]	2:魚介・肉	ほろほろちょう・肉、皮なし、生	75	A
[253]	2:魚介・肉	ほんまぐろ・脂身、生	23	C
[254]	2:魚介・肉	ほんまぐろ・赤身、生	65	A
[255]	2:魚介・肉	ほんもろこ・生	70	B
[256]	2:魚介・肉	ボンレスハム	70	B
[257]	2:魚介・肉	まあじ・開き干し、生	50	C
[258]	2:魚介・肉	まあじ・生	65	B
[259]	2:魚介・肉	まいわし・丸干し	40	B
[260]	2:魚介・肉	まいわし・生	35	C
[261]	2:魚介・肉	まいわし・生干し	35	C
[262]	2:魚介・肉	まかじき・生	70	A
[263]	2:魚介・肉	まがれい・生	85	A
[264]	2:魚介・肉	まこがれい・生	80	A
[265]	2:魚介・肉	まさば・生	40	C
[266]	2:魚介・肉	マジランあいなめ・生	29	C
[267]	2:魚介・肉	ますのすけ・生	40	C
[268]	2:魚介・肉	まだい・天然、生	55	B
[269]	2:魚介・肉	まだこ・ゆで	80	A
[270]	2:魚介・肉	まだこ・養殖、生	40	C
[271]	2:魚介・肉	まだら・しらこ	130	
[272]	2:魚介・肉	まだら・でんぶ	29	C
[273]	2:魚介・肉	まだら・干しだら	25	A
[274]	2:魚介・肉	まだら・生	100	A
[275]	2:魚介・肉	マトン・もも脂身つき、生	35	C
[276]	2:魚介・肉	マトン・ローズ脂身つき、生	35	C
[277]	2:魚介・肉	まながつお・生	45	C
[278]	2:魚介・肉	まふぐ・生	95	A
[279]	2:魚介・肉	みなみまぐろ・脂身、生	23	C
[280]	2:魚介・肉	みなみまぐろ・赤身、生	85	A
[281]	2:魚介・肉	みりん干し・かたくちいわし	24	B
[282]	2:魚介・肉	みりん干し・まいわし	24	C
[283]	2:魚介・肉	みるがい・水管、生	100	A
[284]	2:魚介・肉	むつ・生	40	C
[285]	2:魚介・肉	むろあじ・開き干し	50	B
[286]	2:魚介・肉	むろあじ・生	50	B
[287]	2:魚介・肉	めかじき・生	55	B
[288]	2:魚介・肉	めごち・生	110	A
[289]	2:魚介・肉	めざし・生	30	C
[290]	2:魚介・肉	めじな・生	65	B
[291]	2:魚介・肉	めじまぐろ・生	55	B
[292]	2:魚介・肉	めばち・缶詰・味付け、フレーク	60	B
[293]	2:魚介・肉	めばち・缶詰・油漬、フレーク、ホワイト	28	C
[294]	2:魚介・肉	めばち・缶詰・油漬、フレーク、ライト	30	C

[295]	2:魚介・肉	めばち・生	75	A
[296]	2:魚介・肉	めばる・生	15	B
[297]	2:魚介・肉	めんたいこ	65	
[298]	2:魚介・肉	やつめうなぎ・干しやつめ	16	C
[299]	2:魚介・肉	やつめうなぎ・生	29	C
[300]	2:魚介・肉	やまめ・養殖、生	65	B
[301]	2:魚介・肉	やりいか・生	95	A
[302]	2:魚介・肉	ラム・かた脂身つき、生	35	C
[303]	2:魚介・肉	ラム・もも脂身つき、生	35	C
[304]	2:魚介・肉	ラム・ローズ脂身つき、生	35	C
[305]	2:魚介・肉	レバーペースト	21	C
[306]	2:魚介・肉	ローストビーフ	40	C
[307]	2:魚介・肉	ロースハム	40	C
[308]	2:魚介・肉	ロースベーコン	40	C
[309]	2:魚介・肉	わかさぎ・生	100	A
[310]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・かたローズ脂身つき、生	25	C
[311]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・かたローズ赤肉、生	40	C
[312]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・かたローズ皮下脂肪なし、生	26	C
[313]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・かた脂身つき、生	30	C
[314]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・かた赤肉、生	55	B
[315]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・かた皮下脂肪なし、生	35	C
[316]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・サーロイン脂身つき、生	24	C
[317]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・サーロイン赤肉、生	45	C
[318]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・サーロイン皮下脂肪なし、生	30	C
[319]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・そとも脂身つき、生	35	C
[320]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・そとも赤肉、生	55	B
[321]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・そとも皮下脂肪なし、生	40	C
[322]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・ばら脂身つき、生	18	C
[323]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・ヒレ赤肉、生	45	C
[324]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・もも脂身つき、生	40	C
[325]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・もも赤肉、生	55	B
[326]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・もも皮下脂肪なし、生	45	C
[327]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・ランプ脂身つき、生	30	C
[328]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・ランプ赤肉、生	50	B
[329]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・ランプ皮下脂肪なし、生	35	C
[330]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・リブローズ脂身つき、生	20	C
[331]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・リブローズ赤肉、生	30	C
[332]	2:魚介・肉	牛(乳用肥育)・リブローズ皮下脂肪なし、生	21	C
[333]	2:魚介・肉	牛(輸入)・かたローズ脂身つき、生	35	C
[334]	2:魚介・肉	牛(輸入)・かたローズ赤肉、生	45	C
[335]	2:魚介・肉	牛(輸入)・かたローズ皮下脂肪なし、生	35	C
[336]	2:魚介・肉	牛(輸入)・かた脂身つき、生	45	C
[337]	2:魚介・肉	牛(輸入)・かた赤肉、生	60	B
[338]	2:魚介・肉	牛(輸入)・かた皮下脂肪なし、生	50	C
[339]	2:魚介・肉	牛(輸入)・サーロイン脂身つき、生	27	C
[340]	2:魚介・肉	牛(輸入)・サーロイン赤肉、生	60	B
[341]	2:魚介・肉	牛(輸入)・サーロイン皮下脂肪なし、生	35	C
[342]	2:魚介・肉	牛(輸入)・そとも脂身つき、生	35	C
[343]	2:魚介・肉	牛(輸入)・そとも赤肉、生	65	B
[344]	2:魚介・肉	牛(輸入)・そとも皮下脂肪なし、生	40	C
[345]	2:魚介・肉	牛(輸入)・ばら脂身つき、生	22	C
[346]	2:魚介・肉	牛(輸入)・ヒレ赤肉、生	60	B
[347]	2:魚介・肉	牛(輸入)・もも脂身つき、生	45	C
[348]	2:魚介・肉	牛(輸入)・もも赤肉、生	55	B
[349]	2:魚介・肉	牛(輸入)・もも皮下脂肪なし、生	50	B
[350]	2:魚介・肉	牛(輸入)・ランプ脂身つき、生	35	C
[351]	2:魚介・肉	牛(輸入)・ランプ赤肉、生	65	A
[352]	2:魚介・肉	牛(輸入)・ランプ皮下脂肪なし、生	40	C
[353]	2:魚介・肉	牛(輸入)・リブローズ脂身つき、生	30	C

[354]	2:魚介・肉	牛(輸入)・リブローズ赤肉、生	45	C
[355]	2:魚介・肉	牛(輸入)・リブローズ皮下脂肪なし、生	30	C
[356]	2:魚介・肉	牛(和)・かたローズ脂身つき、生	19	C
[357]	2:魚介・肉	牛(和)・かたローズ赤肉、生	25	C
[358]	2:魚介・肉	牛(和)・かたローズ皮下脂肪なし、生	20	C
[359]	2:魚介・肉	牛(和)・かた脂身つき、生	28	C
[360]	2:魚介・肉	牛(和)・かた赤肉、生	40	C
[361]	2:魚介・肉	牛(和)・かた皮下脂肪なし、生	30	C
[362]	2:魚介・肉	牛(和)・サーロイン脂身つき、生	16	C
[363]	2:魚介・肉	牛(和)・サーロイン赤肉、生	25	C
[364]	2:魚介・肉	牛(和)・サーロイン皮下脂肪なし、生	18	C
[365]	2:魚介・肉	牛(和)・そとも脂身つき、生	30	C
[366]	2:魚介・肉	牛(和)・そとも赤肉、生	45	C
[367]	2:魚介・肉	牛(和)・そとも皮下脂肪なし、生	35	C
[368]	2:魚介・肉	牛(和)・ばら脂身つき、生	15	C
[369]	2:魚介・肉	牛(和)・ヒレ赤肉、生	35	C
[370]	2:魚介・肉	牛(和)・もも脂身つき、生	35	C
[371]	2:魚介・肉	牛(和)・もも赤肉、生	40	C
[372]	2:魚介・肉	牛(和)・もも皮下脂肪なし、生	35	C
[373]	2:魚介・肉	牛(和)・ランプ脂身つき、生	23	C
[374]	2:魚介・肉	牛(和)・ランプ赤肉、生	40	C
[375]	2:魚介・肉	牛(和)・ランプ皮下脂肪なし、生	25	C
[376]	2:魚介・肉	牛(和)・リブローズ脂身つき、生	17	C
[377]	2:魚介・肉	牛(和)・リブローズ赤肉、生	24	C
[378]	2:魚介・肉	牛(和)・リブローズ皮下脂肪なし、生	18	C
[379]	2:魚介・肉	牛・ひき肉・生	35	C
[380]	2:魚介・肉	牛・肝臓・生	60	B
[381]	2:魚介・肉	牛・舌・生	30	C
[382]	2:魚介・肉	牛・第一胃・ゆで	45	B
[383]	2:魚介・肉	牛・第三胃・ゆで	130	A
[384]	2:魚介・肉	牛・第二胃・ゆで	40	C
[385]	2:魚介・肉	牛・味付け缶詰	50	C
[386]	2:魚介・肉	牛・腱・ゆで	50	A
[387]	2:魚介・肉	魚肉ソーセージ	50	C
[388]	2:魚介・肉	昆布巻きかまぼこ	95	C
[389]	2:魚介・肉	混合ソーセージ	30	C
[390]	2:魚介・肉	混合プレスハム	70	B
[391]	2:魚介・肉	子牛・ばら皮下脂肪なし、生	65	B
[392]	2:魚介・肉	子牛・もも皮下脂肪なし、生	70	A
[393]	2:魚介・肉	子牛・リブローズ皮下脂肪なし、生	80	A
[394]	2:魚介・肉	子持ちがれい・生	55	B
[395]	2:魚介・肉	焼き鳥缶詰	45	C
[396]	2:魚介・肉	焼き豚	45	C
[397]	2:魚介・肉	焼音竹輪	65	C
[398]	2:魚介・肉	蒸しかまぼこ	85	B
[399]	2:魚介・肉	生ソーセージ	29	C
[400]	2:魚介・肉	生ハム・促成	30	C
[401]	2:魚介・肉	生ハム・'長期熟成	30	C
[402]	2:魚介・肉	干しかれい	70	B
[403]	2:魚介・肉	大正えび・生	85	A
[404]	2:魚介・肉	豚(大型種)・かたローズ脂身つき、生	30	C
[405]	2:魚介・肉	豚(大型種)・かたローズ赤肉、生	50	B
[406]	2:魚介・肉	豚(大型種)・かたローズ皮下脂肪なし、生	35	C
[407]	2:魚介・肉	豚(大型種)・かた脂身つき、生	35	C
[408]	2:魚介・肉	豚(大型種)・かた赤肉、生	65	B
[409]	2:魚介・肉	豚(大型種)・かた皮下脂肪なし、生	45	C
[410]	2:魚介・肉	豚(大型種)・そとも脂身つき、生	35	C
[411]	2:魚介・肉	豚(大型種)・そとも赤肉、生	55	B
[412]	2:魚介・肉	豚(大型種)・そとも皮下脂肪なし、生	45	C

[413]	2:魚介・肉	豚(大型種)・ばら脂身つき、生	21	C
[414]	2:魚介・肉	豚(大型種)・ヒレ赤肉、生	70	A
[415]	2:魚介・肉	豚(大型種)・もも脂身つき、生	45	C
[416]	2:魚介・肉	豚(大型種)・もも赤肉、生	65	B
[417]	2:魚介・肉	豚(大型種)・もも皮下脂肪なし、生	55	B
[418]	2:魚介・肉	豚(大型種)・ロース脂身つき、生	30	C
[419]	2:魚介・肉	豚(大型種)・ロース赤肉、生	55	B
[420]	2:魚介・肉	豚(大型種)・ロース皮下脂肪なし、生	40	C
[421]	2:魚介・肉	豚(中型種)・かたロース脂身つき、生	30	C
[422]	2:魚介・肉	豚(中型種)・かたロース赤肉、生	55	B
[423]	2:魚介・肉	豚(中型種)・かたロース皮下脂肪なし、生	35	C
[424]	2:魚介・肉	豚(中型種)・かた脂身つき、生	35	C
[425]	2:魚介・肉	豚(中型種)・かた赤肉、生	55	B
[426]	2:魚介・肉	豚(中型種)・かた皮下脂肪なし、生	45	C
[427]	2:魚介・肉	豚(中型種)・そとも脂身つき、生	30	C
[428]	2:魚介・肉	豚(中型種)・そとも赤肉、生	60	B
[429]	2:魚介・肉	豚(中型種)・そとも皮下脂肪なし、生	45	C
[430]	2:魚介・肉	豚(中型種)・ばら脂身つき、生	18	C
[431]	2:魚介・肉	豚(中型種)・ヒレ赤肉、生	70	A
[432]	2:魚介・肉	豚(中型種)・もも脂身つき、生	35	C
[433]	2:魚介・肉	豚(中型種)・もも赤肉、生	55	B
[434]	2:魚介・肉	豚(中型種)・もも皮下脂肪なし、生	50	B
[435]	2:魚介・肉	豚(中型種)・ロース脂身つき、生	27	C
[436]	2:魚介・肉	豚(中型種)・ロース赤肉、生	55	B
[437]	2:魚介・肉	豚(中型種)・ロース皮下脂肪なし、生	35	C
[438]	2:魚介・肉	豚(中型種)・ロース皮下脂肪なし、生	35	C
[439]	2:魚介・肉	豚・ひき肉・生	35	C
[440]	2:魚介・肉	豚・肝臓・生	65	B
[441]	2:魚介・肉	豚・心臓・生	60	C
[442]	2:魚介・肉	豚・豚足・ゆで	35	C
[443]	2:魚介・肉	毛かに・ゆで	95	A
[444]	2:魚介・肉	毛がに・生	110	A
[445]	2:豆・豆製品	あずき・あん・こしあん	50	
[446]	2:豆・豆製品	あずき・あん・つぶしあん	35	
[447]	2:豆・豆製品	あずき・全粒、乾	24	
[448]	2:豆・豆製品	いんげんまめ・全粒、乾	24	
[449]	2:豆・豆製品	うぐいす豆	35	
[450]	2:豆・豆製品	うずら豆	35	
[451]	2:豆・豆製品	えだまめ・ゆで	60	
[452]	2:豆・豆製品	えだまめ・生	60	
[453]	2:豆・豆製品	えんどう・全粒、乾	23	
[454]	2:豆・豆製品	おから・旧来製法	90	
[455]	2:豆・豆製品	おたふく豆	30	
[456]	2:豆・豆製品	がんもどき	35	
[457]	2:豆・豆製品	きな粉・全粒大豆	18	
[458]	2:豆・豆製品	きな粉・脱皮大豆	18	
[459]	2:豆・豆製品	こしあん	50	
[460]	2:豆・豆製品	ささげ・全粒、乾	24	
[461]	2:豆・豆製品	そらまめ・ふき豆	30	
[462]	2:豆・豆製品	そらまめ・全粒、乾	23	
[463]	2:豆・豆製品	だいず・全粒・ブラジル産、乾	18	
[464]	2:豆・豆製品	だいず・全粒・国産、乾	19	
[465]	2:豆・豆製品	だいず・全粒・米国産、乾	18	
[466]	2:豆・豆製品	たけあずき・全粒、乾	23	
[467]	2:豆・豆製品	だし、ず・全粒・中国産、乾	19	
[468]	2:豆・豆製品	ひよこまめ・全粒、乾	21	
[469]	2:豆・豆製品	ゆし豆腐	160	
[470]	2:豆・豆製品	レンズまめ・全粒、乾	23	
[471]	2:豆・豆製品	沖縄豆腐	75	

[472]	2:豆・豆製品	絹きし豆腐	140	
[473]	2:豆・豆製品	糸引き納豆	40	
[474]	2:豆・豆製品	焼き豆腐	90	
[475]	2:豆・豆製品	生揚げ	55	
[476]	2:豆・豆製品	大豆たんぱく・繊維状大豆たんぱく	21	
[477]	2:豆・豆製品	大豆たんぱく・濃縮大豆たんぱく	22	
[478]	2:豆・豆製品	大豆たんぱく・分離大豆たんぱく	21	
[479]	2:豆・豆製品	大豆たんぱく・粒状大豆たんぱく	22	
[480]	2:豆・豆製品	凍り豆腐	15	
[481]	2:豆・豆製品	湯葉・干し	16	
[482]	2:豆・豆製品	湯葉・生	35	
[483]	2:豆・豆製品	豆きんとん	30	
[484]	2:豆・豆製品	豆乳	170	
[485]	2:豆・豆製品	豆腐よう	40	
[486]	2:豆・豆製品	挽きわり納豆	40	
[487]	2:豆・豆製品	木綿豆腐	110	
[488]	2:豆・豆製品	油揚げ	21	
[489]	3:野菜	あさつき・葉、生	240	緑
[490]	3:野菜	あしたば・茎葉、生	240	緑
[491]	3:野菜	アスパラガス・若茎、生	360	緑
[492]	3:野菜	アスパラガス・水煮缶詰	360	淡
[493]	3:野菜	アルファルファもやし・生	670	淡
[494]	3:野菜	うど・茎、生	440	淡
[495]	3:野菜	エシャロット・りん茎、生	110	淡
[496]	3:野菜	エンダイブ・葉、生	530	緑
[497]	3:野菜	おかひじき・茎葉、生	470	緑
[498]	3:野菜	オクラ・果実、生	270	緑
[499]	3:野菜	かいわれだいこん・芽ばえ、生	380	緑
[500]	3:野菜	かぶ・根、皮つき、生	400	淡
[501]	3:野菜	かぶ・根、皮むき、生	380	淡
[502]	3:野菜	かぶ・根、皮むき、生	380	淡
[503]	3:野菜	かぶ・葉、生	400	緑
[504]	3:野菜	からしな・葉、生	310	緑
[505]	3:野菜	カリフラワー・花序、生	300	淡
[506]	3:野菜	かんぴょう・乾	30	淡
[507]	3:野菜	キムチ	170	淡
[508]	3:野菜	キャベツ・結球葉、生	350	淡
[509]	3:野菜	きゅうり・果実、生	570	淡
[510]	3:野菜	ぎょうな・葉、生	350	緑
[511]	3:野菜	きんときにんじん・根・皮つき・生	180	緑
[512]	3:野菜	グアバ・生	210	
[513]	3:野菜	グリーンピース・水煮缶詰	80	淡
[514]	3:野菜	グリーンピース・生	85	淡
[515]	3:野菜	グリーンボール・結球葉、生	400	淡
[516]	3:野菜	クレソン・茎葉、生	530	緑
[517]	3:野菜	くわい・塊茎、生	65	淡
[518]	3:野菜	ここみ・若芽、生	290	緑
[519]	3:野菜	こねぎ・葉、生	300	緑
[520]	3:野菜	こぼう1根、生	120	淡
[521]	3:野菜	こまつな・葉、生	570	緑
[522]	3:野菜	サニーレタス・葉、生	500	緑
[523]	3:野菜	さやいんげん・若ざや、生	350	緑
[524]	3:野菜	さやえんどう・若ざや、生	220	緑
[525]	3:野菜	サラダな・葉、生	570	緑
[526]	3:野菜	さんとうさい・葉、生	570	緑
[527]	3:野菜	ししとうがらし・果実、生	300	緑
[528]	3:野菜	しそ・実、生	200	緑
[529]	3:野菜	しそ・葉、生	220	緑
[530]	3:野菜	じゃがいも・塊茎、生	110	

[531]	3:野菜	しゅんぎく・葉、生	360	緑
[532]	3:野菜	しょうが・根茎、生	270	淡
[533]	3:野菜	しろうり・果実、生	530	淡
[534]	3:野菜	スイートコーン・缶詰・クリームスタイル	95	淡
[535]	3:野菜	スイートコーン・缶詰・ホールカーネルスタイル	100	淡
[536]	3:野菜	スイートコーン・未熟種子、カーネル、冷凍	80	淡
[537]	3:野菜	スイートコーン・未熟種子、ホール、冷凍	80	淡
[538]	3:野菜	スイートコーン・未熟種子、生	85	淡
[539]	3:野菜	ずいき・干しずいき、乾	35	淡
[540]	3:野菜	すぐきな・根、生	380	淡
[541]	3:野菜	すぐきな・葉、生	310	緑
[542]	3:野菜	ズッキーニ・果実、生	570	淡
[543]	3:野菜	スナップえんどう・若ざや、生	190	淡
[544]	3:野菜	せり・茎葉、生	470	緑
[545]	3:野菜	セロリー・葉柄、生	530	淡
[546]	3:野菜	ぜんまい・干しぜんまい・干し若芽、乾	27	淡
[547]	3:野菜	そらまめ・未熟豆、生	75	淡
[548]	3:野菜	タアサイ・葉、生	620	緑
[549]	3:野菜	だいこん・根、皮つき、生	440	淡
[550]	3:野菜	だいこん・葉、生	320	緑
[551]	3:野菜	だいずもやし・生	220	淡
[552]	3:野菜	たけのこ・若茎、生	310	淡
[553]	3:野菜	たけのこ・水煮缶詰	350	淡
[554]	3:野菜	たまねぎ・りん茎、生	220	淡
[555]	3:野菜	たらのめ・若芽、生	300	緑
[556]	3:野菜	チコリー・若芽、生	500	淡
[557]	3:野菜	チンゲンサイ・葉、生	890	緑
[558]	3:野菜	つまみな・葉、生	400	緑
[559]	3:野菜	とうがらし・果実、乾	23	淡
[560]	3:野菜	とうがらし・果実、生	85	緑
[561]	3:野菜	とうがん・果実、生	500	淡
[562]	3:野菜	トウモロコシ・茎葉、生	260	緑
[563]	3:野菜	トマト・果実、生	420	緑
[564]	3:野菜	トマト缶詰・ジュース	470	緑
[565]	3:野菜	トマト缶詰・ホール	400	緑
[566]	3:野菜	トマト缶詰・ミックスジュース	470	緑
[567]	3:野菜	トマピー・果実、生	260	緑
[568]	3:野菜	トレビス・葉、生	440	淡
[569]	3:野菜	とんぶり・ゆで	90	緑
[570]	3:野菜	なす・果実、生	360	淡
[571]	3:野菜	なずな・葉、生	220	緑
[572]	3:野菜	なばな洋種・茎葉、生	230	緑
[573]	3:野菜	なばな洋種・茎葉、生	230	緑
[574]	3:野菜	なばな和種・花らい・茎、生	240	緑
[575]	3:野菜	にがうり・果実、生	470	淡
[576]	3:野菜	にら・花にら・花茎・花らい、生	300	緑
[577]	3:野菜	にら・葉、生	380	緑
[578]	3:野菜	にんじん・根、皮つき、生	220	緑
[579]	3:野菜	にんにく・りん茎、生	60	淡
[580]	3:野菜	はくさい・結球葉、生	570	淡
[581]	3:野菜	パクチョイ・葉、生	530	緑
[582]	3:野菜	はす・根茎、生	120	淡
[583]	3:野菜	パセリ・葉、生	180	緑
[584]	3:野菜	はつかだいこん・根、生	530	淡
[585]	3:野菜	ビート・根、生	200	淡
[586]	3:野菜	ピーマン(黄)・果実、生	300	淡
[587]	3:野菜	ピーマン(青)・果実、生	360	緑
[588]	3:野菜	ピーマン(赤)・果実、生	270	緑
[589]	3:野菜	ふき・葉柄、生	730	淡

[590]	3:野菜	ふきのとう・花序、生	190	淡
[591]	3:野菜	ブラックマツペもやし・生	530	淡
[592]	3:野菜	プロッコリー・花序、生	240	緑
[593]	3:野菜	べいなす・果実、生	360	淡
[594]	3:野菜	へちま・果実、生	500	淡
[595]	3:野菜	ほうれんそう・葉、生	400	緑
[596]	3:野菜	ホースラディッシュ・根茎、生	100	淡
[597]	3:野菜	まこも・茎、生	380	淡
[598]	3:野菜	ミニキャロット・根、生	250	緑
[599]	3:野菜	ミニトマト・果実、生	280	緑
[600]	3:野菜	みょうが・花穂、生	670	淡
[601]	3:野菜	むかご・肉芽、生	85	淡
[602]	3:野菜	めキャベツ・結球葉、生	160	緑
[603]	3:野菜	モロヘイヤ・茎葉、生	210	緑
[604]	3:野菜	やっがしら・球茎、生	80	
[605]	3:野菜	やまうど・茎、生	420	淡
[606]	3:野菜	ヤングコーン・幼雌穂、生	280	淡
[607]	3:野菜	ゆりね・りん茎、生	65	淡
[608]	3:野菜	よめな・葉、生	170	緑
[609]	3:野菜	よもぎ・葉、生	170	緑
[610]	3:野菜	らっかせい・キ熟豆・生	27	淡
[611]	3:野菜	らっきょう・りん茎、生	70	淡
[612]	3:野菜	リーキ・りん茎葉、生	280	緑
[613]	3:野菜	リーフレタス・葉、生	500	緑
[614]	3:野菜	りょくとうもやし・生	570	淡
[615]	3:野菜	ルバーブ・葉柄、生	330	淡
[616]	3:野菜	レタス・結球葉、生	670	淡
[617]	3:野菜	レッドキャベツ・結球葉、生	270	淡
[618]	3:野菜	れんこん・根茎、生	120	淡
[619]	3:野菜	ロケットサラダ・葉、生	420	緑
[620]	3:野菜	わけぎ・葉、生	270	緑
[621]	3:野菜	わさび・根茎、生	90	淡
[622]	3:野菜	わらび・干しわらび、乾	29	淡
[623]	3:野菜	わらび・生わらび、生	380	淡
[624]	3:野菜	黄にら・葉、生	440	淡
[625]	3:野菜	茎にんにく・花茎、生	180	緑
[626]	3:野菜	根みつば・葉、生	400	緑
[627]	3:野菜	根深ねぎ・葉、軟白、生	290	淡
[628]	3:野菜	糸みつば・葉、生	620	緑
[629]	3:野菜	西洋かばちゃ・果実、生	90	緑
[630]	3:野菜	赤たまねぎ・りん茎、生	210	淡
[631]	3:野菜	切干しだいこん	29	淡
[632]	3:野菜	日本かぼちゃ・果実、生	160	緑
[633]	3:野菜	梅干し・塩漬	240	淡
[634]	3:野菜	梅干し・調味漬	85	淡
[635]	3:野菜	葉しょうが・根茎、生	730	淡
[636]	3:野菜	葉だいこん・葉、生	440	緑
[637]	3:野菜	葉にんじん・葉、生	440	緑
[638]	3:芋	ぎょうざの皮	27	
[639]	3:芋	さつまいも・塊根、生	60	
[640]	3:芋	さつまいも・蒸し切干	26	
[641]	3:芋	さといも・球茎、生	140	
[642]	3:芋	じねんじょ・塊根、生	65	
[643]	3:芋	ながいも・塊根、生	120	
[644]	3:芋	やまといも・塊根、生	65	
[645]	3:果物	アボカド・生	45	
[646]	3:果物	あんず・乾	28	
[647]	3:果物	あんず・生	220	
[648]	3:果物	いちご・生	240	

[649]	3:果物	いちじく・生	150
[650]	3:果物	いちよういも・塊根、生	75
[651]	3:果物	いよかん・砂じょう、生	170
[652]	3:果物	うみぶどう	2000
[653]	3:果物	うめ・生	290
[654]	3:果物	うんしゅうみかん・缶詰・液汁	130
[655]	3:果物	うんしゅうみかん・缶詰・果肉	130
[656]	3:果物	うんしゅうみかん・砂じょう、生	210
[657]	3:果物	うんしゅうみかん・砂じょう・早生、生	190
[658]	3:果物	うんしゅうみかん・砂じょう・普通、生	180
[659]	3:果物	オリーブ・ピクルス・スタッフド	60
[660]	3:果物	かき・干がき	29
[661]	3:果物	かき・甘がき、生	130
[662]	3:果物	かぼす・果汁、生	320
[663]	3:果物	キウイフルーツ・生	150
[664]	3:果物	キワノ・生	200
[665]	3:果物	きんかん・全果、生	110
[666]	3:果物	ぐみ・生	120
[667]	3:果物	グレープフルーツ・砂じょう、生	210
[668]	3:果物	さくらんぼ・缶詰	110
[669]	3:果物	さくらんぼ・国産、生	130
[670]	3:果物	さくらんぼ・米国産、生	120
[671]	3:果物	スーティー・砂じょう、生	200
[672]	3:果物	すいか・生	220
[673]	3:果物	スターフルーツ	270
[674]	3:果物	なつみかん・砂じょう、生	200
[675]	3:果物	なつめ・乾	28
[676]	3:果物	なつめやし・乾	30
[677]	3:果物	ネーブル・砂じょう、生	170
[678]	3:果物	ネクタリン・生	190
[679]	3:果物	パイナップル・缶詰	95
[680]	3:果物	パイナップル・生	160
[681]	3:果物	はっさく・砂じょう、生	180
[682]	3:果物	バナナ・乾	27
[683]	3:果物	バナナ・生	95
[684]	3:果物	パパイア・完熟、生	210
[685]	3:果物	パパイア・未熟、生	210
[686]	3:果物	ピタヤ・生	160
[687]	3:果物	びわ・缶詰	100
[688]	3:果物	びわ・生	200
[689]	3:果物	ぶどう・生	140
[690]	3:果物	ブルーベリー・生	160
[691]	3:果物	マンゴー・生	130
[692]	3:果物	マンゴスチン・生	120
[693]	3:果物	メロン・温室メロン、生	190
[694]	3:果物	メロン・露地メロン、生	190
[695]	3:果物	もも・缶詰・液汁	100
[696]	3:果物	もも・缶詰・果肉	95
[697]	3:果物	もも・生	200
[698]	3:果物	ゆず・果汁、生	380
[699]	3:果物	ライチー・生	130
[700]	3:果物	ラズベリー・生	200
[701]	3:果物	りんご・生	150
[702]	3:果物	レモン・果汁、生	310
[703]	3:果物	レモン・全果、生	150
[704]	3:果物	干しがき	29
[705]	3:果物	干しぶどう	27
[706]	3:果物	西洋なし・缶詰	95
[707]	3:果物	西洋なし・生	150

[708]	3:果物	日本なし・生	190
[709]	3:其の他	あまのり・焼きのり	45
[710]	3:其の他	あらげきくらげ・乾	45
[711]	3:其の他	えのきたけ・生	360
[712]	3:其の他	エリンギ・生	330
[713]	3:其の他	カットわかめ	60
[714]	3:其の他	きくらげ・乾	50
[715]	3:其の他	くきわかめ・湯通し塩蔵、塩抜き	530
[716]	3:其の他	くろあわびたけ・生	420
[717]	3:其の他	こんぶつくだ煮	95
[718]	3:其の他	シイクワシャー・果汁、生	320
[719]	3:其の他	しいたけ・乾しいたけ・乾	45
[720]	3:其の他	しいたけ・生しいたけ・生	440
[721]	3:其の他	しろきくらげ・乾	50
[722]	3:其の他	とさかのり(赤)・塩蔵、塩抜き	570
[723]	3:其の他	とさかのり(青)・塩蔵、塩抜き	620
[724]	3:其の他	ながこんぶ・素干し	55
[725]	3:其の他	なめこ・生	530
[726]	3:其の他	のりのつくだ煮	100
[727]	3:其の他	ひじき・ほしひじき	60
[728]	3:其の他	ほんしめじ・生	570
[729]	3:其の他	まいたけ・生	500
[730]	3:其の他	まこんぶ・素干し	55
[731]	3:其の他	マッシュルーム・水煮缶詰	570
[732]	3:其の他	マッシュルーム・生	730
[733]	3:其の他	まつたけ・生	350
[734]	3:其の他	まつたけ・生	620
[735]	3:其の他	めかぶわかめ・生	730
[736]	3:其の他	りしりこんぶ・素干し	60
[737]	3:其の他	わかめ・湯通し塩蔵、塩抜き	730
[738]	3:其の他	塩昆布	75
[739]	3:其の他	乾燥マッシュポテト	22
[740]	3:其の他	乾燥わかめ・灰干し、水戻し	1100
[741]	3:其の他	乾燥わかめ・素干し	70
[742]	3:其の他	乾燥わかめ・素干し、水戻し	470
[743]	3:其の他	乾燥わかめ・板わかめ	60
[744]	3:其の他	刻み昆布	75
[745]	3:其の他	湯通し塩蔵わかめ・塩抜き	730
[746]	3:其の他	板こんにゃく・生いもこんにゃく	1100
[747]	3:其の他	板こんにゃく・精粉こんにゃく	1600
[748]	4:穀物	アマランサス・玄穀	22
[749]	4:穀物	あわ・精白粒	22
[750]	4:穀物	あんパン	29
[751]	4:穀物	あんまん	28
[752]	4:穀物	イングリッシュマフィン	35
[753]	4:穀物	うどん・ゆで	75
[754]	4:穀物	うどん・生	30
[755]	4:穀物	オートミール	21
[756]	4:穀物	おおむぎ・押麦	24
[757]	4:穀物	おこし	21
[758]	4:穀物	おにぎり	45
[759]	4:穀物	おもゆ・水稻・精白米	380
[760]	4:穀物	かたくり粉→じゃがいもでん粉	24
[761]	4:穀物	かゆ・水稻・玄米	110
[762]	4:穀物	かゆ・水稻・精白米	110
[763]	4:穀物	きりたんぽ	40
[764]	4:穀物	クロワッサン	18
[765]	4:穀物	ケーキドーナッツ	21
[766]	4:穀物	コッペパン	30

やなぎ

[767]	4:穀物	さつまいもでん粉	24
[768]	4:穀物	じゃがいもでん粉	24
[769]	4:穀物	スパゲッティ・乾	21
[770]	4:穀物	そうめん・ひやむぎ、乾	22
[771]	4:穀物	そば・ゆで	60
[772]	4:穀物	そば・生	29
[773]	4:穀物	そばボーロ	20
[774]	4:穀物	そば粉・全層粉	22
[775]	4:穀物	そば粉・中層粉	22
[776]	4:穀物	そば粉・内層粉	22
[777]	4:穀物	そば粉・表層粉	22
[778]	4:穀物	デニッシュペストリー	20
[779]	4:穀物	とうもろこし・玄穀	23
[780]	4:穀物	とうもろこしでん粉	23
[781]	4:穀物	はるさめ・乾	23
[782]	4:穀物	パン粉・乾燥	21
[783]	4:穀物	パン粉・生	29
[784]	4:穀物	パン粉・半生	25
[785]	4:穀物	ビーフン	21
[786]	4:穀物	ピサクラスト	30
[787]	4:穀物	ファットスプレッド	13
[788]	4:穀物	フランスパン	29
[789]	4:穀物	マカロニ・スパゲッティ・乾	21
[790]	4:穀物	めし・水稻・はいが精米	50
[791]	4:穀物	めし・水稻・玄米	50
[792]	4:穀物	めし・水稻・七分つき米	50
[793]	4:穀物	めし・水稻・精白米	50
[794]	4:穀物	めし・水稻・半つき米	50
[795]	4:穀物	もち	35
[796]	4:穀物	もろこし・玄穀	23
[797]	4:穀物	もろこし・精白粒	22
[798]	4:穀物	もろこしらくがん	21
[799]	4:穀物	ライむぎ・全粒粉	24
[800]	4:穀物	ライ麦パン	30
[801]	4:穀物	ライ麦粉	23
[802]	4:穀物	ロールパン	25
[803]	4:穀物	沖縄そば・生	28
[804]	4:穀物	乾パン	20
[805]	4:穀物	干しうどん・乾	23
[806]	4:穀物	干しそば・乾	23
[807]	4:穀物	五分かゆ・水稻・精白米	220
[808]	4:穀物	酵母・パン酵母、圧搾	80
[809]	4:穀物	酵母・パン酵母、乾燥	26
[810]	4:穀物	手延そうめん・手延ひやむぎ・乾	23
[811]	4:穀物	小麦・玄穀・国産普通	24
[812]	4:穀物	小麦・玄穀・輸入硬質	24
[813]	4:穀物	小麦・玄穀・輸入軟質	23
[814]	4:穀物	小麦たんぱく・ペースト状	50
[815]	4:穀物	小麦たんぱく・粉末状	18
[816]	4:穀物	小麦たんぱく・粒状	70
[817]	4:穀物	小麦でん粉	23
[818]	4:穀物	小麦はいが	19
[819]	4:穀物	小麦粉・プレミックス粉てんぷら用	23
[820]	4:穀物	小麦粉・プレミックス粉ホットケーキ用	22
[821]	4:穀物	小麦粉・強力粉1等	22
[822]	4:穀物	小麦粉・強力粉2等	22
[823]	4:穀物	小麦粉・強力粉学校給食用	22
[824]	4:穀物	小麦粉・強力粉全粒粉	24
[825]	4:穀物	小麦粉・中力粉1等	22

[826]	4:穀物	小麦粉・中力粉2等	22
[827]	4:穀物	小麦粉・薄力粉1等	22
[828]	4:穀物	小麦粉・薄力粉2等	22
[829]	4:穀物	小麦粉・薄力粉学校給食用	22
[830]	4:穀物	焼きふ	21
[831]	4:穀物	上新粉	22
[832]	4:穀物	蒸し中華めん	40
[833]	4:穀物	食パン	30
[834]	4:穀物	生ふ	50
[835]	4:穀物	赤飯	40
[836]	4:穀物	中華スタイルスナックめん・非油揚げ	23
[837]	4:穀物	中華スタイルスナックめん・油揚げ	18
[838]	4:穀物	中華めん・生	28
[839]	4:穀物	道明寺粉	22
[840]	4:穀物	白玉粉	22
[841]	4:穀物	米・水稻穀粒・はいが精米	23
[842]	4:穀物	米・水稻穀粒・玄米	23
[843]	4:穀物	米・水稻穀粒・七分つき米	22
[844]	4:穀物	米・水稻穀粒・精白米	22
[845]	4:穀物	米・水稻穀粒・半つき米	23
[846]	4:穀物	米・陸稲穀粒・玄米	23
[847]	4:穀物	米・陸稲穀粒・七分つき米	23
[848]	4:穀物	米・陸稲穀粒・精白米	23
[849]	4:穀物	米・陸稲穀粒・半つき米	23
[850]	4:穀物	米でん粉	22
[851]	4:砂糖	あんず・ジャム・高糖度	30
[852]	4:砂糖	あんず・ジャム・低糖度工	40
[853]	4:砂糖	いちご・ジャム・高糖度	30
[854]	4:砂糖	いちご・ジャム・低糖度	40
[855]	4:砂糖	グラニュー糖	21
[856]	4:砂糖	はちみつ	27
[857]	4:砂糖	マーマレード・高糖度	30
[858]	4:砂糖	マーマレード・低糖度	40
[859]	4:砂糖	果糖	22
[860]	4:砂糖	角砂糖	21
[861]	4:砂糖	黒砂糖	23
[862]	4:砂糖	車糖・三温糖	21
[863]	4:砂糖	車糖・上白糖	21
[864]	4:砂糖	水あめ	24
[865]	4:砂糖	氷砂糖	21
[866]	4:砂糖	和三盆糖	21
[867]	4:油脂	オリーブ油	9
[868]	4:油脂	ごま油	9
[869]	4:油脂	サフラワー油	9
[870]	4:油脂	とうもろこし油	9
[871]	4:油脂	なたね油	9
[872]	4:油脂	パーム油	9
[873]	4:油脂	ひまわり油	9
[874]	4:油脂	マーガリン	11
[875]	4:油脂	マヨネーズ・全卵型	11
[876]	4:油脂	マヨネーズ・卵黄型	12
[877]	4:油脂	やし油	9
[878]	4:油脂	ラード	9
[879]	4:油脂	ラー油	9
[880]	4:油脂	牛(乳用肥育)・かた脂身、生	11
[881]	4:油脂	牛(乳用肥育)・もも脂身、生	13
[882]	4:油脂	牛(乳用肥育)・リブロース脂身、生	10
[883]	4:油脂	牛(輸入)・かた脂身、生	13
[884]	4:油脂	牛(輸入)・もも脂身、生	12

[885]	4: 油脂	牛(輸入)・リブロース脂身、生	11
[886]	4: 油脂	牛(和)・かた脂身、生	11
[887]	4: 油脂	牛(和)・もも脂身、生	11
[888]	4: 油脂	牛(和)・リブロース脂身、生	10
[889]	4: 油脂	牛脂	9
[890]	4: 油脂	即席中華めん・非油揚げ	22
[891]	4: 油脂	即席中華めん・油揚げ	17
[892]	4: 油脂	即席中華めん・油揚げ味付け	18
[893]	4: 油脂	大豆油	9
[894]	4: 油脂	調合油	9
[895]	4: 油脂	豚(大型種)・かたロース脂身、生	12
[896]	4: 油脂	豚(大型種)・かた脂身、生	11
[897]	4: 油脂	豚(大型種)・そともも脂身、生	12
[898]	4: 油脂	豚(大型種)・もも脂身、生	12
[899]	4: 油脂	豚(大型種)・ロース脂身、生	11
[900]	4: 油脂	豚(中型種)・かたロース脂身、生	11
[901]	4: 油脂	豚(中型種)・かた脂身、生	11
[902]	4: 油脂	豚(中型種)・そともも脂身、生	11
[903]	4: 油脂	豚(中型種)・もも脂身、生	11
[904]	4: 油脂	豚(中型種)・ロース脂身、生	11
[905]	4: 油脂	発酵バター	11
[906]	4: 油脂	米ぬか油	9
[907]	4: 油脂	無塩バター	10
[908]	4: 油脂	綿実油	9
[909]	4: 油脂	有塩バター	11
[910]	4: 油脂	落花生油	9
[911]	4: 其の他	くるみ・いり	12
[912]	4: 其の他	アーモンド・フライ、味付け	13
[913]	4: 其の他	アーモンド・乾	13
[914]	4: 其の他	アイスクリーム高脂肪	40
[915]	4: 其の他	アイスクリーム普通脂肪	45
[916]	4: 其の他	アイスマルク	50
[917]	4: 其の他	アセロラ・10%果汁入り飲料	190
[918]	4: 其の他	アップルパイ	26
[919]	4: 其の他	あめ玉	21
[920]	4: 其の他	あられ	21
[921]	4: 其の他	イーストドーナツ	21
[922]	4: 其の他	いそべせんべい	21
[923]	4: 其の他	インスタントラーメン	18
[924]	4: 其の他	ウイスキー	35
[925]	4: 其の他	ういろう	45
[926]	4: 其の他	ウエハース	18
[927]	4: 其の他	ウオッカ	35
[928]	4: 其の他	うすくちしょうゆ	150
[929]	4: 其の他	ウスターソース	70
[930]	4: 其の他	うめ・20%果汁入り飲料	160
[931]	4: 其の他	うんしゅうみかん・50%果汁入りジュース	130
[932]	4: 其の他	うんしゅうみかん・ストレートジュース	200
[933]	4: 其の他	うんしゅうみかん・果粒入りジュース	170
[934]	4: 其の他	うんしゅうみかん・濃縮還元ジュース	210
[935]	4: 其の他	えんどう・グリーンピース(揚げ豆)	19
[936]	4: 其の他	オイスターソース	75
[937]	4: 其の他	おのろけ豆	18
[938]	4: 其の他	オレンジ・ゼリー	110
[939]	4: 其の他	カシューナッツ・フライ、味付け	14
[940]	4: 其の他	かしわもち	40
[941]	4: 其の他	カスタードプディング	65
[942]	4: 其の他	カステラ	25
[943]	4: 其の他	カップめん	18

[944]	4: 其の他	かのこ	30
[945]	4: 其の他	かぼちゃ・いり、味付け	14
[946]	4: 其の他	かりんとう・黒	18
[947]	4: 其の他	かるかん	35
[948]	4: 其の他	カレールウ	16
[949]	4: 其の他	カレー粉	19
[950]	4: 其の他	かわらせんべい	20
[951]	4: 其の他	きび団子	26
[952]	4: 其の他	キャラメル	18
[953]	4: 其の他	ぎゅうひ	30
[954]	4: 其の他	きんつば	30
[955]	4: 其の他	ぎんなん・生	45
[956]	4: 其の他	グァバ・20%果汁入り飲料(ネクター)	160
[957]	4: 其の他	くし団子・あん	440
[958]	4: 其の他	くし団子・しょうゆ	40
[959]	4: 其の他	くずきり・乾	22
[960]	4: 其の他	くずまんじゅう	35
[961]	4: 其の他	クリームパン	26
[962]	4: 其の他	くりまんじゅう	26
[963]	4: 其の他	グレープフルーツ・20%果汁入りジュース	210
[964]	4: 其の他	グレープフルーツ・ストレートジュース	200
[965]	4: 其の他	グレープフルーツ・濃縮還元ジュース	230
[966]	4: 其の他	けし・乾	14
[967]	4: 其の他	げっぺい	22
[968]	4: 其の他	コーヒー・インスタントコーヒー	28
[969]	4: 其の他	コーヒー・コーヒー飲料	210
[970]	4: 其の他	コーヒー・ゼリー	180
[971]	4: 其の他	コーヒーシュガー	21
[972]	4: 其の他	コーヒー乳飲料	140
[973]	4: 其の他	コーラ	170
[974]	4: 其の他	コーンスターチ	23
[975]	4: 其の他	コーンフレーク	21
[976]	4: 其の他	ココア・ピュアココア	30
[977]	4: 其の他	ココア・ミルクココア	19
[978]	4: 其の他	ココナッツミルク	400
[979]	4: 其の他	ごま・いり	13
[980]	4: 其の他	ごま・乾	14
[981]	4: 其の他	さいしこみしょうゆ	80
[982]	4: 其の他	サイダー	200
[983]	4: 其の他	サウザンアイランドドレッシング	19
[984]	4: 其の他	サブレ	17
[985]	4: 其の他	シイクワシャー・10%果汁入り飲料	170
[986]	4: 其の他	しいの実・生	30
[987]	4: 其の他	シャーベット	65
[988]	4: 其の他	ジャイアントコーン・フライ、味付け	18
[989]	4: 其の他	ジャムパン	27
[990]	4: 其の他	シュークリーム	35
[991]	4: 其の他	しゅうまいの皮	27
[992]	4: 其の他	しょうちゅう・乙類	55
[993]	4: 其の他	しょうちゅう・甲類	40
[994]	4: 其の他	しょうゆ(こいくち)	110
[995]	4: 其の他	ショートケーキ	23
[996]	4: 其の他	ショートニング	9
[997]	4: 其の他	しろしょうゆ	90
[998]	4: 其の他	ジン	28
[999]	4: 其の他	スイートワイン	60
[1000]	4: 其の他	すいかの種・いり、味付け	15
[1001]	4: 其の他	スポンジケーキ	27
[1002]	4: 其の他	ゼリーキャンデー	24

[1003]	4: 其の他	ソフトクリーム	55
[1004]	4: 其の他	ソフトタイプマーガリン	11
[1005]	4: 其の他	ソフトビスケット	15
[1006]	4: 其の他	そらまめ・フライビーンズ	17
[1007]	4: 其の他	タピオカ	23
[1008]	4: 其の他	たまりしょうゆ	70
[1009]	4: 其の他	タルト	27
[1010]	4: 其の他	チョココロネ	26
[1011]	4: 其の他	トウバンジャン	130
[1012]	4: 其の他	とうまんじゅう	27
[1013]	4: 其の他	トマトケチャップ	65
[1014]	4: 其の他	トマトピューレ	200
[1015]	4: 其の他	トマトペースト	90
[1016]	4: 其の他	どら焼き	28
[1017]	4: 其の他	ドレッシングタイプ和風調味料	100
[1018]	4: 其の他	ドロップ	20
[1019]	4: 其の他	ナン	30
[1020]	4: 其の他	にんにく・おろし	45
[1021]	4: 其の他	ねりきり	30
[1022]	4: 其の他	パイナップル・10%果汁入り飲料	160
[1023]	4: 其の他	パイナップル・ストレートジュース	200
[1024]	4: 其の他	パイナップル・濃縮還元ジュース	200
[1025]	4: 其の他	パイ皮	18
[1026]	4: 其の他	はすの実・成熟、乾	24
[1027]	4: 其の他	バターケーキ	18
[1028]	4: 其の他	バターピーナッツ	14
[1029]	4: 其の他	バレンシアオレンジ・30%果汁入りジュース	200
[1030]	4: 其の他	バレンシアオレンジ・ストレートジュース	190
[1031]	4: 其の他	バレンシアオレンジ・濃縮還元ジュース	190
[1032]	4: 其の他	ピーナッツバター	13
[1033]	4: 其の他	ビール・スタウト	130
[1034]	4: 其の他	ビール・黒	170
[1035]	4: 其の他	ビール・淡色	200
[1036]	4: 其の他	ピスタチオ・いり、味付け	13
[1037]	4: 其の他	ひまわりの種・フライ、味付け	13
[1038]	4: 其の他	ひよこまめ・全粒、フライ、味付け	19
[1039]	4: 其の他	ぶどう・10%果汁入り飲料	150
[1040]	4: 其の他	ぶどう・ジャム	40
[1041]	4: 其の他	ぶどう・ストレートジュース	150
[1042]	4: 其の他	ぶどう・濃縮還元ジュース	170
[1043]	4: 其の他	ぶどうパン	30
[1044]	4: 其の他	ぶどう酒・ロゼ	100
[1045]	4: 其の他	ぶどう酒・赤	110
[1046]	4: 其の他	ぶどう酒・白	110
[1047]	4: 其の他	ブランデー	35
[1048]	4: 其の他	フルーツ牛乳	170
[1049]	4: 其の他	ブルーベリー・ジャム	45
[1050]	4: 其の他	プレッツェル	17
[1051]	4: 其の他	フレンチドレッシング	20
[1052]	4: 其の他	ペカン・フライ、味付け	11
[1053]	4: 其の他	ベルモット・甘口タイプ	55
[1054]	4: 其の他	ベルモット・辛口タイプ	70
[1055]	4: 其の他	ヘーゼルナッツ・フライ、味付け	12
[1056]	4: 其の他	ホットケーキ	30
[1057]	4: 其の他	ポップコーン	17
[1058]	4: 其の他	ポテトチップス	14
[1059]	4: 其の他	ホワイトチョコレート	14
[1060]	4: 其の他	マカダミアナッツ・いり、味付け	11
[1061]	4: 其の他	マシュマロ	25

[1062]	4: 其の他	まつの実・いり	12
[1063]	4: 其の他	マロングラッセ	25
[1064]	4: 其の他	ミートパイ	19
[1065]	4: 其の他	みりん・本直し	45
[1066]	4: 其の他	ミルクチョコレート	14
[1067]	4: 其の他	メープルシロップ	30
[1068]	4: 其の他	めんつゆ・ストレート	180
[1069]	4: 其の他	めんつゆ・三倍濃厚	80
[1070]	4: 其の他	もなか	28
[1071]	4: 其の他	もも・30%果汁入り飲料(ネクター)	170
[1072]	4: 其の他	ようかん・水ようかん	45
[1073]	4: 其の他	ようかん・練りようかん	27
[1074]	4: 其の他	らくがん	21
[1075]	4: 其の他	ラクトアイス・低脂肪	75
[1076]	4: 其の他	ラクトアイス・普通脂肪	35
[1077]	4: 其の他	らっかせい・いり	14
[1078]	4: 其の他	らっかせい・乾	14
[1079]	4: 其の他	ラム	35
[1080]	4: 其の他	りんご・30%果汁入り飲料	170
[1081]	4: 其の他	りんご・ジャム	40
[1082]	4: 其の他	りんご・ストレートジュース	180
[1083]	4: 其の他	りんご・濃縮還元ジュース	190
[1084]	4: 其の他	ロシアケーキ	16
[1085]	4: 其の他	ワインゼリー	120
[1086]	4: 其の他	ワッフル・カスタードクリーム入り	30
[1087]	4: 其の他	ワッフル・ジャム入り	35
[1088]	4: 其の他	塩せんべい	21
[1089]	4: 其の他	果実色飲料	160
[1090]	4: 其の他	果実酢・ぶどう酢	360
[1091]	4: 其の他	果実酢・りんご酢	310
[1092]	4: 其の他	巻きせんべい	20
[1093]	4: 其の他	甘酒	100
[1094]	4: 其の他	甘納豆・あずき	27
[1095]	4: 其の他	甘納豆・いんげんまめ	26
[1096]	4: 其の他	固形コンソメ	35
[1097]	4: 其の他	合成溝酒	75
[1098]	4: 其の他	穀物酢	320
[1099]	4: 其の他	今川焼き	35
[1100]	4: 其の他	桜もち・関西風	40
[1101]	4: 其の他	桜もち・関東風	35
[1102]	4: 其の他	酒かす	35
[1103]	4: 其の他	紹興酒	65
[1104]	4: 其の他	蒸しまんじゅう	30
[1105]	4: 其の他	成形ポテトチップス	15
[1106]	4: 其の他	清酒・吟醸酒	75
[1107]	4: 其の他	清酒・純米吟醸酒	80
[1108]	4: 其の他	清酒・純米酒	80
[1109]	4: 其の他	清酒・上撰	75
[1110]	4: 其の他	清酒・本醸造酒	75
[1111]	4: 其の他	草もち	35
[1112]	4: 其の他	大福もち	35
[1113]	4: 其の他	竹輪ふ	45
[1114]	4: 其の他	中国ぐり・甘ぐり	35
[1115]	4: 其の他	糖衣ガム	21
[1116]	4: 其の他	南部せんべい	19
[1117]	4: 其の他	肉まん	30
[1118]	4: 其の他	日本ぐり・甘露煮	35
[1119]	4: 其の他	日本ぐり・生	50
[1120]	4: 其の他	乳飲料・コーヒー	140

[1121]	4: 其の他	乳飲料・フルーツ	170
[1122]	4: 其の他	乳酸菌飲料・殺菌乳製品	35
[1123]	4: 其の他	乳酸菌飲料・乳製品	110
[1124]	4: 其の他	乳酸菌飲料・非乳製品	140
[1125]	4: 其の他	濃厚ソース	60
[1126]	4: 其の他	梅酒	50
[1127]	4: 其の他	白酒	35
[1128]	4: 其の他	麦みそ	40
[1129]	4: 其の他	八つ橋	20
[1130]	4: 其の他	ハードビスケット	19
[1131]	4: 其の他	発泡酒	180
[1132]	4: 其の他	板ガム	21
[1133]	4: 其の他	米みそ・甘みそ	35
[1134]	4: 其の他	米みそ・赤色辛みそ	45
[1135]	4: 其の他	米みそ・淡色辛みそ	40
[1136]	4: 其の他	米酢	170
[1137]	4: 其の他	本みりん	35
[1138]	4: 其の他	揚げせんべい	17