

## 第1部 栄養素等摂取状況調査の結果



【第1表の1】 栄養素等摂取量 平均値（全体・年齢階級別）

栄養素等別	総数			1～6歳			7～14歳			15～19歳			20～29歳			30～39歳			
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	
調査人数	934			39			63			34			38			82			
エネルギー	kcal	1,873.0	557.1	18.23	1,210.0	308.7	49.43	1,954.3	241.2	30.39	2,349.7	437.5	75.03	1,739.2	586.0	95.06	1,962.0	569.0	62.84
たんぱく質	g	70.4	23.3	0.76	41.2	13.6	2.18	68.9	11.0	1.39	83.8	18.2	3.11	67.1	23.4	3.80	70.7	23.3	2.57
うち動物性	g	38.4	17.8	0.58	22.1	10.7	1.71	41.0	8.2	1.03	49.3	17.1	2.93	37.3	17.5	2.84	40.8	19.3	2.14
脂質	g	58.8	24.9	0.81	35.8	14.1	2.26	62.7	14.1	1.77	79.8	19.5	3.35	57.5	23.3	3.78	66.5	24.8	2.74
うち動物性	g	31.6	18.0	0.59	18.8	8.2	1.31	35.9	8.7	1.10	43.5	15.5	2.66	30.3	15.2	2.46	36.6	17.2	1.90
炭水化物	g	247.6	77.1	2.52	177.0	44.0	7.05	270.0	22.2	2.80	311.1	73.4	12.59	226.2	78.8	12.79	248.6	81.6	9.01
食塩(ナトリウム×2.54/1,000)	g	10.2	4.1	0.13	5.2	1.8	0.28	9.1	1.3	0.16	10.3	3.2	0.55	9.0	3.1	0.50	10.2	3.8	0.42
カリウム	mg	2,287.8	907.6	29.70	1,417.4	455.7	72.97	2,005.5	483.2	60.87	2,289.1	678.3	116.32	1,746.8	617.9	100.23	2,169.9	837.4	92.47
カルシウム	mg	499.0	253.8	8.31	349.5	135.2	21.65	582.9	152.2	19.18	613.1	299.9	51.42	368.9	188.0	30.50	471.2	232.6	25.69
マグネシウム	mg	246.9	97.2	3.18	140.0	47.8	7.65	200.3	35.3	4.45	244.1	60.4	10.36	206.5	83.2	13.50	227.6	81.1	8.95
リン	mg	997.9	338.1	11.06	622.8	195.4	31.29	1,017.9	169.4	21.35	1,190.8	303.5	52.06	890.3	315.8	51.22	982.6	335.7	37.08
鉄	mg	7.6	3.1	0.10	3.9	1.3	0.20	5.9	0.8	0.10	8.0	1.9	0.33	6.7	2.6	0.42	7.2	2.7	0.29
亜鉛	mg	8.2	3.2	0.11	4.9	1.5	0.23	8.8	1.3	0.16	10.3	2.4	0.42	7.7	2.5	0.41	8.7	3.8	0.41
銅	mg	1.13	0.41	0.01	0.67	0.19	0.03	1.01	0.13	0.02	1.22	0.27	0.05	1.00	0.37	0.06	1.11	0.41	0.04
ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE <sup>*1</sup>	467.8	468.6	15.33	331.9	174.1	27.88	455.0	110.1	13.87	478.2	349.4	59.93	361.1	208.0	33.74	481.6	376.5	41.57
ビタミンD	μg	7.0	8.2	0.27	3.7	4.5	0.71	4.5	2.8	0.35	4.6	6.0	1.03	5.4	5.3	0.86	4.9	5.2	0.58
ビタミンE	mg <sup>*2</sup>	6.9	3.5	0.11	3.7	1.8	0.29	5.4	1.3	0.16	7.0	2.9	0.50	6.0	2.7	0.45	6.9	3.7	0.41
ビタミンK	μg	276.4	203.7	6.66	134.2	104.8	16.79	165.7	35.1	4.42	194.5	80.1	13.74	256.2	175.9	28.53	262.4	178.9	19.75
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.95	0.41	0.01	0.59	0.23	0.04	0.98	0.25	0.03	1.14	0.37	0.06	0.85	0.33	0.05	1.05	0.49	0.05
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.15	0.46	0.02	0.66	0.24	0.04	1.12	0.20	0.03	1.35	0.40	0.07	1.02	0.35	0.06	1.17	0.48	0.05
ナイアシン当量	mgNE <sup>*3</sup>	29.7	11.4	0.37	16.7	7.1	1.14	26.9	5.7	0.72	33.4	9.0	1.55	27.7	10.6	1.73	30.3	11.8	1.30
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.12	0.49	0.02	0.69	0.27	0.04	0.96	0.34	0.04	1.20	0.40	0.07	0.91	0.34	0.06	1.09	0.43	0.05
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	5.8	5.9	0.19	3.0	3.3	0.52	6.3	1.9	0.24	5.3	5.3	0.91	5.0	5.3	0.85	5.6	6.5	0.72
葉酸	μg	286.1	139.0	4.55	142.3	54.5	8.73	206.6	42.4	5.35	246.4	80.2	13.76	225.5	91.9	14.90	257.0	117.2	12.94
パントテン酸	mg	5.67	1.99	0.07	3.69	1.09	0.17	5.65	1.02	0.13	6.69	1.73	0.30	5.27	1.88	0.30	5.78	2.20	0.24
ビタミンC	mg	90.4	65.2	2.13	50.8	38.2	6.11	57.3	32.5	4.09	81.0	57.1	9.79	53.7	36.8	5.97	78.7	53.9	5.95
コレステロール	mg	334.8	186.9	6.11	149.9	93.6	14.98	299.1	72.7	9.16	455.3	188.8	32.38	357.9	225.3	36.54	356.4	195.6	21.60
食物繊維	g	19.5	8.3	0.27	11.9	3.9	0.62	16.7	3.4	0.42	18.9	5.0	0.86	15.5	5.3	0.85	18.6	6.7	0.74
うち水溶性	g	3.9	3.6	0.12	2.3	1.0	0.16	3.1	0.7	0.09	3.4	1.5	0.26	2.9	1.3	0.20	3.6	1.8	0.20
うち不溶性	g	12.1	5.2	0.17	7.2	2.7	0.43	10.0	2.4	0.31	10.7	3.2	0.55	9.1	3.3	0.54	11.2	4.5	0.49
たんぱく質エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	15.1	3.0	0.10	13.5	2.6	0.41	14.2	2.3	0.29	14.4	2.4	0.41	15.5	3.0	0.49	14.6	3.2	0.36
動物性たんぱく質比率 <sup>*4</sup>	%	52.8	13.5	0.44	51.9	11.1	1.78	57.8	9.0	1.14	57.9	10.0	1.71	53.2	16.6	2.70	55.5	13.3	1.47
脂肪エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	27.9	6.9	0.23	25.9	6.5	1.04	28.6	5.4	0.68	30.6	5.0	0.86	29.7	5.7	0.92	30.3	6.6	0.73
炭水化物エネルギー比率 <sup>*4-5</sup>	%	57.0	7.7	0.25	60.6	7.7	1.24	57.2	5.5	0.69	55.0	5.8	0.99	54.8	5.5	0.89	55.1	7.5	0.83

\*1 RAE：レチノール活性当量

\*2 α-トコフェロール量 α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない

\*3 NE：ナイアシン当量

\*4 これらの比率は個人毎人の計算値を平均したものである

\*5 炭水化物エネルギー比率=100-たんぱく質エネルギー比率-脂肪エネルギー比率 で算出。

1人1日当たり

40～49歳			50～59歳			60～69歳			70～79歳			80歳以上			20歳以上（再掲）			70歳以上（再掲）		
平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
136			113			154			166			109			798			275		
1,873.3	604.7	51.85	1,820.9	528.0	49.67	1,935.6	495.5	39.93	1,963.5	489.7	38.01	1,721.6	532.4	50.99	1,878.7	543.1	19.23	1,867.6	520.7	31.40
68.8	24.2	2.08	67.5	23.1	2.17	74.8	19.3	1.56	76.8	22.2	1.72	67.6	24.7	2.37	71.4	23.0	0.82	73.2	23.7	1.43
36.7	18.9	1.62	36.3	18.4	1.73	41.0	15.5	1.25	39.6	16.9	1.31	36.7	16.7	1.60	38.5	17.6	0.62	38.5	16.9	1.02
61.2	27.1	2.33	58.5	28.6	2.69	58.6	21.1	1.70	59.2	22.8	1.77	49.8	22.8	2.18	58.7	24.8	0.88	55.5	23.2	1.40
32.4	21.3	1.82	32.7	23.3	2.19	30.4	14.2	1.14	31.4	17.0	1.32	26.9	15.5	1.49	31.4	18.3	0.65	29.6	16.6	1.00
241.7	81.9	7.03	232.2	65.5	6.16	253.2	72.2	5.82	262.6	68.9	5.35	239.7	75.2	7.21	246.6	75.0	2.65	253.5	72.4	4.36
10.2	4.2	0.36	10.3	4.0	0.38	11.1	4.2	0.34	11.2	3.8	0.29	10.1	4.3	0.41	10.5	4.1	0.14	10.8	4.0	0.24
2,089.1	895.1	76.75	2,102.7	743.8	69.97	2,554.7	754.8	60.83	2,749.0	990.5	76.88	2,399.7	1,047.7	100.35	2,352.6	922.8	32.67	2,610.6	1,027.9	61.98
440.5	243.1	20.84	447.4	210.7	19.82	512.8	182.2	14.68	585.9	296.9	23.04	509.4	312.3	29.92	494.8	255.2	9.03	555.6	305.4	18.42
237.2	110.2	9.45	234.8	80.1	7.54	273.0	83.4	6.72	296.6	97.7	7.58	253.3	108.5	10.39	255.9	98.2	3.48	279.4	104.3	6.29
946.7	348.5	29.88	942.5	319.3	30.04	1,062.7	271.1	21.84	1,106.8	333.1	25.86	973.3	370.2	35.46	1,006.4	335.0	11.86	1,053.9	354.4	21.37
7.5	3.2	0.28	7.2	2.7	0.25	8.1	2.6	0.21	9.1	3.2	0.24	8.0	3.5	0.34	7.9	3.1	0.11	8.7	3.3	0.20
8.1	3.3	0.28	7.9	2.8	0.27	8.2	2.4	0.19	8.8	3.3	0.25	7.6	2.9	0.28	8.2	3.1	0.11	8.4	3.2	0.19
1.10	0.42	0.04	1.06	0.36	0.03	1.20	0.36	0.03	1.31	0.42	0.03	1.12	0.43	0.04	1.15	0.41	0.01	1.23	0.44	0.03
448.7	626.6	53.73	363.3	268.4	25.25	460.5	355.8	28.67	578.1	585.7	45.46	521.7	601.2	57.58	475.0	493.9	17.48	555.7	592.5	35.73
4.8	6.4	0.55	7.1	8.0	0.76	8.3	8.9	0.72	9.9	10.2	0.79	8.9	9.0	0.86	7.5	8.5	0.30	9.5	9.8	0.59
6.4	3.2	0.27	6.4	3.3	0.31	7.5	3.2	0.26	8.2	3.9	0.30	7.1	3.8	0.37	7.1	3.5	0.13	7.8	3.9	0.23
256.2	210.0	18.01	236.3	170.4	16.03	312.2	209.3	16.86	366.5	219.0	17.00	313.8	234.0	22.41	295.6	210.7	7.46	345.6	226.5	13.66
0.96	0.43	0.04	0.91	0.41	0.04	0.97	0.35	0.03	1.01	0.40	0.03	0.84	0.39	0.04	0.95	0.41	0.01	0.94	0.41	0.02
1.03	0.44	0.04	1.09	0.46	0.04	1.23	0.38	0.03	1.28	0.49	0.04	1.18	0.51	0.05	1.16	0.46	0.02	1.24	0.50	0.03
29.3	12.0	1.03	29.0	11.0	1.03	32.7	10.2	0.82	32.4	11.1	0.86	27.9	11.5	1.10	30.4	11.3	0.40	30.6	11.4	0.69
1.03	0.50	0.04	1.03	0.46	0.04	1.25	0.42	0.03	1.33	0.51	0.04	1.18	0.53	0.05	1.16	0.49	0.02	1.27	0.53	0.03
4.9	5.9	0.50	5.8	5.7	0.54	6.0	5.3	0.42	6.7	5.8	0.45	6.6	5.5	0.53	5.9	5.8	0.20	6.6	5.7	0.34
260.8	149.4	12.81	275.8	121.6	11.44	319.2	114.4	9.22	367.2	149.5	11.61	310.8	153.1	14.67	301.1	141.1	5.00	344.8	153.5	9.25
5.18	1.99	0.17	5.21	1.90	0.18	6.10	1.74	0.14	6.33	1.93	0.15	5.64	2.06	0.20	5.73	2.00	0.07	6.06	2.01	0.12
72.9	55.7	4.78	84.8	71.5	6.72	101.1	60.4	4.86	120.6	69.1	5.37	114.4	72.8	6.97	95.3	66.6	2.36	118.1	70.7	4.26
319.5	191.9	16.45	322.9	207.7	19.54	354.1	170.3	13.73	355.2	170.4	13.22	332.6	168.6	16.15	341.5	185.7	6.57	346.2	170.0	10.25
18.6	7.6	0.65	18.0	5.8	0.55	20.5	6.4	0.52	24.2	11.7	0.91	20.5	8.8	0.84	20.1	8.6	0.30	22.7	10.8	0.65
3.5	1.7	0.14	3.3	1.3	0.13	4.1	1.5	0.12	5.5	7.4	0.58	4.0	2.0	0.19	4.0	3.8	0.13	4.9	6.0	0.36
11.4	5.0	0.43	11.2	4.2	0.39	13.0	4.4	0.36	15.3	5.7	0.44	13.3	6.2	0.59	12.6	5.3	0.19	14.5	6.0	0.36
14.8	3.2	0.28	14.9	3.1	0.29	15.7	3.1	0.25	15.8	2.8	0.22	15.7	2.7	0.26	15.3	3.0	0.11	15.7	2.8	0.17
50.7	16.1	1.38	51.3	14.1	1.33	54.1	12.4	1.00	50.3	12.3	0.96	53.0	12.8	1.22	52.3	13.8	0.49	51.4	12.6	0.76
29.0	6.8	0.58	28.2	8.5	0.80	27.3	6.8	0.55	26.8	6.6	0.51	25.5	6.5	0.63	27.8	7.1	0.25	26.3	6.6	0.40
56.1	7.9	0.67	56.9	9.4	0.88	57.0	7.6	0.61	57.5	7.5	0.58	58.8	7.1	0.68	56.9	7.8	0.28	58.0	7.4	0.44

【第1表の2】 栄養素等摂取量 平均値（男・年齢階級別）

栄養素等別	総数			1～6歳			7～14歳			15～19歳			20～29歳			30～39歳			
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	
調査人数	428			21			26			22			16			38			
エネルギー	kcal	2,075.5	593.6	28.69	1,261.5	327.9	71.55	2,128.3	696.3	136.55	2,500.8	423.8	47.38	1,764.2	775.8	193.96	2,208.3	561.4	91.07
たんぱく質	g	76.5	25.3	1.22	43.5	13.5	2.94	72.7	25.9	5.09	87.6	19.2	2.14	68.3	31.2	7.79	80.4	22.9	3.71
うち動物性	g	41.7	19.6	0.95	23.2	10.8	2.35	40.6	21.4	4.20	50.4	18.5	2.07	39.9	22.2	5.54	47.5	19.8	3.21
脂質	g	63.7	27.2	1.32	36.7	13.1	2.86	67.6	29.0	5.69	83.8	20.0	2.24	59.0	29.4	7.34	74.8	23.1	3.75
うち動物性	g	34.7	20.3	0.98	19.1	8.0	1.74	36.9	17.4	3.42	46.4	16.4	1.83	27.9	16.5	4.12	42.0	18.0	2.91
炭水化物	g	270.8	82.3	3.98	185.6	52.2	11.39	297.3	103.5	20.29	334.8	75.9	8.49	226.6	100.4	25.10	275.8	84.9	13.77
食塩(ナトリウム×2.54/1,000)	g	11.1	4.4	0.21	5.3	1.7	0.36	9.8	3.8	0.75	10.9	3.3	0.36	9.7	3.5	0.88	11.6	3.9	0.63
カリウム	mg	2,399.4	941.5	45.51	1,519.4	447.3	97.61	2,170.3	853.8	167.44	2,330.1	676.9	75.68	1,707.2	735.3	183.81	2,482.5	871.3	141.34
カルシウム	mg	517.1	267.7	12.94	380.5	123.3	26.90	627.4	282.7	55.45	635.9	301.4	33.70	323.0	145.3	36.31	489.9	234.6	38.06
マグネシウム	mg	262.0	101.9	4.93	155.3	51.7	11.29	215.6	83.7	16.42	258.5	58.3	6.51	192.0	83.2	20.79	254.5	79.2	12.85
リン	mg	1,067.2	365.0	17.65	668.6	195.0	42.55	1,075.9	396.1	77.69	1,247.0	301.5	33.71	881.0	400.6	100.15	1,097.2	331.5	53.78
鉄	mg	8.0	3.2	0.15	4.0	1.3	0.29	6.6	2.6	0.51	8.5	1.9	0.21	6.1	2.7	0.67	8.2	2.7	0.44
亜鉛	mg	8.8	3.3	0.16	5.2	1.5	0.32	9.1	5.2	1.02	10.9	2.4	0.26	7.6	3.3	0.82	9.4	2.7	0.43
銅	mg	1.20	0.43	0.02	0.72	0.22	0.05	1.10	0.48	0.09	1.31	0.26	0.03	0.97	0.46	0.11	1.22	0.36	0.06
ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE <sup>*1</sup>	443.8	377.1	18.23	357.3	207.1	45.20	423.6	168.0	32.95	525.6	416.3	46.55	315.8	172.5	43.13	490.6	379.8	61.61
ビタミンD	μg	7.4	8.5	0.41	4.3	5.3	1.16	5.9	7.7	1.51	4.9	6.9	0.77	4.8	4.0	1.00	5.5	5.3	0.86
ビタミンE	mg <sup>*2</sup>	7.1	3.5	0.17	3.7	1.5	0.33	5.8	2.8	0.54	7.1	2.8	0.31	6.8	3.5	0.88	7.9	4.1	0.66
ビタミンK	μg	281.6	211.6	10.23	151.7	125.4	27.37	166.5	113.6	22.27	170.4	74.6	8.34	239.0	157.3	39.32	279.7	180.4	29.26
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	1.04	0.44	0.02	0.61	0.25	0.05	1.06	0.44	0.09	1.19	0.37	0.04	0.90	0.39	0.10	1.23	0.46	0.07
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.22	0.49	0.02	0.71	0.25	0.05	1.22	0.50	0.10	1.36	0.42	0.05	1.05	0.34	0.09	1.29	0.45	0.07
ナイアシン当量	mgNE <sup>*3</sup>	32.5	12.6	0.61	17.2	6.2	1.35	28.4	12.7	2.50	34.5	9.1	1.01	29.0	14.4	3.60	35.4	11.8	1.91
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.21	0.53	0.03	0.74	0.28	0.06	1.05	0.58	0.11	1.29	0.43	0.05	0.87	0.43	0.11	1.27	0.43	0.07
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	6.2	6.0	0.29	2.9	2.0	0.44	6.9	9.4	1.84	5.2	5.4	0.60	5.0	4.8	1.20	5.9	5.5	0.89
葉酸	μg	295.6	140.5	6.79	148.1	59.5	12.98	223.0	87.2	17.11	250.9	81.2	9.07	236.7	108.5	27.12	292.6	128.7	20.87
パントテン酸	mg	6.05	2.15	0.10	3.96	1.15	0.25	6.15	2.08	0.41	6.89	1.82	0.20	5.27	2.42	0.60	6.47	2.09	0.34
ビタミンC	mg	91.3	68.4	3.31	52.7	45.7	9.98	58.9	42.3	8.30	82.6	62.0	6.93	47.7	32.7	8.17	88.6	54.1	8.77
コレステロール	mg	356.1	195.5	9.45	143.4	86.1	18.79	353.0	188.9	37.05	456.8	168.2	18.81	390.1	251.4	62.85	383.4	191.5	31.07
食物繊維	g	20.6	8.6	0.42	12.9	4.7	1.02	17.8	6.9	1.36	20.0	5.1	0.57	15.4	6.1	1.53	21.1	7.0	1.14
うち水溶性	g	4.0	3.7	0.18	2.4	1.2	0.27	3.5	1.5	0.30	3.6	1.7	0.19	2.8	1.2	0.30	4.1	2.0	0.33
うち不溶性	g	12.6	5.4	0.26	7.8	3.2	0.70	10.6	4.2	0.83	11.1	3.4	0.38	9.1	3.7	0.93	12.5	4.7	0.77
たんぱく質エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	15.1	2.9	0.14	13.7	2.5	0.54	13.7	2.2	0.43	14.1	2.6	0.29	15.3	3.6	0.89	14.7	3.0	0.49
動物性たんぱく質比率 <sup>*4</sup>	%	52.6	13.7	0.66	52.0	11.9	2.60	52.7	13.9	2.72	56.5	9.9	1.11	52.7	20.6	5.15	57.6	11.9	1.93
脂肪エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	27.2	7.2	0.35	25.8	6.3	1.37	27.9	7.4	1.45	30.3	5.5	0.61	30.2	4.9	1.23	30.6	6.3	1.03
炭水化物エネルギー比率 <sup>*4-5</sup>	%	58.0	7.9	0.38	60.4	7.7	1.69	58.4	8.1	1.60	55.6	6.3	0.71	54.5	4.2	1.05	54.7	7.1	1.16

\*1 RAE：レチノール活性当量

\*2 α-トコフェロール量 α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない

\*3 NE：ナイアシン当量

\*4 これらの比率は個人毎の計算値を平均したものである

\*5 炭水化物エネルギー比率=100-たんぱく質エネルギー比率-脂肪エネルギー比率 で算出。

1人1日当たり

40～49歳			50～59歳			60～69歳			70～79歳			80歳以上			20歳以上（再掲）			70歳以上（再掲）		
平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
70			49			70			78			38			359			116		
2,140.8	619.3	74.02	2,056.6	530.1	75.73	2,171.7	496.9	59.39	2,133.9	458.2	51.88	1,848.9	579.2	93.95	2,093.3	563.3	29.73	2,040.5	518.6	48.15
76.4	25.7	3.07	74.0	26.1	3.73	81.9	20.7	2.47	81.4	20.9	2.36	73.5	30.0	4.87	78.0	24.7	1.30	78.8	24.5	2.28
41.2	20.7	2.47	39.8	20.2	2.89	44.5	17.1	2.04	42.3	16.9	1.91	39.9	20.7	3.36	42.4	19.3	1.02	41.5	18.2	1.69
69.3	30.7	3.67	64.7	32.0	4.57	62.0	23.0	2.75	62.0	20.2	2.29	49.9	25.6	4.15	63.7	26.8	1.42	58.0	22.8	2.12
37.1	24.9	2.98	38.3	26.7	3.82	32.9	16.0	1.91	33.6	16.4	1.86	27.6	18.0	2.91	34.8	20.6	1.09	31.6	17.2	1.59
272.9	84.9	10.15	252.8	64.1	9.16	281.1	69.2	8.28	280.8	69.1	7.82	256.5	82.4	13.37	270.0	77.9	4.11	272.8	74.6	6.93
11.6	4.6	0.56	11.1	4.2	0.59	12.5	4.8	0.58	11.7	3.7	0.42	10.9	4.5	0.73	11.6	4.3	0.23	11.5	4.0	0.37
2,204.2	842.0	100.64	2,202.5	836.9	119.56	2,625.0	829.6	99.15	2,822.4	936.6	106.05	2,620.2	1,240.8	201.28	2,471.7	953.7	50.34	2,756.2	1,050.3	97.52
479.6	270.7	32.36	447.9	211.0	30.15	515.3	198.0	23.66	594.1	245.0	27.74	561.5	416.2	67.51	509.9	265.1	13.99	583.4	312.0	28.97
256.3	122.6	14.66	248.4	90.5	12.94	287.2	86.6	10.36	308.6	84.9	9.61	277.9	128.7	20.87	271.8	102.9	5.43	298.5	102.4	9.50
1034.8	373.5	44.64	985.5	356.8	50.97	1138.1	276.9	33.10	1167.9	317.0	35.89	1053.6	459.3	74.51	1078.9	358.2	18.90	1130.4	373.6	34.69
7.9	3.4	0.41	7.7	3.0	0.42	8.5	2.7	0.33	9.2	2.6	0.30	8.8	4.2	0.68	8.3	3.2	0.17	9.1	3.2	0.30
9.0	3.5	0.41	8.7	3.1	0.45	8.8	2.2	0.26	9.4	3.4	0.39	8.2	3.4	0.55	8.9	3.1	0.17	9.0	3.5	0.32
1.20	0.44	0.05	1.14	0.41	0.06	1.28	0.35	0.04	1.36	0.43	0.05	1.19	0.47	0.08	1.23	0.43	0.02	1.31	0.45	0.04
411.3	337.2	40.30	368.3	285.5	40.78	400.7	274.9	32.86	515.1	306.5	34.70	555.8	775.8	125.84	445.4	391.8	20.68	528.4	510.6	47.40
5.2	6.4	0.77	7.6	9.6	1.37	9.5	9.8	1.18	10.2	9.7	1.10	8.5	8.9	1.45	7.8	8.7	0.46	9.6	9.5	0.88
7.1	3.2	0.39	6.5	3.4	0.48	7.4	3.1	0.37	8.3	3.8	0.43	7.2	4.0	0.64	7.4	3.6	0.19	8.0	3.9	0.36
273.5	239.0	28.57	242.9	185.5	26.51	311.3	218.8	26.15	373.7	211.0	23.89	337.2	246.5	39.98	304.3	219.0	11.56	361.7	223.9	20.79
1.08	0.47	0.06	1.02	0.46	0.07	1.04	0.39	0.05	1.09	0.40	0.05	0.91	0.44	0.07	1.06	0.44	0.02	1.03	0.42	0.04
1.13	0.47	0.06	1.15	0.52	0.07	1.30	0.41	0.05	1.33	0.46	0.05	1.35	0.64	0.10	1.25	0.49	0.03	1.34	0.52	0.05
32.3	12.8	1.53	32.0	12.6	1.81	35.7	10.9	1.30	35.1	11.8	1.33	30.7	13.5	2.18	33.6	12.4	0.65	33.7	12.5	1.16
1.13	0.53	0.06	1.11	0.54	0.08	1.33	0.44	0.05	1.41	0.51	0.06	1.29	0.64	0.10	1.25	0.53	0.03	1.37	0.56	0.05
5.7	6.4	0.77	6.5	6.4	0.91	6.8	5.7	0.69	7.1	5.2	0.59	6.7	5.9	0.96	6.4	5.9	0.31	7.0	5.5	0.51
275.0	150.5	17.99	286.6	136.3	19.48	318.5	111.4	13.31	364.1	134.6	15.24	346.9	178.6	28.97	312.2	142.6	7.53	358.5	150.7	13.99
5.56	2.00	0.24	5.54	2.22	0.32	6.43	1.92	0.23	6.65	1.96	0.22	6.18	2.50	0.41	6.11	2.15	0.11	6.50	2.17	0.20
75.3	56.9	6.80	84.7	82.8	11.83	99.9	63.2	7.55	117.7	71.5	8.10	129.1	78.8	12.78	96.4	70.0	3.70	121.4	74.2	6.89
340.4	191.3	22.86	328.3	220.0	31.44	376.8	178.2	21.30	364.2	173.2	19.61	385.9	192.6	31.24	362.6	193.7	10.22	371.3	180.1	16.72
19.7	7.5	0.90	19.0	6.8	0.97	21.6	6.5	0.77	24.9	11.6	1.32	22.2	10.1	1.63	21.3	8.8	0.47	24.0	11.2	1.04
3.7	1.6	0.19	3.4	1.6	0.23	4.1	1.6	0.19	5.5	7.6	0.86	4.5	2.2	0.36	4.2	3.9	0.21	5.1	6.4	0.59
11.9	5.0	0.59	11.5	4.8	0.69	13.5	4.5	0.53	15.6	5.6	0.64	14.2	6.8	1.11	13.1	5.4	0.29	15.2	6.1	0.56
14.4	3.3	0.39	14.2	3.0	0.43	15.2	2.8	0.33	15.4	2.6	0.30	15.8	2.9	0.47	15.0	3.0	0.16	15.5	2.7	0.25
51.3	15.6	1.87	51.3	13.4	1.92	53.4	11.8	1.41	50.9	12.0	1.36	51.7	15.6	2.53	52.4	13.9	0.74	51.1	13.3	1.24
28.6	7.2	0.86	27.4	8.9	1.27	25.6	6.7	0.81	25.9	5.7	0.65	23.4	7.4	1.19	27.0	7.2	0.38	25.1	6.4	0.59
57.1	8.1	0.96	58.3	9.9	1.41	59.2	7.4	0.88	58.7	6.6	0.75	60.8	8.0	1.29	58.0	7.9	0.42	59.4	7.2	0.66

【第1表の3】 栄養素等摂取量 平均値（女・年齢階級別）

栄養素等別	総数			1～6歳			7～14歳			15～19歳			20～29歳			30～39歳			
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	
調査人数	506			18			37			12			22			44			
エネルギー	kcal	1,701.7	459.0	20.41	1,149.8	272.6	64.25	1,832.1	365.1	60.02	2,072.7	307.3	88.71	1,721.1	393.2	83.83	1,749.3	483.4	72.88
たんぱく質	g	65.3	20.1	0.89	38.5	13.3	3.14	66.2	15.2	2.50	76.8	13.6	3.92	66.2	15.4	3.29	62.3	20.1	3.04
うち動物性	g	35.6	15.5	0.69	20.9	10.4	2.46	41.2	13.6	2.24	47.3	13.9	4.01	35.4	12.9	2.74	35.0	16.9	2.55
脂質	g	54.7	21.8	0.97	34.8	15.1	3.56	59.2	14.5	2.38	72.4	16.1	4.66	56.4	17.6	3.74	59.4	24.0	3.62
うち動物性	g	29.0	15.3	0.68	18.3	8.4	1.98	35.2	10.8	1.78	38.3	12.1	3.49	32.0	14.0	2.97	32.1	15.1	2.28
炭水化物	g	228.0	66.4	2.95	166.9	28.9	6.82	250.8	61.3	10.08	267.5	42.1	12.15	225.9	58.3	12.43	225.1	70.7	10.66
食塩(ナトリウム×2.54/1,000)	g	9.4	3.6	0.16	5.0	1.8	0.44	8.6	2.7	0.44	9.4	2.9	0.85	8.5	2.6	0.55	9.0	3.4	0.51
カリウム	mg	2,193.4	866.8	38.53	1,298.4	436.1	102.79	1,889.7	466.8	76.74	2,214.0	674.3	194.67	1,775.6	514.1	109.60	1,899.9	702.8	105.95
カルシウム	mg	483.7	240.4	10.69	313.4	139.4	32.87	551.7	117.0	19.23	571.4	292.4	84.40	402.3	207.5	44.24	455.1	229.7	34.63
マグネシウム	mg	234.1	91.2	4.05	122.2	35.2	8.30	189.5	47.4	7.79	217.8	55.1	15.90	217.1	81.6	17.40	204.4	75.3	11.35
リン	mg	939.3	301.3	13.39	569.4	181.9	42.87	977.1	203.6	33.47	1,087.8	279.2	80.61	897.1	235.4	50.18	883.6	306.6	46.22
鉄	mg	7.3	2.9	0.13	3.7	1.1	0.27	5.4	1.6	0.26	7.0	1.5	0.44	7.1	2.4	0.52	6.4	2.4	0.36
亜鉛	mg	7.7	3.0	0.13	4.6	1.4	0.32	8.6	4.1	0.68	9.3	2.3	0.66	7.7	1.8	0.37	8.1	4.4	0.66
銅	mg	1.06	0.38	0.02	0.62	0.13	0.03	0.95	0.33	0.05	1.06	0.21	0.06	1.03	0.29	0.06	1.01	0.42	0.06
ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE <sup>*1</sup>	488.0	533.1	23.70	302.3	118.4	27.91	477.1	310.0	50.96	391.5	128.7	37.15	394.0	224.7	47.91	473.9	373.4	56.30
ビタミンD	μg	6.7	7.9	0.35	3.0	3.1	0.72	3.4	2.4	0.39	4.2	3.8	1.11	5.8	6.0	1.28	4.3	5.1	0.76
ビタミンE	mg <sup>*2</sup>	6.6	3.4	0.15	3.7	2.1	0.50	5.1	1.4	0.23	6.8	3.0	0.87	5.4	1.8	0.38	6.1	3.1	0.46
ビタミンK	μg	272.1	196.7	8.74	113.8	68.5	16.14	165.2	84.6	13.91	238.7	70.5	20.36	268.8	187.2	39.92	247.4	176.2	26.57
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.87	0.36	0.02	0.57	0.20	0.05	0.92	0.29	0.05	1.05	0.35	0.10	0.82	0.26	0.06	0.90	0.47	0.07
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.08	0.42	0.02	0.61	0.22	0.05	1.06	0.24	0.04	1.35	0.36	0.11	1.00	0.36	0.08	1.06	0.48	0.07
ナイアシン当量	mgNE <sup>*3</sup>	27.3	9.7	0.43	16.1	8.0	1.89	25.8	7.6	1.25	31.3	8.5	2.47	26.7	6.5	1.39	25.9	9.9	1.49
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.05	0.44	0.02	0.63	0.24	0.06	0.90	0.32	0.05	1.03	0.27	0.08	0.94	0.26	0.05	0.94	0.37	0.06
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	5.4	5.7	0.25	3.1	4.3	1.01	5.8	7.2	1.18	5.4	5.1	1.47	4.9	5.6	1.19	5.4	7.2	1.09
葉酸	μg	278.0	137.2	6.10	135.5	47.3	11.14	195.0	69.9	11.50	238.1	77.8	22.46	217.4	76.6	16.33	226.2	96.2	14.51
パントテン酸	mg	5.36	1.78	0.08	3.38	0.92	0.22	5.31	1.17	0.19	6.32	1.47	0.42	5.27	1.35	0.29	5.18	2.12	0.32
ビタミンC	mg	89.6	62.2	2.77	48.5	26.6	6.27	56.3	39.2	6.45	78.0	46.8	13.51	58.1	38.9	8.30	70.1	52.3	7.88
コレステロール	mg	316.7	177.2	7.88	157.5	101.1	23.82	261.2	119.5	19.65	452.7	221.6	63.98	334.5	200.9	42.84	333.1	196.0	29.56
食物繊維	g	18.6	8.0	0.35	10.7	2.2	0.52	15.9	4.3	0.70	16.9	4.2	1.20	15.6	4.5	0.96	16.5	5.7	0.86
うち水溶性	g	3.8	3.4	0.15	2.2	0.6	0.15	2.8	1.0	0.17	3.2	1.2	0.33	2.9	1.3	0.28	3.2	1.4	0.21
うち不溶性	g	11.7	5.0	0.22	6.6	1.6	0.39	9.5	2.9	0.47	9.9	2.7	0.79	9.1	3.0	0.64	10.1	3.9	0.59
たんぱく質エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	15.1	3.0	0.13	13.3	2.6	0.62	14.5	2.0	0.33	14.8	1.8	0.52	15.6	2.5	0.54	14.4	3.4	0.51
動物性たんぱく質比率 <sup>*4</sup>	%	53.0	13.4	0.60	51.7	10.1	2.38	61.4	8.1	1.33	60.5	9.6	2.78	53.5	13.0	2.77	53.6	14.2	2.14
脂肪エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	28.5	6.7	0.30	26.0	6.8	1.59	29.2	4.6	0.76	31.3	3.9	1.14	29.4	6.1	1.30	30.2	6.9	1.03
炭水化物エネルギー比率 <sup>*4-5</sup>	%	56.1	7.5	0.33	60.7	7.8	1.83	56.3	5.3	0.87	53.8	4.4	1.27	55.0	6.3	1.34	55.4	7.9	1.19

\*1 RAE：レチノール活性当量

\*2 α-トコフェロール量 α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない

\*3 NE：ナイアシン当量

\*4 これらの比率は個人毎の計算値を平均したものである

\*5 炭水化物エネルギー比率=100-たんぱく質エネルギー比率-脂肪エネルギー比率 で算出。

1人1日当たり

40～49歳			50～59歳			60～69歳			70～79歳			80歳以上			20歳以上（再掲）			70歳以上（再掲）		
平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
66			64			84			88			71			439			159		
1,589.6	436.3	53.70	1,640.5	449.3	56.17	1,738.9	399.2	43.55	1,812.4	466.6	49.74	1,653.4	492.2	58.42	1,703.2	456.4	21.78	1,741.4	484.7	38.44
60.8	19.6	2.41	62.6	19.1	2.39	68.9	15.9	1.73	72.7	22.6	2.40	64.4	20.7	2.46	66.0	20.0	0.96	69.0	22.1	1.76
31.9	15.5	1.91	33.6	16.3	2.04	38.1	13.3	1.46	37.2	16.6	1.77	35.0	13.8	1.64	35.4	15.4	0.73	36.2	15.5	1.23
52.7	19.4	2.38	53.7	24.8	3.10	55.8	18.8	2.05	56.7	24.7	2.63	49.8	21.1	2.50	54.6	22.1	1.06	53.7	23.4	1.85
27.5	15.1	1.86	28.5	19.2	2.40	28.2	12.0	1.31	29.4	17.3	1.85	26.6	14.1	1.67	28.7	15.6	0.74	28.2	16.0	1.27
208.6	63.7	7.84	216.3	62.1	7.76	230.0	66.1	7.22	246.5	64.6	6.89	230.7	69.5	8.24	227.5	66.7	3.18	239.5	67.3	5.34
8.8	3.1	0.38	9.7	3.8	0.47	10.0	3.3	0.36	10.7	3.7	0.40	9.6	4.2	0.49	9.7	3.6	0.17	10.2	4.0	0.32
1,966.9	932.7	114.81	2,026.2	653.6	81.69	2,496.1	680.8	74.28	2,683.9	1,031.6	109.97	2,281.7	906.2	107.55	2,255.1	884.9	42.23	2,504.3	997.8	79.13
399.0	201.8	24.83	447.0	210.5	26.31	510.7	167.8	18.31	578.7	336.1	35.83	481.6	234.2	27.79	482.5	246.1	11.75	535.4	298.9	23.70
217.0	91.1	11.21	224.4	69.4	8.67	261.2	78.7	8.59	286.1	106.6	11.36	240.1	93.3	11.07	242.9	92.2	4.40	265.5	103.4	8.20
853.3	292.1	35.96	909.6	283.0	35.38	999.8	249.2	27.20	1,052.6	337.7	36.00	930.4	303.7	36.04	947.2	302.0	14.42	998.0	328.6	26.06
7.0	2.9	0.36	6.7	2.3	0.29	7.8	2.4	0.26	9.0	3.5	0.38	7.6	3.0	0.35	7.6	2.9	0.14	8.4	3.4	0.27
7.2	2.7	0.33	7.3	2.4	0.30	7.7	2.4	0.26	8.3	3.0	0.32	7.3	2.6	0.31	7.7	2.9	0.14	7.9	2.9	0.23
0.99	0.37	0.05	0.99	0.30	0.04	1.13	0.34	0.04	1.26	0.41	0.04	1.08	0.40	0.05	1.09	0.38	0.02	1.18	0.42	0.03
488.3	827.9	101.91	359.5	254.6	31.82	510.4	404.5	44.13	633.9	746.4	79.57	503.5	481.5	57.14	499.2	562.7	26.86	575.7	645.1	51.16
4.3	6.4	0.79	6.7	6.6	0.82	7.3	7.9	0.86	9.7	10.7	1.14	9.1	9.1	1.07	7.2	8.3	0.40	9.5	10.0	0.79
5.7	2.9	0.36	6.3	3.1	0.39	7.6	3.3	0.36	8.1	3.9	0.42	7.1	3.8	0.45	6.9	3.5	0.17	7.6	3.9	0.31
237.9	172.2	21.20	231.2	157.6	19.70	312.9	201.0	21.93	360.1	225.7	24.06	301.2	226.0	26.82	288.5	203.4	9.71	333.8	227.7	18.06
0.83	0.33	0.04	0.83	0.34	0.04	0.91	0.30	0.03	0.94	0.39	0.04	0.80	0.36	0.04	0.87	0.36	0.02	0.88	0.39	0.03
0.93	0.38	0.05	1.04	0.39	0.05	1.17	0.34	0.04	1.23	0.51	0.05	1.09	0.39	0.05	1.09	0.43	0.02	1.17	0.46	0.04
26.1	10.1	1.24	26.6	8.9	1.11	30.2	8.9	0.97	30.0	9.8	1.04	26.4	10.0	1.19	27.8	9.6	0.46	28.4	10.0	0.79
0.92	0.43	0.05	0.96	0.39	0.05	1.19	0.39	0.04	1.25	0.51	0.05	1.12	0.46	0.05	1.08	0.45	0.02	1.19	0.49	0.04
4.0	5.1	0.63	5.3	5.0	0.63	5.2	4.7	0.51	6.3	6.3	0.67	6.5	5.2	0.62	5.5	5.6	0.27	6.4	5.9	0.46
245.8	146.7	18.05	267.5	108.2	13.52	319.8	116.9	12.75	369.9	161.5	17.22	291.4	133.6	15.86	292.0	139.2	6.64	334.9	154.7	12.27
4.77	1.90	0.23	4.96	1.58	0.20	5.82	1.53	0.17	6.04	1.86	0.20	5.36	1.71	0.20	5.41	1.81	0.09	5.74	1.83	0.14
70.5	54.3	6.68	84.9	61.4	7.67	102.2	57.9	6.32	123.2	66.8	7.12	106.5	68.0	8.08	94.4	63.7	3.04	115.7	67.9	5.38
297.3	190.0	23.39	318.7	197.7	24.71	335.2	161.1	17.57	347.3	167.4	17.85	304.0	146.4	17.37	324.2	177.1	8.45	328.0	159.8	12.68
17.3	7.4	0.91	17.2	4.8	0.59	19.5	6.2	0.68	23.6	11.8	1.26	19.6	7.8	0.93	19.2	8.2	0.39	21.8	10.4	0.83
3.3	1.7	0.21	3.3	1.1	0.14	4.0	1.5	0.16	5.5	7.3	0.78	3.8	1.8	0.22	3.9	3.6	0.17	4.7	5.6	0.44
10.8	5.0	0.61	10.9	3.6	0.45	12.7	4.4	0.48	15.0	5.8	0.62	12.8	5.7	0.68	12.2	5.1	0.24	14.0	5.9	0.46
15.3	3.1	0.39	15.4	3.0	0.37	16.1	3.3	0.36	16.1	2.9	0.31	15.6	2.6	0.30	15.6	3.1	0.15	15.9	2.8	0.22
50.0	16.5	2.03	51.3	14.6	1.82	54.6	12.9	1.41	49.8	12.5	1.34	53.6	10.9	1.30	52.2	13.7	0.65	51.5	12.0	0.95
29.6	6.2	0.77	28.8	8.1	1.01	28.7	6.5	0.71	27.5	7.2	0.77	26.6	5.8	0.68	28.4	6.9	0.33	27.1	6.6	0.53
55.1	7.5	0.93	55.8	8.8	1.10	55.2	7.4	0.80	56.4	8.0	0.86	57.8	6.4	0.75	55.9	7.7	0.37	57.0	7.4	0.58



【第2表】 栄養素等摂取量 平均値（地域別）

1人1日当たり

栄養素等別	村山			最上			置賜			庄内			
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	
調査人数	341			122			217			254			
エネルギー	kcal	1,783.4	515.5	27.91	1,828.9	535.9	48.52	1,943.7	588.0	39.91	1,954.1	573.2	35.96
たんぱく質	g	67.2	21.6	1.17	68.1	22.6	2.04	72.1	25.2	1.71	74.4	23.6	1.48
うち動物性	g	37.0	17.4	0.94	36.3	16.8	1.52	38.8	18.1	1.23	40.9	18.2	1.14
脂質	g	56.8	22.4	1.21	58.2	26.5	2.40	59.2	24.9	1.69	61.5	26.8	1.68
うち動物性	g	31.3	16.2	0.88	30.8	21.5	1.95	32.0	17.8	1.21	32.3	18.5	1.16
炭水化物	g	237.4	71.5	3.87	237.4	72.7	6.59	258.0	80.1	5.44	257.5	81.3	5.10
食塩(ナトリウム×2.54/1,000)	g	9.5	3.5	0.19	10.9	3.9	0.35	10.6	4.6	0.31	10.5	4.2	0.26
カリウム	mg	2,215.4	788.5	42.70	2,204.4	838.0	75.87	2,316.1	948.8	64.41	2,400.9	1,031.6	64.73
カルシウム	mg	481.9	210.8	11.42	469.1	235.8	21.35	525.0	303.5	20.60	514.2	265.0	16.63
マグネシウム	mg	237.5	90.1	4.88	244.3	90.8	8.22	250.9	107.9	7.32	257.2	98.6	6.19
リン	mg	970.4	313.0	16.95	953.5	318.4	28.82	1,019.9	370.7	25.17	1,037.2	344.5	21.62
鉄	mg	7.3	2.7	0.15	7.3	2.8	0.25	7.9	3.4	0.23	7.9	3.3	0.20
亜鉛	mg	8.1	3.3	0.18	7.6	2.7	0.25	8.5	2.9	0.20	8.5	3.4	0.22
銅	mg	1.09	0.39	0.02	1.10	0.39	0.03	1.15	0.40	0.03	1.17	0.45	0.03
ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE <sup>*1</sup>	501.0	612.4	33.17	395.9	452.0	40.92	477.8	320.5	21.76	449.1	337.1	21.15
ビタミンD	μg	6.3	7.6	0.41	8.1	7.7	0.70	6.1	7.2	0.49	8.3	9.7	0.61
ビタミンE	mg <sup>*2</sup>	6.3	3.1	0.17	6.5	3.3	0.30	7.0	3.6	0.24	7.6	3.8	0.24
ビタミンK	μg	261.8	188.4	10.20	263.9	190.5	17.25	330.2	218.0	14.80	256.2	208.9	13.11
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.91	0.36	0.02	0.99	0.43	0.04	0.95	0.44	0.03	0.97	0.42	0.03
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.11	0.42	0.02	1.13	0.44	0.04	1.19	0.51	0.03	1.17	0.48	0.03
ナイアシン当量	mgNE <sup>*3</sup>	28.6	11.2	0.61	29.4	11.8	1.07	29.6	11.1	0.75	31.3	11.6	0.72
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.09	0.44	0.02	1.09	0.44	0.04	1.10	0.48	0.03	1.20	0.57	0.04
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	5.6	6.5	0.35	6.0	4.7	0.43	5.2	4.9	0.33	6.5	6.3	0.39
葉酸	μg	276.2	131.5	7.12	282.4	128.8	11.66	306.3	154.0	10.45	283.8	138.3	8.68
パントテン酸	mg	5.54	1.91	0.10	5.42	1.85	0.17	5.77	2.06	0.14	5.89	2.07	0.13
ビタミンC	mg	88.4	61.9	3.35	81.0	56.4	5.10	90.2	64.6	4.39	97.7	72.6	4.56
コレステロール	mg	322.6	180.2	9.76	290.7	163.4	14.80	350.9	179.5	12.19	358.5	206.2	12.94
食物繊維	g	18.9	6.9	0.37	18.7	6.8	0.62	20.1	7.8	0.53	20.2	10.9	0.68
うち水溶性	g	3.8	1.7	0.09	3.6	1.7	0.15	3.8	1.8	0.12	4.2	6.2	0.39
うち不溶性	g	12.0	4.8	0.26	11.7	4.8	0.44	12.2	5.2	0.35	12.5	5.8	0.37
たんぱく質エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	15.2	2.9	0.16	15.0	3.3	0.30	15.0	3.0	0.20	15.3	3.0	0.19
動物性たんぱく質比率 <sup>*4</sup>	%	53.6	13.8	0.75	50.5	15.3	1.39	52.4	11.7	0.79	53.3	13.7	0.86
脂肪エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	28.3	6.4	0.35	28.3	7.7	0.70	27.1	6.5	0.44	27.8	7.6	0.48
炭水化物エネルギー比率 <sup>*4-5</sup>	%	56.6	7.2	0.39	56.7	8.1	0.73	57.9	7.5	0.51	56.9	8.4	0.53

\*1 RAE：レチノール活性当量

\*2 α-トコフェロール量 α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない

\*3 NE：ナイアシン当量

\*4 これらの比率は個々人の計算値を平均したものである

\*5 炭水化物エネルギー比率＝100-たんぱく質エネルギー比率-脂肪エネルギー比率 で算出。

【第3表】 栄養素等摂取量 平均値（人口規模別）

1人1日当たり

栄養素等別	15万以上の市			5～15万未満の市			5万未満の市			町・村			
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	
調査人数	134			200			296			304			
エネルギー	kcal	1,721.2	530.9	45.86	1,913.9	520.8	36.82	1,877.4	556.6	32.35	1,908.8	580.1	33.27
たんぱく質	g	64.6	22.5	1.94	70.4	20.6	1.46	71.0	24.4	1.42	72.5	23.9	1.37
うち動物性	g	36.4	18.8	1.62	37.3	16.2	1.15	38.4	17.8	1.03	40.0	18.1	1.04
脂質	g	55.7	23.8	2.05	59.8	23.8	1.68	58.7	24.0	1.40	59.6	26.6	1.53
うち動物性	g	31.9	16.2	1.40	29.2	15.1	1.07	31.2	17.8	1.04	33.6	20.2	1.16
炭水化物	g	225.6	72.9	6.30	255.2	76.1	5.38	247.6	77.7	4.52	252.4	77.3	4.44
食塩(ナトリウム×2.54/1,000)	g	9.3	3.7	0.32	10.5	3.7	0.26	10.4	4.3	0.25	10.3	4.1	0.24
カリウム	mg	2,010.9	711.0	61.42	2,415.1	941.0	66.54	2,322.6	901.0	52.37	2,292.2	943.1	54.09
カルシウム	mg	461.1	195.4	16.88	493.5	246.2	17.41	502.4	276.3	16.06	516.1	256.8	14.73
マグネシウム	mg	221.7	94.7	8.18	252.8	92.3	6.53	250.3	104.2	6.06	250.7	92.7	5.31
リン	mg	928.8	321.1	27.74	1,007.4	308.8	21.84	1,000.3	348.5	20.26	1,019.7	349.4	20.04
鉄	mg	6.8	2.8	0.24	7.8	2.8	0.20	7.7	3.2	0.19	7.8	3.1	0.18
亜鉛	mg	7.6	2.9	0.25	8.1	2.5	0.18	8.1	2.8	0.16	8.7	4.0	0.23
銅	mg	0.99	0.36	0.03	1.14	0.37	0.03	1.12	0.40	0.02	1.18	0.45	0.03
ビタミンA (レチノール活性当量)	μgRAE <sup>*1</sup>	571.9	836.1	72.23	430.1	233.7	16.52	457.8	310.7	18.06	456.4	480.3	27.55
ビタミンD	μg	5.3	6.0	0.52	6.8	8.7	0.62	7.2	8.2	0.47	7.7	8.6	0.49
ビタミンE	mg <sup>*2</sup>	5.7	3.0	0.26	7.4	3.5	0.25	6.8	3.3	0.19	7.1	3.7	0.21
ビタミンK	μg	225.9	167.3	14.45	249.4	175.0	12.38	310.6	219.8	12.78	283.3	212.5	12.19
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.89	0.36	0.03	0.97	0.43	0.03	0.93	0.40	0.02	0.97	0.42	0.02
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.03	0.42	0.04	1.14	0.42	0.03	1.16	0.48	0.03	1.19	0.47	0.03
ナイアシン当量	mgNE <sup>*3</sup>	27.5	11.8	1.02	29.8	10.6	0.75	30.0	11.6	0.67	30.3	11.5	0.66
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.02	0.43	0.04	1.18	0.52	0.04	1.12	0.48	0.03	1.14	0.50	0.03
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	5.0	5.7	0.50	5.6	5.8	0.41	5.4	4.9	0.29	6.6	6.7	0.38
葉酸	μg	242.3	137.4	11.87	284.2	120.8	8.54	296.5	138.2	8.03	296.5	147.7	8.47
パントテン酸	mg	5.24	1.97	0.17	5.81	1.87	0.13	5.64	1.97	0.11	5.81	2.07	0.12
ビタミンC	mg	73.6	51.6	4.46	94.9	69.7	4.93	91.8	63.2	3.67	93.4	68.1	3.90
コレステロール	mg	319.2	185.6	16.03	327.3	165.3	11.69	323.3	178.5	10.37	357.7	205.7	11.80
食物繊維	g	17.1	6.3	0.55	20.5	10.8	0.76	19.8	7.6	0.44	19.7	7.8	0.44
うち水溶性	g	3.4	1.4	0.12	4.6	6.8	0.48	3.9	1.9	0.11	3.6	1.8	0.10
うち不溶性	g	10.7	4.5	0.39	12.6	5.1	0.36	12.4	5.2	0.30	12.3	5.4	0.31
たんぱく質エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	15.1	3.0	0.26	14.9	3.1	0.22	15.2	3.0	0.17	15.3	2.9	0.16
動物性たんぱく質比率 <sup>*4</sup>	%	54.1	14.8	1.28	51.4	12.6	0.89	52.8	12.0	0.70	53.2	14.8	0.85
脂肪エネルギー比率 <sup>*4</sup>	%	28.7	6.9	0.60	27.7	7.0	0.50	27.9	6.8	0.39	27.6	7.0	0.40
炭水化物エネルギー比率 <sup>*4-5</sup>	%	56.2	7.7	0.66	57.4	8.2	0.58	56.9	7.5	0.43	57.1	7.7	0.44

\*1 RAE：レチノール活性当量

\*2 α-トコフェロール量 α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない

\*3 NE：ナイアシン当量

\*4 これらの比率は個々人の計算値を平均したものである

\*5 炭水化物エネルギー比率＝100-たんぱく質エネルギー比率-脂肪エネルギー比率 で算出。

【第4表の1】 食品群別摂取量 平均値（全体・年齢階級別）

1人1日当たり（g）

食品群別	総数			1～6歳			7～14歳			15～19歳			20～29歳			30～39歳		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	934			39			63			34			38			82		
総量	1873.1	670.4	21.9	1026.9	279.3	44.7	1632.9	564.0	71.1	1942.7	448.7	77.0	1516.3	556.9	90.3	1896.3	696.3	76.9
動物性食品	327.0	171.7	5.6	260.9	111.1	17.8	469.9	175.6	22.1	470.4	233.3	40.0	280.4	172.1	27.9	329.0	178.8	19.7
植物性食品	1546.2	609.8	20.0	766.0	246.0	39.4	1163.0	478.8	60.3	1472.3	387.4	66.4	1235.9	481.4	78.1	1567.3	629.7	69.5
穀類	420.4	164.2	5.4	275.1	83.6	13.4	440.1	168.4	21.2	553.7	177.0	30.4	432.7	183.2	29.7	432.9	176.0	19.4
米・加工品	307.0	173.5	5.7	213.1	103.3	16.5	343.3	179.3	22.6	448.3	198.0	34.0	330.6	188.1	30.5	336.4	192.7	21.3
小麦・加工品	100.8	112.2	3.7	55.1	64.7	10.4	94.0	101.2	12.8	99.5	112.8	19.3	88.5	102.9	16.7	84.3	96.0	10.6
その他の穀類・加工品	12.6	49.7	1.6	6.8	17.3	2.8	3.8	11.0	1.4	5.9	23.5	4.0	13.6	66.9	10.8	12.2	34.2	3.8
いも類	47.9	65.4	2.1	41.8	46.9	7.5	38.0	42.2	5.3	49.5	68.5	11.8	30.0	42.6	6.9	58.1	76.1	8.4
砂糖・甘味料類	5.4	8.0	0.3	2.1	2.8	0.4	4.2	6.0	0.8	7.3	9.1	1.6	4.4	7.1	1.2	4.8	7.0	0.8
豆類	62.6	80.1	2.6	24.2	29.6	4.7	31.9	37.8	4.8	54.8	63.0	10.8	68.2	88.1	14.3	40.4	67.2	7.4
種実類	2.0	5.8	0.2	0.5	1.4	0.2	1.0	2.7	0.3	0.8	1.6	0.3	1.0	2.4	0.4	1.8	4.8	0.5
野菜類	278.7	171.9	5.6	143.1	65.7	10.5	215.0	105.2	13.3	239.5	136.9	23.5	208.9	137.5	22.3	274.2	144.1	15.9
緑黄色野菜	86.6	77.5	2.5	49.8	35.0	5.6	51.9	35.7	4.5	64.3	44.6	7.6	68.6	56.1	9.1	84.7	70.2	7.8
その他の野菜	172.7	122.4	4.0	87.2	41.9	6.7	153.8	85.5	10.8	145.6	94.3	16.2	131.1	115.4	18.7	178.2	111.3	12.3
野菜ジュース	11.4	51.3	1.7	5.1	31.6	5.1	5.6	31.3	3.9	25.2	88.1	15.1	5.3	32.0	5.2	9.9	43.5	4.8
漬け物	8.0	18.7	0.6	1.0	3.6	0.6	3.8	7.5	0.9	4.4	13.9	2.4	3.9	7.0	1.1	1.6	4.4	0.5
果実類	102.1	125.2	4.1	92.7	94.3	15.1	86.8	137.3	17.3	91.9	132.7	22.8	36.3	59.3	9.6	43.3	81.6	9.0
きのこ類	20.7	31.4	1.0	6.6	7.3	1.2	15.0	16.7	2.1	8.1	12.6	2.2	19.1	29.5	4.8	14.7	20.2	2.2
藻類	11.3	21.9	0.7	9.5	14.0	2.2	5.1	7.5	0.9	10.6	13.1	2.2	5.1	8.9	1.4	10.4	19.2	2.1
魚介類	60.0	63.0	2.1	25.5	30.7	4.9	45.6	47.3	6.0	34.2	47.0	8.1	43.7	53.4	8.7	48.1	67.4	7.4
肉類	100.0	73.6	2.4	59.0	39.2	6.3	115.7	70.9	8.9	158.7	72.8	12.5	112.5	78.8	12.8	125.1	77.0	8.5
卵類	42.7	37.5	1.2	10.8	16.9	2.7	26.9	27.8	3.5	58.3	41.4	7.1	52.6	45.9	7.4	44.4	40.0	4.4
乳類	123.4	137.3	4.5	165.4	105.4	16.9	280.5	126.2	15.9	218.0	209.7	36.0	70.7	122.8	19.9	110.2	133.5	14.7
油脂類	10.2	9.0	0.3	4.9	4.3	0.7	10.2	8.1	1.0	14.9	9.3	1.6	11.4	8.5	1.4	11.1	8.7	1.0
菓子類	27.1	43.5	1.4	34.3	42.3	6.8	44.6	49.2	6.2	46.5	59.5	10.2	15.3	33.4	5.4	23.9	44.8	4.9
嗜好飲料類	494.0	457.4	15.0	100.2	132.0	21.1	224.1	316.0	39.8	329.7	316.6	54.3	344.8	319.9	51.9	585.0	549.4	60.7
調味料・香辛料類	64.5	40.8	1.3	31.4	31.3	5.0	48.2	33.4	4.2	66.4	37.7	6.5	59.7	35.7	5.8	67.7	33.7	3.7

食品群別	40～49歳			50～59歳			60～69歳			70～79歳			80歳以上			20歳以上（再掲）			70歳以上（再掲）		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	136			113			154			166			109			798			275		
総量	1823.2	714.0	61.2	1887.9	612.2	57.6	2113.3	597.7	48.2	2091.6	631.3	49.0	1775.0	707.8	67.8	1930.5	667.4	23.6	1966.1	680.6	41.0
動物性食品	276.3	158.0	13.5	299.3	166.8	15.7	335.0	137.9	11.1	331.2	162.5	12.6	312.4	172.3	16.5	312.8	162.0	5.7	323.7	166.7	10.1
植物性食品	1547.0	640.6	54.9	1588.6	573.7	54.0	1778.4	553.7	44.6	1760.5	562.4	43.7	1462.6	606.3	58.1	1617.7	600.9	21.3	1642.4	598.2	36.1
穀類	433.9	170.2	14.6	432.7	167.0	15.7	427.5	169.3	13.6	420.5	146.9	11.4	366.4	113.0	10.8	420.3	160.7	5.7	399.0	137.1	8.3
米・加工品	319.8	203.3	17.4	306.6	172.6	16.2	291.6	178.0	14.3	287.4	142.3	11.0	281.3	118.7	11.4	302.7	170.5	6.0	285.0	133.5	8.0
小麦・加工品	99.9	125.5	10.8	119.0	124.1	11.7	114.4	114.6	9.2	114.8	127.8	9.9	80.2	83.3	8.0	103.7	114.4	4.0	101.1	113.6	6.8
その他の穀類・加工品	14.2	39.9	3.4	7.2	36.6	3.4	21.5	68.5	5.5	18.2	64.0	5.0	4.9	33.9	3.2	14.0	53.2	1.9	12.9	54.5	3.3
いも類	42.9	54.0	4.6	38.7	52.1	4.9	48.3	63.3	5.1	58.3	76.9	6.0	53.3	67.6	6.5	48.9	67.4	2.4	56.3	73.4	4.4
砂糖・甘味料類	5.5	10.5	0.9	5.9	8.6	0.8	5.3	6.9	0.6	5.1	8.0	0.6	7.7	8.5	0.8	5.6	8.2	0.3	6.1	8.3	0.5
豆類	74.6	98.6	8.5	56.3	75.5	7.1	62.4	76.2	6.1	90.2	91.6	7.1	61.1	74.4	7.1	67.2	83.8	3.0	78.7	86.4	5.2
種実類	1.4	5.0	0.4	2.8	8.0	0.8	2.4	6.8	0.5	2.6	6.1	0.5	2.4	6.6	0.6	2.2	6.2	0.2	2.5	6.3	0.4
野菜類	265.6	166.1	14.2	253.5	149.3	14.0	303.1	162.5	13.1	363.8	195.1	15.1	282.2	190.6	18.3	292.0	176.8	6.3	331.5	197.4	11.9
緑黄色野菜	76.8	79.4	6.8	78.7	72.8	6.9	84.8	71.2	5.7	123.5	88.5	6.9	101.7	92.9	8.9	92.1	81.1	2.9	114.8	90.9	5.5
その他の野菜	166.7	111.5	9.6	164.5	124.9	11.7	194.3	123.6	10.0	213.6	149.3	11.6	156.3	112.9	10.8	179.5	126.6	4.5	190.9	138.9	8.4
野菜ジュース	15.4	42.3	3.6	5.0	30.8	2.9	11.9	48.9	3.9	14.9	54.0	4.2	11.1	51.9	5.0	11.5	51.1	1.8	13.4	53.2	3.2
漬け物	6.6	13.0	1.1	5.2	10.8	1.0	12.2	30.2	2.4	11.8	19.5	1.5	13.1	23.0	2.2	8.8	19.8	0.7	12.3	20.9	1.3
果実類	71.6	99.5	8.5	62.5	83.0	7.8	119.2	118.1	9.5	148.7	136.6	10.6	168.6	156.5	15.0	104.2	125.1	4.4	156.6	145.1	8.8
きのこ類	21.2	37.8	3.2	25.4	36.6	3.4	25.3	32.6	2.6	28.0	38.9	3.0	15.3	24.4	2.3	22.4	33.1	1.2	23.0	34.5	2.1
藻類	9.9	31.6	2.7	10.9	22.8	2.1	12.4	19.6	1.6	14.9	26.0	2.0	13.8	22.2	2.1	11.9	23.1	0.8	14.5	24.5	1.5
魚介類	43.4	46.2	4.0	59.9	62.6	5.9	77.6	70.7	5.7	76.5	65.0	5.0	74.2	61.2	5.9	63.9	64.9	2.3	75.6	63.5	3.8
肉類	121.3	82.5	7.1	94.6	69.3	6.5	95.2	70.6	5.7	86.6	63.9	5.0	70.2	60.9	5.8	98.2	73.4	2.6	80.1	63.2	3.8
卵類	40.2	36.3	3.1	44.0	43.0	4.0	45.5	32.3	2.6	47.7	36.2	2.8	43.6	35.0	3.4	44.8	37.6	1.3	46.1	35.8	2.2
乳類	69.9	110.0	9.4	100.1	123.1	11.6	115.6	116.7	9.4	119.8	130.4	10.1	123.7	136.6	13.1	104.9	125.1	4.4	121.3	132.9	8.0
油脂類	11.9	10.7	0.9	10.8	8.9	0.8	11.8	10.8	0.9	8.2	7.5	0.6	7.4	6.3	0.6	10.2	9.0	0.3	7.9	7.0	0.4
菓子類	23.4	35.8	3.1	16.0	28.7	2.7	24.4	42.3	3.4	30.5	42.6	3.3	29.8	52.2	5.0	24.5	41.7	1.5	30.2	46.6	2.8
嗜好飲料類	519.9	497.1	42.6	606.9	462.5	43.5	668.7	479.5	38.6	520.0	444.4	34.5	389.9	350.4	33.6	541.5	463.8	16.4	468.4	414.6	25.0
調味料・香辛料類	66.7	53.8	4.6	66.9	40.5	3.8	68.5	34.9	2.8	70.1	31.9	2.5	65.4	44.2	4.2	67.4	40.8	1.4	68.2	37.3	2.3

【第4表の2】 食品群別摂取量 平均値（男・年齢階級別）

1人1日当たり（g）

食品群別	総数			1～6歳			7～14歳			15～19歳			20～29歳			30～39歳		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	428			21			26			22			16			38		
総量	2029.3	722.8	34.9	1033.5	277.9	60.6	1725.5	755.4	148.1	2088.0	454.1	96.8	1479.6	685.5	171.4	2099.0	722.4	117.2
動物性食品	346.8	185.1	8.9	274.3	101.4	22.1	475.2	241.5	47.4	494.9	260.8	55.6	263.8	155.4	38.9	361.1	176.6	28.6
植物性食品	1682.6	653.9	31.6	759.2	263.2	57.4	1250.3	618.2	121.2	1593.0	385.4	82.2	1215.8	561.1	140.3	1738.0	649.1	105.3
穀類	481.0	179.2	8.7	280.7	93.5	20.4	489.3	224.4	44.0	609.2	188.7	40.2	448.9	222.3	55.6	494.5	195.8	31.8
米・加工品	354.8	192.9	9.3	235.7	106.2	23.2	355.2	229.4	45.0	508.1	203.6	43.4	350.9	223.7	55.9	393.1	207.9	33.7
小麦・加工品	113.4	126.2	6.1	34.9	48.9	10.7	133.2	103.0	20.2	91.9	121.4	25.9	98.0	104.8	26.2	91.7	100.4	16.3
その他の穀類・加工品	12.8	52.2	2.5	10.1	22.2	4.8	0.8	2.7	0.5	9.1	28.7	6.1	0.0	0.0	0.0	9.8	26.9	4.4
いも類	48.3	67.5	3.3	41.6	36.2	7.9	35.2	38.3	7.5	52.7	77.1	16.4	35.8	57.5	14.4	67.6	87.5	14.2
砂糖・甘味料類	5.5	8.1	0.4	2.5	2.6	0.6	6.0	8.1	1.6	8.9	10.6	2.3	2.6	2.8	0.7	5.0	7.3	1.2
豆類	65.1	79.9	3.9	31.7	36.9	8.1	35.5	38.7	7.6	69.9	69.4	14.8	37.0	58.4	14.6	48.5	85.2	13.8
種実類	1.7	5.0	0.2	0.8	1.8	0.4	0.6	2.1	0.4	1.1	1.9	0.4	1.3	2.7	0.7	1.1	2.2	0.4
野菜類	288.3	178.3	8.6	148.9	76.8	16.8	225.9	133.4	26.2	261.4	156.0	33.3	210.1	129.2	32.3	318.2	146.9	23.8
緑黄色野菜	84.9	80.1	3.9	50.5	41.6	9.1	46.4	31.6	6.2	62.7	49.6	10.6	78.4	66.0	16.5	93.8	75.3	12.2
その他の野菜	183.9	127.8	6.2	88.5	44.7	9.7	174.9	114.4	22.4	156.8	101.5	21.6	126.5	114.6	28.6	212.2	119.6	19.4
野菜ジュース	10.5	47.7	2.3	9.5	42.6	9.3	0.0	0.0	0.0	39.0	107.1	22.8	0.0	0.0	0.0	10.5	44.7	7.2
漬物	9.0	20.0	1.0	0.4	1.7	0.4	4.7	7.3	1.4	2.9	7.8	1.7	5.3	8.5	2.1	1.7	4.1	0.7
果実類	96.0	126.7	6.1	99.9	87.6	19.1	108.8	183.3	35.9	84.8	130.5	27.8	7.7	21.8	5.4	56.4	100.1	16.2
きのこ類	21.2	33.0	1.6	5.1	7.2	1.6	15.6	14.0	2.7	8.1	12.0	2.6	28.0	40.1	10.0	15.5	19.7	3.2
藻類	12.1	24.4	1.2	10.9	15.2	3.3	5.7	9.7	1.9	9.5	14.5	3.1	5.4	9.2	2.3	11.3	20.6	3.3
魚介類	65.7	68.5	3.3	29.1	23.3	5.1	44.8	57.1	11.2	33.7	49.5	10.6	54.8	57.7	14.4	57.3	80.4	13.0
肉類	112.2	81.0	3.9	59.1	43.5	9.5	101.6	63.5	12.4	167.7	78.0	16.6	123.1	91.3	22.8	148.4	78.3	12.7
卵類	44.6	38.3	1.9	9.0	13.2	2.9	38.6	32.4	6.4	54.4	36.5	7.8	57.1	51.0	12.7	47.0	38.5	6.3
乳類	123.2	147.2	7.1	176.7	81.8	17.9	289.4	172.7	33.9	237.6	234.8	50.1	27.6	63.6	15.9	106.9	130.2	21.1
油脂類	11.1	9.7	0.5	4.8	4.4	1.0	10.8	9.8	1.9	15.2	10.6	2.3	14.6	9.9	2.5	11.6	9.8	1.6
菓子類	24.3	43.2	2.1	37.1	51.1	11.1	39.2	50.5	9.9	49.1	68.3	14.6	8.0	22.5	5.6	12.0	24.6	4.0
嗜好飲料類	558.8	519.9	25.1	64.6	108.0	23.6	218.8	371.5	72.9	360.1	360.4	76.8	359.3	328.6	82.1	621.1	640.4	103.9
調味料・香辛料類	70.0	42.5	2.1	31.0	14.6	3.2	59.8	42.0	8.2	64.5	29.1	6.2	58.1	40.5	10.1	76.4	31.4	5.1

食品群別	40～49歳			50～59歳			60～69歳			70～79歳			80歳以上			20歳以上（再掲）			70歳以上（再掲）		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	70			49			70			78			38			359			116		
総量	1992.9	759.7	90.8	2070.7	636.5	90.9	2267.0	603.3	72.1	2281.2	616.3	69.8	1974.2	810.0	131.4	2106.0	702.5	37.1	2180.6	700.8	65.1
動物性食品	306.0	170.7	20.4	315.6	172.8	24.7	346.0	150.7	18.0	352.4	152.8	17.3	339.0	216.3	35.1	332.6	169.8	9.0	348.0	176.3	16.4
植物性食品	1686.9	693.1	82.8	1755.1	608.5	86.9	1921.1	545.1	65.2	1928.9	560.1	63.4	1635.2	664.5	107.8	1773.4	629.9	33.2	1832.7	612.1	56.8
穀類	505.5	176.7	21.1	502.3	157.0	22.4	512.6	170.5	20.4	471.5	148.0	16.8	401.1	111.7	18.1	484.3	169.0	8.9	448.4	141.1	13.1
米・加工品	379.5	228.1	27.3	369.8	176.9	25.3	354.4	186.5	22.3	321.2	148.0	16.8	300.2	141.0	22.9	352.4	187.3	9.9	314.3	146.0	13.6
小麦・加工品	117.9	141.8	16.9	126.0	142.7	20.4	132.8	132.6	15.9	130.9	142.0	16.1	87.3	89.7	14.5	117.8	129.3	6.8	116.6	128.9	12.0
その他の穀類・加工品	8.0	28.4	3.4	6.5	31.7	4.5	25.4	77.1	9.2	19.5	72.7	8.2	13.5	56.3	9.1	14.1	56.1	3.0	17.5	67.8	6.3
いも類	41.3	57.5	6.9	41.7	53.0	7.6	49.3	73.6	8.8	48.4	58.1	6.6	64.1	89.8	14.6	49.4	69.7	3.7	53.5	70.5	6.5
砂糖・甘味料類	6.6	12.4	1.5	4.6	6.2	0.9	5.7	7.7	0.9	4.2	6.2	0.7	8.0	8.5	1.4	5.4	8.1	0.4	5.4	7.2	0.7
豆類	74.2	103.4	12.4	70.3	90.7	13.0	66.1	82.5	9.9	86.1	68.5	7.8	61.6	73.3	11.9	69.0	83.6	4.4	78.1	71.0	6.6
種実類	1.7	6.1	0.7	1.2	3.0	0.4	2.6	8.2	1.0	2.0	4.2	0.5	2.1	6.0	1.0	1.8	5.4	0.3	2.0	4.9	0.5
野菜類	279.4	192.2	23.0	262.4	158.9	22.7	298.0	172.2	20.6	362.4	191.7	21.7	306.2	218.2	35.4	302.6	182.0	9.6	344.0	202.5	18.8
緑黄色野菜	78.0	95.7	11.4	82.9	81.1	11.6	75.6	67.6	8.1	119.0	85.2	9.6	99.7	100.0	16.2	91.1	84.2	4.4	112.6	90.8	8.4
その他の野菜	185.2	122.7	14.7	170.7	132.1	18.9	200.2	128.8	15.4	214.9	142.4	16.1	175.1	135.0	21.9	191.8	130.9	6.9	201.9	141.3	13.1
野菜ジュース	9.4	38.2	4.6	3.2	22.1	3.2	6.2	30.1	3.6	16.6	60.8	6.9	13.0	46.0	7.5	9.6	42.9	2.3	15.4	56.4	5.2
漬物	6.7	14.2	1.7	5.7	8.4	1.2	16.1	33.1	4.0	11.9	19.3	2.2	18.5	28.8	4.7	10.2	21.4	1.1	14.0	23.0	2.1
果実類	62.7	111.1	13.3	53.3	83.7	12.0	103.6	123.7	14.8	144.4	127.5	14.4	171.5	148.9	24.1	95.6	123.2	6.5	153.3	135.5	12.6
きのこ類	22.1	41.8	5.0	27.5	39.0	5.6	26.5	34.7	4.1	28.5	38.0	4.3	10.4	20.7	3.4	23.4	35.2	1.9	22.5	34.4	3.2
藻類	10.3	38.3	4.6	10.6	24.0	3.4	13.1	20.2	2.4	15.6	27.2	3.1	18.8	25.6	4.2	12.8	26.0	1.4	16.6	26.7	2.5
魚介類	54.1	49.1	5.9	68.0	73.5	10.5	89.4	75.3	9.0	80.2	59.8	6.8	76.9	78.4	12.7	71.3	70.5	3.7	79.1	66.5	6.2
肉類	136.6	91.4	10.9	115.5	74.6	10.7	102.9	81.8	9.8	96.8	68.3	7.7	76.1	66.8	10.8	112.7	81.7	4.3	90.0	68.5	6.4
卵類	41.3	37.2	4.4	42.6	44.4	6.3	46.7	32.0	3.8	47.3	37.1	4.2	54.4	39.5	6.4	46.5	38.7	2.0	49.6	38.1	3.5
乳類	72.3	122.7	14.7	88.4	110.3	15.8	105.7	125.5	15.0	127.7	130.3	14.8	131.3	165.0	26.8	101.0	128.3	6.8	128.9	142.6	13.2
油脂類	13.5	11.9	1.4	11.9	8.8	1.3	12.7	10.8	1.3	9.0	8.2	0.9	6.1	5.3	0.9	11.2	9.7	0.5	8.1	7.5	0.7
菓子類	22.8	37.6	4.5	12.1	28.0	4.0	19.1	39.0	4.7	30.9	45.0	5.1	26.2	44.0	7.1	20.9	39.1	2.1	29.4	44.7	4.1
嗜好飲料類	572.5	577.4	69.0	684.1	534.4	76.3	739.0	488.6	58.4	653.0	498.5	56.4	489.1	417.4	67.7	624.5	523.6	27.6	599.3	479.6	44.5
調味料・香辛料類	75.9	64.9	7.8	74.2	39.5	5.6	74.0	37.7	4.5	73.2	29.2	3.3	69.9	50.8	8.2	7					

【第4表の3】 食品群別摂取量 平均値（女・年齢階級別）

1人1日当たり（g）

食品群別	総数			1～6歳			7～14歳			15～19歳			20～29歳			30～39歳		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	506			18			37			12			22			44		
総量	1741.0	591.2	26.3	1019.3	280.7	66.2	1567.8	361.0	59.4	1676.4	288.0	83.2	1542.9	438.5	93.5	1721.1	621.9	93.8
動物性食品	310.3	157.5	7.0	245.4	119.6	28.2	466.2	107.1	17.6	425.4	162.5	46.9	292.4	182.3	38.9	301.2	176.0	26.5
植物性食品	1430.8	543.7	24.2	773.9	224.0	52.8	1101.7	335.8	55.2	1251.0	277.8	80.2	1250.5	413.4	88.1	1419.9	572.9	86.4
穀類	369.2	130.0	5.8	268.6	69.6	16.4	405.6	100.1	16.4	451.9	86.9	25.1	420.9	147.3	31.4	379.7	136.2	20.5
米・加工品	266.5	143.1	6.4	186.8	93.2	22.0	334.9	132.7	21.8	338.6	128.4	37.1	315.9	155.6	33.2	287.4	163.4	24.6
小麦・加工品	90.2	97.7	4.3	78.7	72.4	17.1	66.4	90.2	14.8	113.3	93.4	27.0	81.6	100.9	21.5	78.0	91.6	13.8
その他の穀類・加工品	12.4	47.5	2.1	3.0	7.1	1.7	4.3	14.0	2.3	0.0	0.0	0.0	23.5	86.5	18.5	14.3	39.3	5.9
いも類	47.5	63.6	2.8	42.1	56.9	13.4	40.0	44.6	7.3	43.5	48.5	14.0	25.8	26.2	5.6	49.9	63.5	9.6
砂糖・甘味料類	5.4	7.8	0.3	1.5	2.9	0.7	2.9	3.4	0.6	4.2	3.8	1.1	5.6	8.9	1.9	4.7	6.8	1.0
豆類	60.4	80.3	3.6	15.3	12.7	3.0	29.4	37.0	6.1	27.1	35.3	10.2	90.9	98.5	21.0	33.3	45.2	6.8
種実類	2.3	6.3	0.3	0.1	0.3	0.1	1.3	2.9	0.5	0.3	0.7	0.2	0.8	2.0	0.4	2.5	6.1	0.9
野菜類	270.6	165.9	7.4	136.4	48.8	11.5	207.4	78.7	12.9	199.2	77.0	22.2	208.0	143.2	30.5	236.3	130.1	19.6
緑黄色野菜	88.1	75.2	3.3	49.0	25.3	6.0	55.8	37.8	6.2	67.3	33.1	9.6	61.5	46.3	9.9	76.7	64.5	9.7
その他の野菜	163.2	116.7	5.2	85.7	38.5	9.1	139.0	52.0	8.5	124.9	75.3	21.7	134.5	115.9	24.7	148.8	94.3	14.2
野菜ジュース	12.1	54.2	2.4	0.0	0.0	0.0	9.6	40.4	6.6	0.0	0.0	0.0	9.1	41.7	8.9	9.3	42.5	6.4
漬け物	7.2	17.6	0.8	1.7	4.8	1.1	3.1	7.5	1.2	7.1	20.7	6.0	2.9	5.5	1.2	1.5	4.6	0.7
果実類	107.2	123.8	5.5	84.4	100.9	23.8	71.3	88.9	14.6	104.9	135.8	39.2	57.1	68.6	14.6	32.0	58.9	8.9
きのこ類	20.3	29.9	1.3	8.3	7.0	1.7	14.5	18.3	3.0	8.0	13.4	3.9	12.6	15.5	3.3	14.0	20.6	3.1
藻類	10.6	19.5	0.9	7.9	12.3	2.9	4.6	5.5	0.9	12.6	9.7	2.8	4.9	8.7	1.9	9.6	17.9	2.7
魚介類	55.2	57.5	2.6	21.2	37.2	8.8	46.2	39.0	6.4	35.1	42.0	12.1	35.5	48.3	10.3	40.2	52.3	7.9
肉類	89.6	64.9	2.9	58.9	33.4	7.9	125.6	74.2	12.2	142.1	58.6	16.9	104.9	67.3	14.3	105.0	69.9	10.5
卵類	41.0	36.8	1.6	12.9	20.2	4.8	18.7	20.5	3.4	65.5	48.3	13.9	49.3	41.5	8.9	42.0	41.1	6.2
乳脂類	123.6	128.4	5.7	152.2	126.2	29.7	274.2	77.8	12.8	182.1	146.8	42.4	102.0	144.1	30.7	113.1	136.3	20.5
油脂類	9.4	8.1	0.4	5.0	4.1	1.0	9.7	6.7	1.1	14.3	6.0	1.7	9.1	6.5	1.4	10.6	7.6	1.1
菓子類	29.5	43.6	1.9	31.1	28.5	6.7	48.4	48.0	7.9	41.8	37.9	10.9	20.5	38.7	8.3	34.2	54.6	8.2
嗜好飲料類	439.2	388.5	17.3	141.7	144.8	34.1	227.9	270.3	44.4	273.9	202.7	58.5	334.3	312.9	66.7	553.8	454.2	68.5
調味料・香辛料類	59.9	38.6	1.7	31.8	43.3	10.2	40.0	22.4	3.7	69.9	49.5	14.3	60.9	31.7	6.8	60.2	33.7	5.1

食品群別	40～49歳			50～59歳			60～69歳			70～79歳			80歳以上			20歳以上（再掲）			70歳以上（再掲）		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	66			64			84			88			71			439			159		
総量	1643.3	573.7	70.6	1748.0	553.4	69.2	1985.2	561.8	61.3	1923.6	596.0	63.5	1668.4	620.7	73.7	1787.0	600.3	28.6	1809.6	620.3	49.2
動物性食品	244.7	128.9	15.9	286.8	161.0	20.1	325.8	125.5	13.7	312.4	168.4	18.0	298.1	141.3	16.8	296.6	153.5	7.3	306.0	157.0	12.5
植物性食品	1398.6	510.9	62.9	1461.1	509.9	63.7	1659.4	532.3	58.1	1611.3	520.8	55.5	1370.2	551.0	65.4	1490.4	543.9	26.0	1503.6	547.8	43.4
穀類	358.0	103.1	12.7	379.5	154.3	19.3	356.5	131.4	14.3	375.3	130.2	13.9	347.7	109.2	13.0	368.0	132.3	6.3	363.0	122.1	9.7
米・加工品	256.4	138.2	17.0	258.2	152.4	19.1	239.3	152.1	16.6	257.5	129.8	13.8	271.1	103.4	12.3	262.1	143.2	6.8	263.6	119.0	9.4
小麦・加工品	80.8	97.7	12.0	113.6	107.4	13.4	99.0	94.3	10.3	100.6	111.8	11.9	76.4	79.4	9.4	92.1	99.0	4.7	89.8	99.4	7.9
その他の穀類・加工品	20.8	49.0	6.0	7.7	40.0	5.0	18.3	60.1	6.6	17.2	55.3	5.9	0.2	2.0	0.2	13.8	50.7	2.4	9.6	42.0	3.3
いも類	44.5	49.6	6.1	36.4	51.4	6.4	47.5	53.3	5.8	67.0	89.4	9.5	47.4	51.0	6.1	48.5	65.5	3.1	58.3	75.4	6.0
砂糖・甘味料類	4.4	7.8	1.0	6.9	10.0	1.3	5.0	6.1	0.7	5.9	9.3	1.0	7.5	8.5	1.0	5.8	8.2	0.4	6.6	9.0	0.7
豆類	74.9	92.6	11.4	45.6	59.2	7.4	59.3	70.2	7.7	93.8	107.8	11.5	60.9	75.0	8.9	65.8	83.9	4.0	79.1	96.0	7.6
種実類	1.1	3.3	0.4	4.0	10.2	1.3	2.2	5.2	0.6	3.1	7.3	0.8	2.6	6.8	0.8	2.5	6.7	0.3	2.9	7.1	0.6
野菜類	251.0	122.9	15.1	246.7	141.1	17.6	307.4	153.9	16.8	365.1	191.1	21.1	269.3	172.6	20.5	283.4	171.9	8.2	322.4	193.1	15.3
緑黄色野菜	75.5	54.5	6.7	75.6	65.6	8.2	92.4	73.2	8.0	127.5	91.2	9.7	102.8	88.8	10.5	93.0	78.4	3.7	116.5	90.9	7.2
その他の野菜	147.1	89.9	11.1	159.7	118.9	14.9	189.4	118.8	13.0	212.4	155.1	16.5	146.2	97.6	11.6	169.5	122.0	5.8	182.9	136.6	10.8
野菜ジュース	21.8	46.4	5.7	6.5	36.0	4.5	16.6	59.9	6.5	13.4	47.1	5.0	10.1	54.8	6.5	13.1	56.9	2.7	11.9	50.7	4.0
漬け物	6.5	11.4	1.4	4.9	12.2	1.5	8.9	27.1	3.0	11.8	19.6	2.1	10.2	18.6	2.2	7.7	18.4	0.9	11.1	19.2	1.5
果実類	81.0	84.3	10.4	69.5	81.8	10.2	132.3	111.6	12.2	152.5	144.1	15.4	167.0	160.3	19.0	111.2	126.2	6.0	159.0	151.7	12.0
きのこ類	20.3	32.3	4.0	23.7	34.6	4.3	24.3	30.7	3.4	27.6	39.7	4.2	17.9	25.7	3.1	21.6	31.4	1.5	23.3	34.5	2.7
藻類	9.5	21.5	2.7	11.2	21.9	2.7	11.7	19.2	2.1	14.4	24.9	2.6	11.2	19.6	2.3	11.2	20.5	1.0	13.0	22.7	1.8
魚介類	32.1	39.5	4.9	53.8	52.0	6.5	67.8	65.1	7.1	73.3	69.1	7.4	72.7	49.6	5.9	57.9	59.2	2.8	73.0	61.2	4.9
肉類	105.0	67.4	8.3	78.5	60.3	7.5	88.9	59.0	6.4	77.6	58.2	6.2	67.0	57.2	6.8	86.4	63.3	3.0	72.9	58.0	4.6
卵類	39.1	33.9	4.2	45.0	41.8	5.2	44.4	32.5	3.5	48.1	35.3	3.8	37.8	30.9	3.7	43.4	36.7	1.8	43.5	33.8	2.7
乳脂類	67.2	92.5	11.4	109.1	131.3	16.4	123.9	108.0	11.8	112.8	130.0	13.9	119.6	118.5	14.1	108.1	122.3	5.8	115.8	125.0	9.9
油脂類	10.2	8.6	1.1	10.0	8.9	1.1	11.0	10.7	1.2	7.5	6.7	0.7	8.0	6.7	0.8	9.4	8.3	0.4	7.7	6.7	0.5
菓子類	24.0	33.6	4.1	19.0	28.8	3.6	28.8	44.5	4.9	30.1	40.4	4.3	31.7	56.0	6.6	27.5	43.5	2.1	30.8	48.0	3.8
嗜好飲料類	464.1	379.9	46.8	547.8	388.6	48.6	610.1	463.7	50.6	402.0	350.2	37.3	336.8	295.2	35.0	473.7	395.6	18.9	372.9	328.4	26.0
調味料・香辛料類	56.9	29.8	3.7	61.3	40.3	5.0	63.9	31.6	3.5	67.3	33.8	3.6	63.0	40.1	4.8	62.5	38.2	1.8	65.4	36.8	2.9

【第5表】 食品群別摂取量 平均値（地域別）

1人1日当たり（g）

食品群別	村山			最上			置賜			庄内		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	341			122			217			254		
総量	1772.2	580.2	31.4	1850.7	726.3	65.8	1962.4	666.2	45.2	1943.2	736.4	46.2
動物性食品	322.8	165.9	9.0	297.5	162.9	14.7	330.5	177.9	12.1	343.8	175.9	11.0
植物性食品	1449.4	539.6	29.2	1553.2	658.5	59.6	1631.9	593.6	40.3	1599.5	667.4	41.9
穀類	386.2	146.7	7.9	418.7	149.9	13.6	453.4	172.6	11.7	439.1	176.7	11.1
米・加工品	283.9	153.6	8.3	307.6	180.8	16.4	348.0	189.5	12.9	302.7	174.4	10.9
小麦・加工品	81.6	93.4	5.1	98.7	106.6	9.6	100.1	112.2	7.6	128.3	130.9	8.2
その他の穀類・加工品	20.7	58.0	3.1	12.4	59.0	5.3	5.3	30.5	2.1	8.1	44.0	2.8
いも類	54.6	68.0	3.7	37.9	56.5	5.1	46.1	62.1	4.2	45.3	67.6	4.2
砂糖・甘味料類	5.6	8.1	0.4	3.4	6.5	0.6	5.5	8.1	0.5	6.2	8.3	0.5
豆類	56.7	84.3	4.6	63.4	77.3	7.0	70.4	81.6	5.5	63.5	73.7	4.6
種実類	2.6	6.3	0.3	1.4	3.3	0.3	1.6	5.2	0.4	1.9	6.3	0.4
野菜類	272.5	153.9	8.3	283.0	163.2	14.8	306.5	187.3	12.7	261.2	181.9	11.4
緑黄色野菜	80.8	66.2	3.6	70.3	63.0	5.7	95.4	80.0	5.4	94.9	92.3	5.8
その他の野菜	174.4	116.1	6.3	190.2	124.6	11.3	185.8	127.7	8.7	150.8	121.6	7.6
野菜ジュース	11.8	48.0	2.6	11.0	52.2	4.7	16.0	59.1	4.0	7.0	47.6	3.0
漬け物	5.5	12.2	0.7	11.5	30.1	2.7	9.4	20.9	1.4	8.5	16.5	1.0
果実類	106.5	120.7	6.5	89.6	136.9	12.4	92.4	122.0	8.3	110.4	127.0	8.0
きのこ類	18.1	27.4	1.5	23.9	34.4	3.1	21.1	33.7	2.3	22.4	32.5	2.0
藻類	9.4	17.3	0.9	9.1	13.1	1.2	14.2	30.4	2.1	12.5	21.7	1.4
魚介類	49.7	58.3	3.2	67.3	57.5	5.2	61.9	68.4	4.6	68.8	64.8	4.1
肉類	101.0	73.7	4.0	91.3	75.2	6.8	100.7	70.2	4.8	102.3	75.0	4.7
卵類	41.6	35.2	1.9	33.8	34.1	3.1	44.8	35.5	2.4	46.5	42.6	2.7
乳類	129.5	134.5	7.3	104.4	130.7	11.8	122.5	139.0	9.4	125.1	141.9	8.9
油類	9.3	8.1	0.4	10.8	10.5	1.0	9.4	8.5	0.6	11.6	9.4	0.6
菓子類	26.2	41.7	2.3	18.8	35.9	3.2	29.5	44.4	3.0	30.2	47.7	3.0
嗜好飲料類	441.3	392.0	21.2	516.2	490.1	44.4	518.0	461.1	31.3	533.5	509.8	32.0
調味料・香辛料類	61.3	35.2	1.9	77.7	59.8	5.4	64.4	37.4	2.5	62.7	37.9	2.4

【第6表】 食品群別摂取量 平均値（人口規模別）

1人1日当たり（g）

食品群別	15万以上の市			5～15万未満の市			5万未満の市			町・村		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
調査人数	134			200			296			304		
総量	1730.5	592.1	51.1	1910.5	664.8	47.0	1898.8	657.6	38.2	1886.5	709.6	40.7
動物性食品	333.6	181.3	15.7	322.2	164.8	11.7	324.0	174.2	10.1	330.1	169.2	9.7
植物性食品	1396.9	551.3	47.6	1588.3	609.0	43.1	1574.8	600.0	34.9	1556.4	634.1	36.4
穀類	374.9	150.1	13.0	423.6	173.3	12.3	418.1	155.3	9.0	440.8	168.4	9.7
米・加工品	253.5	157.9	13.6	288.0	167.6	11.8	313.6	166.2	9.7	336.6	183.4	10.5
小麦・加工品	95.0	99.0	8.6	120.1	110.7	7.8	91.7	108.2	6.3	99.6	120.8	6.9
その他の穀類・加工品	26.4	57.3	5.0	15.4	57.1	4.0	12.7	51.5	3.0	4.6	35.5	2.0
いも類	49.0	60.9	5.3	50.1	70.9	5.0	46.1	57.2	3.3	47.7	70.7	4.1
砂糖・甘味料類	4.8	8.2	0.7	5.7	8.4	0.6	4.9	6.2	0.4	6.0	9.0	0.5
豆類	52.2	82.3	7.1	60.8	73.8	5.2	66.8	88.1	5.1	64.3	74.4	4.3
種実類	2.3	6.7	0.6	1.7	4.5	0.3	1.9	4.5	0.3	2.2	7.0	0.4
野菜類	243.9	144.3	12.5	284.8	167.7	11.9	298.9	176.5	10.3	270.3	178.2	10.2
緑黄色野菜	74.0	58.7	5.1	85.7	70.3	5.0	89.0	75.9	4.4	90.5	89.4	5.1
その他の野菜	156.2	113.3	9.8	180.7	133.2	9.4	184.9	117.1	6.8	162.9	122.1	7.0
野菜ジュース	9.5	49.6	4.3	9.2	39.3	2.8	16.2	57.9	3.4	8.9	52.0	3.0
漬け物	4.2	9.6	0.8	9.2	15.7	1.1	8.9	18.6	1.1	8.0	23.1	1.3
果実類	81.9	91.9	7.9	115.4	128.5	9.1	104.5	123.7	7.2	99.9	135.6	7.8
きのこ類	18.0	27.4	2.4	20.9	29.9	2.1	18.6	27.3	1.6	23.8	36.9	2.1
藻類	11.6	21.9	1.9	9.2	18.5	1.3	11.3	23.9	1.4	12.6	21.8	1.2
魚介類	41.5	55.2	4.8	55.5	58.0	4.1	63.5	69.0	4.0	67.7	61.3	3.5
肉類	105.0	76.5	6.6	97.1	69.0	4.9	98.2	75.5	4.4	101.4	73.1	4.2
卵類	41.8	35.9	3.1	41.2	34.3	2.4	39.2	34.7	2.0	47.4	42.2	2.4
乳類	144.0	144.9	12.5	127.3	140.8	10.0	122.4	140.3	8.2	112.7	127.2	7.3
油類	9.8	7.8	0.7	12.3	10.1	0.7	9.7	9.4	0.5	9.3	7.9	0.5
菓子類	23.7	39.4	3.4	29.1	45.3	3.2	29.9	47.4	2.8	24.7	39.6	2.3
嗜好飲料類	469.5	359.6	31.1	515.4	505.7	35.8	496.8	464.9	27.0	488.0	454.3	26.1
調味料・香辛料類	56.3	35.8	3.1	60.5	34.9	2.5	68.0	46.5	2.7	67.5	39.7	2.3

【第7表の1】 食品群別栄養素等摂取量（全体）1歳以上

食品群名		摂取量	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質 (うち動物性)	脂質	脂質 (うち動物性)	炭水化物	ナトリウム	食塩 相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
食品群別	食品群番号	g	kcal	g	g	g	g	g	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
総量	1~100	1,873.1	1,873.0	70.4	38.4	58.8	31.6	247.6	4,020.7	10.2	2,287.8	499.0	246.9	997.9	7.6	8.2
動物性食品	48~76, 79	327.0	497.2	38.4	38.4	31.6	31.6	10.5	560.2	1.4	659.7	210.3	55.8	496.9	2.1	3.7
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	1,546.1	1,375.9	32.0	0.0	27.2	0.0	237.1	3,460.5	8.8	1,628.1	288.8	191.1	501.0	5.5	4.5
穀類	1~12	420.4	738.3	14.4	0.0	4.1	0.0	154.6	346.8	0.9	164.2	41.7	39.9	171.6	0.9	2.3
米・加工品	1, 2	307.0	515.1	7.7	0.0	1.0	0.0	113.7	4.4	0.0	91.1	9.3	23.0	107.4	0.3	1.9
米	1	305.4	511.6	7.6	0.0	0.9	0.0	112.9	3.0	0.0	90.5	9.3	22.9	106.8	0.3	1.8
米加工品	2	1.6	3.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	1.3	0.0	0.7	0.1	0.1	0.6	0.0	0.0
小麦・加工品	3~9	100.8	202.8	6.0	0.0	3.0	0.0	36.8	334.0	0.8	66.6	30.8	12.8	52.7	0.5	0.3
小麦粉類	3	3.3	12.2	0.3	0.0	0.1	0.0	2.5	5.0	0.0	4.2	1.2	0.4	2.5	0.0	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	17.3	46.9	1.6	0.0	0.9	0.0	8.2	82.8	0.2	16.6	4.4	3.6	12.9	0.1	0.1
菓子パン類	5	4.5	13.4	0.4	0.0	0.4	0.0	2.1	13.7	0.0	4.9	1.8	0.9	4.1	0.0	0.0
うどん、中華めん類	6	55.6	76.4	2.2	0.0	0.4	0.0	15.2	63.5	0.2	21.9	7.0	3.6	17.8	0.1	0.1
即席中華めん	7	6.8	28.5	0.7	0.0	1.1	0.0	4.0	126.3	0.3	13.7	15.0	1.8	7.9	0.1	0.0
パスタ類	8	7.4	12.4	0.4	0.0	0.1	0.0	2.4	34.1	0.1	1.0	0.6	1.5	3.9	0.1	0.1
その他の小麦加工品	9	5.9	13.0	0.5	0.0	0.1	0.0	2.4	8.6	0.0	4.2	0.9	1.1	3.7	0.0	0.0
その他穀類・加工品	10~12	12.6	20.4	0.7	0.0	0.2	0.0	4.1	8.5	0.0	6.4	1.5	4.0	11.5	0.1	0.1
そば・加工品	10	9.6	12.3	0.5	0.0	0.1	0.0	2.4	1.3	0.0	2.8	0.9	2.7	7.5	0.1	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.9	3.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	7.2	0.0	0.8	0.0	0.1	0.4	0.0	0.0
その他の穀類	12	2.1	4.8	0.1	0.0	0.1	0.0	0.9	0.0	0.0	2.8	0.6	1.1	3.6	0.0	0.0
いも類	13~16	47.9	36.7	0.6	0.0	0.1	0.0	8.7	2.2	0.0	159.8	9.0	7.0	15.8	0.2	0.1
いも・加工品	13~15	44.6	30.7	0.6	0.0	0.1	0.0	7.3	2.2	0.0	159.2	8.8	6.8	14.9	0.2	0.1
さつまいも・加工品	13	7.0	10.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.4	1.1	0.0	32.0	2.6	1.7	3.4	0.0	0.0
じゃがいも・加工品	14	19.3	14.0	0.3	0.0	0.0	0.0	3.2	0.2	0.0	64.5	0.8	3.1	6.1	0.1	0.0
その他のいも・加工品	15	18.3	6.8	0.2	0.0	0.0	0.0	1.7	0.9	0.0	62.6	5.4	2.0	5.4	0.1	0.0
でんぷん・加工品	16	3.3	5.9	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.6	0.2	0.2	0.9	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	5.4	20.1	0.0	0.0	0.0	0.0	5.2	0.1	0.0	2.0	0.4	0.1	0.1	0.0	0.0
豆類	18~23	62.6	75.7	5.9	0.0	4.4	0.0	3.0	15.3	0.0	150.4	63.8	38.5	76.4	1.2	0.6
大豆・加工品	18~22	61.7	74.0	5.9	0.0	4.4	0.0	2.7	14.4	0.0	148.2	63.5	38.2	75.5	1.2	0.6
大豆(全粒)・加工品	18	0.8	2.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	1.5	0.0	5.8	0.8	0.9	2.2	0.0	0.0
豆腐	19	31.4	24.0	2.1	0.0	1.4	0.0	0.5	7.6	0.0	36.8	28.6	16.7	27.4	0.4	0.2
油揚げ類	20	8.0	17.6	1.2	0.0	1.4	0.0	0.1	1.4	0.0	7.2	20.6	6.3	17.5	0.2	0.1
納豆	21	12.5	25.0	2.1	0.0	1.3	0.0	1.5	1.0	0.0	82.9	11.1	12.4	24.2	0.4	0.2
その他の大豆加工品	22	8.9	5.3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.4	2.9	0.0	15.6	2.3	1.9	4.2	0.1	0.0
その他の豆・加工品	23	0.9	1.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.9	0.0	2.2	0.3	0.3	0.9	0.0	0.0
種実類	24	2.0	11.0	0.3	0.0	0.9	0.0	0.5	0.8	0.0	10.6	9.2	4.5	7.6	0.1	0.1
野菜類	25~38	278.7	67.6	3.2	0.0	0.5	0.0	14.9	144.9	0.4	513.5	89.8	34.8	78.0	1.1	0.6
緑黄色野菜	25~29	86.6	25.1	1.4	0.0	0.2	0.0	5.3	9.8	0.0	219.4	40.4	14.5	31.9	0.6	0.2
トマト	25	13.0	3.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	0.4	0.0	32.0	1.2	1.4	3.5	0.0	0.0
にんじん	26	14.5	4.6	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	3.5	0.0	31.5	3.7	1.2	3.4	0.0	0.0
ほうれん草	27	12.8	2.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.4	0.9	0.0	43.5	6.3	3.6	3.9	0.1	0.1
ピーマン	28	6.1	1.5	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	11.9	0.6	0.7	1.3	0.0	0.0
その他の緑黄色野菜	29	40.3	13.8	0.9	0.0	0.1	0.0	2.8	4.9	0.0	100.5	28.5	7.6	19.8	0.4	0.1
その他の野菜	30~35	172.7	36.6	1.6	0.0	0.3	0.0	8.2	9.7	0.0	251.0	44.9	17.5	40.6	0.4	0.3
キャベツ	30	29.9	5.9	0.3	0.0	0.1	0.0	1.4	1.1	0.0	38.3	11.5	3.1	6.4	0.1	0.0
きゅうり	31	9.4	1.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	18.8	2.4	1.4	3.4	0.0	0.0
大根	32	31.1	5.7	0.1	0.0	0.0	0.0	1.3	4.3	0.0	58.2	8.7	3.3	4.4	0.1	0.0
たまねぎ	33	26.7	7.5	0.2	0.0	0.0	0.0	1.8	0.7	0.0	27.0	4.4	1.7	6.1	0.0	0.0
はくさい	34	18.9	1.9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.7	0.0	23.7	6.1	1.3	4.7	0.0	0.0
その他の淡色野菜	35	56.7	14.3	0.7	0.0	0.1	0.0	3.1	2.8	0.0	84.9	11.8	6.7	15.7	0.2	0.2
野菜ジュース	36	11.4	3.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	1.8	0.0	23.0	1.1	1.0	1.7	0.0	0.0
漬け物	37, 38	8.0	2.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	123.6	0.3	20.1	3.5	1.9	3.7	0.1	0.0
葉類漬け物	37	1.8	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	15.8	0.0	5.2	1.1	0.3	0.8	0.0	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	6.2	2.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	107.8	0.3	14.9	2.4	1.6	2.9	0.0	0.0
果実類	39~45	102.1	64.2	0.5	0.0	0.2	0.0	16.8	1.2	0.0	179.6	7.4	8.8	15.7	0.2	0.1
生果	39~43	92.8	58.0	0.4	0.0	0.2	0.0	15.2	0.6	0.0	172.7	6.9	8.4	15.0	0.1	0.1
いちご	39	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
柑橘類	40	8.0	4.4	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	0.1	0.0	11.2	1.6	0.8	1.2	0.0	0.0
バナナ	41	10.7	9.2	0.1	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	38.5	0.6	3.4	2.9	0.0	0.0
りんご	42	24.3	13.9	0.0	0.0	0.1	0.0	3.8	0.0	0.0	29.1	0.7	0.8	2.9	0.0	0.0
その他の生果	43	49.8	30.3	0.2	0.0	0.1	0.0	7.9	0.4	0.0	93.7	3.9	3.3	8.0	0.1	0.0
ジャム	44	1.2	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1	0.0	0.8	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
果汁・果汁飲料	45	8.1	3.8	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.5	0.0	6.2	0.4	0.4	0.6	0.0	0.0
きのこ類	46	20.7	3.6	0.5	0.0	0.1	0.0	1.2	4.0	0.0	42.3	0.5	2.0	13.8	0.1	0.1
藻類	47	11.3	2.5	0.3	0.0	0.0	0.0	0.7	47.6	0.1	41.9	9.4	7.6	5.0	0.1	0.0

食品群名		摂取量	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質 (うち動物性)	脂質	脂質 (うち動物性)	炭水化物	ナトリウム	食塩 相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
食品群別	食品群番号	g	kcal	g	g	g	g	g	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
魚介類	48~60	60.0	94.6	11.4	11.4	4.5	4.5	1.1	233.5	0.6	171.2	36.2	18.7	134.8	0.5	0.6
生魚介類	48~55	35.4	51.1	6.6	6.6	2.4	2.4	0.1	40.6	0.1	108.6	10.7	11.0	74.5	0.3	0.4
あじ、いわし類	48	5.9	12.9	1.1	1.1	0.9	0.9	0.0	6.5	0.0	15.4	1.9	1.6	11.8	0.1	0.1
さけ、ます	49	8.2	13.4	1.7	1.7	0.7	0.7	0.0	4.3	0.0	28.2	1.1	2.2	19.6	0.0	0.0
たい、かれい類	50	3.4	3.2	0.6	0.6	0.1	0.1	0.0	2.9	0.0	11.4	1.1	0.9	6.7	0.0	0.0
まぐろ、かじき類	51	3.0	3.8	0.7	0.7	0.1	0.1	0.0	1.3	0.0	12.0	0.2	1.0	7.7	0.0	0.0
その他の生魚	52	6.8	11.4	1.2	1.2	0.7	0.7	0.0	4.8	0.0	21.9	3.3	1.8	12.4	0.1	0.0
貝類	53	2.6	1.8	0.3	0.3	0.0	0.0	0.1	9.2	0.0	4.7	1.5	1.4	3.4	0.1	0.2
いか、たこ類	54	2.8	2.2	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	5.7	0.0	7.1	0.3	1.2	5.7	0.0	0.0
えび、かに類	55	2.8	2.4	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	5.9	0.0	8.0	1.4	1.0	7.1	0.0	0.0
魚介加工品	56~60	24.6	43.5	4.8	4.8	2.1	2.1	1.0	192.8	0.5	62.6	25.5	7.8	60.3	0.2	0.2
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	14.5	28.1	3.3	3.3	1.5	1.5	0.1	124.1	0.3	46.5	14.6	5.5	44.5	0.1	0.1
魚介(缶詰)	57	3.7	7.4	0.7	0.7	0.5	0.5	0.1	13.3	0.0	9.0	5.1	1.1	7.4	0.0	0.0
魚介(佃煮)	58	0.3	0.9	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	5.8	0.0	1.6	2.4	0.2	2.3	0.0	0.0
魚介(練り製品)	59	5.7	6.4	0.7	0.7	0.1	0.1	0.7	45.8	0.1	5.3	2.9	0.9	5.2	0.0	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.5	0.8	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	3.9	0.0	0.3	0.5	0.1	1.0	0.0	0.0
肉類	61~69	100.0	234.4	17.0	17.0	17.3	17.3	0.6	180.2	0.5	252.8	5.5	18.4	157.6	0.8	1.9
畜肉	61~64	71.1	189.3	11.9	11.9	14.8	14.8	0.5	158.4	0.4	181.8	3.5	12.5	115.0	0.6	1.6
牛肉	61	10.7	29.8	1.8	1.8	2.4	2.4	0.0	6.5	0.0	26.9	0.4	1.8	13.7	0.2	0.4
豚肉	62	44.4	114.8	7.8	7.8	8.7	8.7	0.1	20.1	0.1	120.2	1.8	8.1	63.3	0.3	0.9
ハム、ソーセージ類	63	15.8	44.4	2.3	2.3	3.7	3.7	0.4	131.7	0.3	34.1	1.3	2.5	37.7	0.1	0.2
その他の畜肉	64	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.6	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0
鳥肉	65, 66	28.1	44.2	5.0	5.0	2.4	2.4	0.1	21.3	0.1	69.4	1.9	5.8	41.2	0.2	0.3
鶏肉	65	28.1	44.2	5.0	5.0	2.4	2.4	0.1	21.3	0.1	69.4	1.9	5.8	41.2	0.2	0.3
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	0.4	0.6	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.9	0.0	0.1	0.8	0.0	0.0
その他の肉類・加工品	68, 69	0.3	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.7	0.0	0.1	0.6	0.0	0.0
鯨肉	68	0.3	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.7	0.0	0.1	0.6	0.0	0.0
その他の肉・加工品	69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	70	42.7	64.4	5.4	5.4	4.3	4.3	0.2	58.9	0.1	55.1	21.7	4.7	76.8	0.8	0.6
乳類	71~75	123.4	96.4	4.6	4.6	4.8	4.8	8.6	82.4	0.2	180.4	146.8	13.9	127.6	0.1	0.5
牛乳・乳製品	71~74	123.4	96.4	4.6	4.6	4.8	4.8	8.6	82.4	0.2	180.4	146.8	13.9	127.6	0.1	0.5
牛乳	71	80.0	51.9	2.7	2.7	2.8	2.8	3.9	34.4	0.1	123.3	89.6	8.3	74.2	0.0	0.3
チーズ	72	2.6	8.9	0.6	0.6	0.7	0.7	0.0	25.8	0.1	1.6	16.0	0.5	17.4	0.0	0.1
発酵乳・乳酸菌飲料	73	32.7	21.5	1.0	1.0	0.4	0.4	3.4	14.6	0.0	43.4	33.3	4.3	26.8	0.0	0.1
その他の乳製品	74	8.0	14.2	0.3	0.3	0.9	0.9	1.3	7.6	0.0	12.1	7.8	0.8	9.2	0.0	0.0
その他の乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類	76~80	10.2	90.7	0.0	0.0	9.8	9.8	0.0	7.9	0.0	0.3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0
バター	76	0.8	5.8	0.0	0.0	0.6	0.6	0.0	5.3	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
マーガリン	77	0.6	4.0	0.0	0.0	0.4	0.4	0.0	2.6	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
植物性油脂	78	8.5	78.7	0.0	0.0	8.5	8.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.2	1.5	0.0	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の油脂	80	0.1	0.7	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81~85	27.1	91.8	1.6	0.0	3.2	0.0	14.3	54.6	0.1	51.6	13.8	5.8	24.4	0.2	0.2
和菓子類	81	11.9	37.3	0.7	0.0	0.5	0.0	7.5	31.3	0.1	14.7	2.3	2.2	8.9	0.1	0.1
ケーキ・ペストリー類	82	6.1	21.4	0.4	0.0	1.0	0.0	2.6	11.6	0.0	6.2	2.8	0.6	5.6	0.0	0.0
ビスケット類	83	1.2	6.1	0.1	0.0	0.3	0.0	0.8	3.2	0.0	1.4	1.3	0.2	1.0	0.0	0.0
キャンディー類	84	0.4	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の菓子類	85	7.4	25.6	0.3	0.0	1.4	0.0	2.9	8.4	0.0	29.2	7.4	2.9	9.0	0.1	0.1
嗜好飲料類	86~91	494.0	73.3	0.7	0.0	0.0	0.0	6.0	12.8	0.0	139.4	13.1	14.1	20.0	0.3	0.1
アルコール飲料	86~88	98.3	53.6	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	2.0	0.0	13.9	1.8	2.6	5.8	0.0	0.0
日本酒	86	7.3	7.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.2	0.0	0.4	0.2	0.1	0.5	0.0	0.0
ビール	87	40.2	16.8	0.1	0.0	0.0	0.0	1.3	0.9	0.0	10.8	1.3	2.4	5.1	0.0	0.0
洋酒・その他	88	50.8	29.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.9	0.0	2.7	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	395.7	19.7	0.6	0.0	0.0	0.0	4.1	10.8	0.0	125.5	11.4	11.4	14.1	0.3	0.1
茶	89	157.1	2.5	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	3.8	0.0	37.7	4.3	2.6	3.0	0.2	0.0
コーヒー・ココア	90	136.5	7.2	0.3	0.0	0.0	0.0	1.4	2.2	0.0	79.4	3.5	8.3	8.7	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	91	102.1	10.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.5	4.8	0.0	8.5	3.5	0.5	2.4	0.0	0.1
調味料・香辛料	92~98	64.5	107.8	4.1	0.0	4.6	0.0	11.2	2,827.6	7.2	172.7	30.6	28.2	72.5	1.0	0.4
調味料	92~97	64.0	106.5	4.1	0.0	4.6	0.0	11.1	2,818.7	7.2	170.6	30.1	27.8	71.8	1.0	0.4
ソース	92	1.1	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	30.4	0.1	2.3	0.7	0.3	0.2	0.0	0.0
しょうゆ	93	14.8	12.2	1.2	0.0	0.0	0.0	1.5	785.8	2.0	61.4	4.0	10.5	25.8	0.3	0.1
塩	94	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	465.2	1.2	1.2	0.3	0.2	0.0	0.0	0.0
マヨネーズ	95	2.9	17.4	0.1	0.0	1.9	0.0	0.1	27.2	0.1	0.7	0.4	0.1	1.5	0.0	0.0
味噌	96	11.8	22.1	1.5	0.0	0.7	0.0	2.6	580.6	1.5	45.7	11.9	8.6	20.5	0.4	0.1
その他の調味料	97	32.2	53.4	1.3	0.0	2.0	0.0	6.6	929.5	2.4	59.4	12.8	8.2	23.8	0.3	0.1
香辛料・その他	98	0.5	1.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	8.9	0.0	2.1	0.5	0.3	0.7	0.0	0.0



食品群名		銅	ビタミンA	ビタミンD	ビタミンE	ビタミンK	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ナイアシン 当量	ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>12</sub>	葉酸	パントテン酸	ビタミンC
食品群別	食品群番号	mg	μgRAE	μg	mg	μg	mg	mg	mgNE	mg	μg	μg	mg	mg
総量	1~100	1.13	467.8	7.0	6.9	276.4	0.95	1.15	29.7	1.12	5.8	286.1	5.67	90.4
動物性食品	48~76, 79	0.18	163.1	6.6	1.9	17.6	0.50	0.62	16.7	0.47	5.4	35.4	2.46	6.4
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	0.95	304.7	0.5	5.0	258.9	0.45	0.53	13.0	0.66	0.4	250.7	3.21	84.0
穀類	1~12	0.40	1.9	0.0	0.4	0.6	0.16	0.10	4.4	0.09	0.0	21.7	1.13	0.0
米・加工品	1, 2	0.31	0.0	0.0	0.0	0.0	0.07	0.03	2.6	0.07	0.0	9.5	0.78	0.0
米	1	0.31	0.0	0.0	0.0	0.0	0.07	0.03	2.5	0.07	0.0	9.4	0.77	0.0
米加工品	2	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
小麦・加工品	3~9	0.08	1.8	0.0	0.4	0.6	0.08	0.07	1.6	0.02	0.0	11.2	0.31	0.0
小麦粉類	3	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.3	0.02	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.02	0.0	0.0	0.1	0.0	0.01	0.01	0.5	0.01	0.0	5.8	0.08	0.0
菓子パン類	5	0.00	0.8	0.0	0.0	0.2	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	1.2	0.02	0.0
うどん、中華めん類	6	0.03	0.0	0.0	0.1	0.0	0.01	0.01	0.6	0.00	0.0	1.5	0.11	0.0
即席中華めん	7	0.01	0.9	0.0	0.2	0.4	0.04	0.05	0.2	0.00	0.0	1.0	0.03	0.0
パスタ類	8	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.3	0.02	0.0
その他の小麦加工品	9	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	1.2	0.02	0.0
その他穀類・加工品	10~12	0.01	0.1	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.2	0.01	0.0	1.1	0.04	0.0
そば・加工品	10	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.00	0.0	0.7	0.03	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
その他の穀類	12	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.3	0.01	0.0
いも類	13~16	0.05	0.2	0.0	0.2	0.0	0.03	0.01	0.5	0.07	0.0	9.8	0.18	5.6
いも・加工品	13~15	0.04	0.2	0.0	0.2	0.0	0.03	0.01	0.5	0.07	0.0	9.7	0.18	5.6
さつまいも・加工品	13	0.01	0.2	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	3.5	0.06	1.7
じゃがいも・加工品	14	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.2	0.03	0.0	3.4	0.08	3.4
その他のいも・加工品	15	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	2.9	0.05	0.5
でんぷん・加工品	16	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
砂糖・甘味料類	17	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
豆類	18~23	0.16	0.0	0.0	0.3	83.1	0.05	0.09	1.7	0.06	0.0	23.4	0.51	0.0
大豆・加工品	18~22	0.15	0.0	0.0	0.3	83.0	0.05	0.09	1.7	0.06	0.0	23.1	0.50	0.0
大豆(全粒)・加工品	18	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.6	0.00	0.0
豆腐	19	0.05	0.0	0.0	0.1	2.3	0.03	0.01	0.6	0.02	0.0	3.6	0.01	0.0
油揚げ類	20	0.02	0.0	0.0	0.1	2.8	0.00	0.00	0.3	0.01	0.0	1.4	0.01	0.0
納豆	21	0.08	0.0	0.0	0.1	77.4	0.01	0.07	0.6	0.03	0.0	15.0	0.46	0.0
その他の大豆加工品	22	0.01	0.0	0.0	0.1	0.5	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	2.5	0.02	0.0
その他の豆・加工品	23	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.3	0.00	0.0
種菜類	24	0.02	0.0	0.0	0.1	0.1	0.01	0.00	0.2	0.01	0.0	1.9	0.02	0.0
野菜類	25~38	0.13	260.2	0.0	1.8	143.1	0.10	0.10	1.6	0.21	0.0	121.1	0.59	44.7
緑黄色野菜	25~29	0.05	221.3	0.0	1.4	99.4	0.04	0.06	0.8	0.09	0.0	54.4	0.26	24.5
トマト	25	0.01	7.9	0.0	0.1	0.7	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	3.6	0.02	3.0
にんじん	26	0.01	92.8	0.0	0.1	2.3	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	2.4	0.04	0.5
ほうれん草	27	0.01	40.6	0.0	0.2	28.9	0.00	0.01	0.1	0.01	0.0	9.8	0.01	1.7
ピーマン	28	0.00	2.7	0.0	0.1	1.0	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	2.2	0.02	5.9
その他の緑黄色野菜	29	0.03	77.3	0.0	0.9	66.5	0.02	0.03	0.5	0.05	0.0	36.3	0.18	13.4
その他の野菜	30~35	0.07	8.4	0.0	0.4	41.6	0.05	0.04	0.6	0.11	0.0	63.1	0.29	18.6
キャベツ	30	0.01	1.3	0.0	0.0	21.4	0.01	0.01	0.1	0.02	0.0	16.9	0.04	7.6
きゅうり	31	0.01	2.6	0.0	0.0	3.2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	2.4	0.03	1.3
大根	32	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	8.8	0.02	2.5
たまねぎ	33	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.03	0.0	2.7	0.04	1.2
はくさい	34	0.00	1.5	0.0	0.0	11.8	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	6.3	0.04	1.6
その他の淡色野菜	35	0.03	3.0	0.0	0.3	5.2	0.02	0.02	0.3	0.04	0.0	26.0	0.11	4.4
野菜ジュース	36	0.00	29.6	0.0	0.0	0.3	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.2	0.02	0.5
漬け物	37, 38	0.00	0.9	0.0	0.0	1.8	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	2.5	0.02	1.0
葉類漬け物	37	0.00	0.6	0.0	0.0	1.3	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.1	0.01	0.5
たくあん・その他の漬け物	38	0.00	0.3	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.4	0.02	0.6
果実類	39~45	0.05	15.5	0.0	0.3	0.6	0.03	0.02	0.3	0.08	0.0	13.6	0.19	23.1
生果	39~43	0.05	15.2	0.0	0.3	0.6	0.03	0.02	0.3	0.08	0.0	12.8	0.18	22.2
いちご	39	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
柑橘類	40	0.00	6.2	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.00	0.0	1.7	0.02	2.4
バナナ	41	0.01	0.5	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.04	0.0	2.8	0.05	1.7
りんご	42	0.01	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.01	0.0	0.5	0.01	1.0
その他の生果	43	0.03	8.3	0.0	0.1	0.6	0.01	0.01	0.2	0.02	0.0	7.8	0.11	17.0
ジャム	44	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.1
果汁・果汁飲料	45	0.00	0.2	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.7	0.01	0.8
きのこ類	46	0.02	0.0	0.3	0.0	0.0	0.02	0.02	0.8	0.01	0.0	6.4	0.19	0.0
藻類	47	0.00	10.4	0.0	0.0	8.2	0.00	0.01	0.1	0.00	0.2	7.0	0.01	0.7

食品群名		銅	ビタミンA	ビタミンD	ビタミンE	ビタミンK	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ナイアシン 当量	ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>12</sub>	葉酸	パントテン酸	ビタミンC
食品群別	食品群番号	mg	μgRAE	μg	mg	μg	mg	mg	mgNE	mg	μg	μg	mg	mg
魚介類	48~60	0.07	24.1	5.3	1.0	0.5	0.06	0.10	5.6	0.16	3.9	8.4	0.41	0.8
生魚介類	48~55	0.05	16.6	3.0	0.6	0.2	0.03	0.05	3.2	0.10	2.3	5.1	0.25	0.3
あじ、いわし類	48	0.01	0.9	0.5	0.1	0.0	0.01	0.01	0.7	0.02	0.7	0.7	0.04	0.0
さけ、ます	49	0.00	1.6	1.9	0.1	0.1	0.01	0.01	0.8	0.03	0.4	1.2	0.10	0.1
たい、かれい類	50	0.00	0.3	0.2	0.1	0.0	0.00	0.01	0.2	0.01	0.1	0.2	0.02	0.0
まぐろ、かじき類	51	0.00	0.5	0.2	0.0	0.0	0.00	0.00	0.6	0.02	0.1	0.1	0.01	0.0
その他の生魚	52	0.00	12.1	0.3	0.2	0.0	0.01	0.01	0.5	0.01	0.2	0.5	0.05	0.1
貝類	53	0.01	0.6	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.6	1.1	0.01	0.0
いか、たこ類	54	0.01	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.2	0.00	0.1	0.1	0.01	0.0
えび、かに類	55	0.01	0.1	0.0	0.1	0.0	0.00	0.00	0.2	0.00	0.0	1.0	0.01	0.0
魚介加工品	56~60	0.02	7.6	2.3	0.4	0.4	0.03	0.05	2.4	0.06	1.6	3.4	0.16	0.5
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	0.02	6.2	1.9	0.2	0.0	0.02	0.03	1.7	0.04	1.3	2.6	0.14	0.5
魚介(缶詰)	57	0.00	0.4	0.2	0.1	0.4	0.00	0.01	0.4	0.01	0.2	0.3	0.01	0.0
魚介(佃煮)	58	0.00	0.7	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.2	0.00	0.0
魚介(練り製品)	59	0.00	0.3	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.2	0.00	0.0	0.2	0.00	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
肉類	61~69	0.06	32.7	0.2	0.3	9.9	0.37	0.16	8.6	0.24	0.7	5.7	0.89	4.7
畜肉	61~64	0.05	3.2	0.2	0.2	2.5	0.34	0.12	5.8	0.17	0.5	1.4	0.58	4.2
牛肉	61	0.01	0.6	0.0	0.1	0.8	0.01	0.02	0.8	0.03	0.2	0.6	0.08	0.0
豚肉	62	0.03	2.5	0.1	0.1	1.4	0.27	0.08	3.8	0.12	0.2	0.5	0.39	0.4
ハム、ソーセージ類	63	0.01	0.2	0.1	0.1	0.4	0.07	0.02	1.3	0.02	0.1	0.2	0.11	3.8
その他の畜肉	64	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
鳥肉	65, 66	0.01	6.2	0.0	0.1	7.4	0.02	0.04	2.7	0.07	0.1	2.1	0.29	0.4
鶏肉	65	0.01	6.2	0.0	0.1	7.4	0.02	0.04	2.7	0.07	0.1	2.1	0.29	0.4
その他の鳥肉	66	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
肉類(内臓)	67	0.00	23.3	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.1	2.2	0.02	0.0
その他の肉類・加工品	68, 69	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
豚肉	68	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の肉・加工品	69	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
卵類	70	0.03	59.7	0.8	0.4	5.1	0.03	0.17	1.3	0.03	0.4	15.1	0.58	0.0
乳類	71~75	0.01	42.2	0.2	0.1	1.8	0.04	0.18	1.2	0.03	0.4	6.1	0.59	0.9
牛乳・乳製品	71~74	0.01	42.2	0.2	0.1	1.8	0.04	0.18	1.2	0.03	0.4	6.1	0.59	0.9
牛乳	71	0.01	28.4	0.2	0.1	1.4	0.03	0.12	0.7	0.02	0.2	3.6	0.44	0.7
チーズ	72	0.00	6.2	0.0	0.0	0.1	0.00	0.01	0.1	0.00	0.1	0.7	0.00	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	0.00	4.1	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.4	0.01	0.0	1.8	0.12	0.1
その他の乳製品	74	0.00	3.6	0.0	0.0	0.2	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	0.1	0.03	0.1
その他の乳類	75	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
油脂類	76~80	0.00	4.6	0.0	1.1	12.2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
バター	76	0.00	4.3	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
マーガリン	77	0.00	0.2	0.0	0.1	0.4	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
植物性油脂	78	0.00	0.1	0.0	1.0	11.7	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
動物性油脂	79	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の油脂	80	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
菓子類	81~85	0.04	10.2	0.1	0.2	1.4	0.02	0.03	0.5	0.02	0.0	4.5	0.15	1.1
和菓子類	81	0.02	0.8	0.0	0.1	0.6	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	1.5	0.05	0.1
ケーキ・ペストリー類	82	0.00	5.8	0.0	0.1	0.5	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	1.1	0.04	0.1
ビスケット類	83	0.00	1.2	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.01	0.0
キャンディー類	84	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の菓子類	85	0.02	2.4	0.0	0.1	0.2	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	1.8	0.06	0.9
嗜好飲料類	86~91	0.02	2.0	0.0	0.0	3.8	0.00	0.08	1.6	0.04	0.0	24.7	0.09	8.5
アルコール飲料	86~88	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	0.3	0.02	0.0	2.4	0.04	0.0
日本酒	86	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.01	0.0	0.0	0.00	0.0
ビール	87	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	0.3	0.01	0.0	2.4	0.03	0.0
洋酒・その他	88	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	0.02	2.0	0.0	0.0	3.8	0.00	0.07	1.3	0.02	0.0	22.3	0.05	8.5
茶	89	0.02	1.0	0.0	0.0	2.1	0.00	0.06	0.3	0.01	0.0	21.1	0.05	6.8
コーヒー・ココア	90	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	1.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
その他の嗜好飲料	91	0.00	1.0	0.0	0.0	1.8	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.1	0.00	1.7
調味料・香辛料	92~98	0.07	4.1	0.0	0.5	5.9	0.03	0.06	1.3	0.06	0.1	16.5	0.16	0.3
調味料	92~97	0.07	3.9	0.0	0.5	5.8	0.03	0.06	1.3	0.06	0.1	16.4	0.16	0.2
ソース	92	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
しょうゆ	93	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.02	0.3	0.03	0.0	4.9	0.07	0.0
塩	94	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
マヨネーズ	95	0.00	1.3	0.0	0.3	3.3	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.01	0.0
味噌	96	0.04	0.0	0.0	0.1	1.2	0.00	0.01	0.4	0.01	0.0	6.9	0.01	0.0
その他の調味料	97	0.02	2.6	0.0	0.1	1.3	0.01	0.02	0.6	0.02	0.1	4.6	0.06	0.2
香辛料・その他	98	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.1

食品群名		脂肪酸 g					コレステロール	食物繊維 g		
食品群別	食品群番号	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系	n-6系	mg	総量	水溶性	不溶性
総量	1~100	17.3	21.3	12.9	2.3	10.5	334.8	19.5	3.9	12.1
動物性食品	48~76, 79	11.6	12.2	3.8	1.0	2.7	315.5	0.0	0.0	0.0
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	5.7	9.2	9.1	1.2	7.8	19.2	19.5	3.9	12.1
穀類	1~12	1.5	1.1	1.0	0.0	0.9	2.6	6.6	0.7	3.2
米・加工品	1, 2	0.3	0.2	0.3	0.0	0.3	0.0	4.5	0.0	1.9
米	1	0.3	0.2	0.3	0.0	0.3	0.0	4.5	0.0	1.8
米加工品	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
小麦・加工品	3~9	1.1	0.9	0.6	0.0	0.5	2.6	1.7	0.6	1.1
小麦粉類	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.4	0.2	0.2	0.0	0.1	0.0	0.4	0.1	0.3
菓子パン類	5	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	1.7	0.1	0.0	0.1
うどん・中華めん類	6	0.1	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0	0.6	0.2	0.4
即席中華めん	7	0.4	0.4	0.2	0.0	0.1	0.8	0.2	0.1	0.1
パスタ類	8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の小麦加工品	9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
その他穀類・加工品	10~12	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.3	0.1	0.2
そば・加工品	10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
とうもろこし・加工品	11	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	12	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
いも類	13~16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.5	0.8
いも・加工品	13~15	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.5	0.8
さつまいも・加工品	13	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.2
じゃがいも・加工品	14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.3
その他のいも・加工品	15	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.3
でんぷん・加工品	16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	18~23	0.6	1.0	2.3	0.3	2.0	0.0	1.4	0.4	0.8
大豆・加工品	18~22	0.6	1.0	2.3	0.3	2.0	0.0	1.3	0.4	0.8
大豆(全粒)・加工品	18	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
豆腐	19	0.2	0.3	0.8	0.1	0.7	0.0	0.3	0.1	0.1
油揚げ類	20	0.2	0.4	0.6	0.1	0.5	0.0	0.1	0.0	0.0
納豆	21	0.2	0.3	0.7	0.1	0.6	0.0	0.8	0.3	0.5
その他の大豆加工品	22	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
その他の豆・加工品	23	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
種実類	24	0.2	0.3	0.4	0.0	0.3	0.0	0.2	0.0	0.2
野菜類	25~38	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	5.6	1.5	4.1
緑黄色野菜	25~29	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.3	0.5	1.7
トマト	25	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
にんじん	26	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
ほうれん草	27	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.3
ピーマン	28	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
その他の緑黄色野菜	29	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	0.3	1.0
その他の野菜	30~35	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	3.1	0.9	2.1
キャベツ	30	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.1	0.4
きゅうり	31	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
大根	32	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.4
たまねぎ	33	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.2	0.2
はくさい	34	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の淡色野菜	35	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.3	0.9
野菜ジュース	36	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
漬け物	37, 38	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2
葉類漬け物	37	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
果実類	39~45	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.6	0.4	1.2
生果	39~43	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.6	0.4	1.2
いちご	39	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
柑橘類	40	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
バナナ	41	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
りんご	42	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
その他の生果	43	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.2	0.8
ジャム	44	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果汁・果汁飲料	45	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
きのこ類	46	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1	0.7
藻類	47	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.5	0.0	0.1

食品群名		脂肪酸 g					コレステロール	食物繊維 g		
食品群別	食品群番号	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系	n-6系	mg	総量	水溶性	不溶性
魚介類	48~60	0.9	1.5	1.2	0.8	0.3	53.0	0.0	0.0	0.0
生魚介類	48~55	0.5	0.8	0.5	0.4	0.1	29.7	0.0	0.0	0.0
あじ、いわし類	48	0.2	0.3	0.2	0.2	0.0	3.7	0.0	0.0	0.0
さげ、ます	49	0.1	0.3	0.2	0.1	0.1	5.3	0.0	0.0	0.0
たい、かれい類	50	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0
まぐろ、かじき類	51	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0
その他の生魚	52	0.2	0.2	0.1	0.1	0.0	4.9	0.0	0.0	0.0
貝類	53	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0
いか、たこ類	54	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.1	0.0	0.0	0.0
えび、かに類	55	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.4	0.0	0.0	0.0
魚介加工品	56~60	0.4	0.7	0.6	0.4	0.2	23.3	0.0	0.0	0.0
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	0.3	0.5	0.4	0.3	0.0	18.7	0.0	0.0	0.0
魚介(缶詰)	57	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	2.2	0.0	0.0	0.0
魚介(佃煮)	58	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	0.0
魚介(練り製品)	59	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
肉類	61~69	6.2	7.7	1.7	0.1	1.6	66.9	0.0	0.0	0.0
畜肉	61~64	5.5	6.6	1.4	0.1	1.3	43.2	0.0	0.0	0.0
牛肉	61	0.8	1.2	0.1	0.0	0.1	7.1	0.0	0.0	0.0
豚肉	62	3.3	3.7	0.9	0.0	0.8	27.9	0.0	0.0	0.0
ハム、ソーセージ類	63	1.3	1.6	0.4	0.0	0.4	8.1	0.0	0.0	0.0
その他の畜肉	64	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
鳥肉	65、66	0.7	1.1	0.3	0.0	0.3	22.4	0.0	0.0	0.0
鶏肉	65	0.7	1.1	0.3	0.0	0.3	22.4	0.0	0.0	0.0
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0
その他の肉類・加工品	68、69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
鯨肉	68	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
その他の肉・加工品	69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	70	1.2	1.5	0.7	0.1	0.6	179.1	0.0	0.0	0.0
乳類	71~75	2.9	1.2	0.1	0.0	0.1	14.8	0.0	0.0	0.0
牛乳・乳製品	71~74	2.9	1.2	0.1	0.0	0.1	14.8	0.0	0.0	0.0
牛乳	71	1.7	0.6	0.1	0.0	0.1	9.1	0.0	0.0	0.0
チーズ	72	0.4	0.2	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0
その他の乳製品	74	0.5	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	0.0	0.0	0.0
その他の乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類	76~80	1.6	4.1	3.4	0.5	2.9	2.0	0.0	0.0	0.0
バター	76	0.4	0.1	0.0	0.0	0.0	1.7	0.0	0.0	0.0
マーガリン	77	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
植物性油脂	78	1.0	3.7	3.2	0.5	2.7	0.1	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
その他の油脂	80	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81~85	1.3	1.0	0.5	0.1	0.4	12.0	0.5	0.1	0.3
和菓子類	81	0.1	0.2	0.2	0.0	0.1	2.5	0.2	0.0	0.2
ケーキ・ペストリー類	82	0.4	0.3	0.1	0.0	0.1	7.3	0.1	0.0	0.0
ビスケット類	83	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0
キャンデー類	84	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の菓子類	85	0.6	0.5	0.2	0.0	0.2	1.7	0.2	0.0	0.1
嗜好飲料類	86~91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
アルコール飲料	86~88	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
日本酒	86	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビール	87	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
洋酒・その他	88	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
茶	89	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
コーヒー・ココア	90	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料	92~98	0.8	1.7	1.5	0.2	1.2	4.4	0.8	0.2	0.6
調味料	92~97	0.8	1.7	1.5	0.2	1.2	4.4	0.8	0.2	0.6
ソース	92	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
しょうゆ	93	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
塩	94	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
マヨネーズ	95	0.2	0.8	0.7	0.1	0.6	2.9	0.0	0.0	0.0
味噌	96	0.1	0.1	0.4	0.1	0.3	0.0	0.5	0.1	0.5
その他の調味料	97	0.5	0.8	0.3	0.0	0.3	1.4	0.3	0.1	0.2
香辛料・その他	98	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

【第7表の2】 食品群別栄養素等摂取量（男）

食品群名		摂取量	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質 (うち動物性)	脂質	脂質 (うち動物性)	炭水化物	ナトリウム	食塩 相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
食品群別	食品群番号	g	kcal	g	g	g	g	g	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
総量	1~100	2,029.3	2,075.5	76.5	41.8	63.7	34.7	270.8	1,657.8	11.1	2,399.4	517.1	262.0	1,067.2	8.0	8.8
動物性食品	48~76, 79	346.8	540.1	41.7	41.8	34.7	34.7	10.6	620.8	1.5	710.6	211.2	59.8	529.1	2.3	3.9
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	1,682.5	1,535.4	34.7	0.0	28.9	0.0	260.3	1,035.9	9.6	1,688.8	306.0	202.2	538.1	5.7	4.9
穀類	1~12	481.0	849.2	16.4	0.0	4.9	0.0	177.6	379.5	1.0	190.5	51.3	44.4	195.1	1.0	2.6
米・加工品	1, 2	354.8	596.6	8.9	0.0	1.1	0.0	131.7	4.3	0.0	105.0	10.8	26.3	123.6	0.4	2.1
米	1	353.1	592.6	8.8	0.0	1.1	0.0	130.8	3.4	0.0	104.3	10.7	26.1	123.0	0.4	2.1
米加工品	2	1.8	4.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	0.9	0.0	0.7	0.1	0.1	0.6	0.0	0.0
小麦・加工品	3~9	113.4	231.6	6.8	0.0	3.6	0.0	41.7	367.6	1.0	78.6	39.0	14.1	59.3	0.5	0.4
小麦粉類	3	3.8	13.8	0.3	0.0	0.1	0.0	2.8	4.7	0.0	4.6	1.2	0.5	2.6	0.0	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	16.7	45.1	1.5	0.0	0.8	0.0	7.9	76.2	0.2	15.5	4.3	3.3	12.1	0.1	0.1
菓子パン類	5	6.2	18.4	0.5	0.0	0.5	0.0	2.9	18.2	0.0	6.7	2.3	1.2	5.5	0.1	0.0
うどん、中華めん類	6	65.0	91.8	2.7	0.0	0.4	0.0	18.2	69.2	0.2	28.3	8.9	4.3	21.6	0.2	0.1
即席中華めん	7	9.0	38.2	0.9	0.0	1.5	0.0	5.3	163.4	0.4	18.3	21.0	2.4	10.3	0.1	0.0
パスタ類	8	6.3	10.6	0.4	0.0	0.1	0.0	2.0	27.8	0.1	0.9	0.5	1.3	3.3	0.0	0.0
その他の小麦加工品	9	6.4	13.8	0.5	0.0	0.2	0.0	2.5	8.1	0.0	4.3	1.0	1.2	3.9	0.0	0.0
その他穀類・加工品	10~12	12.8	21.0	0.7	0.0	0.2	0.0	4.2	7.6	0.0	6.9	1.6	4.1	12.2	0.1	0.1
そば・加工品	10	9.5	12.1	0.5	0.0	0.1	0.0	2.4	1.2	0.0	2.8	0.9	2.7	7.4	0.1	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.8	3.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	6.4	0.0	0.8	0.0	0.1	0.4	0.0	0.0
その他の穀類	12	2.5	5.8	0.2	0.0	0.1	0.0	1.1	0.0	0.0	3.3	0.6	1.3	4.4	0.0	0.0
いも類	13~16	48.3	37.4	0.6	0.0	0.1	0.0	8.9	89.2	0.0	164.0	9.3	7.0	16.0	0.2	0.1
いも・加工品	13~15	45.4	31.3	0.6	0.0	0.1	0.0	7.4	9.4	0.0	163.4	9.0	6.9	15.3	0.2	0.1
さつまいも・加工品	13	6.9	10.1	0.1	0.0	0.0	0.0	2.4	3.5	0.0	32.7	2.5	1.6	3.4	0.0	0.0
じゃがいも・加工品	14	19.2	13.9	0.3	0.0	0.0	0.0	3.2	1.0	0.0	64.3	0.8	3.0	6.1	0.1	0.0
その他のいも・加工品	15	19.3	7.3	0.2	0.0	0.0	0.0	1.8	4.9	0.0	66.4	5.7	2.2	5.7	0.1	0.0
でんぷん・加工品	16	3.0	6.2	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	79.8	0.0	0.6	0.2	0.1	0.8	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	5.5	20.5	0.0	0.0	0.0	0.0	5.3	19.1	0.0	1.7	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0
豆類	18~23	65.1	79.4	6.3	0.0	4.7	0.0	3.0	282.0	0.0	154.4	68.1	41.1	80.9	1.3	0.6
大豆・加工品	18~22	64.2	77.6	6.2	0.0	4.6	0.0	2.7	275.3	0.0	152.2	67.8	40.7	80.0	1.3	0.6
大豆(全粒)・加工品	18	0.8	2.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.2	72.4	0.0	4.8	0.8	0.8	2.0	0.0	0.0
豆腐	19	35.6	27.7	2.4	0.0	1.7	0.0	0.6	164.1	0.0	40.5	33.1	19.0	31.6	0.5	0.2
油揚げ類	20	7.9	17.7	1.2	0.0	1.4	0.0	0.1	29.1	0.0	7.1	20.5	6.3	17.6	0.2	0.1
納豆	21	13.3	26.5	2.2	0.0	1.3	0.0	1.6	8.5	0.0	88.0	11.7	13.2	25.7	0.4	0.2
その他の大豆加工品	22	6.5	3.8	0.2	0.0	0.2	0.0	0.3	1.2	0.0	11.9	1.6	1.5	3.1	0.1	0.0
その他の豆・加工品	23	0.9	1.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	6.7	0.0	2.1	0.3	0.3	0.9	0.0	0.0
種実類	24	1.7	9.3	0.3	0.0	0.8	0.0	0.4	0.0	0.0	9.0	9.2	4.2	7.1	0.1	0.1
野菜類	25~38	288.3	69.1	3.3	0.0	0.5	0.0	15.2	20.7	0.4	522.2	91.7	35.5	80.3	1.1	0.6
緑黄色野菜	25~29	84.9	24.0	1.4	0.0	0.2	0.0	5.1	2.3	0.0	213.2	39.5	13.9	31.6	0.5	0.2
トマト	25	13.2	3.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	1.0	0.0	32.1	1.2	1.4	3.6	0.0	0.0
にんじん	26	14.4	4.6	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	0.2	0.0	31.2	3.7	1.2	3.3	0.0	0.0
ほうれん草	27	12.3	2.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	0.9	0.0	41.5	6.1	3.5	3.7	0.1	0.1
ピーマン	28	6.6	1.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	12.9	0.7	0.7	1.5	0.0	0.0
その他の緑黄色野菜	29	38.5	12.7	0.9	0.0	0.1	0.0	2.5	0.1	0.0	95.4	27.9	7.2	19.5	0.4	0.1
その他の野菜	30~35	183.9	39.2	1.7	0.0	0.3	0.0	8.7	14.1	0.0	265.9	47.4	18.6	43.2	0.5	0.3
キャベツ	30	31.7	6.3	0.3	0.0	0.1	0.0	1.4	1.9	0.0	40.6	12.2	3.3	6.8	0.1	0.0
きゅうり	31	9.9	1.4	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	7.9	0.0	19.9	2.6	1.5	3.6	0.0	0.0
大根	32	34.5	6.2	0.2	0.0	0.0	0.0	1.4	1.2	0.0	64.0	9.4	3.6	4.8	0.1	0.0
たまねぎ	33	29.1	8.2	0.2	0.0	0.0	0.0	1.9	0.3	0.0	29.5	4.8	1.9	6.7	0.1	0.0
はくさい	34	19.5	1.9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	1.8	0.0	24.1	6.2	1.3	4.8	0.0	0.0
その他の淡色野菜	35	59.1	15.2	0.8	0.0	0.2	0.0	3.2	0.9	0.0	87.7	12.2	7.0	16.6	0.2	0.2
野菜ジュース	36	10.5	2.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	0.4	0.0	21.4	1.0	0.9	1.5	0.0	0.0
漬け物	37, 38	9.0	3.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	3.9	0.4	21.8	3.8	2.1	4.1	0.1	0.0
葉類漬け物	37	1.7	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.5	0.0	4.7	1.1	0.3	0.7	0.0	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	7.2	2.7	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	3.4	0.3	17.1	2.8	1.8	3.3	0.1	0.0
果実類	39~45	96.0	59.8	0.4	0.0	0.2	0.0	15.8	12.2	0.0	171.0	6.6	8.4	15.0	0.1	0.1
生果	39~43	85.7	53.2	0.4	0.0	0.2	0.0	14.1	6.8	0.0	162.8	6.0	7.9	14.0	0.1	0.1
いちご	39	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
柑橘類	40	5.3	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1	0.0	7.6	1.0	0.6	0.8	0.0	0.0
バナナ	41	11.3	9.7	0.1	0.0	0.0	0.0	2.5	4.6	0.0	40.7	0.7	3.6	3.1	0.0	0.0
りんご	42	20.9	12.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.2	1.1	0.0	25.0	0.6	0.7	2.5	0.0	0.0
その他の生果	43	48.2	29.0	0.2	0.0	0.1	0.0	7.6	0.1	0.0	89.4	3.7	3.1	7.7	0.1	0.0
ジャム	44	1.2	2.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	4.7	0.0	0.8	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
果汁・果汁飲料	45	9.1	4.2	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.8	0.0	7.3	0.4	0.4	0.8	0.0	0.0
きのこ類	46	21.2	3.7	0.5	0.0	0.1	0.0	1.2	0.7	0.0	43.7	0.5	2.1	14.3	0.1	0.1
藻類	47	12.1	2.6	0.3	0.0	0.0	0.0	0.7	3.0	0.1	40.3	9.8	7.9	5.3	0.1	0.0

食品群名		摂取量	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質 (うち動物性)	脂質	脂質 (うち動物性)	炭水化物	ナトリウム	食塩 相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
食品群別	食品群番号	g	kcal	g	g	g	g	g	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
魚介類	48~60	65.7	102.7	12.5	12.5	4.9	4.9	1.1	205.3	0.6	189.9	36.9	20.5	147.3	0.6	0.7
生魚介類	48~55	39.9	57.7	7.6	7.6	2.7	2.7	0.1	146.4	0.1	124.8	10.7	12.5	84.6	0.4	0.4
あじ、いわし類	48	5.8	12.8	1.1	1.1	0.9	0.9	0.0	1.9	0.0	15.0	1.9	1.6	11.5	0.1	0.1
さけ、ます	49	8.5	14.2	1.8	1.8	0.7	0.7	0.0	14.7	0.0	29.5	1.1	2.3	20.5	0.0	0.0
たい、かれい類	50	4.2	3.8	0.8	0.8	0.1	0.1	0.0	129.3	0.0	14.1	1.4	1.1	8.2	0.0	0.0
まぐろ、かじき類	51	4.6	6.0	1.1	1.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	18.4	0.3	1.6	12.0	0.1	0.0
その他の生魚	52	7.6	13.7	1.4	1.4	0.8	0.8	0.0	0.1	0.0	24.6	2.8	2.0	13.2	0.1	0.1
貝類	53	2.7	1.9	0.3	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	5.4	1.4	1.4	4.0	0.1	0.2
いか、たこ類	54	3.5	2.7	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	9.0	0.4	1.5	7.2	0.0	0.0
えび、かに類	55	3.1	2.6	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	8.9	1.5	1.1	7.9	0.0	0.0
魚介加工品	56~60	25.9	45.0	5.0	5.0	2.2	2.2	1.0	58.9	0.5	65.1	26.2	8.0	62.6	0.2	0.2
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	15.3	28.9	3.4	3.4	1.6	1.6	0.1	0.1	0.3	48.7	14.6	5.7	46.1	0.1	0.2
魚介(缶詰)	57	3.7	7.4	0.7	0.7	0.5	0.5	0.0	0.8	0.0	8.8	5.4	1.1	7.5	0.0	0.0
魚介(佃煮)	58	0.3	0.9	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	4.1	0.0	1.7	2.3	0.2	2.4	0.0	0.0
魚介(練り製品)	59	5.9	6.7	0.7	0.7	0.1	0.1	0.7	46.9	0.1	5.4	3.2	0.9	5.3	0.0	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.7	1.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	6.9	0.0	0.5	0.7	0.1	1.4	0.0	0.0
肉類	61~69	112.2	266.1	19.0	19.1	19.7	19.7	0.7	181.5	0.5	282.6	5.9	20.5	175.8	0.8	2.2
畜肉	61~64	80.6	217.0	13.5	13.5	17.0	17.0	0.6	152.2	0.4	205.2	3.9	14.1	129.5	0.6	1.8
牛肉	61	11.7	33.6	1.9	1.9	2.7	2.7	0.0	4.4	0.0	29.2	0.5	1.9	15.1	0.2	0.5
豚肉	62	51.4	134.7	9.0	9.0	10.3	10.3	0.1	3.7	0.1	137.9	2.0	9.4	72.8	0.3	1.1
ハム、ソーセージ類	63	17.3	48.5	2.5	2.5	4.1	4.1	0.5	2.0	0.4	37.3	1.4	2.8	41.2	0.1	0.2
その他の畜肉	64	0.3	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	5.1	0.0	0.8	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0
鳥肉	65, 66	30.7	47.9	5.4	5.4	2.6	2.6	0.1	16.1	0.1	75.8	1.9	6.2	44.9	0.2	0.4
鶏肉	65	30.7	47.9	5.4	5.4	2.6	2.6	0.1	9.0	0.1	75.8	1.9	6.2	44.9	0.2	0.4
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	7.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	0.6	0.9	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	6.3	0.0	0.9	0.1	0.1	0.7	0.0	0.0
その他の肉類・加工品	68, 69	0.3	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	143.8	0.0	0.8	0.0	0.1	0.6	0.0	0.0
鯨肉	68	0.3	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	130.3	0.0	0.8	0.0	0.1	0.6	0.0	0.0
その他の肉・加工品	69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	70	44.6	67.3	5.7	5.7	4.5	4.5	0.2	6.2	0.2	57.5	22.7	4.9	80.2	0.8	0.6
乳類	71~75	123.2	95.7	4.5	4.5	4.7	4.7	8.6	227.3	0.2	180.3	145.5	13.9	125.7	0.1	0.5
牛乳・乳製品	71~74	123.2	95.7	4.5	4.5	4.7	4.7	8.6	83.5	0.2	180.3	145.5	13.9	125.7	0.1	0.5
牛乳	71	80.2	51.9	2.7	2.7	2.8	2.8	3.9	47.1	0.1	123.7	89.9	8.4	74.3	0.0	0.3
チーズ	72	2.4	8.2	0.5	0.6	0.6	0.6	0.0	5.5	0.1	1.4	14.8	0.5	16.1	0.0	0.1
発酵乳・乳酸菌飲料	73	30.7	20.1	1.0	1.0	0.4	0.4	3.2	7.8	0.0	41.6	31.9	4.1	25.7	0.0	0.1
その他の乳製品	74	9.9	15.5	0.3	0.3	0.9	0.9	1.5	23.1	0.0	13.6	8.9	1.0	9.6	0.0	0.0
その他の乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	143.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類	76~80	11.1	99.0	0.0	0.0	10.7	9.9	0.0	21.3	0.0	0.4	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0
バター	76	0.9	6.7	0.0	0.0	0.7	0.7	0.0	0.1	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
マーガリン	77	0.6	3.7	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	20.6	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
植物性油脂	78	9.4	86.2	0.0	0.0	9.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.2	1.6	0.0	0.0	0.2	0.2	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の油脂	80	0.1	0.8	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81~85	24.3	82.9	1.5	0.0	3.0	0.0	12.5	134.8	0.1	55.2	12.1	5.6	22.7	0.2	0.2
和菓子類	81	11.3	35.4	0.7	0.0	0.5	0.0	7.0	0.0	0.1	16.5	2.2	2.1	8.6	0.1	0.1
ケーキ・ペストリー類	82	5.4	19.3	0.4	0.0	1.0	0.0	2.3	62.5	0.0	5.4	2.6	0.5	5.0	0.0	0.0
ビスケット類	83	0.6	3.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.4	34.5	0.0	0.7	0.8	0.1	0.6	0.0	0.0
キャンディー類	84	0.1	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	23.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の菓子類	85	6.8	25.0	0.3	0.0	1.4	0.0	2.8	14.1	0.0	32.6	6.4	2.9	8.5	0.1	0.0
嗜好飲料類	86~91	558.8	114.6	0.8	0.0	0.0	0.0	7.5	15.9	0.0	149.9	14.8	15.8	24.0	0.3	0.1
アルコール飲料	86~88	170.4	93.8	0.2	0.0	0.0	0.0	3.1	13.4	0.0	22.1	2.9	4.3	9.5	0.0	0.0
日本酒	86	13.0	14.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	7.4	0.0	0.6	0.4	0.1	0.9	0.0	0.0
ビール	87	65.2	27.1	0.2	0.0	0.0	0.0	2.1	0.0	0.0	17.6	2.2	3.9	8.3	0.0	0.0
洋酒・その他	88	92.3	52.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	6.0	0.0	3.9	0.3	0.2	0.3	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	388.4	20.8	0.6	0.0	0.0	0.0	4.4	2.5	0.0	127.8	11.9	11.5	14.5	0.3	0.1
茶	89	151.3	2.5	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	2.5	0.0	37.4	4.3	2.6	2.9	0.2	0.0
コーヒー・ココア	90	137.8	7.6	0.3	0.0	0.0	0.0	1.5	0.0	0.0	81.2	3.8	8.2	9.1	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	91	99.3	10.7	0.0	0.0	0.0	0.0	2.6	0.0	0.0	9.2	3.8	0.7	2.5	0.0	0.1
調味料・香辛料	92~98	70.0	116.1	4.4	0.0	4.9	0.0	12.2	56.6	7.8	186.8	32.3	30.3	77.3	1.1	0.4
調味料	92~97	69.4	114.5	4.3	0.0	4.9	0.0	12.0	56.3	7.8	184.0	31.7	29.8	76.5	1.1	0.4
ソース	92	1.4	1.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.1	2.8	0.8	0.3	0.2	0.0	0.0
しょうゆ	93	16.2	13.3	1.3	0.0	0.0	0.0	1.6	34.0	2.2	67.4	4.4	11.5	28.2	0.3	0.2
塩	94	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.4	1.4	1.4	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0
マヨネーズ	95	3.0	17.5	0.1	0.0	1.9	0.0	0.1	2.0	0.1	0.7	0.4	0.1	1.6	0.0	0.0
味噌	96	12.2	22.8	1.5	0.0	0.7	0.0	2.6	0.0	1.5	47.1	12.1	8.9	21.1	0.4	0.1
その他の調味料	97	35.2	59.1	1.4	0.0	2.3	0.0	7.3	9.9	2.6	64.6	13.6	8.8	25.4	0.3	0.1
香辛料・その他	98	0.6	1.6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.2	0.3	0.0	2.8	0.6	0.4	0.8	0.0	0.0

食品群名		銅	ビタミンA	ビタミンD	ビタミンE	ビタミンK	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ナイアシン 当量	ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>12</sub>	葉酸	パントテン酸	ビタミンC
食品群別	食品群番号	mg	μgRAE	μg	mg	μg	mg	mg	mgNE	mg	μg	μg	mg	mg
総量	1~100	1.20	443.8	7.4	7.1	281.6	1.04	1.22	32.5	1.21	6.2	295.6	6.05	91.3
動物性食品	48~76, 79	0.19	154.2	6.9	2.0	18.7	0.56	0.65	18.5	0.52	5.8	35.7	2.61	6.9
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	1.01	289.6	0.5	5.1	262.9	0.48	0.57	14.0	0.70	0.4	259.9	3.43	84.4
穀類	1~12	0.46	2.4	0.0	0.5	0.8	0.19	0.13	5.0	0.10	0.0	24.0	1.29	0.1
米・加工品	1, 2	0.36	0.0	0.0	0.0	0.0	0.08	0.04	2.9	0.08	0.0	10.9	0.90	0.0
米	1	0.35	0.0	0.0	0.0	0.0	0.08	0.04	2.9	0.08	0.0	10.8	0.89	0.0
米加工品	2	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.01	0.0
小麦・加工品	3~9	0.09	2.3	0.0	0.4	0.8	0.10	0.09	1.8	0.02	0.0	12.0	0.35	0.1
小麦粉類	3	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.4	0.02	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.02	0.0	0.0	0.1	0.0	0.01	0.01	0.4	0.01	0.0	5.6	0.08	0.0
菓子パン類	5	0.01	1.2	0.0	0.0	0.2	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	1.6	0.03	0.0
うどん、中華めん類	6	0.03	0.0	0.0	0.1	0.0	0.01	0.01	0.7	0.00	0.0	1.8	0.14	0.0
即席中華めん	7	0.01	1.0	0.0	0.2	0.6	0.06	0.07	0.2	0.00	0.0	1.2	0.04	0.1
パスタ類	8	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.3	0.02	0.0
その他の小麦加工品	9	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	1.2	0.02	0.0
その他穀類・加工品	10~12	0.01	0.1	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.2	0.01	0.0	1.1	0.05	0.0
そば・加工品	10	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.00	0.0	0.7	0.03	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
その他の穀類	12	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.4	0.01	0.0
いも類	13~16	0.05	0.2	0.0	0.2	0.0	0.03	0.01	0.5	0.07	0.0	9.8	0.19	5.6
いも・加工品	13~15	0.05	0.2	0.0	0.2	0.0	0.03	0.01	0.5	0.07	0.0	9.8	0.19	5.6
さつまいも・加工品	13	0.01	0.2	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	3.4	0.06	1.6
じゃがいも・加工品	14	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.2	0.03	0.0	3.4	0.08	3.4
その他のいも・加工品	15	0.02	0.0	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	3.0	0.05	0.6
でんぷん・加工品	16	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
砂糖・甘味料類	17	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
豆類	18~23	0.16	0.0	0.0	0.3	87.9	0.05	0.09	1.8	0.06	0.0	24.0	0.53	0.0
大豆・加工品	18~22	0.16	0.0	0.0	0.3	87.8	0.05	0.09	1.8	0.06	0.0	23.8	0.53	0.0
大豆(全粒)・加工品	18	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.5	0.00	0.0
豆腐	19	0.06	0.0	0.0	0.1	2.6	0.03	0.01	0.7	0.02	0.0	4.1	0.01	0.0
油揚げ類	20	0.02	0.0	0.0	0.1	2.8	0.00	0.00	0.3	0.00	0.0	1.4	0.01	0.0
納豆	21	0.08	0.0	0.0	0.1	82.0	0.01	0.07	0.7	0.03	0.0	15.9	0.48	0.0
その他の大豆加工品	22	0.01	0.0	0.0	0.1	0.3	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	1.9	0.02	0.0
その他の豆・加工品	23	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.3	0.00	0.0
種実類	24	0.02	0.0	0.0	0.1	0.1	0.01	0.00	0.2	0.01	0.0	1.7	0.01	0.0
野菜類	25~38	0.13	246.9	0.0	1.7	140.4	0.10	0.10	1.6	0.22	0.0	124.3	0.60	45.7
緑黄色野菜	25~29	0.05	211.7	0.0	1.3	94.8	0.04	0.06	0.8	0.09	0.0	53.9	0.26	24.6
トマト	25	0.01	7.9	0.0	0.1	0.7	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	3.6	0.02	2.9
にんじん	26	0.01	92.0	0.0	0.1	2.3	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	2.4	0.03	0.5
ほうれん草	27	0.01	39.0	0.0	0.2	27.7	0.00	0.01	0.1	0.01	0.0	9.4	0.01	1.6
ピーマン	28	0.00	2.9	0.0	0.1	1.1	0.00	0.00	0.1	0.02	0.0	2.4	0.02	6.5
その他の緑黄色野菜	29	0.02	69.9	0.0	0.8	63.1	0.02	0.03	0.4	0.04	0.0	36.1	0.17	13.1
その他の野菜	30~35	0.07	8.7	0.0	0.4	43.5	0.05	0.04	0.7	0.11	0.0	66.5	0.30	19.5
キャベツ	30	0.01	1.4	0.0	0.0	22.7	0.01	0.01	0.1	0.02	0.0	17.9	0.05	8.0
きゅうり	31	0.01	2.8	0.0	0.0	3.4	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	2.5	0.03	1.4
大根	32	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	9.8	0.03	2.7
たまねぎ	33	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.03	0.0	3.0	0.04	1.4
はくさい	34	0.00	1.5	0.0	0.0	12.2	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	6.4	0.04	1.6
その他の淡色野菜	35	0.03	3.1	0.0	0.3	5.3	0.02	0.02	0.3	0.04	0.0	27.0	0.12	4.4
野菜ジュース	36	0.00	25.7	0.0	0.0	0.3	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.1	0.02	0.5
漬け物	37, 38	0.01	0.8	0.0	0.0	1.8	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	2.8	0.02	1.1
葉類漬け物	37	0.00	0.5	0.0	0.0	1.2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.2	0.00	0.5
たくあん・その他の漬け物	38	0.00	0.3	0.0	0.0	0.6	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.6	0.02	0.6
果実類	39~45	0.05	12.8	0.0	0.3	0.7	0.03	0.01	0.3	0.08	0.0	12.9	0.18	21.8
生果	39~43	0.05	12.7	0.0	0.2	0.7	0.03	0.01	0.3	0.08	0.0	11.9	0.17	20.9
いちご	39	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
柑橘類	40	0.00	4.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.1	0.01	1.7
バナナ	41	0.01	0.6	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.04	0.0	2.9	0.05	1.8
りんご	42	0.01	0.2	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.01	0.0	0.4	0.01	0.9
その他の生果	43	0.03	7.9	0.0	0.1	0.7	0.01	0.01	0.2	0.02	0.0	7.3	0.10	16.5
ジャム	44	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.1
果汁・果汁飲料	45	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.9	0.01	0.9
きのこ類	46	0.02	0.0	0.4	0.0	0.0	0.02	0.02	0.8	0.01	0.0	6.5	0.19	0.0
藻類	47	0.00	11.6	0.0	0.0	8.9	0.00	0.01	0.1	0.00	0.2	7.9	0.01	0.8

食品群名		銅	ビタミンA	ビタミンD	ビタミンE	ビタミンK	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ナイアシン当量	ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>12</sub>	葉酸	パントテン酸	ビタミンC
食品群別	食品群番号	mg	μgRAE	μg	mg	μg	mg	mg	mgNE	mg	μg	μg	mg	mg
魚介類	48~60	0.08	25.3	5.6	1.1	0.5	0.07	0.11	6.3	0.18	4.3	9.1	0.45	0.9
生魚介類	48~55	0.05	17.3	3.2	0.7	0.2	0.04	0.06	3.8	0.12	2.6	5.5	0.28	0.4
あじ、いわし類	48	0.01	1.0	0.5	0.1	0.0	0.00	0.01	0.7	0.02	0.7	0.7	0.04	0.0
さけ、ます	49	0.00	1.8	1.9	0.2	0.1	0.01	0.01	0.9	0.03	0.4	1.3	0.10	0.1
たい、かれい類	50	0.00	0.4	0.2	0.1	0.0	0.00	0.01	0.2	0.01	0.1	0.3	0.02	0.1
まぐろ、かじき類	51	0.00	0.9	0.3	0.0	0.0	0.00	0.00	0.9	0.04	0.2	0.2	0.02	0.0
その他の生魚	52	0.00	12.2	0.4	0.2	0.0	0.01	0.01	0.6	0.02	0.3	0.5	0.06	0.1
貝類	53	0.01	0.6	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	0.1	0.00	0.6	1.3	0.01	0.0
いか、たこ類	54	0.01	0.4	0.0	0.1	0.0	0.00	0.00	0.2	0.01	0.1	0.1	0.01	0.0
えび、かに類	55	0.01	0.1	0.0	0.1	0.0	0.00	0.00	0.2	0.00	0.0	1.1	0.02	0.0
魚介加工品	56~60	0.03	8.0	2.4	0.4	0.3	0.03	0.05	2.5	0.06	1.7	3.6	0.17	0.5
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	0.02	6.6	2.0	0.3	0.0	0.03	0.04	1.8	0.04	1.4	2.8	0.15	0.5
魚介(缶詰)	57	0.00	0.3	0.3	0.1	0.3	0.00	0.01	0.5	0.01	0.3	0.3	0.01	0.0
魚介(佃煮)	58	0.00	0.8	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.2	0.00	0.0
魚介(練り製品)	59	0.00	0.3	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.2	0.00	0.1	0.2	0.00	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
肉類	61~69	0.06	20.2	0.3	0.4	10.9	0.42	0.18	9.7	0.27	0.7	4.8	0.97	5.2
畜肉	61~64	0.05	3.7	0.2	0.3	2.9	0.39	0.13	6.6	0.19	0.6	1.5	0.65	4.7
牛肉	61	0.01	0.7	0.0	0.1	0.9	0.01	0.02	0.8	0.03	0.2	0.7	0.09	0.1
豚肉	62	0.03	2.9	0.1	0.2	1.6	0.31	0.09	4.4	0.13	0.2	0.6	0.45	0.4
ハム、ソーセージ類	63	0.01	0.2	0.1	0.1	0.4	0.08	0.02	1.4	0.03	0.2	0.3	0.11	4.2
その他の畜肉	64	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
鳥肉	65, 66	0.01	6.6	0.1	0.1	7.9	0.02	0.04	2.9	0.08	0.1	2.2	0.31	0.4
鶏肉	65	0.01	6.6	0.1	0.1	7.9	0.02	0.04	2.9	0.08	0.1	2.2	0.31	0.4
その他の鳥肉	66	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
肉類(内臓)	67	0.00	9.8	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.0	0.01	0.0
その他の肉類・加工品	68, 69	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
豚肉	68	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の肉・加工品	69	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
卵類	70	0.04	62.5	0.8	0.4	5.4	0.03	0.18	1.4	0.03	0.4	15.8	0.60	0.0
乳類	71~75	0.01	41.2	0.2	0.1	1.8	0.04	0.18	1.2	0.03	0.4	5.9	0.59	0.9
牛乳・乳製品	71~74	0.01	41.2	0.2	0.1	1.8	0.04	0.18	1.2	0.03	0.4	5.9	0.59	0.9
牛乳	71	0.01	28.3	0.2	0.1	1.4	0.03	0.12	0.7	0.02	0.2	3.6	0.44	0.7
チーズ	72	0.00	5.7	0.0	0.0	0.1	0.00	0.01	0.1	0.00	0.1	0.6	0.00	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	0.00	3.8	0.0	0.0	0.1	0.01	0.04	0.2	0.01	0.0	1.7	0.11	0.1
その他の乳製品	74	0.00	3.4	0.0	0.0	0.2	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	0.1	0.03	0.0
その他の乳類	75	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
油脂類	76~80	0.00	5.3	0.0	1.3	13.5	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
バター	76	0.00	5.0	0.0	0.0	0.2	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
マーガリン	77	0.00	0.2	0.0	0.1	0.4	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
植物性油脂	78	0.00	0.1	0.0	1.1	13.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
動物性油脂	79	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の油脂	80	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
菓子類	81~85	0.03	9.2	0.1	0.3	1.4	0.02	0.03	0.5	0.02	0.0	4.8	0.15	1.1
和菓子類	81	0.02	0.7	0.0	0.1	0.7	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	1.8	0.05	0.3
ケーキ・ペストリー類	82	0.00	5.9	0.0	0.0	0.5	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	1.0	0.03	0.1
ビスケット類	83	0.00	0.5	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
キャンディー類	84	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の菓子類	85	0.01	2.1	0.0	0.1	0.2	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	1.9	0.06	0.8
嗜好飲料類	86~91	0.02	1.7	0.0	0.0	3.4	0.00	0.09	1.8	0.06	0.0	26.5	0.11	9.0
アルコール飲料	86~88	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	0.5	0.03	0.0	3.9	0.06	0.0
日本酒	86	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.01	0.0	0.0	0.00	0.0
ビール	87	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	0.5	0.02	0.0	3.9	0.06	0.0
洋酒・その他	88	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	0.02	1.7	0.0	0.0	3.4	0.00	0.08	1.4	0.02	0.0	22.6	0.06	9.0
茶	89	0.01	0.5	0.0	0.0	1.4	0.00	0.06	0.3	0.01	0.0	21.2	0.05	7.1
コーヒー・ココア	90	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	1.0	0.00	0.0	0.1	0.01	0.0
その他の嗜好飲料	91	0.00	1.2	0.0	0.0	2.1	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.3	0.00	1.9
調味料・香辛料	92~98	0.07	4.5	0.0	0.5	6.0	0.03	0.07	1.4	0.07	0.1	17.5	0.17	0.3
調味料	92~97	0.07	4.2	0.0	0.5	5.9	0.03	0.07	1.3	0.07	0.1	17.4	0.17	0.3
ソース	92	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
しょうゆ	93	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.03	0.3	0.03	0.0	5.3	0.08	0.0
塩	94	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
マヨネーズ	95	0.00	1.4	0.0	0.3	3.4	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.01	0.0
味噌	96	0.04	0.0	0.0	0.1	1.2	0.00	0.01	0.4	0.01	0.0	7.1	0.01	0.0
その他の調味料	97	0.02	2.8	0.0	0.2	1.3	0.01	0.02	0.6	0.02	0.1	4.9	0.07	0.3
香辛料・その他	98	0.00	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.1



食品群名		脂肪酸 g					コレステロール	食物繊維 g		
食品群別	食品群番号	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系	n-6系	mg	総量	水溶性	不溶性
総量	1~100	18.7	23.3	13.9	2.4	11.3	356.1	20.6	4.0	12.6
動物性食品	48~76, 79	12.7	13.5	4.1	1.1	3.0	337.0	0.0	0.0	0.0
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	6.1	9.8	9.8	1.3	8.4	19.1	20.6	4.0	12.6
穀類	1~12	1.8	1.3	1.1	0.0	1.0	3.3	7.5	0.8	3.6
米・加工品	1, 2	0.4	0.2	0.3	0.0	0.3	0.0	5.3	0.0	2.1
米	1	0.4	0.2	0.3	0.0	0.3	0.0	5.3	0.0	2.1
米加工品	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
小麦・加工品	3~9	1.4	1.1	0.7	0.0	0.6	3.3	1.9	0.7	1.2
小麦粉類	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.4	0.2	0.2	0.0	0.1	0.0	0.4	0.1	0.3
菓子パン類	5	0.2	0.2	0.1	0.0	0.1	2.3	0.1	0.0	0.1
うどん、中華めん類	6	0.1	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0	0.8	0.3	0.5
即席中華めん	7	0.6	0.6	0.2	0.0	0.1	0.9	0.2	0.1	0.1
パスタ類	8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の小麦加工品	9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
その他穀類・加工品	10~12	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.4	0.1	0.2
そば・加工品	10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
とうもろこし・加工品	11	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	12	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
いも類	13~16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.5	0.9
いも・加工品	13~15	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.5	0.8
さつまいも・加工品	13	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.2
じゃがいも・加工品	14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.3
その他のいも・加工品	15	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.3
でんぷん・加工品	16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	18~23	0.7	1.1	2.4	0.3	2.1	0.0	1.5	0.4	0.9
大豆・加工品	18~22	0.7	1.1	2.4	0.3	2.1	0.0	1.4	0.4	0.8
大豆(全粒)・加工品	18	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
豆腐	19	0.3	0.3	0.9	0.1	0.8	0.0	0.4	0.1	0.1
油揚げ類	20	0.2	0.4	0.6	0.1	0.5	0.0	0.1	0.0	0.0
納豆	21	0.2	0.3	0.8	0.1	0.7	0.0	0.9	0.3	0.6
その他の大豆加工品	22	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の豆・加工品	23	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
種実類	24	0.1	0.3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.2	0.0	0.1
野菜類	25~38	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	5.8	1.6	4.2
緑黄色野菜	25~29	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.2	0.5	1.7
トマト	25	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
にんじん	26	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
ほうれん草	27	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.3
ピーマン	28	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
その他の緑黄色野菜	29	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.3	1.0
その他の野菜	30~35	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	3.2	1.0	2.3
キャベツ	30	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1	0.4
きゅうり	31	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
大根	32	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0.2	0.4
たまねぎ	33	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.2	0.3
はくさい	34	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の淡色野菜	35	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	0.3	0.9
野菜ジュース	36	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
漬け物	37, 38	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.2
葉類漬け物	37	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2
果実類	39~45	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	0.4	1.2
生果	39~43	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	0.3	1.1
いちご	39	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
柑橘類	40	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
バナナ	41	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
りんご	42	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.2
その他の生果	43	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.2	0.8
ジャム	44	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果汁・果汁飲料	45	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
きのこ類	46	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1	0.7
藻類	47	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.5	0.0	0.1

食品群名		脂肪酸 g					コレステロール mg	食物繊維 g		
食品群別	食品群番号	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系	n-6系		総量	水溶性	不溶性
魚介類	48~60	1.0	1.6	1.2	0.9	0.3	58.2	0.0	0.0	0.0
生魚介類	48~55	0.6	0.9	0.6	0.5	0.1	33.8	0.0	0.0	0.0
あじ、いわし類	48	0.2	0.3	0.2	0.2	0.0	3.7	0.0	0.0	0.0
さげ、ます	49	0.1	0.3	0.2	0.1	0.1	5.5	0.0	0.0	0.0
たい、かれい類	50	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.9	0.0	0.0	0.0
まぐろ、かじき類	51	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0
その他の生魚	52	0.2	0.3	0.2	0.1	0.0	5.5	0.0	0.0	0.0
貝類	53	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0
いか、たこ類	54	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	7.6	0.0	0.0	0.0
えび、かに類	55	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.8	0.0	0.0	0.0
魚介加工品	56~60	0.5	0.7	0.6	0.4	0.2	24.4	0.0	0.0	0.0
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	0.3	0.5	0.4	0.3	0.0	19.5	0.0	0.0	0.0
魚介(缶詰)	57	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	2.3	0.0	0.0	0.0
魚介(佃煮)	58	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0
魚介(練り製品)	59	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	0.0	0.0	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
肉類	61~69	7.1	8.8	1.9	0.1	1.8	74.8	0.0	0.0	0.0
畜肉	61~64	6.3	7.6	1.6	0.1	1.5	49.0	0.0	0.0	0.0
牛肉	61	0.9	1.4	0.1	0.0	0.1	7.9	0.0	0.0	0.0
豚肉	62	4.0	4.4	1.0	0.1	1.0	32.2	0.0	0.0	0.0
ハム、ソーセージ類	63	1.5	1.8	0.5	0.0	0.4	8.8	0.0	0.0	0.0
その他の畜肉	64	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
鳥肉	65、66	0.7	1.2	0.4	0.0	0.3	24.4	0.0	0.0	0.0
鶏肉	65	0.7	1.2	0.4	0.0	0.3	24.4	0.0	0.0	0.0
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0
その他の肉類・加工品	68、69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
鯨肉	68	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
その他の肉・加工品	69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	70	1.2	1.6	0.7	0.1	0.7	187.2	0.0	0.0	0.0
乳類	71~75	2.8	1.2	0.1	0.0	0.1	14.8	0.0	0.0	0.0
牛乳・乳製品	71~74	2.8	1.2	0.1	0.0	0.1	14.8	0.0	0.0	0.0
牛乳	71	1.7	0.6	0.1	0.0	0.1	9.1	0.0	0.0	0.0
チーズ	72	0.4	0.2	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	0.0
その他の乳製品	74	0.5	0.3	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0
その他の乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類	76~80	1.8	4.4	3.7	0.6	3.2	2.2	0.0	0.0	0.0
バター	76	0.5	0.2	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	0.0
マーガリン	77	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
植物性油脂	78	1.1	4.0	3.6	0.6	3.0	0.1	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
その他の油脂	80	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81~85	1.1	1.0	0.5	0.1	0.4	10.9	0.4	0.1	0.3
和菓子類	81	0.1	0.2	0.2	0.0	0.1	2.0	0.2	0.0	0.2
ケーキ・ペストリー類	82	0.4	0.3	0.1	0.0	0.1	6.9	0.0	0.0	0.0
ビスケット類	83	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
キャンデー類	84	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の菓子類	85	0.5	0.5	0.2	0.0	0.2	1.7	0.2	0.1	0.1
嗜好飲料類	86~91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
アルコール飲料	86~88	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
日本酒	86	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビール	87	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
洋酒・その他	88	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
茶	89	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
コーヒー・ココア	90	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料	92~98	1.0	1.8	1.5	0.2	1.3	4.6	0.9	0.2	0.7
調味料	92~97	0.9	1.8	1.5	0.2	1.2	4.6	0.9	0.2	0.7
ソース	92	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
しょうゆ	93	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
塩	94	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
マヨネーズ	95	0.2	0.8	0.7	0.1	0.6	3.0	0.0	0.0	0.0
味噌	96	0.1	0.1	0.4	0.1	0.3	0.0	0.6	0.1	0.5
その他の調味料	97	0.6	0.9	0.4	0.0	0.3	1.5	0.3	0.1	0.2
香辛料・その他	98	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

【第7表の3】 食品群別栄養素等摂取量（女）

食品群名		摂取量	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質 (うち動物性)	脂質	脂質 (うち動物性)	炭水化物	ナトリウム	食塩 相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
食品群別	食品群番号	g	kcal	g	g	g	g	g	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
総量	1~100	1,741.0	1,701.7	65.3	35.5	54.7	29.0	228.0	3,717.8	9.4	2,193.4	483.7	234.1	939.3	7.3	7.7
動物性食品	48~76, 79	310.3	460.8	35.6	35.5	29.0	29.0	10.5	533.9	1.4	616.7	209.5	52.4	469.7	2.0	3.5
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	1,430.7	1,240.9	29.7	0.0	25.6	0.0	217.5	3,183.8	8.1	1,576.7	274.2	181.7	469.6	5.3	4.2
穀類	1~12	369.2	644.5	12.7	0.0	3.5	0.0	135.1	310.1	0.8	141.9	33.5	35.9	151.8	0.8	2.0
米・加工品	1, 2	266.5	446.3	6.7	0.0	0.8	0.0	98.5	4.3	0.0	79.4	8.1	20.3	93.7	0.3	1.6
米	1	265.1	443.0	6.6	0.0	0.8	0.0	97.8	2.6	0.0	78.8	8.1	20.1	93.2	0.3	1.6
米加工品	2	1.4	3.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	1.6	0.0	0.6	0.1	0.1	0.6	0.0	0.0
小麦・加工品	3~9	90.2	178.3	5.3	0.0	2.5	0.0	32.7	296.9	0.8	56.5	23.9	11.8	47.1	0.4	0.3
小麦粉類	3	3.0	10.9	0.2	0.0	0.1	0.0	2.2	5.1	0.0	3.9	1.2	0.4	2.3	0.0	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	17.8	48.3	1.6	0.0	0.9	0.0	8.5	85.4	0.2	17.6	4.6	3.8	13.5	0.1	0.1
菓子パン類	5	3.2	9.2	0.3	0.0	0.2	0.0	1.5	9.1	0.0	3.4	1.3	0.6	2.8	0.0	0.0
うどん、中華めん類	6	47.6	63.4	1.8	0.0	0.3	0.0	12.7	56.0	0.1	16.5	5.4	3.0	14.6	0.1	0.1
即席中華めん	7	4.8	20.3	0.5	0.0	0.8	0.0	2.8	94.3	0.2	9.9	9.9	1.3	5.9	0.1	0.0
パスタ類	8	8.3	13.9	0.5	0.0	0.1	0.0	2.7	38.3	0.1	1.2	0.7	1.7	4.4	0.1	0.1
その他の小麦加工品	9	5.5	12.4	0.4	0.0	0.1	0.0	2.3	8.8	0.0	4.0	0.9	1.1	3.5	0.0	0.0
その他穀類・加工品	10~12	12.4	19.9	0.7	0.0	0.2	0.0	4.0	8.9	0.0	6.0	1.5	3.9	11.0	0.1	0.1
そば・加工品	10	9.7	12.4	0.5	0.0	0.1	0.0	2.4	1.3	0.0	2.8	0.9	2.8	7.6	0.1	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.9	3.5	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	7.6	0.0	0.9	0.0	0.1	0.4	0.0	0.0
その他の穀類	12	1.8	4.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	2.3	0.5	1.0	3.0	0.0	0.0
いも類	13~16	47.5	36.0	0.6	0.0	0.1	0.0	8.5	2.2	0.0	156.2	8.9	6.9	15.6	0.2	0.1
いも・加工品	13~15	44.0	30.2	0.6	0.0	0.1	0.0	7.2	2.2	0.0	155.6	8.6	6.7	14.6	0.2	0.1
さつまいも・加工品	13	7.1	9.8	0.1	0.0	0.0	0.0	2.3	1.1	0.0	31.4	2.6	1.7	3.4	0.0	0.0
じゃがいも・加工品	14	19.5	14.1	0.3	0.0	0.0	0.0	3.2	0.2	0.0	64.8	0.8	3.1	6.1	0.1	0.0
その他のいも・加工品	15	17.5	6.4	0.2	0.0	0.0	0.0	1.6	0.8	0.0	59.4	5.2	1.9	5.2	0.1	0.0
でんぷん・加工品	16	3.5	5.7	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.6	0.3	0.2	1.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	5.4	19.7	0.0	0.0	0.0	0.0	5.1	0.1	0.0	2.2	0.5	0.1	0.1	0.0	0.0
豆類	18~23	60.4	72.6	5.6	0.0	4.2	0.0	3.0	16.3	0.0	147.1	60.1	36.3	72.6	1.2	0.6
大豆・加工品	18~22	59.6	70.9	5.5	0.0	4.2	0.0	2.7	15.4	0.0	144.8	59.8	36.0	71.8	1.2	0.6
大豆(全粒)・加工品	18	0.8	2.1	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	1.2	0.0	6.5	0.9	1.0	2.4	0.0	0.0
豆腐	19	27.9	20.9	1.8	0.0	1.3	0.0	0.5	7.3	0.0	33.6	24.8	14.7	23.9	0.4	0.2
油揚げ類	20	8.0	17.6	1.2	0.0	1.4	0.0	0.1	1.6	0.0	7.3	20.7	6.3	17.5	0.2	0.1
納豆	21	11.9	23.8	2.0	0.0	1.2	0.0	1.4	1.6	0.0	78.6	10.5	11.9	23.0	0.4	0.2
その他の大豆加工品	22	10.9	6.6	0.4	0.0	0.3	0.0	0.6	3.8	0.0	18.8	2.9	2.2	5.0	0.1	0.0
その他の豆・加工品	23	0.9	1.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.9	0.0	2.3	0.3	0.3	0.9	0.0	0.0
種実類	24	2.3	12.3	0.3	0.0	1.0	0.0	0.6	1.2	0.0	11.9	9.2	4.7	8.0	0.1	0.1
野菜類	25~38	270.6	66.3	3.1	0.0	0.4	0.0	14.6	127.2	0.3	506.2	88.2	34.2	76.1	1.1	0.6
緑黄色野菜	25~29	88.1	26.1	1.5	0.0	0.2	0.0	5.5	10.1	0.0	224.7	41.1	15.0	32.3	0.6	0.2
トマト	25	12.8	3.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	0.4	0.0	32.0	1.2	1.4	3.5	0.0	0.0
にんじん	26	14.6	4.6	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	3.5	0.0	31.8	3.8	1.2	3.4	0.0	0.0
ほうれん草	27	13.3	2.3	0.2	0.0	0.0	0.0	0.4	1.0	0.0	45.1	6.5	3.7	4.0	0.1	0.1
ピーマン	28	5.7	1.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	11.0	0.6	0.6	1.2	0.0	0.0
その他の緑黄色野菜	29	41.8	14.7	1.0	0.0	0.1	0.0	3.0	5.1	0.0	104.8	29.1	8.0	20.1	0.4	0.1
その他の野菜	30~35	163.2	34.4	1.5	0.0	0.2	0.0	7.7	9.1	0.0	238.4	42.8	16.6	38.5	0.4	0.3
キャベツ	30	28.3	5.6	0.3	0.0	0.1	0.0	1.3	1.0	0.0	36.4	10.9	2.9	6.1	0.1	0.0
きゅうり	31	9.0	1.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	17.9	2.3	1.3	3.2	0.0	0.0
大根	32	28.3	5.3	0.1	0.0	0.0	0.0	1.2	4.1	0.0	53.3	8.0	3.1	4.0	0.1	0.0
たまねぎ	33	24.7	6.9	0.2	0.0	0.0	0.0	1.6	0.6	0.0	24.9	4.0	1.6	5.6	0.0	0.0
はくさい	34	18.4	1.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.7	0.0	23.3	5.9	1.3	4.6	0.0	0.0
その他の淡色野菜	35	54.6	13.5	0.7	0.0	0.1	0.0	2.9	2.5	0.0	82.6	11.6	6.4	15.0	0.2	0.1
野菜ジュース	36	12.1	3.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	1.7	0.0	24.4	1.1	1.0	1.8	0.0	0.0
漬け物	37, 38	7.2	2.5	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	106.4	0.3	18.7	3.1	1.7	3.5	0.0	0.0
葉類漬け物	37	1.8	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	16.7	0.0	5.7	1.1	0.3	0.9	0.0	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	5.3	1.9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	89.6	0.2	13.0	2.0	1.4	2.6	0.0	0.0
果実類	39~45	107.2	67.8	0.5	0.0	0.3	0.0	17.6	1.1	0.0	186.9	8.1	9.1	16.3	0.2	0.1
生果	39~43	98.8	62.1	0.5	0.0	0.3	0.0	16.2	0.7	0.0	181.0	7.7	8.8	15.7	0.1	0.1
いちご	39	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
柑橘類	40	10.2	6.1	0.1	0.0	0.0	0.0	1.6	0.2	0.0	14.3	2.0	1.1	1.5	0.0	0.0
バナナ	41	10.2	8.8	0.1	0.0	0.0	0.0	2.3	0.0	0.0	36.7	0.6	3.3	2.8	0.0	0.0
りんご	42	27.1	15.6	0.0	0.0	0.1	0.0	4.2	0.0	0.0	32.5	0.8	0.9	3.3	0.0	0.0
その他の生果	43	51.2	31.5	0.3	0.0	0.2	0.0	8.1	0.5	0.0	97.4	4.1	3.5	8.3	0.1	0.0
ジャム	44	1.2	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1	0.0	0.8	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
果汁・果汁飲料	45	7.2	3.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.3	0.0	5.2	0.3	0.3	0.5	0.0	0.0
きのこ類	46	20.3	3.4	0.4	0.0	0.0	0.0	1.1	3.9	0.0	41.2	0.4	2.0	13.4	0.1	0.1
藻類	47	10.6	2.4	0.3	0.0	0.0	0.0	0.6	48.1	0.1	43.2	9.1	7.4	4.7	0.1	0.0

食品群名		摂取量	エネルギー	たんぱく質	たんぱく質 (うち動物性)	脂質	脂質 (うち動物性)	炭水化物	ナトリウム	食塩 相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
食品群別	食品群番号	g	kcal	g	g	g	g	g	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
魚介類	48~60	55.2	87.7	10.4	10.4	4.2	4.2	1.1	221.8	0.6	155.4	35.6	17.3	124.3	0.5	0.6
生魚介類	48~55	31.6	45.4	5.8	5.8	2.2	2.2	0.1	37.3	0.1	94.8	10.7	9.7	65.9	0.3	0.4
あじ、いわし類	48	6.0	13.0	1.1	1.1	0.9	0.9	0.0	6.1	0.0	15.7	1.8	1.6	12.0	0.1	0.1
さけ、ます	49	7.9	12.7	1.6	1.6	0.6	0.6	0.0	4.2	0.0	27.0	1.1	2.1	18.9	0.0	0.0
たい、かれい類	50	2.7	2.6	0.5	0.5	0.1	0.1	0.0	2.2	0.0	9.1	0.9	0.7	5.4	0.0	0.0
まぐろ、かじき類	51	1.6	1.9	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.7	0.0	6.6	0.1	0.5	4.1	0.0	0.0
その他の生魚	52	6.1	9.6	1.1	1.1	0.5	0.5	0.0	4.5	0.0	19.6	3.6	1.6	11.7	0.0	0.0
貝類	53	2.5	1.7	0.2	0.2	0.0	0.0	0.1	9.4	0.0	4.1	1.6	1.3	3.0	0.1	0.2
いか、たこ類	54	2.2	1.7	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	4.6	0.0	5.6	0.2	0.9	4.4	0.0	0.0
えび、かに類	55	2.6	2.2	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	5.6	0.0	7.2	1.4	0.9	6.5	0.0	0.0
魚介加工品	56~60	23.6	42.2	4.6	4.6	2.1	2.1	1.0	184.5	0.5	60.6	24.9	7.6	58.4	0.2	0.2
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	13.7	27.4	3.2	3.2	1.5	1.5	0.1	118.9	0.3	44.6	14.6	5.4	43.2	0.1	0.1
魚介(缶詰)	57	3.8	7.4	0.7	0.7	0.5	0.5	0.1	13.0	0.0	9.1	4.9	1.1	7.3	0.0	0.0
魚介(佃煮)	58	0.3	0.9	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	5.5	0.0	1.5	2.5	0.2	2.3	0.0	0.0
魚介(練り製品)	59	5.5	6.2	0.7	0.7	0.1	0.1	0.7	44.6	0.1	5.1	2.7	0.9	5.0	0.0	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.3	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.5	0.0	0.2	0.3	0.0	0.6	0.0	0.0
肉類	61~69	89.6	207.5	15.3	15.2	15.2	15.2	0.6	166.9	0.4	227.6	5.1	16.6	142.1	0.7	1.8
畜肉	61~64	63.1	165.9	10.5	10.5	12.9	12.9	0.5	144.5	0.4	162.1	3.1	11.1	102.8	0.5	1.4
牛肉	61	9.8	26.7	1.6	1.6	2.1	2.1	0.0	5.3	0.0	25.0	0.4	1.6	12.5	0.2	0.4
豚肉	62	38.5	98.0	6.8	6.8	7.4	7.4	0.1	17.6	0.0	105.1	1.5	7.1	55.2	0.2	0.8
ハム、ソーセージ類	63	14.6	41.1	2.1	2.1	3.5	3.5	0.4	121.5	0.3	31.5	1.2	2.3	34.7	0.1	0.2
その他の畜肉	64	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.5	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0
鳥肉	65~66	26.0	41.0	4.6	4.6	2.2	2.2	0.2	22.0	0.1	64.1	1.9	5.4	38.0	0.1	0.3
鶏肉	65	26.0	41.0	4.6	4.6	2.2	2.2	0.2	22.0	0.1	64.1	1.9	5.4	38.0	0.1	0.3
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	0.3	0.4	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.8	0.0	0.1	0.8	0.0	0.0
その他の肉類・加工品	68~69	0.2	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.6	0.0	0.1	0.5	0.0	0.0
鯨肉	68	0.2	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.6	0.0	0.1	0.5	0.0	0.0
その他の肉・加工品	69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	70	41.0	61.9	5.3	5.2	4.1	4.1	0.2	55.9	0.1	53.0	20.9	4.5	73.8	0.7	0.5
乳類	71~75	123.6	97.1	4.6	4.6	4.8	4.8	8.6	84.6	0.2	180.4	147.8	13.9	129.3	0.1	0.6
牛乳・乳製品	71~74	123.6	97.1	4.6	4.6	4.8	4.8	8.6	84.6	0.2	180.4	147.8	13.9	129.3	0.1	0.6
牛乳	71	79.9	52.0	2.7	2.7	2.8	2.8	3.9	34.3	0.1	123.0	89.4	8.3	74.1	0.0	0.3
チーズ	72	2.8	9.4	0.6	0.6	0.7	0.7	0.0	27.6	0.1	1.7	17.0	0.5	18.4	0.0	0.1
発酵乳・乳酸菌飲料	73	34.5	22.7	1.1	1.1	0.4	0.4	3.6	15.1	0.0	44.9	34.5	4.4	27.8	0.0	0.1
その他の乳製品	74	6.4	13.0	0.3	0.3	0.9	0.9	1.1	7.7	0.0	10.9	6.9	0.7	9.0	0.0	0.0
その他の乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類	76~80	9.4	83.7	0.0	0.0	9.1	9.1	0.0	7.4	0.0	0.3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0
バター	76	0.7	5.1	0.0	0.0	0.6	0.6	0.0	4.7	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
マーガリン	77	0.6	4.1	0.0	0.0	0.4	0.4	0.0	2.7	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
植物性油脂	78	7.9	72.4	0.0	0.0	7.9	7.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.2	1.5	0.0	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の油脂	80	0.1	0.6	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81~85	29.5	99.4	1.6	0.0	3.3	0.0	15.8	53.1	0.1	48.6	15.3	6.0	25.9	0.2	0.2
和菓子類	81	12.4	38.9	0.7	0.0	0.4	0.0	8.0	29.1	0.1	13.3	2.4	2.2	9.1	0.1	0.1
ケーキ・ペストリー類	82	6.7	23.2	0.4	0.0	1.1	0.0	2.9	12.6	0.0	6.8	2.9	0.6	6.0	0.0	0.0
ビスケット類	83	1.8	8.8	0.1	0.0	0.4	0.0	1.2	4.2	0.0	2.0	1.7	0.2	1.3	0.0	0.0
キャンディー類	84	0.7	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0
その他の菓子類	85	8.0	26.1	0.4	0.0	1.4	0.0	3.1	7.2	0.0	26.4	8.2	2.9	9.5	0.1	0.1
嗜好飲料類	86~91	439.2	38.4	0.7	0.0	0.0	0.0	4.9	11.4	0.0	130.6	11.8	12.6	16.6	0.3	0.1
アルコール飲料	86~88	37.2	19.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	1.2	0.0	7.0	0.9	1.3	2.7	0.0	0.0
日本酒	86	2.4	2.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	0.0	0.0
ビール	87	19.1	8.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.4	0.0	5.1	0.6	1.1	2.4	0.0	0.0
洋酒・その他	88	15.7	9.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.7	0.0	1.7	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	401.9	18.8	0.6	0.0	0.0	0.0	3.9	10.2	0.0	123.6	10.9	11.4	13.9	0.3	0.1
茶	89	161.9	2.5	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	3.8	0.0	37.9	4.4	2.6	3.1	0.2	0.0
コーヒー・ココア	90	135.5	6.8	0.3	0.0	0.0	0.0	1.3	1.7	0.0	77.8	3.3	8.3	8.4	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	91	104.5	9.5	0.1	0.0	0.0	0.0	2.3	4.7	0.0	7.9	3.2	0.4	2.4	0.0	0.1
調味料・香辛料	92~98	59.9	100.9	3.9	0.0	4.3	0.0	10.4	2,606.4	6.6	160.7	29.2	26.4	68.5	1.0	0.4
調味料	92~97	59.5	99.7	3.8	0.0	4.3	0.0	10.3	2,598.8	6.6	159.3	28.7	26.1	67.8	0.9	0.4
ソース	92	0.9	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	24.4	0.1	1.9	0.6	0.2	0.1	0.0	0.0
しょうゆ	93	13.6	11.2	1.1	0.0	0.0	0.0	1.4	721.2	1.8	56.4	3.7	9.6	23.7	0.2	0.1
塩	94	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	401.0	1.0	1.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0
マヨネーズ	95	2.9	17.2	0.1	0.0	1.9	0.0	0.1	26.1	0.1	0.6	0.4	0.1	1.5	0.0	0.0
味噌	96	11.4	21.6	1.4	0.0	0.6	0.0	2.5	567.6	1.4	44.4	11.7	8.4	20.0	0.4	0.1
その他の調味料	97	29.6	48.6	1.2	0.0	1.8	0.0	6.1	858.3	2.2	55.0	12.1	7.6	22.4	0.2	0.1
香辛料・その他	98	0.4	1.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	7.6	0.0	1.5	0.5	0.3	0.7	0.0	0.0

食品群名		銅	ビタミンA	ビタミンD	ビタミンE	ビタミンK	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ナイアシン 当量	ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>12</sub>	葉酸	パントテン酸	ビタミンC
食品群別	食品群番号	mg	μgRAE	μg	mg	μg	mg	mg	mgNE	mg	μg	μg	mg	mg
総量	1~100	1.06	488.0	6.7	6.6	272.1	0.87	1.08	27.3	1.05	5.4	278.0	5.36	89.6
動物性食品	48~76, 79	0.17	170.6	6.2	1.7	16.6	0.45	0.59	15.2	0.43	5.1	35.1	2.34	5.9
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	0.90	317.5	0.4	4.9	255.5	0.42	0.49	12.1	0.62	0.3	242.9	3.02	83.7
穀類	1~12	0.35	1.4	0.0	0.3	0.4	0.13	0.08	3.9	0.08	0.0	19.8	0.99	0.0
米・加工品	1, 2	0.27	0.0	0.0	0.0	0.0	0.06	0.03	2.2	0.06	0.0	8.3	0.68	0.0
米	1	0.26	0.0	0.0	0.0	0.0	0.06	0.03	2.2	0.06	0.0	8.2	0.67	0.0
米加工品	2	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
小麦・加工品	3~9	0.07	1.3	0.0	0.3	0.4	0.07	0.05	1.5	0.02	0.0	10.5	0.27	0.0
小麦粉類	3	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.3	0.02	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.02	0.0	0.0	0.1	0.0	0.01	0.01	0.5	0.01	0.0	6.0	0.09	0.0
菓子パン類	5	0.00	0.5	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.8	0.02	0.0
うどん、中華めん類	6	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.5	0.00	0.0	1.2	0.09	0.0
即席中華めん	7	0.01	0.8	0.0	0.1	0.3	0.03	0.03	0.1	0.00	0.0	0.7	0.02	0.0
パスタ類	8	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.3	0.02	0.0
その他の小麦加工品	9	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	1.1	0.02	0.0
その他穀類・加工品	10~12	0.01	0.1	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.2	0.01	0.0	1.0	0.04	0.0
そば・加工品	10	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.00	0.0	0.7	0.03	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
その他の穀類	12	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.3	0.01	0.0
いも類	13~16	0.04	0.2	0.0	0.2	0.0	0.03	0.01	0.5	0.07	0.0	9.8	0.17	5.6
いも・加工品	13~15	0.04	0.2	0.0	0.2	0.0	0.03	0.01	0.5	0.07	0.0	9.7	0.17	5.6
さつまいも・加工品	13	0.01	0.2	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	3.5	0.05	1.7
じゃがいも・加工品	14	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.2	0.03	0.0	3.4	0.08	3.4
その他のいも・加工品	15	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	2.8	0.04	0.5
でんぷん・加工品	16	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
砂糖・甘味料類	17	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
豆類	18~23	0.15	0.0	0.0	0.3	79.0	0.05	0.08	1.6	0.06	0.0	22.8	0.49	0.0
大豆・加工品	18~22	0.15	0.0	0.0	0.3	79.0	0.05	0.08	1.6	0.06	0.0	22.5	0.49	0.0
大豆(全粒)・加工品	18	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.7	0.00	0.0
豆腐	19	0.04	0.0	0.0	0.0	2.1	0.03	0.01	0.5	0.01	0.0	3.2	0.01	0.0
油揚げ類	20	0.02	0.0	0.0	0.1	2.8	0.00	0.00	0.3	0.01	0.0	1.5	0.01	0.0
納豆	21	0.07	0.0	0.0	0.1	73.4	0.01	0.07	0.6	0.03	0.0	14.2	0.43	0.0
その他の大豆加工品	22	0.01	0.0	0.0	0.1	0.6	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	2.9	0.03	0.0
その他の豆・加工品	23	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.3	0.00	0.0
種菜類	24	0.02	0.0	0.0	0.1	0.1	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	2.0	0.02	0.0
野菜類	25~38	0.13	271.4	0.0	1.9	145.4	0.10	0.10	1.6	0.21	0.0	118.5	0.58	43.8
緑黄色野菜	25~29	0.05	229.4	0.0	1.4	103.2	0.05	0.06	0.8	0.09	0.0	54.8	0.27	24.4
トマト	25	0.01	8.0	0.0	0.1	0.7	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	3.6	0.02	3.0
にんじん	26	0.01	93.5	0.0	0.1	2.3	0.01	0.01	0.1	0.01	0.0	2.5	0.04	0.5
ほうれん草	27	0.01	42.0	0.0	0.2	29.8	0.00	0.01	0.1	0.01	0.0	10.2	0.01	1.8
ピーマン	28	0.00	2.5	0.0	0.1	1.0	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	2.0	0.02	5.5
その他の緑黄色野菜	29	0.03	83.5	0.0	0.9	69.5	0.02	0.03	0.5	0.05	0.0	36.5	0.18	13.6
その他の野菜	30~35	0.06	8.1	0.0	0.4	40.0	0.05	0.03	0.6	0.10	0.0	60.2	0.27	17.9
キャベツ	30	0.01	1.2	0.0	0.0	20.3	0.01	0.00	0.1	0.02	0.0	16.0	0.04	7.2
きゅうり	31	0.01	2.5	0.0	0.0	3.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	2.2	0.03	1.3
大根	32	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.1	0.01	0.0	8.1	0.02	2.3
たまねぎ	33	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.03	0.0	2.5	0.03	1.1
はくさい	34	0.00	1.5	0.0	0.0	11.5	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	6.2	0.03	1.6
その他の淡色野菜	35	0.03	2.9	0.0	0.3	5.2	0.02	0.02	0.3	0.03	0.0	25.2	0.11	4.4
野菜ジュース	36	0.00	32.9	0.0	0.1	0.3	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.3	0.02	0.5
漬け物	37, 38	0.00	0.9	0.0	0.0	1.9	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	2.3	0.02	1.0
葉類漬け物	37	0.00	0.7	0.0	0.0	1.4	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.1	0.01	0.5
たくあん・その他の漬け物	38	0.00	0.2	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.2	0.02	0.5
果実類	39~45	0.05	17.7	0.0	0.3	0.6	0.04	0.02	0.4	0.08	0.0	14.3	0.20	24.2
生果	39~43	0.05	17.4	0.0	0.3	0.6	0.03	0.02	0.3	0.08	0.0	13.7	0.19	23.4
いちご	39	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
柑橘類	40	0.00	8.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.01	0.0	2.1	0.02	3.1
バナナ	41	0.01	0.5	0.0	0.1	0.0	0.01	0.00	0.1	0.04	0.0	2.7	0.04	1.6
りんご	42	0.01	0.3	0.0	0.0	0.1	0.01	0.00	0.0	0.01	0.0	0.6	0.01	1.1
その他の生果	43	0.03	8.6	0.0	0.1	0.6	0.01	0.01	0.2	0.03	0.0	8.3	0.12	17.5
ジャム	44	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.1
果汁・果汁飲料	45	0.00	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.5	0.01	0.8
きのこ類	46	0.02	0.0	0.3	0.0	0.0	0.02	0.02	0.7	0.01	0.0	6.3	0.19	0.0
藻類	47	0.00	9.5	0.0	0.0	7.6	0.00	0.01	0.1	0.00	0.2	6.2	0.01	0.6

食品群名		銅	ビタミンA	ビタミンD	ビタミンE	ビタミンK	ビタミンB <sub>1</sub>	ビタミンB <sub>2</sub>	ナイアシン当量	ビタミンB <sub>6</sub>	ビタミンB <sub>12</sub>	葉酸	パントテン酸	ビタミンC
食品群別	食品群番号	mg	μgRAE	μg	mg	μg	mg	mg	mgNE	mg	μg	μg	mg	mg
魚介類	48~60	0.07	23.1	5.0	0.9	0.5	0.06	0.09	5.0	0.14	3.7	7.9	0.38	0.7
生魚介類	48~55	0.05	15.9	2.8	0.5	0.1	0.03	0.05	2.7	0.08	2.2	4.7	0.23	0.3
あじ、いわし類	48	0.01	0.9	0.5	0.1	0.0	0.01	0.01	0.7	0.02	0.7	0.8	0.04	0.0
さけ、ます	49	0.00	1.5	1.8	0.1	0.1	0.01	0.01	0.8	0.03	0.4	1.2	0.10	0.1
たい、かれい類	50	0.00	0.2	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.2	0.00	0.1	0.2	0.02	0.0
まぐろ、かじき類	51	0.00	0.3	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.3	0.01	0.1	0.1	0.01	0.0
その他の生魚	52	0.00	12.0	0.3	0.1	0.0	0.01	0.01	0.4	0.01	0.2	0.5	0.04	0.1
貝類	53	0.02	0.6	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.6	0.9	0.01	0.0
いか、たこ類	54	0.01	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.1	0.1	0.01	0.0
えび、かに類	55	0.01	0.1	0.0	0.1	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	1.0	0.01	0.0
魚介加工品	56~60	0.02	7.2	2.2	0.3	0.4	0.03	0.05	2.3	0.06	1.5	3.2	0.15	0.4
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	0.01	5.9	1.9	0.2	0.0	0.02	0.03	1.6	0.04	1.2	2.4	0.13	0.4
魚介(缶詰)	57	0.00	0.4	0.2	0.1	0.4	0.00	0.01	0.4	0.01	0.2	0.3	0.01	0.0
魚介(佃煮)	58	0.00	0.6	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.2	0.00	0.0
魚介(練り製品)	59	0.00	0.3	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.00	0.0	0.2	0.00	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
肉類	61~69	0.05	43.3	0.2	0.3	9.2	0.32	0.15	7.7	0.22	0.7	6.5	0.81	4.3
畜肉	61~64	0.04	2.8	0.2	0.2	2.2	0.11	0.11	5.2	0.15	0.5	1.3	0.52	3.9
牛肉	61	0.01	0.5	0.0	0.1	0.7	0.01	0.02	0.7	0.02	0.1	0.6	0.08	0.0
豚肉	62	0.02	2.1	0.1	0.1	1.2	0.24	0.07	3.3	0.10	0.2	0.5	0.34	0.3
ハム、ソーセージ類	63	0.01	0.1	0.1	0.0	0.3	0.06	0.02	1.1	0.02	0.1	0.2	0.10	3.5
その他の畜肉	64	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
鳥肉	65, 66	0.01	5.9	0.0	0.1	6.9	0.02	0.04	2.5	0.07	0.1	2.0	0.27	0.3
鶏肉	65	0.01	5.9	0.0	0.1	6.9	0.02	0.04	2.5	0.07	0.1	2.0	0.27	0.3
その他の鳥肉	66	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
肉類(内臓)	67	0.00	34.6	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.1	3.2	0.03	0.0
その他の肉類・加工品	68, 69	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
豚肉	68	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の肉・加工品	69	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
卵類	70	0.03	57.4	0.7	0.4	4.9	0.02	0.16	1.3	0.03	0.4	14.5	0.55	0.0
乳類	71~75	0.01	43.0	0.2	0.1	1.8	0.04	0.18	1.2	0.03	0.4	6.3	0.59	0.9
牛乳・乳製品	71~74	0.01	43.0	0.2	0.1	1.8	0.04	0.18	1.2	0.03	0.4	6.3	0.59	0.9
牛乳	71	0.01	28.4	0.2	0.1	1.4	0.03	0.12	0.7	0.02	0.2	3.6	0.44	0.7
チーズ	72	0.00	6.6	0.0	0.0	0.1	0.00	0.01	0.1	0.00	0.1	0.7	0.00	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	0.00	4.3	0.0	0.0	0.1	0.01	0.04	0.3	0.01	0.0	1.8	0.12	0.1
その他の乳製品	74	0.00	3.7	0.0	0.0	0.2	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	0.1	0.03	0.1
その他の乳類	75	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
油脂類	76~80	0.00	4.0	0.0	1.0	11.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
バター	76	0.00	3.7	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
マーガリン	77	0.00	0.2	0.0	0.1	0.4	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
植物性油脂	78	0.00	0.1	0.0	0.9	10.5	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
動物性油脂	79	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の油脂	80	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
菓子類	81~85	0.04	11.0	0.1	0.2	1.3	0.02	0.03	0.5	0.01	0.0	4.3	0.16	1.0
和菓子類	81	0.02	0.9	0.0	0.1	0.5	0.01	0.01	0.2	0.01	0.0	1.3	0.05	0.1
ケーキ・ペストリー類	82	0.00	5.7	0.0	0.1	0.6	0.00	0.01	0.1	0.00	0.0	1.2	0.04	0.1
ビスケット類	83	0.00	1.7	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.2	0.01	0.0
キャンディー類	84	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の菓子類	85	0.02	2.6	0.0	0.1	0.2	0.01	0.01	0.1	0.00	0.0	1.6	0.06	0.9
嗜好飲料類	86~91	0.02	2.2	0.0	0.1	4.2	0.00	0.08	1.4	0.03	0.0	23.3	0.07	8.0
アルコール飲料	86~88	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.1	0.02	0.0
日本酒	86	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
ビール	87	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.01	0.0	1.1	0.02	0.0
洋酒・その他	88	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	0.02	2.2	0.0	0.1	4.2	0.00	0.07	1.3	0.02	0.0	22.1	0.05	8.0
茶	89	0.02	1.4	0.0	0.0	2.7	0.00	0.06	0.3	0.01	0.0	21.0	0.04	6.5
コーヒー・ココア	90	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	1.0	0.00	0.0	0.1	0.00	0.0
その他の嗜好飲料	91	0.00	0.8	0.0	0.0	1.5	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	1.0	0.00	1.5
調味料・香辛料	92~98	0.06	3.7	0.0	0.5	5.8	0.03	0.06	1.2	0.06	0.1	15.7	0.14	0.3
調味料	92~97	0.06	3.7	0.0	0.5	5.8	0.03	0.06	1.2	0.06	0.1	15.7	0.14	0.2
ソース	92	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
しょうゆ	93	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.02	0.3	0.02	0.0	4.5	0.07	0.0
塩	94	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.0
マヨネーズ	95	0.00	1.2	0.0	0.3	3.3	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.1	0.01	0.0
味噌	96	0.04	0.0	0.0	0.1	1.2	0.00	0.01	0.4	0.01	0.0	6.8	0.01	0.0
その他の調味料	97	0.02	2.4	0.0	0.1	1.3	0.01	0.02	0.5	0.02	0.1	4.3	0.06	0.2
香辛料・その他	98	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.00	0.1

食品群名		脂肪酸 g					コレステロール	食物繊維 g		
食品群別	食品群番号	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系	n-6系	mg	総量	水溶性	不溶性
総量	1~100	16.1	19.7	12.1	2.1	9.9	316.7	18.6	3.8	11.7
動物性食品	48~76, 79	10.7	11.1	3.5	1.0	2.5	297.4	0.0	0.0	0.0
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	5.4	8.6	8.6	1.2	7.4	19.4	18.5	3.8	11.7
穀類	1~12	1.3	0.9	0.8	0.0	0.8	1.9	5.8	0.6	2.8
米・加工品	1, 2	0.3	0.1	0.2	0.0	0.2	0.0	3.9	0.0	1.6
米	1	0.3	0.1	0.2	0.0	0.2	0.0	3.9	0.0	1.6
米加工品	2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
小麦・加工品	3~9	1.0	0.7	0.5	0.0	0.5	1.9	1.6	0.5	1.0
小麦粉類	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.4	0.2	0.2	0.0	0.1	0.0	0.4	0.1	0.3
菓子パン類	5	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	0.1	0.0	0.1
うどん、中華めん類	6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.5	0.2	0.3
即席中華めん	7	0.3	0.3	0.1	0.0	0.1	0.7	0.1	0.1	0.0
パスタ類	8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の小麦加工品	9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
その他穀類・加工品	10~12	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.3	0.1	0.2
そば・加工品	10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
とうもろこし・加工品	11	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	12	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
いも類	13~16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.4	0.8
いも・加工品	13~15	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	0.4	0.8
さつまいも・加工品	13	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.2
じゃがいも・加工品	14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.3
その他のいも・加工品	15	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.2	0.3
でんぷん・加工品	16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	18~23	0.6	1.0	2.2	0.3	1.9	0.0	1.3	0.4	0.8
大豆・加工品	18~22	0.6	1.0	2.2	0.3	1.9	0.0	1.3	0.4	0.8
大豆(全粒)・加工品	18	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
豆腐	19	0.2	0.2	0.7	0.1	0.6	0.0	0.3	0.0	0.1
油揚げ類	20	0.2	0.4	0.6	0.1	0.5	0.0	0.1	0.0	0.0
納豆	21	0.2	0.3	0.7	0.1	0.6	0.0	0.8	0.3	0.5
その他の大豆加工品	22	0.0	0.1	0.2	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.0
その他の豆・加工品	23	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
種実類	24	0.2	0.3	0.4	0.0	0.4	0.0	0.2	0.0	0.2
野菜類	25~38	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	5.5	1.5	4.0
緑黄色野菜	25~29	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.3	0.5	1.8
トマト	25	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
にんじん	26	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
ほうれん草	27	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.3
ピーマン	28	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
その他の緑黄色野菜	29	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.3	1.0
その他の野菜	30~35	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.9	0.9	2.1
キャベツ	30	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.1	0.4
きゅうり	31	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
大根	32	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.4
たまねぎ	33	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.2	0.2
はくさい	34	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の淡色野菜	35	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.3	0.9
野菜ジュース	36	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
漬け物	37, 38	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2
葉類漬け物	37	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1
果実類	39~45	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	0.4	1.3
生果	39~43	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	0.4	1.3
いちご	39	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
柑橘類	40	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
バナナ	41	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
りんご	42	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
その他の生果	43	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.2	0.8
ジャム	44	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果汁・果汁飲料	45	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
きのこ類	46	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1	0.7
藻類	47	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.5	0.0	0.1

食品群名		脂肪酸 g					コレステロール	食物繊維 g		
食品群別	食品群番号	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系	n-6系	mg	総量	水溶性	不溶性
魚介類	48~60	0.9	1.4	1.1	0.8	0.3	48.6	0.0	0.0	0.0
生魚介類	48~55	0.4	0.8	0.5	0.4	0.1	26.2	0.0	0.0	0.0
あじ、いわし類	48	0.2	0.3	0.2	0.2	0.0	3.7	0.0	0.0	0.0
さげ、ます	49	0.1	0.3	0.2	0.1	0.1	5.2	0.0	0.0	0.0
たい、かれい類	50	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	0.0
まぐろ、かじき類	51	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0
その他の生魚	52	0.1	0.2	0.1	0.1	0.0	4.4	0.0	0.0	0.0
貝類	53	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0
いか、たこ類	54	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.8	0.0	0.0	0.0
えび、かに類	55	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	0.0	0.0
魚介加工品	56~60	0.4	0.7	0.6	0.4	0.2	22.4	0.0	0.0	0.0
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	0.3	0.5	0.4	0.3	0.0	18.0	0.0	0.0	0.0
魚介(缶詰)	57	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	2.2	0.0	0.0	0.0
魚介(佃煮)	58	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.0	0.0	0.0
魚介(練り製品)	59	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
肉類	61~69	5.4	6.8	1.5	0.1	1.4	60.2	0.0	0.0	0.0
畜肉	61~64	4.8	5.7	1.2	0.1	1.1	38.3	0.0	0.0	0.0
牛肉	61	0.7	1.1	0.1	0.0	0.1	6.4	0.0	0.0	0.0
豚肉	62	2.8	3.1	0.7	0.0	0.7	24.3	0.0	0.0	0.0
ハム、ソーセージ類	63	1.2	1.5	0.4	0.0	0.4	7.5	0.0	0.0	0.0
その他の畜肉	64	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
鳥肉	65、66	0.6	1.0	0.3	0.0	0.3	20.7	0.0	0.0	0.0
鶏肉	65	0.6	1.0	0.3	0.0	0.3	20.7	0.0	0.0	0.0
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.0	0.0	0.0
その他の肉類・加工品	68、69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
鯨肉	68	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
その他の肉・加工品	69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	70	1.1	1.5	0.7	0.1	0.6	172.3	0.0	0.0	0.0
乳類	71~75	2.9	1.2	0.1	0.0	0.1	14.8	0.0	0.0	0.0
牛乳・乳製品	71~74	2.9	1.2	0.1	0.0	0.1	14.8	0.0	0.0	0.0
牛乳	71	1.7	0.6	0.1	0.0	0.1	9.1	0.0	0.0	0.0
チーズ	72	0.4	0.2	0.0	0.0	0.0	2.2	0.0	0.0	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	0.3	0.1	0.0	0.0	0.0	2.1	0.0	0.0	0.0
その他の乳製品	74	0.5	0.3	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0
その他の乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類	76~80	1.5	3.8	3.1	0.5	2.6	1.7	0.0	0.0	0.0
バター	76	0.3	0.1	0.0	0.0	0.0	1.4	0.0	0.0	0.0
マーガリン	77	0.1	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
植物性油脂	78	0.9	3.4	3.0	0.5	2.5	0.1	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
その他の油脂	80	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81~85	1.4	1.1	0.5	0.1	0.4	13.0	0.5	0.1	0.3
和菓子類	81	0.1	0.2	0.1	0.0	0.1	3.0	0.2	0.0	0.2
ケーキ・ペストリー類	82	0.4	0.3	0.2	0.0	0.1	7.6	0.1	0.0	0.0
ビスケット類	83	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0
キャンデー類	84	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の菓子類	85	0.7	0.4	0.1	0.0	0.1	1.7	0.2	0.0	0.1
嗜好飲料類	86~91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
アルコール飲料	86~88	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
日本酒	86	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビール	87	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
洋酒・その他	88	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
茶	89	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
コーヒー・ココア	90	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	91	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料	92~98	0.7	1.6	1.4	0.2	1.2	4.2	0.8	0.1	0.6
調味料	92~97	0.7	1.6	1.4	0.2	1.2	4.2	0.8	0.1	0.6
ソース	92	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
しょうゆ	93	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
塩	94	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
マヨネーズ	95	0.2	0.8	0.7	0.1	0.6	2.8	0.0	0.0	0.0
味噌	96	0.1	0.1	0.4	0.1	0.3	0.0	0.5	0.1	0.5
その他の調味料	97	0.4	0.7	0.3	0.0	0.3	1.4	0.2	0.1	0.1
香辛料・その他	98	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0



【第8表の1】 エネルギー摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	856	215	88	481	538	608	760	889	1,028	1,071	1,086	1,098
	3～5歳	9	1,369	209	70	962	1,052	1,164	1,264	1,363	1,477	1,615	1,655	1,688
	6～7歳	9	1,488	187	62	1,150	1,185	1,229	1,446	1,509	1,542	1,726	1,750	1,769
	8～9歳	6	1,971	548	224	1,005	1,118	1,259	1,682	2,159	2,416	2,496	2,502	2,508
	10～11歳	6	1,813	468	191	1,196	1,259	1,337	1,561	1,806	1,873	2,296	2,504	2,669
	12～14歳	11	2,570	679	205	1,263	1,642	2,117	2,270	2,480	2,747	3,712	3,715	3,717
	15～17歳	12	2,569	385	111	1,982	1,989	2,005	2,210	2,630	2,823	2,965	3,069	3,164
	18～29歳	26	2,016	742	146	818	867	976	1,480	2,026	2,569	2,988	3,255	3,370
	30～49歳	108	2,165	600	58	871	1,311	1,410	1,754	2,151	2,542	2,956	3,059	3,771
	50～69歳	119	2,124	514	47	942	1,368	1,527	1,790	2,055	2,439	2,783	2,964	3,399
	70歳以上	116	2,041	519	48	852	1,196	1,434	1,737	2,011	2,360	2,717	2,933	3,167
総数	428	2,076	594	29	761	1,115	1,359	1,666	2,046	2,453	2,829	3,040	3,716	
女	1～2歳	6	1,099	274	112	773	800	834	911	995	1,349	1,468	1,478	1,486
	3～5歳	10	1,169	286	90	722	730	739	981	1,204	1,372	1,488	1,553	1,605
	6～7歳	7	1,624	432	163	1,067	1,106	1,155	1,287	1,624	1,847	2,134	2,277	2,391
	8～9歳	3	1,764	237	137	1,543	1,553	1,564	1,600	1,658	1,875	2,005	2,048	2,083
	10～11歳	14	1,712	315	84	1,333	1,368	1,419	1,532	1,638	1,801	1,919	2,188	2,571
	12～14歳	15	1,971	373	96	1,141	1,475	1,662	1,805	1,978	2,170	2,356	2,508	2,705
	15～17歳	9	2,095	320	107	1,722	1,747	1,778	1,808	2,074	2,160	2,430	2,626	2,784
	18～29歳	25	1,755	391	78	977	1,053	1,250	1,526	1,733	1,983	2,246	2,329	2,484
	30～49歳	110	1,653	462	44	585	802	1,071	1,361	1,639	1,934	2,238	2,472	2,626
	50～69歳	148	1,696	424	35	819	987	1,114	1,418	1,706	1,935	2,187	2,361	2,794
	70歳以上	159	1,741	485	38	891	1,018	1,133	1,418	1,704	1,970	2,367	2,644	2,993
総数	506	1,702	459	20	706	963	1,095	1,415	1,692	1,952	2,299	2,499	2,838	
全体	-	934	1,873	557	18	710	992	1,180	1,511	1,831	2,227	2,594	2,834	3,366

注) 単位: kcal

【第8表の2】 たんぱく質摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	29.5	9.8	4.0	12.7	15.4	18.8	25.6	30.6	35.7	39.0	40.7	42.0
	3～5歳	9	47.8	8.4	2.8	36.8	36.9	37.0	40.0	49.6	50.6	56.5	60.3	63.4
	6～7歳	9	50.4	10.9	3.6	31.9	35.3	39.4	41.8	48.8	57.8	61.5	65.7	69.1
	8～9歳	6	64.1	20.4	8.3	33.1	36.0	39.7	52.2	67.9	70.9	84.6	91.1	96.2
	10～11歳	6	60.0	15.6	6.4	39.1	39.9	40.8	46.9	61.8	68.9	77.4	80.9	83.7
	12～14歳	11	90.7	24.8	7.5	39.5	55.9	76.3	80.3	86.8	103.0	124.9	129.0	132.3
	15～17歳	12	94.3	19.9	5.7	69.0	72.2	75.9	83.2	94.3	99.2	101.2	123.8	145.7
	18～29歳	26	72.6	26.7	5.2	18.5	24.3	37.5	60.1	71.2	92.6	103.2	108.0	120.0
	30～49歳	108	77.8	24.8	2.4	21.9	41.8	45.5	61.2	76.4	91.8	107.5	117.2	150.9
	50～69歳	119	78.6	23.4	2.1	21.6	42.4	49.5	65.0	76.6	92.0	107.9	120.5	137.4
	70歳以上	116	78.8	24.5	2.3	33.9	44.5	51.6	64.6	75.1	92.6	108.1	124.6	135.5
総数	428	76.5	25.3	1.2	19.5	37.4	43.7	60.8	74.9	92.0	106.9	120.6	145.4	
女	1～2歳	6	37.1	12.4	5.1	21.7	22.9	24.4	28.6	33.3	48.4	53.7	54.1	54.3
	3～5歳	10	39.4	15.0	4.7	15.8	21.2	27.9	33.5	36.1	44.6	49.8	62.9	73.4
	6～7歳	7	56.3	16.3	6.2	37.7	38.0	38.4	42.9	50.5	68.5	77.4	80.6	83.1
	8～9歳	3	64.4	3.3	1.9	59.9	60.4	61.0	62.8	65.9	66.7	67.2	67.3	67.4
	10～11歳	14	61.5	16.3	4.4	41.2	42.8	44.0	53.4	58.6	68.5	73.3	85.8	103.5
	12～14歳	15	71.9	14.1	3.6	45.3	49.6	52.4	66.1	70.7	81.1	91.1	93.0	93.3
	15～17歳	9	74.7	13.6	4.5	55.4	56.0	56.8	60.9	76.1	82.0	88.3	93.5	97.7
	18～29歳	25	68.2	16.0	3.2	37.3	41.3	48.0	56.1	67.9	80.6	86.4	92.9	97.3
	30～49歳	110	61.4	19.8	1.9	18.2	31.9	36.8	46.2	62.5	75.2	87.5	96.4	99.9
	50～69歳	148	66.2	17.6	1.4	30.5	36.2	45.1	53.6	65.4	78.9	88.5	92.9	107.6
	70歳以上	159	69.0	22.1	1.8	27.8	37.0	42.4	53.4	68.0	80.1	97.0	106.0	126.4
総数	506	65.3	20.1	0.9	22.1	33.6	38.9	51.8	65.8	77.9	89.1	98.6	108.7	
全体	-	934	70.4	23.3	0.8	20.5	35.3	41.6	54.7	69.6	84.4	99.2	107.9	132.9

注) 単位: g

【第8表の3】 動物性たんぱく質摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	14.8	6.0	2.5	4.6	6.4	8.6	13.2	14.5	17.8	21.3	22.6	23.7
	3～5歳	9	24.8	6.8	2.3	15.3	16.9	18.9	19.9	24.6	26.1	31.6	35.9	39.4
	6～7歳	9	28.9	11.7	3.9	12.3	13.8	15.7	20.9	28.9	34.4	42.6	47.4	51.3
	8～9歳	6	34.2	20.3	8.3	9.6	11.0	12.9	19.4	31.9	42.2	58.0	64.8	70.2
	10～11歳	6	30.3	12.8	5.2	10.0	11.3	12.9	21.0	36.2	38.1	41.7	43.3	44.5
	12～14歳	11	53.2	21.9	6.6	12.1	24.4	39.7	46.4	49.6	61.7	72.5	86.7	98.0
	15～17歳	12	56.2	20.1	5.8	35.3	37.2	39.5	46.3	50.7	58.4	67.5	89.1	110.0
	18～29歳	26	41.2	19.3	3.8	0.0	4.9	22.2	28.4	38.7	55.8	67.6	69.3	70.6
	30～49歳	108	43.4	20.6	2.0	5.4	12.0	19.2	28.4	40.8	55.8	66.8	83.9	97.5
	50～69歳	119	42.6	18.6	1.7	5.8	15.3	19.5	30.5	40.9	53.2	70.8	77.9	89.1
	70歳以上	116	41.5	18.2	1.7	3.1	15.0	19.6	31.1	39.0	50.9	64.1	75.0	90.2
総数	428	41.7	19.6	0.9	3.0	12.8	18.1	28.1	39.7	53.8	66.7	76.9	96.8	
女	1～2歳	6	19.8	9.0	3.7	7.5	9.1	11.1	15.3	17.0	26.1	31.3	32.6	33.7
	3～5歳	10	21.7	12.1	3.8	5.5	7.0	8.8	15.8	20.3	24.8	30.5	41.2	49.8
	6～7歳	7	35.7	16.1	6.1	19.8	19.9	20.0	24.1	28.6	43.1	57.7	62.3	65.9
	8～9歳	3	36.3	4.5	2.6	31.5	31.8	32.2	33.2	35.0	38.7	40.9	41.6	42.2
	10～11歳	14	38.3	14.3	3.8	23.8	24.9	25.7	29.9	33.4	42.8	48.5	60.3	77.2
	12～14歳	15	44.7	12.8	3.3	28.4	29.2	30.1	33.0	42.9	53.1	64.1	66.6	67.4
	15～17歳	9	45.1	12.2	4.1	30.0	30.5	31.2	31.8	49.5	53.2	59.6	62.2	64.2
	18～29歳	25	37.6	14.6	2.9	18.2	19.7	23.1	27.1	34.4	42.4	59.8	66.5	73.4
	30～49歳	110	33.1	16.2	1.5	0.3	9.1	13.7	21.6	32.8	45.0	54.9	60.4	68.4
	50～69歳	148	36.2	14.9	1.2	6.6	14.4	16.9	25.0	36.2	46.3	55.5	58.9	73.5
	70歳以上	159	36.2	15.5	1.2	6.6	14.5	16.3	26.2	34.7	45.7	55.8	60.7	77.6
総数	506	35.6	15.5	0.7	4.3	12.9	16.2	25.1	34.3	45.6	56.0	61.1	76.0	
全体	934	38.4	17.8	0.6	4.1	12.7	16.8	26.0	37.0	49.1	60.9	68.6	89.6	

注) 単位: g

【第8表の4】 脂質摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	24.5	9.0	3.7	7.0	10.6	15.0	24.3	26.0	28.9	32.4	33.7	34.8
	3～5歳	9	39.5	10.4	3.5	21.9	24.4	27.6	32.5	38.5	48.9	50.9	53.6	55.9
	6～7歳	9	44.8	10.5	3.5	22.3	26.4	31.6	41.9	47.3	53.9	55.0	55.6	56.2
	8～9歳	6	64.2	29.5	12.0	21.3	23.2	25.7	39.1	70.7	90.5	96.2	96.7	97.1
	10～11歳	6	61.4	28.6	11.7	20.2	21.6	23.3	37.1	70.4	81.0	90.7	94.1	96.9
	12～14歳	11	79.0	27.4	8.3	29.2	36.4	45.4	65.3	80.6	91.2	119.1	121.3	123.0
	15～17歳	12	87.3	19.3	5.6	49.1	58.1	67.4	81.4	89.7	96.0	99.1	112.5	125.3
	18～29歳	26	66.9	28.0	5.5	28.8	31.6	35.8	43.3	62.5	82.8	106.1	112.7	128.3
	30～49歳	108	71.2	28.4	2.7	19.7	31.0	37.8	52.8	69.0	85.4	106.6	113.4	130.7
	50～69歳	119	63.1	27.1	2.5	16.2	28.7	33.3	43.9	59.8	76.6	95.1	109.8	134.5
	70歳以上	116	58.0	22.8	2.1	13.3	20.0	26.5	44.7	56.9	70.1	85.4	94.4	120.1
総数	428	63.7	27.2	1.3	15.4	24.0	30.2	44.2	60.6	79.8	99.2	110.4	130.6	
女	1～2歳	6	36.9	17.1	7.0	18.0	18.6	19.4	23.6	31.6	48.8	59.6	62.1	64.1
	3～5歳	10	34.2	15.1	4.8	8.1	10.1	12.6	25.5	34.1	47.1	50.3	52.5	54.2
	6～7歳	7	51.4	17.3	6.5	29.1	30.3	31.9	34.3	55.3	66.3	69.6	72.0	73.9
	8～9歳	3	54.3	13.2	7.6	37.7	39.2	41.1	46.7	56.2	62.8	66.8	68.1	69.2
	10～11歳	14	56.5	14.6	3.9	39.1	40.0	41.0	45.1	52.5	62.7	75.8	81.0	88.4
	12～14歳	15	62.7	13.9	3.6	38.2	44.1	47.3	50.9	67.2	73.5	75.3	80.1	88.4
	15～17歳	9	70.7	17.2	5.7	55.4	55.7	55.9	59.9	65.7	75.9	84.5	99.7	111.9
	18～29歳	25	58.9	18.2	3.6	20.7	32.3	40.0	48.8	58.4	65.2	86.2	91.1	95.0
	30～49歳	110	55.4	21.6	2.1	17.8	23.7	30.6	39.8	52.6	70.3	82.5	92.6	110.5
	50～69歳	148	54.9	21.6	1.8	13.3	25.7	30.5	40.7	51.6	68.5	81.0	89.8	112.7
	70歳以上	159	53.7	23.4	1.9	12.8	22.8	29.0	38.2	48.4	66.1	84.4	90.8	129.4
総数	506	54.7	21.8	1.0	13.0	23.5	30.0	39.6	52.1	68.0	81.4	90.7	116.1	
全体	934	58.8	24.9	0.8	13.0	23.6	30.1	41.8	55.9	73.1	90.6	105.1	128.0	

注) 単位: g

【第8表の5】 動物性脂質摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	13.5	5.7	2.3	4.8	5.9	7.4	10.8	13.2	15.7	19.8	21.5	22.9
	3～5歳	9	19.9	6.2	2.1	7.9	11.4	15.8	18.6	19.1	21.1	26.8	29.4	31.4
	6～7歳	9	25.5	9.4	3.1	10.7	11.9	13.4	21.9	23.9	32.8	36.3	39.4	41.9
	8～9歳	6	32.3	18.2	7.4	6.2	7.0	8.1	17.0	39.5	42.0	49.4	53.0	55.9
	10～11歳	6	34.7	17.4	7.1	7.1	9.5	12.5	22.2	39.7	47.0	51.9	54.2	56.0
	12～14歳	11	42.6	16.9	5.1	13.6	19.1	25.9	31.1	43.0	52.6	58.0	67.5	75.1
	15～17歳	12	50.4	15.5	4.5	29.9	30.3	30.8	33.6	52.9	58.5	64.0	72.7	81.0
	18～29歳	26	33.2	17.6	3.5	0.0	3.3	14.8	22.7	30.8	44.6	59.4	61.3	65.7
	30～49歳	108	38.8	22.8	2.2	3.0	7.9	18.0	24.5	35.4	47.9	66.6	73.4	103.7
	50～69歳	119	35.1	21.2	1.9	6.0	10.0	14.2	21.3	31.8	44.8	59.5	70.7	91.7
	70歳以上	116	31.6	17.2	1.6	2.8	5.4	10.1	19.4	31.0	40.5	49.8	57.3	90.3
総数	428	34.7	20.3	1.0	2.2	7.1	12.4	21.5	32.1	44.7	59.1	69.9	92.7	
女	1～2歳	6	20.3	9.9	4.0	10.9	11.2	11.4	13.2	17.6	21.9	31.7	36.1	39.6
	3～5歳	10	16.6	7.4	2.3	5.6	5.8	6.0	13.4	15.9	20.7	25.8	28.2	30.1
	6～7歳	7	30.6	11.6	4.4	15.7	16.9	18.4	23.3	26.7	37.0	46.0	48.7	50.8
	8～9歳	3	32.7	3.6	2.1	29.5	29.6	29.8	30.2	30.9	34.4	36.4	37.1	37.6
	10～11歳	14	32.8	11.7	3.1	21.8	22.0	22.2	24.1	28.8	33.0	53.0	57.8	59.0
	12～14歳	15	38.2	10.1	2.6	23.1	23.8	24.5	30.7	36.0	46.8	50.9	52.0	53.6
	15～17歳	9	39.4	11.0	3.7	23.5	25.2	27.3	30.4	42.4	46.2	51.1	54.9	57.9
	18～29歳	25	32.4	14.0	2.8	12.9	13.2	14.3	18.6	32.4	39.2	52.4	53.6	58.5
	30～49歳	110	29.3	15.3	1.5	0.3	8.6	12.2	19.4	26.6	37.9	51.1	58.1	66.2
	50～69歳	148	28.4	15.5	1.3	3.0	7.6	10.5	18.3	26.3	36.1	47.1	53.6	59.7
	70歳以上	159	28.2	16.0	1.3	3.8	8.1	10.9	15.7	26.9	36.5	48.6	54.3	79.4
総数	506	29.0	15.3	0.7	2.8	8.5	11.9	18.0	27.3	37.8	50.4	54.1	66.6	
全体	934	31.6	18.0	0.6	2.2	7.5	12.2	19.2	29.2	41.7	53.0	61.2	87.3	

注) 単位: g

【第8表の6】 脂肪エネルギー比率の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	25.1	7.6	3.1	12.2	13.8	15.7	20.6	27.1	30.8	32.4	33.1	33.7
	3～5歳	9	25.8	4.9	1.6	16.2	18.1	20.6	22.3	26.7	29.8	31.3	31.6	31.8
	6～7歳	9	27.0	5.4	1.8	15.8	17.7	20.1	26.9	28.2	28.5	33.1	33.5	33.9
	8～9歳	6	27.9	8.4	3.4	17.9	18.1	18.5	20.3	27.3	33.9	37.8	39.3	40.5
	10～11歳	6	29.1	10.1	4.1	15.2	15.4	15.6	20.2	32.8	34.3	38.7	40.7	42.3
	12～14歳	11	27.3	5.9	1.8	18.1	19.4	21.1	22.6	27.2	30.7	33.1	36.3	38.8
	15～17歳	12	30.9	6.4	1.8	16.4	21.7	27.1	28.7	30.8	33.2	38.9	39.4	39.8
	18～29歳	26	29.9	4.6	0.9	23.1	23.8	24.1	25.0	30.2	33.3	36.3	36.7	37.4
	30～49歳	108	29.3	7.0	0.7	16.0	18.1	20.7	24.6	29.1	32.8	38.6	39.9	47.0
	50～69歳	119	26.4	7.8	0.7	10.2	15.2	17.4	21.1	25.7	31.1	35.3	39.7	47.5
	70歳以上	116	25.1	6.4	0.6	10.6	13.6	16.9	21.5	25.1	29.4	32.7	34.7	39.1
総数	428	27.2	7.2	0.3	11.0	15.4	18.1	22.4	27.1	31.3	35.9	38.9	46.0	
女	1～2歳	6	28.7	6.6	2.7	20.9	20.9	20.9	22.4	28.7	33.0	36.5	37.8	38.8
	3～5歳	10	24.8	7.0	2.2	9.8	12.4	15.7	22.3	27.4	30.0	31.6	32.0	32.3
	6～7歳	7	28.5	6.8	2.6	20.7	21.2	21.8	23.5	25.6	32.4	36.9	39.1	40.8
	8～9歳	3	27.6	5.4	3.1	20.4	21.2	22.2	25.1	29.9	31.3	32.2	32.5	32.7
	10～11歳	14	29.4	3.6	1.0	24.8	25.4	25.9	26.6	28.9	30.3	34.2	36.5	38.0
	12～14歳	15	28.8	4.2	1.1	20.6	23.2	24.7	25.5	29.2	32.4	33.9	34.2	34.6
	15～17歳	9	30.2	3.9	1.3	26.0	26.0	26.0	26.7	28.1	34.5	35.0	35.8	36.5
	18～29歳	25	30.1	6.0	1.2	14.6	19.2	23.6	27.3	30.2	33.7	37.1	38.2	39.3
	30～49歳	110	29.8	6.5	0.6	15.9	19.1	20.2	25.6	29.2	35.0	39.0	40.1	41.2
	50～69歳	148	28.7	7.2	0.6	11.1	17.2	19.8	24.4	28.6	34.1	37.2	39.5	45.8
	70歳以上	159	27.1	6.6	0.5	11.5	17.4	19.3	22.2	26.8	31.2	35.0	38.4	43.0
総数	506	28.5	6.7	0.3	11.7	18.0	20.1	24.5	28.4	32.8	37.1	39.1	43.8	
全体	934	27.9	6.9	0.2	11.0	16.3	19.3	23.5	27.9	32.2	36.5	39.1	44.8	

注) 単位: %

【第8表の7】 炭水化物摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	127.4	32.4	13.2	89.9	92.3	95.3	102.3	121.5	144.4	165.5	174.8	182.3
	3～5歳	9	201.5	38.9	13.0	129.2	144.3	163.1	178.7	207.9	216.5	231.7	254.6	272.8
	6～7歳	9	215.1	36.9	12.3	156.8	166.4	178.4	196.3	210.8	230.3	252.6	272.9	289.2
	8～9歳	6	276.8	69.6	28.4	163.0	179.0	199.0	247.1	283.8	304.3	347.6	368.0	384.3
	10～11歳	6	247.7	59.9	24.5	177.1	182.8	190.0	212.0	239.1	256.8	313.9	340.1	361.2
	12～14歳	11	360.5	111.6	33.7	197.3	236.2	284.8	302.4	323.5	389.6	519.3	565.2	601.9
	15～17歳	12	337.0	83.3	24.0	196.6	205.9	220.2	293.1	345.5	363.9	459.2	473.7	480.2
	18～29歳	26	267.2	102.5	20.1	101.9	114.9	124.3	179.1	270.8	339.3	390.1	406.8	476.8
	30～49歳	108	273.9	84.9	8.2	109.4	160.7	178.3	210.1	263.2	329.6	385.9	426.3	506.2
	50～69歳	119	269.5	68.6	6.3	118.1	156.8	189.8	227.3	265.4	314.7	348.7	393.1	431.4
	70歳以上	116	272.8	74.6	6.9	119.3	154.3	182.3	220.1	272.4	322.9	355.7	387.8	489.6
総数	428	270.8	82.3	4.0	105.9	147.9	175.9	210.4	265.2	323.5	371.5	408.1	504.0	
女	1～2歳	6	151.6	19.7	8.0	124.1	126.9	130.4	138.3	148.8	166.7	175.4	178.1	180.3
	3～5歳	10	172.4	29.0	9.2	118.7	128.5	140.7	150.1	180.4	197.8	202.9	206.0	208.4
	6～7歳	7	227.1	81.4	30.8	155.2	159.5	165.0	178.9	204.9	228.7	310.6	363.0	405.0
	8～9歳	3	246.6	44.3	25.6	188.2	194.1	201.5	223.8	260.8	276.6	286.1	289.2	291.8
	10～11歳	14	231.9	34.3	9.2	200.0	200.9	201.8	207.7	229.1	242.9	250.7	282.2	327.3
	12～14歳	15	271.6	66.1	17.1	145.8	196.2	224.1	240.0	268.8	288.7	319.6	371.2	439.7
	15～17歳	9	278.8	39.8	13.3	217.1	222.3	228.9	251.0	281.4	304.1	334.4	335.5	336.3
	18～29歳	25	226.9	55.6	11.1	117.6	136.7	166.9	199.1	223.7	245.7	299.0	304.9	350.9
	30～49歳	110	215.2	67.1	6.4	77.9	109.2	138.1	169.7	209.3	256.0	296.1	318.6	404.6
	50～69歳	148	224.1	64.8	5.3	108.3	127.7	137.3	178.0	221.6	264.4	303.5	326.2	399.4
	70歳以上	159	239.5	67.3	5.3	117.0	139.8	161.2	196.3	232.0	271.3	328.8	377.1	416.5
総数	506	228.0	66.4	3.0	104.5	128.7	143.8	183.6	221.8	265.1	309.9	344.1	415.3	
全体		934	247.6	77.1	2.5	104.9	134.2	155.7	195.3	239.0	294.2	345.7	384.8	482.3

注) 単位: g

【第8表の8】 食塩摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	4.0	1.9	0.8	2.3	2.3	2.3	2.4	3.1	5.8	6.7	6.7	6.8
	3～5歳	9	5.5	1.2	0.4	3.8	4.0	4.2	5.0	5.2	6.4	6.9	7.4	7.8
	6～7歳	9	6.5	1.0	0.3	4.5	4.9	5.3	6.2	6.7	7.1	7.6	7.8	8.0
	8～9歳	6	8.5	3.5	1.4	4.6	4.7	4.9	5.3	7.7	12.0	13.0	13.1	13.1
	10～11歳	6	8.5	3.0	1.2	5.4	5.5	5.6	6.1	8.0	9.7	12.0	13.1	13.9
	12～14歳	11	12.0	3.7	1.1	7.1	7.5	8.0	9.6	10.7	14.9	17.0	17.7	18.3
	15～17歳	12	10.5	2.2	0.6	7.5	7.6	7.8	8.9	10.1	12.2	13.1	13.9	14.6
	18～29歳	26	10.3	3.9	0.8	5.4	5.6	5.9	6.9	9.8	13.1	15.8	17.0	18.1
	30～49歳	108	11.6	4.4	0.4	4.5	6.2	6.8	8.2	10.9	14.3	17.3	18.6	24.3
	50～69歳	119	11.9	4.6	0.4	3.3	5.4	6.5	8.6	11.8	14.5	16.6	18.5	27.7
	70歳以上	116	11.5	4.0	0.4	5.3	6.3	6.7	8.6	11.1	14.0	16.9	17.8	21.7
総数	428	11.1	4.4	0.2	3.2	5.3	6.1	8.0	10.8	13.7	16.7	18.2	23.7	
女	1～2歳	6	3.9	1.2	0.5	1.9	2.2	2.6	3.3	4.1	4.8	5.0	5.2	5.2
	3～5歳	10	5.6	2.0	0.6	2.7	3.1	3.7	4.3	5.2	6.7	8.7	8.9	9.0
	6～7歳	7	7.2	2.0	0.7	4.0	4.4	4.8	6.0	7.7	8.7	9.7	9.7	9.7
	8～9歳	3	5.9	1.2	0.7	4.4	4.5	4.7	5.2	6.2	6.7	7.0	7.1	7.1
	10～11歳	14	8.0	2.6	0.7	3.7	3.8	4.6	6.6	7.8	9.2	10.9	12.0	13.4
	12～14歳	15	9.9	2.5	0.6	6.4	6.4	6.5	7.1	10.4	12.2	12.8	13.0	13.4
	15～17歳	9	9.2	3.2	1.1	4.2	5.1	6.3	7.3	8.5	10.1	13.6	14.4	15.0
	18～29歳	25	8.7	2.6	0.5	3.9	5.3	5.9	6.7	8.2	10.3	12.3	12.6	13.3
	30～49歳	110	8.9	3.2	0.3	2.9	4.2	4.6	6.7	8.7	11.3	12.7	13.7	15.9
	50～69歳	148	9.9	3.5	0.3	2.8	4.9	5.8	7.6	9.7	12.4	14.6	15.7	18.1
	70歳以上	159	10.2	4.0	0.3	4.5	5.0	5.7	7.5	9.6	12.0	15.9	18.0	22.8
総数	506	9.4	3.6	0.2	2.9	4.4	5.1	6.9	9.1	11.5	14.0	15.8	18.5	
全体		934	10.2	4.1	0.1	3.0	4.6	5.5	7.3	9.7	12.5	15.6	17.4	22.2

注) 単位: g

【第8表の9】 カリウム摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	1,208	436	178	694	726	766	866	1,079	1,632	1,780	1,787	1,793
	3～5歳	9	1,666	399	133	1,088	1,106	1,129	1,219	1,866	1,891	2,011	2,156	2,273
	6～7歳	9	1,643	319	106	1,184	1,245	1,321	1,375	1,550	1,877	2,100	2,107	2,113
	8～9歳	6	1,835	671	274	952	1,045	1,162	1,432	1,709	2,148	2,635	2,834	2,993
	10～11歳	6	1,919	820	335	901	1,068	1,276	1,694	1,765	1,839	2,717	3,155	3,505
	12～14歳	11	2,616	866	261	975	1,438	2,017	2,093	2,399	3,219	3,620	3,848	4,030
	15～17歳	12	2,436	801	231	1,353	1,374	1,410	1,902	2,221	3,369	3,496	3,542	3,576
	18～29歳	26	1,898	686	135	350	532	1,063	1,582	1,917	2,383	2,655	2,904	3,023
	30～49歳	108	2,302	863	83	855	1,152	1,316	1,737	2,146	2,724	3,487	3,886	4,745
	50～69歳	119	2,451	858	79	615	1,256	1,428	1,839	2,375	2,982	3,537	3,893	4,765
	70歳以上	116	2,756	1,050	98	823	1,183	1,585	1,958	2,684	3,381	4,069	4,468	5,715
総数	428	2,399	941	46	452	1,096	1,303	1,772	2,282	2,937	3,627	4,060	5,026	
女	1～2歳	6	1,314	452	185	643	729	835	1,090	1,268	1,523	1,837	1,961	2,059
	3～5歳	10	1,351	442	140	701	832	996	1,141	1,224	1,479	1,793	2,098	2,343
	6～7歳	7	1,518	489	185	897	949	1,013	1,118	1,376	1,947	2,155	2,195	2,228
	8～9歳	3	1,778	254	147	1,440	1,475	1,519	1,650	1,870	1,952	2,001	2,017	2,030
	10～11歳	14	1,775	409	109	1,216	1,224	1,276	1,555	1,681	1,878	2,414	2,519	2,596
	12～14歳	15	2,073	503	130	1,391	1,409	1,463	1,697	1,982	2,394	2,652	2,828	3,129
	15～17歳	9	2,191	762	254	1,309	1,342	1,384	1,569	1,894	2,576	3,146	3,429	3,655
	18～29歳	25	1,837	518	104	853	969	1,120	1,493	1,917	2,143	2,496	2,534	2,777
	30～49歳	110	1,940	849	81	629	836	1,066	1,310	1,826	2,377	3,006	3,276	4,759
	50～69歳	148	2,293	708	58	661	1,167	1,375	1,877	2,243	2,706	3,127	3,375	4,372
	70歳以上	159	2,504	998	79	868	1,239	1,408	1,756	2,402	3,095	3,842	4,307	5,254
総数	506	2,193	867	39	631	999	1,207	1,570	2,099	2,662	3,247	3,738	4,849	
全体	934	2,288	908	30	624	1,040	1,236	1,676	2,167	2,788	3,475	3,933	4,982	

注) 単位：mg

【第8表の10】 カルシウム摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	283.1	96.4	39.3	92.8	131.2	179.3	280.1	304.2	336.5	365.8	376.7	385.4
	3～5歳	9	435.9	128.3	42.8	294.1	303.5	315.2	333.2	415.1	464.8	591.5	659.7	714.3
	6～7歳	9	455.7	134.6	44.9	263.9	299.7	344.6	408.7	438.3	468.6	564.9	674.5	762.2
	8～9歳	6	485.1	259.9	106.1	137.9	155.8	178.1	284.8	521.5	581.8	755.7	841.1	909.5
	10～11歳	6	606.9	294.3	120.2	160.1	218.6	291.7	447.1	575.5	816.9	953.5	998.2	1,034.0
	12～14歳	11	729.8	276.3	83.3	189.3	357.2	567.0	651.3	679.8	794.9	1,056.6	1,182.6	1,283.3
	15～17歳	12	718.5	366.9	105.9	253.3	258.4	266.4	408.3	746.2	901.5	1,254.3	1,318.7	1,355.8
	18～29歳	26	405.2	177.8	34.9	130.1	135.2	173.3	281.4	383.2	517.2	631.7	695.3	761.6
	30～49歳	108	483.2	258.6	24.9	129.4	148.0	187.6	293.3	453.1	621.0	804.0	916.4	1,385.4
	50～69歳	119	487.6	206.1	18.9	97.2	180.9	271.2	344.3	447.9	633.7	756.8	827.7	1,107.5
	70歳以上	116	583.4	312.0	29.0	159.6	228.6	271.5	391.0	514.5	714.0	939.0	1,117.8	1,386.6
総数	428	517.1	267.7	12.9	114.2	160.6	232.0	341.0	469.6	651.4	843.0	1,010.8	1,349.8	
女	1～2歳	6	361.9	168.1	68.6	131.2	165.3	207.8	304.6	348.0	367.1	529.8	609.4	673.0
	3～5歳	10	292.7	122.3	38.7	130.8	136.4	143.3	194.3	293.2	350.9	437.6	488.2	528.7
	6～7歳	7	428.7	126.6	47.9	212.7	244.9	285.1	360.9	419.4	518.8	559.1	588.1	611.4
	8～9歳	3	627.5	166.0	95.9	403.5	427.9	458.4	549.7	702.1	742.6	766.9	775.0	781.5
	10～11歳	14	527.2	101.8	27.2	383.0	386.5	397.4	460.8	525.8	544.5	656.3	693.9	744.0
	12～14歳	15	579.5	112.3	29.0	432.9	439.9	449.7	484.1	571.5	654.3	727.9	766.7	804.2
	15～17歳	9	577.6	323.6	107.9	328.9	333.8	340.0	429.3	451.7	539.9	887.5	1,158.9	1,376.1
	18～29歳	25	420.3	208.7	41.7	114.5	186.5	198.2	243.3	320.0	615.5	682.8	720.3	798.2
	30～49歳	110	421.5	215.1	20.5	130.0	154.7	186.1	263.6	359.7	564.2	724.6	842.1	933.4
	50～69歳	148	483.1	190.1	15.6	131.7	216.3	243.5	337.2	473.3	625.4	718.0	784.6	947.1
	70歳以上	159	535.4	298.9	23.7	143.6	207.7	245.4	328.4	479.4	687.7	929.4	1,049.5	1,322.7
総数	506	483.7	240.4	10.7	123.0	185.0	221.1	305.1	449.5	634.4	757.3	886.5	1,177.1	
全体	934	499.0	253.8	8.3	114.7	173.6	223.6	322.7	459.0	645.4	797.4	933.5	1,286.6	

注) 単位：mg

【第8表の11】 マグネシウム摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	114.6	48.3	19.7	60.6	61.9	63.6	71.5	104.2	153.6	176.1	182.3	187.2
	3～5歳	9	179.6	49.4	16.5	111.3	112.3	113.5	118.2	193.9	215.6	236.6	239.4	241.6
	6～7歳	9	157.8	25.6	8.5	121.1	123.9	127.4	134.2	161.3	169.4	193.2	196.0	198.2
	8～9歳	6	188.1	70.8	28.9	112.5	120.1	129.6	151.9	173.9	185.9	260.9	298.3	328.3
	10～11歳	6	184.7	77.9	31.8	84.3	98.5	116.3	156.3	173.0	186.1	264.9	302.6	332.8
	12～14歳	11	264.0	78.4	23.6	91.4	146.6	215.7	229.7	265.4	292.5	354.0	376.0	393.6
	15～17歳	12	274.3	65.9	19.0	166.8	188.7	213.0	237.5	264.0	292.3	378.0	394.8	403.9
	18～29歳	26	210.2	73.5	14.4	53.8	71.1	117.4	182.8	210.6	267.6	292.5	314.1	336.9
	30～49歳	108	255.6	109.3	10.5	80.9	118.3	148.4	189.2	242.7	298.3	373.0	449.0	695.5
	50～69歳	119	271.2	90.3	8.3	58.8	133.4	161.3	203.2	274.8	325.6	378.6	405.3	527.3
	70歳以上	116	298.5	102.4	9.5	121.2	159.3	184.2	230.5	285.1	356.8	425.4	467.8	538.9
総数	428	262.0	101.9	4.9	57.1	118.0	148.5	192.1	257.3	311.3	386.1	425.5	542.3	
女	1～2歳	6	117.9	29.8	12.2	75.2	80.1	86.3	101.7	113.0	135.3	154.4	160.5	165.4
	3～5歳	10	127.6	40.1	12.7	76.6	81.2	87.0	103.0	120.4	146.2	169.3	195.1	215.7
	6～7歳	7	148.7	45.0	17.0	102.8	105.3	108.3	112.8	117.1	187.2	205.8	213.7	220.0
	8～9歳	3	197.1	20.7	11.9	172.3	174.3	176.8	184.5	197.2	209.8	217.4	219.9	221.9
	10～11歳	14	174.0	39.1	10.5	122.9	123.7	126.9	144.4	170.2	181.3	239.5	245.4	245.9
	12～14歳	15	210.6	50.2	12.9	138.8	147.3	153.5	165.7	203.4	236.0	281.7	291.8	304.5
	15～17歳	9	210.2	61.7	20.6	136.2	139.1	142.6	160.2	225.2	235.4	270.0	306.1	334.9
	18～29歳	25	219.9	77.0	15.4	90.5	128.4	142.3	162.6	223.8	246.6	323.8	340.0	404.0
	30～49歳	110	212.0	85.4	8.1	70.3	93.6	118.8	149.6	201.8	256.3	308.5	368.5	445.8
	50～69歳	148	245.2	77.0	6.3	99.2	141.1	162.2	187.7	236.7	285.5	359.2	380.0	445.9
	70歳以上	159	265.5	103.4	8.2	94.4	139.4	153.3	191.6	244.6	319.2	409.7	438.7	527.6
総数	506	234.1	91.2	4.1	78.6	112.6	133.2	169.1	221.7	281.2	361.3	415.8	488.4	
全体	934	246.9	97.2	3.2	74.4	114.6	137.1	180.2	235.6	298.0	371.6	421.8	517.0	

注) 単位：mg

【第8表の12】 リン摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	466	151	61	203	245	297	403	494	589	607	615	622
	3～5歳	9	748	129	43	555	577	604	646	775	799	910	945	973
	6～7歳	9	769	157	52	499	549	611	642	802	842	962	993	1,018
	8～9歳	6	937	350	143	382	453	542	773	947	1,097	1,321	1,410	1,482
	10～11歳	6	930	331	135	445	492	550	734	962	1,040	1,278	1,387	1,475
	12～14歳	11	1,306	380	115	464	738	1,079	1,138	1,319	1,511	1,797	1,832	1,861
	15～17歳	12	1,356	338	98	831	872	924	1,103	1,382	1,622	1,655	1,818	1,976
	18～29歳	26	971	352	69	176	271	507	740	1,039	1,191	1,357	1,360	1,570
	30～49歳	108	1,057	361	35	387	510	593	849	1,022	1,272	1,498	1,687	1,979
	50～69歳	119	1,075	321	29	219	563	674	869	1,074	1,296	1,458	1,641	1,772
	70歳以上	116	1,130	374	35	495	591	663	885	1,110	1,341	1,578	1,781	2,094
総数	428	1,067	365	18	201	511	616	822	1,053	1,300	1,517	1,689	1,964	
女	1～2歳	6	582	190	78	326	349	378	466	560	667	809	862	905
	3～5歳	10	563	190	60	269	277	287	493	576	630	736	848	937
	6～7歳	7	797	207	78	482	527	582	659	726	1,013	1,034	1,035	1,036
	8～9歳	3	1,034	179	103	808	828	854	932	1,061	1,150	1,203	1,220	1,234
	10～11歳	14	913	191	51	631	653	680	789	884	1,046	1,116	1,197	1,313
	12～14歳	15	1,055	200	52	693	771	818	976	1,030	1,138	1,367	1,387	1,401
	15～17歳	9	1,082	310	103	746	754	764	838	1,012	1,255	1,417	1,597	1,741
	18～29歳	25	922	237	47	484	546	610	741	934	1,111	1,184	1,272	1,345
	30～49歳	110	865	298	28	268	375	523	661	840	1,043	1,237	1,385	1,577
	50～69歳	148	961	268	22	406	530	627	777	964	1,146	1,299	1,419	1,605
	70歳以上	159	998	329	26	408	505	601	787	989	1,197	1,352	1,549	1,818
総数	506	939	301	13	312	464	577	740	934	1,127	1,303	1,439	1,661	
全体	934	998	338	11	265	483	591	773	984	1,201	1,409	1,587	1,867	

注) 単位：mg

【第8表の13】 鉄摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	2.9	0.9	0.4	1.8	1.9	1.9	2.1	2.9	3.6	4.0	4.2	4.3
	3～5歳	9	4.8	1.2	0.4	3.1	3.2	3.3	3.4	5.0	6.0	6.2	6.3	6.4
	6～7歳	9	4.2	0.9	0.3	2.7	2.9	3.1	3.3	4.3	4.9	5.2	5.4	5.6
	8～9歳	6	6.0	2.2	0.9	3.2	3.5	3.9	4.9	5.8	6.1	8.3	9.3	10.1
	10～11歳	6	5.6	1.8	0.7	3.0	3.3	3.6	4.6	5.6	6.1	7.5	8.1	8.5
	12～14歳	11	8.0	2.7	0.8	3.0	3.9	4.9	6.2	8.0	10.1	10.8	11.6	12.2
	15～17歳	12	8.7	1.9	0.6	6.2	6.3	6.5	7.0	8.5	10.1	11.2	11.7	12.2
	18～29歳	26	6.9	2.6	0.5	2.1	2.6	3.1	5.2	7.7	8.5	10.3	10.6	11.0
	30～49歳	108	8.0	3.2	0.3	2.5	3.6	4.4	5.7	7.4	9.6	12.2	14.4	16.5
	50～69歳	119	8.2	2.9	0.3	1.9	3.4	4.9	6.2	7.9	10.3	11.7	12.3	15.1
	70歳以上	116	9.1	3.2	0.3	3.2	3.9	5.3	7.1	8.7	10.7	13.1	14.2	17.1
総数	428	8.0	3.2	0.2	2.0	3.2	4.1	5.8	7.9	10.0	12.0	13.5	16.4	
女	1～2歳	6	3.4	0.8	0.3	2.3	2.5	2.6	3.0	3.2	3.7	4.3	4.5	4.7
	3～5歳	10	4.0	1.3	0.4	2.5	2.5	2.6	2.7	3.8	4.6	5.6	6.2	6.7
	6～7歳	7	4.3	1.0	0.4	3.2	3.3	3.4	3.5	4.0	5.2	5.6	5.7	5.7
	8～9歳	3	5.4	0.7	0.4	4.5	4.6	4.7	5.0	5.5	5.9	6.1	6.2	6.2
	10～11歳	14	4.9	1.5	0.4	2.9	3.0	3.2	3.7	4.4	6.2	6.4	7.0	7.7
	12～14歳	15	6.0	1.7	0.4	3.5	3.7	3.9	5.0	5.8	7.0	8.3	8.6	9.2
	15～17歳	9	6.7	1.6	0.5	4.0	4.1	4.2	5.9	7.1	7.6	8.5	8.7	8.8
	18～29歳	25	7.2	2.3	0.5	3.1	3.9	5.0	5.4	7.0	8.5	10.6	11.3	12.0
	30～49歳	110	6.8	2.7	0.3	1.9	2.6	3.6	4.8	6.6	8.3	10.3	11.9	13.8
	50～69歳	148	7.3	2.4	0.2	2.6	3.4	4.1	5.6	7.4	9.1	10.3	11.1	13.1
	70歳以上	159	8.4	3.4	0.3	2.8	4.4	4.8	6.0	7.8	10.3	12.8	13.8	17.5
総数	506	7.3	2.9	0.1	2.3	3.1	3.8	5.2	6.9	9.1	11.0	12.6	14.8	
全体		934	7.6	3.1	0.1	2.1	3.2	3.9	5.5	7.3	9.5	11.6	12.9	15.9

注) 単位: mg

【第8表の14】 亜鉛摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	3.6	1.1	0.5	2.1	2.1	2.2	2.6	3.7	4.2	4.8	5.0	5.2
	3～5歳	9	5.8	0.8	0.3	4.3	4.5	4.8	5.4	5.6	6.3	6.9	7.0	7.0
	6～7歳	9	6.2	1.1	0.4	3.9	4.4	5.0	5.5	6.5	7.0	7.3	7.3	7.3
	8～9歳	6	10.9	9.2	3.8	3.1	3.7	4.5	6.2	7.3	10.3	21.0	25.9	29.8
	10～11歳	6	6.5	2.1	0.8	2.8	3.3	4.0	5.8	7.2	7.5	8.4	8.8	9.1
	12～14歳	11	10.3	2.6	0.8	3.4	6.2	9.6	10.1	10.9	11.6	12.6	12.6	12.6
	15～17歳	12	11.7	2.7	0.8	7.2	8.2	9.3	10.4	11.2	13.1	13.2	15.7	18.1
	18～29歳	26	8.5	2.9	0.6	1.1	2.5	5.8	6.7	8.9	10.5	11.6	11.9	13.1
	30～49歳	108	9.1	3.2	0.3	1.8	3.8	5.2	7.0	9.0	11.6	13.4	14.3	16.1
	50～69歳	119	8.8	2.6	0.2	2.3	5.1	5.4	6.8	8.7	10.5	12.2	13.0	14.6
	70歳以上	116	9.0	3.5	0.3	3.7	4.4	5.6	6.7	8.4	10.9	13.1	15.3	19.4
総数	428	8.8	3.3	0.2	1.8	3.9	5.3	6.7	8.5	10.8	12.8	14.2	18.1	
女	1～2歳	6	4.4	1.3	0.5	3.3	3.3	3.4	3.5	3.8	5.0	6.1	6.4	6.7
	3～5歳	10	4.5	1.4	0.4	2.2	2.3	2.4	4.2	4.7	5.0	6.4	6.5	6.6
	6～7歳	7	6.8	1.5	0.6	4.6	4.7	5.0	5.5	6.9	8.3	8.5	8.6	8.7
	8～9歳	3	8.9	0.4	0.2	8.6	8.6	8.6	8.6	8.6	9.1	9.3	9.4	9.5
	10～11歳	14	7.3	1.7	0.4	4.9	5.1	5.4	6.0	7.2	8.1	9.1	10.0	11.1
	12～14歳	15	10.3	5.8	1.5	5.1	5.6	6.1	7.3	8.5	10.9	12.5	18.1	28.0
	15～17歳	9	9.4	2.5	0.8	5.9	6.0	6.1	7.3	10.0	10.9	12.5	12.8	13.2
	18～29歳	25	7.9	1.8	0.4	4.8	5.2	5.7	6.8	7.7	8.3	11.1	11.4	11.7
	30～49歳	110	7.5	3.5	0.3	1.5	3.1	4.4	5.6	7.0	9.0	10.9	12.1	16.2
	50～69歳	148	7.5	2.4	0.2	3.4	4.0	4.6	5.9	7.6	8.5	10.0	11.5	14.8
	70歳以上	159	7.9	2.9	0.2	3.7	4.1	4.5	6.0	7.4	9.4	11.5	12.1	16.2
総数	506	7.7	3.0	0.1	2.5	3.8	4.5	5.8	7.4	8.9	11.3	12.0	16.3	
全体		934	8.2	3.2	0.1	2.2	3.9	4.7	6.1	7.9	9.8	11.9	13.2	17.3

注) 単位: mg

【第8表の15】 銅摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	0.51	0.17	0.07	0.28	0.30	0.33	0.39	0.52	0.67	0.69	0.69	0.70
	3～5歳	9	0.85	0.18	0.06	0.51	0.56	0.62	0.72	0.92	0.96	1.00	1.05	1.09
	6～7歳	9	0.73	0.14	0.05	0.61	0.61	0.61	0.63	0.69	0.78	0.88	0.97	1.04
	8～9歳	6	1.17	0.61	0.25	0.52	0.57	0.63	0.80	1.05	1.22	1.83	2.13	2.36
	10～11歳	6	0.82	0.26	0.10	0.42	0.47	0.55	0.72	0.81	0.91	1.10	1.18	1.24
	12～14歳	11	1.32	0.40	0.12	0.45	0.71	1.04	1.16	1.30	1.62	1.79	1.86	1.91
	15～17歳	12	1.30	0.29	0.08	0.93	0.97	1.01	1.05	1.29	1.48	1.67	1.77	1.84
	18～29歳	26	1.10	0.42	0.08	0.25	0.33	0.54	0.85	1.23	1.34	1.58	1.70	1.85
	30～49歳	108	1.21	0.41	0.04	0.28	0.58	0.80	0.92	1.16	1.51	1.72	2.00	2.26
	50～69歳	119	1.22	0.38	0.04	0.35	0.59	0.79	0.92	1.19	1.44	1.72	1.88	2.14
	70歳以上	116	1.31	0.45	0.04	0.44	0.69	0.82	0.97	1.23	1.60	1.85	1.99	2.63
総数	428	1.20	0.43	0.02	0.28	0.54	0.69	0.91	1.18	1.46	1.77	1.93	2.33	
女	1～2歳	6	0.58	0.06	0.02	0.53	0.53	0.53	0.54	0.56	0.61	0.66	0.68	0.69
	3～5歳	10	0.63	0.16	0.05	0.35	0.43	0.53	0.55	0.56	0.76	0.85	0.86	0.87
	6～7歳	7	0.73	0.22	0.08	0.53	0.54	0.55	0.57	0.70	0.77	0.98	1.11	1.20
	8～9歳	3	1.06	0.11	0.06	0.92	0.93	0.95	1.01	1.09	1.14	1.17	1.18	1.18
	10～11歳	14	0.86	0.15	0.04	0.67	0.67	0.69	0.75	0.82	0.95	1.05	1.12	1.20
	12～14歳	15	1.08	0.42	0.11	0.59	0.65	0.75	0.87	0.91	1.13	1.40	1.74	2.30
	15～17歳	9	1.09	0.24	0.08	0.66	0.69	0.73	0.96	1.22	1.24	1.28	1.35	1.40
	18～29歳	25	1.03	0.27	0.05	0.50	0.63	0.71	0.88	0.99	1.16	1.43	1.50	1.59
	30～49歳	110	1.00	0.39	0.04	0.21	0.42	0.58	0.77	0.97	1.20	1.46	1.64	2.18
	50～69歳	148	1.07	0.33	0.03	0.51	0.58	0.66	0.81	1.04	1.27	1.49	1.63	1.90
	70歳以上	159	1.18	0.42	0.03	0.51	0.64	0.72	0.85	1.12	1.41	1.81	1.96	2.45
総数	506	1.06	0.38	0.02	0.34	0.55	0.62	0.79	1.02	1.25	1.56	1.76	2.22	
全体	934	1.13	0.41	0.01	0.30	0.54	0.65	0.83	1.09	1.37	1.66	1.87	2.33	

注) 単位: mg

【第8表の16】 ビタミンA摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	258	129	53	103	114	129	165	218	354	427	446	461
	3～5歳	9	475	247	82	153	194	245	364	435	496	721	895	1,034
	6～7歳	9	334	102	34	173	198	231	248	342	386	472	485	495
	8～9歳	6	396	164	67	135	173	222	320	376	539	591	599	605
	10～11歳	6	344	132	54	105	142	188	304	383	396	463	494	520
	12～14歳	11	476	187	56	144	215	303	396	476	507	670	783	873
	15～17歳	12	411	158	46	230	238	250	287	372	461	651	703	742
	18～29歳	26	450	411	81	23	81	144	254	379	477	655	1,062	1,925
	30～49歳	108	439	355	34	34	80	137	231	333	536	794	1,200	1,774
	50～69歳	119	387	280	26	26	83	122	215	326	472	729	901	1,539
	70歳以上	116	528	511	47	48	90	157	271	437	653	881	1,215	1,666
総数	428	444	377	18	31	87	132	242	378	527	762	1,007	1,709	
女	1～2歳	6	340	105	43	177	196	220	280	347	392	452	479	501
	3～5歳	10	260	115	36	84	91	100	189	240	352	404	424	441
	6～7歳	7	488	290	110	297	299	303	322	341	479	768	972	1,135
	8～9歳	3	368	31	18	325	331	337	357	391	391	391	391	391
	10～11歳	14	398	96	26	216	274	315	331	378	467	520	536	552
	12～14歳	15	558	419	108	222	230	256	323	430	553	930	1,347	1,796
	15～17歳	9	380	112	37	255	261	268	318	337	379	571	578	583
	18～29歳	25	398	219	44	123	137	180	244	376	479	578	627	1,065
	30～49歳	110	483	683	65	30	61	119	227	353	528	822	1,279	1,935
	50～69歳	148	445	356	29	20	109	153	248	382	514	735	1,180	1,812
	70歳以上	159	576	645	51	38	107	153	254	429	667	1,125	1,317	2,727
総数	506	488	533	24	30	99	151	245	381	553	842	1,238	1,963	
全体	934	468	469	15	30	97	144	244	379	539	803	1,199	1,877	

注) 単位:  $\mu$ gRAE



【第8表の17】 ビタミンD摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	3.5	3.3	1.3	0.3	0.4	0.5	0.9	2.5	4.8	7.4	8.5	9.5
	3～5歳	9	5.2	6.7	2.2	1.7	1.7	1.8	1.9	1.9	5.3	9.9	16.7	22.1
	6～7歳	9	3.5	3.6	1.2	1.0	1.0	1.1	1.2	2.5	3.8	6.1	9.6	12.4
	8～9歳	6	4.6	2.7	1.1	1.3	1.7	2.2	3.4	4.1	4.8	7.6	8.9	9.9
	10～11歳	6	2.5	1.4	0.6	0.3	0.7	1.2	2.2	2.3	2.9	4.0	4.5	4.9
	12～14歳	11	9.4	10.6	3.2	0.7	1.1	1.7	1.8	4.2	13.4	24.3	29.5	33.7
	15～17歳	12	6.4	8.8	2.5	1.3	1.4	1.6	2.1	2.9	5.0	13.8	23.1	31.1
	18～29歳	26	4.1	3.5	0.7	0.0	0.2	0.7	1.8	2.5	6.0	9.6	10.1	12.1
	30～49歳	108	5.4	6.1	0.6	0.1	0.4	0.6	1.5	3.3	7.4	11.1	19.3	27.7
	50～69歳	119	8.7	9.8	0.9	0.1	0.5	0.9	1.7	4.4	11.8	23.6	28.7	39.6
	70歳以上	116	9.6	9.5	0.9	0.3	0.9	1.3	2.5	6.4	13.9	24.8	28.4	40.1
総数	428	7.4	8.5	0.4	0.1	0.5	0.9	1.8	3.9	9.7	21.0	26.1	34.3	
女	1～2歳	6	2.5	1.1	0.5	1.1	1.2	1.3	1.7	2.4	2.9	3.8	4.2	4.6
	3～5歳	10	3.5	4.0	1.3	0.2	0.2	0.2	0.6	2.2	4.2	7.6	10.6	13.1
	6～7歳	7	2.6	0.9	0.4	1.2	1.4	1.6	2.0	2.2	3.5	3.8	3.8	3.9
	8～9歳	3	1.9	0.4	0.2	1.3	1.4	1.4	1.7	2.1	2.1	2.2	2.2	2.2
	10～11歳	14	3.4	1.3	0.4	1.5	1.5	1.7	2.3	3.3	4.4	5.0	5.4	5.8
	12～14歳	15	4.1	3.3	0.8	1.5	1.8	1.9	2.0	3.1	4.8	6.4	9.6	13.8
	15～17歳	9	4.2	4.1	1.4	1.2	1.3	1.3	2.2	2.3	5.2	8.2	11.5	14.2
	18～29歳	25	5.6	5.7	1.1	0.5	0.6	0.9	1.6	2.8	7.9	14.4	16.6	20.8
	30～49歳	110	4.3	5.9	0.6	0.1	0.4	0.5	1.1	2.2	4.8	9.9	17.8	25.3
	50～69歳	148	7.1	7.3	0.6	0.1	0.5	0.9	1.7	3.8	10.3	18.0	22.0	27.9
	70歳以上	159	9.5	10.0	0.8	0.3	0.8	1.2	2.3	5.2	12.6	24.6	28.9	42.6
総数	506	6.7	7.9	0.4	0.2	0.5	0.9	1.6	3.5	8.6	18.3	23.8	34.2	
全体	934	7.0	8.2	0.3	0.1	0.5	0.9	1.7	3.7	9.1	19.8	24.7	34.6	

注) 単位:  $\mu\text{g}$

【第8表の18】 ビタミンE摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	2.9	0.9	0.4	2.1	2.1	2.1	2.2	2.6	3.8	4.1	4.1	4.1
	3～5歳	9	4.2	1.9	0.6	1.9	2.2	2.5	2.7	3.6	5.8	6.8	7.2	7.5
	6～7歳	9	3.9	1.0	0.3	2.2	2.4	2.6	3.2	4.0	4.7	5.0	5.0	5.0
	8～9歳	6	6.1	2.9	1.2	2.5	2.9	3.3	4.2	5.2	7.8	9.8	10.5	11.0
	10～11歳	6	4.8	2.5	1.0	1.4	1.6	2.0	3.0	4.5	6.6	7.9	8.3	8.7
	12～14歳	11	6.6	2.8	0.8	1.8	2.8	4.0	4.9	5.8	8.7	9.5	10.7	11.6
	15～17歳	12	8.1	3.0	0.9	4.5	4.6	4.8	5.4	8.3	9.3	10.6	12.9	15.1
	18～29歳	26	6.4	3.0	0.6	3.1	3.2	3.4	4.4	5.4	7.7	9.8	11.0	15.4
	30～49歳	108	7.4	3.6	0.3	1.6	2.4	3.2	4.7	7.3	9.3	12.0	13.5	17.4
	50～69歳	119	7.0	3.3	0.3	2.3	3.0	3.4	4.4	6.5	9.1	12.1	12.7	16.9
	70歳以上	116	8.0	3.9	0.4	1.8	2.7	3.5	5.1	7.3	10.3	13.0	16.0	17.7
総数	428	7.1	3.5	0.2	1.6	2.5	3.1	4.4	6.5	9.1	12.1	13.5	17.5	
女	1～2歳	6	3.6	1.3	0.5	1.8	2.0	2.3	3.1	3.5	3.7	4.8	5.4	5.9
	3～5歳	10	4.0	2.6	0.8	1.5	1.8	2.1	2.8	3.5	4.0	5.2	8.4	10.8
	6～7歳	7	4.2	1.4	0.5	2.7	2.7	2.7	2.9	4.2	5.3	6.0	6.1	6.2
	8～9歳	3	4.6	1.9	1.1	2.1	2.4	2.8	3.9	5.9	5.9	6.0	6.0	6.0
	10～11歳	14	5.1	1.1	0.3	3.2	3.4	3.6	4.2	5.3	5.9	6.3	6.5	6.8
	12～14歳	15	5.4	1.5	0.4	2.9	3.1	3.3	4.2	5.3	6.8	7.2	7.4	7.7
	15～17歳	9	6.1	2.6	0.9	3.6	3.9	4.2	4.6	5.3	5.9	8.8	10.7	12.2
	18～29歳	25	5.8	2.3	0.5	2.5	3.1	3.5	4.4	5.4	6.1	8.2	10.0	12.7
	30～49歳	110	5.8	3.0	0.3	1.4	2.0	2.5	3.7	5.3	7.7	10.7	12.0	12.9
	50～69歳	148	7.0	3.3	0.3	1.6	2.3	3.0	4.4	6.6	9.2	11.6	13.0	15.8
	70歳以上	159	7.6	3.9	0.3	1.9	3.1	3.6	4.6	6.8	9.6	13.0	15.3	17.9
総数	506	6.6	3.4	0.2	1.5	2.3	3.0	4.2	5.9	8.3	11.4	13.1	16.8	
全体	934	6.9	3.5	0.1	1.5	2.4	3.0	4.2	6.2	8.8	11.9	13.4	17.4	

注) 単位: mg

【第8表の19】 ビタミンK摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	55.5	12.1	4.9	37.9	39.6	41.8	46.9	56.2	64.6	68.6	70.3	71.7
	3～5歳	9	246.4	132.2	44.1	81.2	92.3	106.3	115.4	302.2	323.1	409.4	432.2	450.4
	6～7歳	9	94.3	54.9	18.3	24.0	29.5	36.5	67.2	83.6	111.2	156.0	187.2	212.0
	8～9歳	6	157.6	58.4	23.8	99.6	101.1	103.0	109.2	132.7	210.3	237.1	240.2	242.7
	10～11歳	6	132.4	106.9	43.6	58.8	64.2	71.0	84.8	90.5	100.5	235.8	302.6	356.1
	12～14歳	11	215.9	129.1	38.9	62.8	75.6	91.5	130.9	179.7	252.8	323.2	436.1	526.4
	15～17歳	12	157.6	76.5	22.1	61.2	69.3	78.4	103.2	150.2	198.8	204.6	273.0	339.4
	18～29歳	26	218.6	133.1	26.1	19.5	29.2	52.7	115.3	215.9	283.6	420.4	462.0	501.5
	30～49歳	108	275.7	220.2	21.2	20.0	40.6	67.0	119.0	213.3	392.1	572.9	635.2	981.0
	50～69歳	119	283.2	208.5	19.1	21.3	43.7	66.4	116.7	222.4	394.7	560.8	649.7	904.9
	70歳以上	116	361.7	223.9	20.8	31.4	60.1	82.7	172.7	346.5	519.0	618.8	761.0	936.2
総数	428	281.6	211.6	10.2	20.1	44.5	64.5	113.8	224.4	398.4	572.2	643.9	934.7	
女	1～2歳	6	111.8	68.7	28.1	17.7	32.4	50.8	89.8	96.8	123.6	187.9	215.6	237.9
	3～5歳	10	112.5	74.6	23.6	43.0	45.8	49.4	57.8	82.2	162.4	209.3	240.0	264.6
	6～7歳	7	152.9	44.3	16.7	93.2	100.8	110.3	126.5	140.2	179.1	214.2	221.0	226.4
	8～9歳	3	359.5	45.2	26.1	320.3	321.6	323.1	327.9	335.7	379.2	405.3	414.0	421.0
	10～11歳	14	130.1	54.7	14.6	48.7	55.5	70.2	101.7	111.7	158.7	193.5	219.0	252.7
	12～14歳	15	159.6	70.3	18.2	71.0	74.9	85.0	109.0	153.3	192.0	257.4	300.2	317.7
	15～17歳	9	223.8	66.4	22.1	122.7	130.5	140.2	177.3	218.2	278.7	291.4	311.4	327.4
	18～29歳	25	270.5	177.1	35.4	31.2	38.7	53.6	166.3	291.9	322.7	388.2	618.1	770.1
	30～49歳	110	241.7	173.9	16.6	11.8	42.2	64.1	120.4	190.1	322.7	533.0	600.1	692.6
	50～69歳	148	277.6	187.9	15.4	24.5	50.0	61.8	111.6	247.8	395.0	524.2	635.5	815.0
	70歳以上	159	333.8	227.7	18.1	22.2	43.0	63.0	150.1	310.3	467.9	645.6	722.4	975.6
総数	506	272.1	196.7	8.7	18.5	44.1	62.8	115.1	229.1	380.1	570.4	665.4	851.8	
全体	934	276.4	203.7	6.7	18.8	44.2	63.0	114.0	227.9	391.7	571.3	659.5	924.8	

注) 単位:  $\mu\text{g}$

【第8表の20】 ビタミンB<sub>1</sub>摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	0.41	0.13	0.05	0.24	0.25	0.27	0.32	0.39	0.49	0.56	0.60	0.62
	3～5歳	9	0.60	0.22	0.07	0.28	0.30	0.32	0.44	0.62	0.76	0.82	0.89	0.94
	6～7歳	9	0.78	0.17	0.06	0.54	0.56	0.57	0.65	0.71	0.97	1.01	1.02	1.02
	8～9歳	6	0.98	0.43	0.17	0.37	0.45	0.54	0.74	0.93	1.16	1.45	1.59	1.69
	10～11歳	6	0.88	0.26	0.11	0.63	0.64	0.65	0.69	0.76	1.10	1.24	1.26	1.27
	12～14歳	11	1.32	0.44	0.13	0.57	0.67	0.79	0.95	1.32	1.68	1.73	1.86	1.97
	15～17歳	12	1.30	0.38	0.11	0.56	0.79	1.04	1.13	1.24	1.43	1.66	1.89	2.10
	18～29歳	26	0.96	0.38	0.07	0.41	0.51	0.54	0.67	0.91	1.16	1.44	1.79	1.85
	30～49歳	108	1.13	0.47	0.05	0.36	0.47	0.62	0.79	1.04	1.47	1.79	1.97	2.32
	50～69歳	119	1.03	0.42	0.04	0.19	0.47	0.56	0.71	0.97	1.26	1.63	1.83	2.15
	70歳以上	116	1.03	0.42	0.04	0.33	0.47	0.53	0.72	0.97	1.24	1.57	1.90	2.05
総数	428	1.04	0.44	0.02	0.29	0.45	0.53	0.71	0.97	1.27	1.68	1.87	2.26	
女	1～2歳	6	0.52	0.25	0.10	0.25	0.27	0.29	0.34	0.42	0.69	0.85	0.89	0.93
	3～5歳	10	0.62	0.16	0.05	0.45	0.45	0.46	0.48	0.59	0.70	0.88	0.90	0.91
	6～7歳	7	0.80	0.28	0.10	0.46	0.47	0.47	0.52	0.79	1.07	1.11	1.13	1.15
	8～9歳	3	0.84	0.10	0.05	0.73	0.74	0.75	0.78	0.83	0.90	0.94	0.95	0.96
	10～11歳	14	0.86	0.22	0.06	0.53	0.54	0.56	0.72	0.83	1.05	1.14	1.18	1.22
	12～14歳	15	1.00	0.36	0.09	0.61	0.63	0.66	0.72	0.96	1.11	1.45	1.61	1.89
	15～17歳	9	1.11	0.37	0.12	0.61	0.64	0.67	0.93	1.04	1.25	1.53	1.72	1.87
	18～29歳	25	0.83	0.25	0.05	0.42	0.53	0.57	0.67	0.77	0.90	1.15	1.31	1.48
	30～49歳	110	0.86	0.40	0.04	0.27	0.38	0.44	0.57	0.78	1.01	1.31	1.65	2.09
	50～69歳	148	0.87	0.32	0.03	0.26	0.38	0.49	0.65	0.84	1.05	1.32	1.47	1.68
	70歳以上	159	0.88	0.39	0.03	0.28	0.34	0.42	0.61	0.79	1.11	1.35	1.60	1.99
総数	506	0.87	0.36	0.02	0.27	0.38	0.46	0.62	0.81	1.05	1.33	1.53	1.99	
全体	934	0.95	0.41	0.01	0.27	0.40	0.48	0.65	0.88	1.17	1.50	1.76	2.07	

注) 単位: mg

【第8表の21】 ビタミンB<sub>2</sub>摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	0.47	0.14	0.06	0.18	0.24	0.32	0.49	0.53	0.55	0.56	0.56	0.57
	3～5歳	9	0.85	0.23	0.08	0.53	0.54	0.56	0.68	0.85	0.97	1.15	1.19	1.23
	6～7歳	9	0.82	0.21	0.07	0.52	0.58	0.66	0.70	0.79	0.84	1.06	1.18	1.27
	8～9歳	6	1.15	0.51	0.21	0.34	0.46	0.60	0.92	1.12	1.48	1.74	1.83	1.90
	10～11歳	6	1.06	0.44	0.18	0.28	0.37	0.48	0.82	1.22	1.34	1.47	1.52	1.57
	12～14歳	11	1.41	0.50	0.15	0.32	0.71	1.19	1.23	1.39	1.55	2.07	2.18	2.27
	15～17歳	12	1.41	0.49	0.14	0.79	0.89	0.99	1.06	1.28	1.62	1.85	2.23	2.59
	18～29歳	26	1.14	0.34	0.07	0.49	0.54	0.73	0.96	1.13	1.37	1.58	1.67	1.86
	30～49歳	108	1.18	0.47	0.05	0.33	0.41	0.57	0.87	1.14	1.44	1.86	1.94	2.33
	50～69歳	119	1.24	0.47	0.04	0.16	0.58	0.68	0.90	1.19	1.52	1.90	2.09	2.24
	70歳以上	116	1.34	0.52	0.05	0.35	0.57	0.70	0.97	1.32	1.55	2.03	2.30	2.77
総数	428	1.22	0.49	0.02	0.25	0.50	0.63	0.87	1.19	1.50	1.90	2.10	2.51	
女	1～2歳	6	0.63	0.23	0.09	0.26	0.33	0.41	0.57	0.62	0.72	0.88	0.94	0.99
	3～5歳	10	0.60	0.22	0.07	0.23	0.24	0.26	0.51	0.63	0.74	0.86	0.90	0.93
	6～7歳	7	0.89	0.27	0.10	0.41	0.49	0.59	0.73	0.99	1.06	1.15	1.21	1.25
	8～9歳	3	1.28	0.22	0.13	1.03	1.05	1.07	1.13	1.24	1.40	1.50	1.53	1.55
	10～11歳	14	0.98	0.21	0.06	0.62	0.67	0.73	0.82	0.96	1.13	1.26	1.32	1.35
	12～14歳	15	1.10	0.25	0.06	0.65	0.68	0.77	1.00	1.07	1.21	1.42	1.52	1.60
	15～17歳	9	1.37	0.36	0.12	0.96	0.98	1.01	1.03	1.43	1.49	1.76	1.95	2.11
	18～29歳	25	1.03	0.37	0.07	0.48	0.50	0.62	0.85	0.92	1.14	1.51	1.72	2.04
	30～49歳	110	0.98	0.43	0.04	0.19	0.36	0.46	0.73	0.90	1.24	1.57	1.78	2.03
	50～69歳	148	1.11	0.37	0.03	0.41	0.54	0.63	0.88	1.06	1.38	1.60	1.75	2.02
	70歳以上	159	1.17	0.46	0.04	0.35	0.52	0.65	0.83	1.15	1.41	1.73	1.99	2.62
総数	506	1.08	0.42	0.02	0.26	0.48	0.59	0.81	1.03	1.34	1.62	1.80	2.21	
全体	934	1.15	0.46	0.02	0.26	0.48	0.61	0.83	1.11	1.41	1.73	1.98	2.43	

注) 単位: mg

【第8表の22】 ナイアシン当量摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	12.2	4.4	1.8	5.8	6.3	7.0	8.9	12.5	15.2	17.1	17.9	18.5
	3～5歳	9	18.2	3.6	1.2	13.1	13.2	13.4	14.7	18.6	21.1	21.6	22.7	23.5
	6～7歳	9	19.7	6.3	2.1	10.4	12.0	13.9	15.8	18.6	22.6	26.4	30.0	32.9
	8～9歳	6	24.0	9.0	3.7	13.2	13.7	14.5	17.4	22.6	28.0	34.8	37.5	39.6
	10～11歳	6	21.9	6.3	2.6	14.8	14.9	15.0	16.5	20.8	26.1	29.9	31.0	31.9
	12～14歳	11	37.3	13.2	4.0	14.4	20.8	28.7	31.6	33.7	40.5	58.0	60.8	63.1
	15～17歳	12	37.4	8.4	2.4	26.3	27.9	29.5	32.4	36.9	38.8	46.0	52.2	57.6
	18～29歳	26	29.8	12.6	2.5	5.0	7.4	13.9	23.8	27.7	39.1	46.2	50.3	51.6
	30～49歳	108	33.4	12.5	1.2	7.0	16.2	17.8	25.6	31.9	40.1	49.1	60.0	66.5
	50～69歳	119	34.2	11.8	1.1	8.2	17.9	20.3	27.4	32.8	40.6	49.5	56.1	63.8
	70歳以上	116	33.7	12.5	1.2	12.0	17.0	19.7	26.7	31.1	39.2	50.1	61.2	67.5
総数	428	32.5	12.6	0.6	5.8	14.3	17.2	24.3	31.2	39.1	48.4	57.0	66.9	
女	1～2歳	6	15.5	5.7	2.3	8.1	8.7	9.6	11.9	13.9	19.8	23.0	23.7	24.2
	3～5歳	10	16.9	9.7	3.1	7.7	9.3	11.3	12.8	14.1	16.3	21.9	33.3	42.4
	6～7歳	7	22.1	8.6	3.2	13.4	13.7	14.2	15.7	18.2	26.7	33.5	36.1	38.1
	8～9歳	3	22.4	0.8	0.4	21.4	21.5	21.6	22.0	22.7	22.9	23.1	23.1	23.2
	10～11歳	14	24.4	8.7	2.3	14.1	14.8	15.8	18.4	22.8	28.4	31.9	38.3	46.2
	12～14歳	15	28.0	6.5	1.7	17.4	19.2	20.3	23.0	26.0	33.4	35.9	37.0	38.4
	15～17歳	9	29.8	7.3	2.4	19.6	19.8	20.0	23.4	29.6	34.3	39.1	40.6	41.8
	18～29歳	25	27.8	7.6	1.5	14.1	16.0	17.9	24.1	27.2	32.7	35.6	36.9	46.6
	30～49歳	110	26.0	10.0	1.0	6.0	11.4	14.3	19.2	25.8	32.8	38.1	42.1	52.8
	50～69歳	148	28.7	9.1	0.7	10.4	14.5	18.4	22.4	27.1	34.1	41.1	44.3	49.1
	70歳以上	159	28.4	10.0	0.8	10.9	13.4	15.9	21.6	27.7	33.1	42.0	45.8	56.3
総数	506	27.3	9.7	0.4	7.9	13.0	14.9	20.3	26.5	33.2	40.5	44.3	52.6	
全体	934	29.7	11.4	0.4	6.7	13.3	15.8	21.5	28.9	36.0	44.3	50.0	64.0	

注) 単位: mgNE

【第8表の23】 ビタミンB<sub>6</sub>摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	0.61	0.32	0.13	0.24	0.28	0.33	0.43	0.48	0.81	1.03	1.10	1.15
	3～5歳	9	0.74	0.17	0.06	0.41	0.46	0.52	0.65	0.78	0.85	0.90	0.96	1.01
	6～7歳	9	0.80	0.28	0.09	0.48	0.51	0.54	0.65	0.70	0.93	1.18	1.29	1.37
	8～9歳	6	0.74	0.30	0.12	0.25	0.32	0.40	0.61	0.74	0.94	1.09	1.14	1.17
	10～11歳	6	0.84	0.46	0.19	0.37	0.43	0.50	0.66	0.71	0.80	1.31	1.56	1.76
	12～14歳	11	1.42	0.62	0.19	0.43	0.64	0.90	1.14	1.24	1.59	2.17	2.51	2.78
	15～17歳	12	1.48	0.44	0.13	0.85	0.89	0.94	1.08	1.56	1.76	1.99	2.14	2.27
	18～29歳	26	0.95	0.40	0.08	0.08	0.19	0.52	0.72	0.95	1.17	1.48	1.59	1.64
	30～49歳	108	1.18	0.51	0.05	0.15	0.43	0.63	0.84	1.14	1.46	1.77	2.06	2.56
	50～69歳	119	1.24	0.49	0.05	0.17	0.48	0.72	0.92	1.15	1.58	1.88	2.09	2.44
	70歳以上	116	1.37	0.56	0.05	0.39	0.54	0.76	0.99	1.34	1.61	2.19	2.49	2.77
総数	428	1.21	0.53	0.03	0.14	0.46	0.61	0.85	1.14	1.52	1.87	2.25	2.76	
女	1～2歳	6	0.65	0.28	0.11	0.30	0.30	0.30	0.38	0.69	0.86	0.96	0.99	1.02
	3～5歳	10	0.63	0.24	0.08	0.26	0.34	0.44	0.48	0.60	0.68	0.89	1.03	1.14
	6～7歳	7	0.80	0.31	0.12	0.46	0.46	0.46	0.56	0.68	0.96	1.19	1.29	1.37
	8～9歳	3	0.77	0.04	0.02	0.73	0.73	0.73	0.74	0.75	0.79	0.81	0.81	0.82
	10～11歳	14	0.82	0.29	0.08	0.51	0.51	0.52	0.63	0.80	0.91	1.02	1.28	1.62
	12～14歳	15	1.00	0.36	0.09	0.46	0.54	0.60	0.80	0.89	1.20	1.30	1.50	1.84
	15～17歳	9	1.00	0.30	0.10	0.48	0.54	0.62	0.78	1.10	1.17	1.28	1.39	1.47
	18～29歳	25	0.96	0.25	0.05	0.45	0.54	0.66	0.77	0.95	1.16	1.27	1.29	1.39
	30～49歳	110	0.93	0.41	0.04	0.21	0.32	0.44	0.63	0.93	1.21	1.41	1.63	2.13
	50～69歳	148	1.09	0.41	0.03	0.26	0.49	0.64	0.84	1.06	1.29	1.54	1.78	2.40
	70歳以上	159	1.19	0.49	0.04	0.38	0.55	0.63	0.84	1.09	1.50	1.81	1.97	2.62
総数	506	1.05	0.44	0.02	0.22	0.44	0.53	0.74	1.01	1.28	1.61	1.81	2.51	
全体	934	1.12	0.49	0.02	0.21	0.44	0.56	0.79	1.06	1.38	1.73	2.03	2.62	

注) 単位: mg

【第8表の24】 ビタミンB<sub>12</sub>摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	2.72	2.19	0.90	0.30	0.48	0.71	1.27	2.14	3.39	5.30	6.14	6.82
	3～5歳	9	3.38	2.11	0.70	1.38	1.44	1.51	1.68	2.61	4.58	6.33	7.02	7.58
	6～7歳	9	2.70	1.39	0.46	0.77	1.00	1.29	1.64	2.24	3.71	4.52	4.86	5.14
	8～9歳	6	10.52	15.05	6.14	1.63	1.80	2.02	2.50	2.70	8.30	26.85	35.20	41.88
	10～11歳	6	2.56	1.42	0.58	1.08	1.11	1.13	1.44	2.30	2.97	4.23	4.77	5.21
	12～14歳	11	8.34	7.69	2.32	0.55	1.26	2.14	2.65	4.69	10.92	16.73	22.08	26.35
	15～17歳	12	6.53	6.70	1.94	2.38	2.58	2.80	2.95	3.86	6.02	11.60	18.88	25.43
	18～29歳	26	4.50	4.09	0.80	0.08	0.57	1.34	1.94	3.23	4.77	9.53	9.82	17.15
	30～49歳	108	5.75	6.13	0.59	0.37	0.86	1.14	2.19	3.52	6.18	14.21	20.25	26.71
	50～69歳	119	6.70	6.03	0.55	0.69	1.19	1.54	2.27	4.21	8.95	16.65	20.43	24.22
	70歳以上	116	6.95	5.48	0.51	0.21	1.18	1.68	2.57	5.45	9.08	15.32	17.59	24.43
総数	428	6.22	6.04	0.29	0.24	0.93	1.37	2.25	4.12	7.71	15.26	19.76	26.43	
女	1～2歳	6	2.53	2.35	0.96	0.66	0.78	0.93	1.23	1.50	2.47	5.15	6.37	7.35
	3～5歳	10	3.68	5.35	1.69	0.33	0.66	1.07	1.21	1.46	3.49	6.42	12.80	17.90
	6～7歳	7	3.27	2.17	0.82	1.32	1.35	1.39	1.57	2.10	4.40	6.10	6.82	7.39
	8～9歳	3	3.44	1.00	0.57	2.20	2.31	2.44	2.85	3.52	4.06	4.39	4.50	4.59
	10～11歳	14	4.40	2.62	0.70	1.57	1.62	1.66	1.98	3.51	7.03	7.90	8.50	9.18
	12～14歳	15	8.30	10.44	2.69	1.61	2.14	2.49	3.25	4.95	7.72	13.77	23.39	40.60
	15～17歳	9	4.58	2.89	0.96	1.56	1.59	1.62	1.86	4.66	6.48	8.50	9.15	9.68
	18～29歳	25	5.32	6.07	1.21	0.76	1.01	1.17	1.42	2.15	5.66	16.97	19.52	19.78
	30～49歳	110	4.56	6.07	0.58	0.15	0.42	1.00	1.53	2.65	4.80	9.29	19.39	28.39
	50～69歳	148	5.27	4.85	0.40	0.56	1.06	1.40	1.96	3.40	7.02	12.89	15.80	21.37
	70歳以上	159	6.39	5.86	0.46	0.54	0.86	1.23	2.38	4.49	7.71	15.84	18.03	26.80
総数	506	5.42	5.72	0.25	0.34	0.84	1.19	1.82	3.52	6.53	12.91	18.65	26.14	
全体	934	5.79	5.89	0.19	0.26	0.88	1.26	1.99	3.72	7.29	14.14	19.19	26.61	

注) 単位: μg

【第8表の25】 葉酸摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	118.8	41.7	17.0	64.1	65.1	66.3	78.5	126.8	154.0	163.3	166.6	169.2
	3～5歳	9	172.4	59.3	19.8	104.2	105.9	107.9	133.1	168.5	185.6	230.9	271.5	304.0
	6～7歳	9	147.6	51.0	17.0	78.3	84.2	91.5	106.9	132.8	175.5	208.1	225.6	239.6
	8～9歳	6	212.8	66.6	27.2	91.7	113.1	139.7	196.6	215.4	261.9	283.3	287.6	291.0
	10～11歳	6	182.7	69.9	28.5	97.9	104.3	112.2	136.2	170.5	207.6	265.4	289.7	309.1
	12～14歳	11	267.6	93.9	28.3	99.6	127.0	161.2	216.9	273.3	321.9	352.3	402.4	442.4
	15～17歳	12	248.5	90.7	26.2	155.8	158.2	160.7	162.8	238.2	297.5	328.7	392.8	454.6
	18～29歳	26	243.3	95.3	18.7	50.4	69.1	118.9	190.3	254.9	303.9	365.5	382.8	413.4
	30～49歳	108	281.2	143.4	13.8	54.4	121.2	135.3	168.7	249.7	361.7	479.5	559.5	596.7
	50～69歳	119	305.4	123.3	11.3	71.4	113.5	165.1	209.1	315.4	375.3	474.3	504.9	585.4
	70歳以上	116	358.5	150.7	14.0	93.1	134.7	183.7	257.6	350.0	430.2	558.3	607.4	826.9
総数	428	295.6	140.5	6.8	58.1	104.9	133.0	190.4	277.7	374.2	480.3	551.5	723.1	
女	1～2歳	6	131.2	39.0	15.9	68.9	75.1	82.8	106.5	135.9	161.1	174.8	178.2	180.9
	3～5歳	10	142.1	53.8	17.0	66.4	70.7	76.0	105.5	128.9	187.7	212.3	222.8	231.3
	6～7歳	7	161.1	60.5	22.9	97.4	106.6	118.0	134.9	136.7	166.3	234.2	264.1	288.0
	8～9歳	3	224.6	29.8	17.2	197.2	198.3	199.7	203.9	210.9	238.4	255.0	260.5	264.9
	10～11歳	14	165.8	42.7	11.4	98.9	111.4	124.8	138.8	153.3	193.4	228.3	243.6	250.5
	12～14歳	15	221.6	84.6	21.9	112.6	118.9	124.8	152.0	217.6	275.5	355.8	361.2	367.4
	15～17歳	9	233.8	89.2	29.7	138.1	144.0	151.3	157.1	188.3	314.9	341.7	375.8	403.0
	18～29歳	25	221.4	72.8	14.6	73.9	104.0	123.4	176.1	231.6	260.2	305.9	324.9	381.7
	30～49歳	110	238.0	129.2	12.3	73.4	84.6	99.0	157.1	214.1	294.7	363.8	440.6	551.4
	50～69歳	148	297.1	116.1	9.5	75.0	118.7	151.4	208.4	308.2	369.9	429.4	460.8	653.5
	70歳以上	159	334.9	154.7	12.3	93.5	138.2	154.8	212.5	308.8	421.0	545.9	636.9	755.1
総数	506	278.0	137.2	6.1	73.2	99.5	126.9	181.5	255.8	355.2	436.3	529.7	690.8	
全体	934	286.1	139.0	4.5	67.4	102.2	130.5	184.3	265.7	364.9	464.0	542.6	695.7	

注) 単位:  $\mu\text{g}$

【第8表の26】 パントテン酸摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	2.76	0.56	0.23	1.86	1.98	2.12	2.48	2.71	3.26	3.44	3.44	3.44
	3～5歳	9	4.58	1.05	0.35	3.09	3.10	3.12	3.49	4.79	5.65	5.70	5.70	5.70
	6～7歳	9	4.38	0.80	0.27	3.21	3.33	3.48	3.89	4.29	5.08	5.25	5.54	5.77
	8～9歳	6	5.68	2.02	0.83	2.30	2.87	3.58	5.09	5.47	6.87	7.98	8.33	8.60
	10～11歳	6	5.36	1.83	0.75	2.31	2.78	3.36	4.63	5.54	6.17	7.18	7.68	8.07
	12～14歳	11	7.24	1.92	0.58	2.58	4.30	6.45	6.66	7.29	8.39	9.18	9.48	9.72
	15～17歳	12	7.33	2.19	0.63	4.16	4.49	4.90	6.03	7.21	7.92	9.35	10.93	12.39
	18～29歳	26	5.69	2.07	0.41	1.06	1.73	3.07	4.65	5.70	7.04	8.00	8.48	9.35
	30～49歳	108	5.88	2.08	0.20	1.78	2.75	3.39	4.52	5.80	7.10	9.08	9.85	10.63
	50～69歳	119	6.06	2.09	0.19	1.31	2.98	3.74	4.64	5.93	7.54	8.30	9.77	11.65
	70歳以上	116	6.50	2.17	0.20	2.43	3.24	3.86	5.03	6.64	7.68	9.17	10.20	12.58
総数	428	6.05	2.15	0.10	1.28	2.74	3.48	4.60	5.93	7.43	8.74	9.81	11.96	
女	1～2歳	6	3.54	1.12	0.46	1.89	2.11	2.39	2.95	3.32	4.45	4.92	5.02	5.10
	3～5歳	10	3.26	0.77	0.24	1.58	2.04	2.61	3.06	3.25	3.76	4.07	4.26	4.41
	6～7歳	7	4.52	1.07	0.40	2.73	2.98	3.30	3.93	4.32	5.44	5.72	5.83	5.91
	8～9歳	3	5.99	0.72	0.42	5.35	5.38	5.40	5.48	5.62	6.31	6.72	6.86	6.97
	10～11歳	14	4.92	0.99	0.27	3.34	3.66	3.97	4.26	4.98	5.18	6.06	6.72	7.24
	12～14歳	15	5.66	1.29	0.33	3.20	3.55	4.09	4.89	5.61	6.52	7.35	7.52	7.81
	15～17歳	9	6.50	1.49	0.50	4.21	4.33	4.49	4.80	7.19	7.52	8.08	8.22	8.33
	18～29歳	25	5.33	1.35	0.27	3.00	3.12	3.41	4.48	5.39	6.18	7.17	7.44	7.93
	30～49歳	110	4.93	2.00	0.19	1.27	2.01	2.72	3.72	4.61	6.08	7.54	8.66	10.27
	50～69歳	148	5.45	1.61	0.13	1.97	2.70	3.39	4.38	5.45	6.59	7.39	7.85	8.54
	70歳以上	159	5.74	1.83	0.14	2.45	2.99	3.46	4.43	5.49	7.03	7.92	9.14	10.57
総数	506	5.36	1.78	0.08	1.54	2.68	3.14	4.14	5.28	6.55	7.57	8.17	10.30	
全体	934	5.67	1.99	0.07	1.49	2.71	3.24	4.30	5.49	7.01	8.07	9.16	11.15	

注) 単位: mg

【第8表の27】 ビタミンC摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	41.3	33.6	13.7	7.1	10.8	15.4	25.2	32.0	39.6	76.4	94.4	108.8
	3～5歳	9	49.4	41.1	13.7	15.8	18.2	21.2	27.8	35.0	45.6	83.8	121.4	151.6
	6～7歳	9	60.4	48.1	16.0	25.9	25.9	26.0	31.1	39.6	48.6	139.5	151.5	161.2
	8～9歳	6	61.4	49.6	20.3	12.5	16.2	20.9	32.9	49.9	60.5	113.5	139.6	160.6
	10～11歳	6	37.6	18.1	7.4	21.8	22.1	22.4	24.1	27.3	54.0	63.1	63.3	63.5
	12～14歳	11	73.5	46.7	14.1	19.9	22.7	26.0	44.8	59.1	88.9	155.3	159.5	162.9
	15～17歳	12	92.3	78.7	22.7	22.3	24.6	27.3	34.5	66.3	113.3	197.3	244.0	280.6
	18～29歳	26	56.6	32.9	6.4	2.0	7.9	19.5	29.1	58.3	79.3	105.0	113.2	119.1
	30～49歳	108	80.0	56.3	5.4	3.0	22.4	27.2	39.0	64.5	104.0	153.4	194.5	237.2
	50～69歳	119	93.6	72.3	6.6	11.6	15.8	21.4	44.5	74.6	115.6	194.6	240.7	288.5
	70歳以上	116	121.4	74.2	6.9	21.4	26.7	36.6	64.2	113.4	160.4	226.8	258.8	307.5
総数	428	91.3	68.4	3.3	6.1	19.0	25.9	40.0	71.4	124.2	182.3	235.5	299.3	
女	1～2歳	6	38.3	14.9	6.1	17.2	19.0	21.3	28.2	38.4	45.7	55.0	59.1	62.3
	3～5歳	10	58.5	29.9	9.5	20.3	21.1	22.1	27.3	58.9	87.6	94.7	95.7	96.6
	6～7歳	7	47.6	33.8	12.8	18.1	19.2	20.6	25.1	37.2	51.6	81.0	102.9	120.4
	8～9歳	3	67.2	36.1	20.8	32.2	33.9	36.1	42.4	53.0	84.9	104.0	110.4	115.5
	10～11歳	14	43.1	17.9	4.8	18.5	20.3	21.8	27.6	42.7	58.9	64.5	69.5	75.8
	12～14歳	15	66.9	49.7	12.8	21.0	21.2	21.9	24.2	51.6	88.6	144.1	165.2	177.5
	15～17歳	9	77.3	52.3	17.4	26.4	28.6	31.5	37.0	49.4	97.3	156.0	168.9	179.3
	18～29歳	25	60.7	38.1	7.6	14.7	16.7	21.6	30.1	55.3	79.9	110.9	121.0	163.0
	30～49歳	110	70.3	53.5	5.1	6.7	14.0	17.3	30.8	52.8	93.6	162.1	188.2	214.1
	50～69歳	148	94.7	60.0	4.9	9.7	16.9	25.8	52.6	84.8	125.3	169.5	206.7	288.1
	70歳以上	159	115.7	67.9	5.4	15.8	23.0	31.9	62.2	102.3	165.9	207.9	240.7	303.9
総数	506	89.6	62.2	2.8	9.9	17.2	22.7	40.5	74.9	122.3	181.5	207.9	280.1	
全体	934	90.4	65.2	2.1	8.2	17.5	23.3	40.2	73.4	122.6	181.8	218.5	293.9	

注) 単位: mg

【第8表の28】 コレステロール摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	72.9	33.2	13.6	17.5	23.3	30.5	53.7	84.8	89.5	103.6	110.6	116.2
	3～5歳	9	176.6	87.7	29.2	80.3	90.6	103.5	114.1	159.4	176.7	320.6	333.0	343.0
	6～7歳	9	189.6	97.3	32.4	53.9	65.7	80.4	119.2	218.3	243.5	281.3	332.8	374.1
	8～9歳	6	425.4	213.8	87.3	120.9	138.3	160.1	243.1	469.6	592.7	646.4	670.8	690.3
	10～11歳	6	296.4	150.3	61.4	32.9	60.3	94.5	212.2	374.6	392.0	420.0	433.6	444.4
	12～14歳	11	375.0	187.9	56.6	51.6	137.8	245.5	258.8	348.5	479.4	564.9	664.6	744.4
	15～17歳	12	486.1	161.9	46.7	312.4	312.7	314.6	341.7	442.2	602.6	652.3	744.2	831.1
	18～29歳	26	402.2	223.8	43.9	18.8	74.1	102.7	260.0	412.3	537.5	694.3	731.5	872.4
	30～49歳	108	355.5	192.5	18.5	19.7	50.0	109.1	232.4	343.4	465.4	589.9	712.6	827.7
	50～69歳	119	356.8	198.0	18.1	37.0	83.8	109.3	194.9	354.4	454.2	584.7	732.9	945.8
	70歳以上	116	371.3	180.1	16.7	38.3	88.6	155.8	249.7	357.7	469.8	589.0	700.3	812.8
総数	428	356.1	195.5	9.5	17.0	76.4	105.4	212.8	347.6	465.4	599.4	723.7	901.0	
女	1～2歳	6	149.8	81.9	33.5	57.8	62.9	69.2	89.8	119.7	214.0	260.5	269.0	275.8
	3～5歳	10	145.2	107.9	34.1	18.6	24.1	30.9	81.4	105.6	174.3	329.4	339.7	347.9
	6～7歳	7	274.2	113.4	42.9	169.0	171.4	174.4	188.6	215.6	324.5	403.6	456.5	498.8
	8～9歳	3	242.4	14.5	8.4	229.3	229.8	230.4	232.3	235.4	249.0	257.2	259.9	262.1
	10～11歳	14	257.4	138.8	37.1	98.8	121.3	136.5	151.7	232.8	302.0	396.2	500.3	617.8
	12～14歳	15	260.0	108.7	28.1	112.2	119.6	129.2	180.8	261.2	326.8	398.8	426.4	477.1
	15～17歳	9	443.2	168.0	56.0	232.8	245.4	261.2	324.2	451.6	482.3	582.8	709.5	810.9
	18～29歳	25	352.1	226.0	45.2	89.8	100.9	141.3	242.5	312.7	385.4	452.2	834.9	1,080.8
	30～49歳	110	311.6	193.2	18.4	18.5	62.4	81.5	168.2	266.7	436.2	578.7	631.0	766.4
	50～69歳	148	328.1	178.0	14.6	30.1	66.7	108.1	196.0	317.4	439.8	544.6	625.5	785.2
	70歳以上	159	328.0	159.8	12.7	29.1	79.8	114.0	221.6	322.6	433.8	517.6	563.5	695.8
総数	506	316.7	177.2	7.9	26.1	64.7	97.1	186.4	305.6	424.2	542.2	611.9	873.5	
全体	934	334.8	186.9	6.1	17.9	69.6	103.9	196.3	323.1	445.0	562.9	664.3	904.5	

注) 単位: mg

【第8表の29】 食物繊維（総量）摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	9.5	4.5	1.8	3.4	4.2	5.3	7.4	8.1	12.9	15.3	15.8	16.2
	3～5歳	9	14.6	4.2	1.4	7.5	8.6	9.9	11.2	14.4	16.7	19.0	20.5	21.6
	6～7歳	9	13.3	3.1	1.0	9.9	10.4	11.0	11.7	12.3	14.2	15.7	18.5	20.8
	8～9歳	6	14.3	3.2	1.3	9.6	10.0	10.5	12.0	14.4	17.4	18.0	18.0	18.1
	10～11歳	6	15.3	3.4	1.4	11.2	11.6	12.2	13.2	14.2	17.0	19.5	20.5	21.3
	12～14歳	11	22.6	7.7	2.3	11.0	12.1	13.6	17.0	22.8	26.6	32.3	35.1	37.3
	15～17歳	12	19.6	5.3	1.5	12.3	12.9	13.8	15.6	18.7	22.9	27.3	28.2	28.8
	18～29歳	26	17.4	6.2	1.2	4.5	6.1	10.1	14.2	17.3	20.3	26.6	27.2	27.7
	30～49歳	108	20.2	7.4	0.7	6.0	10.7	12.0	14.5	19.2	24.1	30.0	33.0	39.6
	50～69歳	119	20.6	6.7	0.6	6.2	10.1	13.1	16.1	20.3	24.3	28.7	32.5	38.8
70歳以上	116	24.0	11.2	1.0	6.6	11.4	12.8	17.8	22.6	27.4	35.6	41.0	47.5	
総数	428	20.6	8.6	0.4	5.2	9.6	11.8	14.8	19.6	25.2	30.2	34.8	44.5	
女	1～2歳	6	10.1	2.0	0.8	7.7	7.7	7.7	8.2	10.2	11.7	12.5	12.8	13.0
	3～5歳	10	11.0	2.4	0.8	7.3	7.4	7.5	9.9	10.5	12.7	14.5	14.6	14.7
	6～7歳	7	12.8	4.0	1.5	8.0	8.7	9.5	10.7	11.4	13.8	17.5	19.3	20.8
	8～9歳	3	15.8	1.0	0.6	14.5	14.6	14.8	15.4	16.4	16.5	16.6	16.6	16.7
	10～11歳	14	15.5	3.5	0.9	9.8	10.9	11.9	13.3	15.2	16.8	18.8	20.9	23.8
	12～14歳	15	17.1	4.7	1.2	10.3	11.4	12.6	14.9	16.2	17.1	24.6	27.1	27.9
	15～17歳	9	17.3	4.7	1.6	10.0	11.1	12.5	13.8	16.3	20.8	23.6	24.5	25.2
	18～29歳	25	15.6	4.3	0.9	7.7	10.7	10.9	12.0	16.2	18.1	21.8	22.9	23.6
	30～49歳	110	17.0	6.8	0.6	3.9	7.4	10.1	12.2	16.6	20.5	26.4	29.1	33.5
	50～69歳	148	18.5	5.8	0.5	6.4	8.9	11.5	14.5	18.2	22.4	25.6	28.6	32.7
70歳以上	159	21.8	10.4	0.8	7.4	9.9	12.1	15.1	20.1	26.9	33.5	38.7	41.7	
総数	506	18.6	8.0	0.4	6.5	8.7	10.5	13.3	17.2	22.3	28.2	31.8	39.9	
全体		934	19.5	8.3	0.3	5.7	9.0	10.9	14.0	18.3	23.6	29.1	33.1	42.0

注) 単位: g

【第8表の30】 水溶性食物繊維摂取量の分布（性・年齢階級別）

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	1.8	0.7	0.3	1.2	1.2	1.2	1.3	1.4	2.1	2.7	2.9	3.0
	3～5歳	9	2.8	1.4	0.5	0.8	0.9	1.1	1.7	2.8	3.6	4.0	4.9	5.6
	6～7歳	9	2.5	0.8	0.3	1.3	1.5	1.8	2.1	2.3	2.9	3.3	3.8	4.3
	8～9歳	6	2.5	0.7	0.3	1.7	1.7	1.8	1.9	2.3	2.9	3.3	3.5	3.6
	10～11歳	6	3.7	0.7	0.3	2.6	2.7	2.8	3.2	3.8	4.2	4.6	4.7	4.7
	12～14歳	11	4.1	1.9	0.6	1.8	1.9	2.1	2.7	3.5	5.3	7.0	7.2	7.3
	15～17歳	12	3.5	1.8	0.5	1.4	1.5	1.6	1.9	3.2	4.5	6.1	6.7	7.2
	18～29歳	26	3.1	1.4	0.3	1.1	1.2	1.5	2.1	2.7	4.1	4.7	5.5	6.5
	30～49歳	108	3.8	1.8	0.2	0.8	1.4	1.9	2.6	3.6	4.8	6.2	7.2	8.9
	50～69歳	119	3.8	1.6	0.2	0.8	1.5	1.9	2.6	3.7	4.9	6.1	6.9	8.1
70歳以上	116	5.1	6.4	0.6	0.9	1.6	2.3	3.3	4.3	5.5	6.9	8.3	10.6	
総数	428	4.0	3.7	0.2	0.8	1.3	1.8	2.6	3.7	4.9	6.3	7.3	9.2	
女	1～2歳	6	2.2	0.5	0.2	1.5	1.6	1.7	1.9	2.1	2.5	2.8	2.9	2.9
	3～5歳	10	2.3	0.6	0.2	1.5	1.5	1.5	1.9	2.2	2.9	3.1	3.1	3.1
	6～7歳	7	2.4	1.0	0.4	0.8	1.1	1.3	2.1	2.5	2.6	3.3	3.7	4.1
	8～9歳	3	2.6	0.9	0.5	1.3	1.5	1.7	2.2	3.1	3.2	3.3	3.4	3.4
	10～11歳	14	2.8	1.2	0.3	1.2	1.5	1.8	2.4	2.6	2.9	4.4	5.4	5.9
	12～14歳	15	2.9	1.0	0.2	1.4	1.5	1.6	2.2	2.8	3.3	4.2	4.6	4.7
	15～17歳	9	3.3	1.3	0.4	1.4	1.6	1.9	3.0	3.1	3.8	4.5	5.4	6.1
	18～29歳	25	2.9	1.2	0.2	0.9	1.0	1.4	2.1	2.9	3.9	4.5	4.7	5.5
	30～49歳	110	3.3	1.6	0.2	0.7	1.0	1.3	2.1	3.1	4.2	5.3	6.1	7.4
	50～69歳	148	3.7	1.4	0.1	0.8	1.6	1.9	2.7	3.6	4.5	5.5	5.9	7.0
70歳以上	159	4.7	5.6	0.4	1.0	1.7	2.1	2.9	3.9	5.5	7.3	8.3	9.5	
総数	506	3.8	3.4	0.2	0.8	1.3	1.7	2.5	3.3	4.5	5.9	6.8	9.2	
全体		934	3.9	3.6	0.1	0.8	1.3	1.7	2.5	3.5	4.8	6.1	7.0	9.2

注) 単位: g

【第8表の31】 不溶性食物繊維摂取量の分布 (性・年齢階級別)

	年齢	調査人数	平均値	標準偏差	標準誤差	パーセンタイル								
						1	5	10	25	50 (中央値)	75	90	95	99
男	1～2歳	6	5.8	3.1	1.3	1.9	2.3	2.8	3.9	4.7	8.3	10.0	10.3	10.6
	3～5歳	9	8.6	2.6	0.9	4.4	4.8	5.3	6.2	9.2	9.6	11.7	12.3	12.9
	6～7歳	9	8.0	2.7	0.9	5.0	5.3	5.7	6.3	7.3	9.2	10.3	12.4	14.2
	8～9歳	6	8.4	2.2	0.9	4.9	5.3	5.9	7.3	8.7	9.1	10.6	11.4	12.0
	10～11歳	6	9.6	2.2	0.9	7.2	7.5	7.8	8.4	8.8	10.1	12.2	13.0	13.7
	12～14歳	11	13.2	5.0	1.5	7.2	7.3	7.5	9.2	12.5	15.2	20.8	21.9	22.9
	15～17歳	12	10.9	3.5	1.0	6.4	6.8	7.2	7.6	10.4	13.3	15.6	16.2	16.7
	18～29歳	26	9.9	3.7	0.7	2.7	3.6	6.4	7.5	9.5	11.7	16.0	16.6	16.8
	30～49歳	108	12.1	4.9	0.5	4.0	5.8	6.5	8.6	11.0	14.8	18.4	20.4	26.3
	50～69歳	119	12.7	4.7	0.4	3.1	5.1	7.1	9.4	12.5	15.7	19.0	20.5	26.2
	70歳以上	116	15.2	6.1	0.6	3.8	6.8	7.4	11.1	14.4	18.0	24.4	27.6	30.0
総数	428	12.6	5.4	0.3	2.9	5.1	6.7	8.8	12.1	15.9	19.4	22.5	29.0	
女	1～2歳	6	6.3	1.5	0.6	4.8	4.8	4.8	5.0	5.7	7.7	8.4	8.5	8.5
	3～5歳	10	6.8	1.8	0.6	4.6	4.6	4.6	5.3	6.8	7.9	9.7	9.7	9.7
	6～7歳	7	7.4	2.6	1.0	4.3	4.7	5.3	6.2	6.4	8.0	10.8	11.8	12.5
	8～9歳	3	9.1	1.4	0.8	7.2	7.4	7.6	8.3	9.5	10.0	10.3	10.4	10.5
	10～11歳	14	9.3	2.3	0.6	5.4	6.5	7.3	7.4	9.3	10.4	11.2	12.7	14.6
	12～14歳	15	10.4	3.2	0.8	6.5	7.1	7.8	8.7	9.5	11.3	15.2	17.4	17.8
	15～17歳	9	10.0	3.1	1.0	6.2	6.8	7.4	8.2	8.4	11.9	15.3	15.3	15.3
	18～29歳	25	9.2	2.8	0.6	4.3	5.5	5.7	7.1	9.4	10.8	12.9	13.5	15.1
	30～49歳	110	10.6	4.6	0.4	2.1	4.2	5.8	7.0	9.8	13.3	17.2	19.0	22.5
	50～69歳	148	11.9	4.2	0.3	4.0	5.3	7.1	9.0	11.4	14.7	17.8	19.1	21.1
	70歳以上	159	14.0	5.9	0.5	4.3	5.6	7.1	9.4	13.5	17.8	22.0	25.7	28.6
総数	506	11.7	5.0	0.2	3.8	5.2	6.1	8.0	11.0	14.5	18.6	21.0	26.7	
全体		934	12.1	5.2	0.2	3.2	5.1	6.2	8.3	11.4	15.1	19.0	21.8	27.9

注) 単位: g



【第9表の1-1】 脂肪エネルギー比率の分布（性・年齢階級別）

		15%未満	15～20%未満	20～25%未満	25～30%未満	30～35%未満	35%以上	合計(人)
男	1～6歳	1	3	4	6	7	0	21
	7～14歳	0	5	4	7	7	3	26
	15～19歳	0	1	2	7	8	4	22
	20～29歳	0	0	5	2	5	4	16
	30～39歳	0	1	4	16	8	9	38
	40～49歳	1	8	14	18	17	12	70
	50～59歳	4	5	12	9	12	7	49
	60～69歳	2	14	16	22	10	6	70
	70～79歳	4	4	26	24	16	4	78
	80歳～	5	5	11	12	3	2	38
	20歳以上（再掲）	16	37	88	103	71	44	359
小計(人)	17	46	98	123	93	51	428	
女	1～6歳	1	1	6	4	5	1	18
	7～14歳	0	1	5	16	12	3	37
	15～19歳	0	0	0	5	5	2	12
	20～29歳	1	1	2	8	6	4	22
	30～39歳	0	4	6	12	8	14	44
	40～49歳	0	6	8	24	14	14	66
	50～59歳	3	6	11	17	16	11	64
	60～69歳	3	4	15	29	19	14	84
	70～79歳	4	8	18	27	19	12	88
	80歳～	2	6	18	25	15	5	71
	20歳以上（再掲）	13	35	78	142	97	74	439
小計(人)	14	37	89	167	119	80	506	
全体(人)	31	83	187	290	212	131	934	

【第9表の1-2】 脂肪エネルギー比率の分布（20歳以上）〔再掲〕

		20%未満	20～25%未満	25～30%未満	30%以上	合計(人)	
男	20～29歳	0 ( 0.0 %)	5 ( 31.3 %)	2 ( 12.5 %)	9 ( 56.3 %)	16	
	30～39歳	1 ( 2.6 %)	4 ( 10.5 %)	16 ( 42.1 %)	17 ( 44.7 %)	38	
	40～49歳	9 ( 12.9 %)	14 ( 20.0 %)	18 ( 25.7 %)	29 ( 41.4 %)	70	
	50～59歳	9 ( 18.4 %)	12 ( 24.5 %)	9 ( 18.4 %)	19 ( 38.8 %)	49	
	60～69歳	16 ( 22.9 %)	16 ( 22.9 %)	22 ( 31.4 %)	16 ( 22.9 %)	70	
	70～79歳	8 ( 10.3 %)	26 ( 33.3 %)	24 ( 30.8 %)	20 ( 25.6 %)	78	
	80歳～	10 ( 26.3 %)	11 ( 28.9 %)	12 ( 31.6 %)	5 ( 13.2 %)	38	
	20歳以上（再掲）	53 ( 14.8 %)	88 ( 24.5 %)	103 ( 28.7 %)	115 ( 32.0 %)	359	
	女	20～29歳	2 ( 9.1 %)	2 ( 9.1 %)	8 ( 36.4 %)	10 ( 45.5 %)	22
		30～39歳	4 ( 9.1 %)	6 ( 13.6 %)	12 ( 27.3 %)	22 ( 50.0 %)	44
		40～49歳	6 ( 9.1 %)	8 ( 12.1 %)	24 ( 36.4 %)	28 ( 42.4 %)	66
50～59歳		9 ( 14.1 %)	11 ( 17.2 %)	17 ( 26.6 %)	27 ( 42.2 %)	64	
60～69歳		7 ( 8.3 %)	15 ( 17.9 %)	29 ( 34.5 %)	33 ( 39.3 %)	84	
70～79歳		12 ( 13.6 %)	18 ( 20.5 %)	27 ( 30.7 %)	31 ( 35.2 %)	88	
80歳～		8 ( 11.3 %)	18 ( 25.4 %)	25 ( 35.2 %)	20 ( 28.2 %)	71	
20歳以上（再掲）		48 ( 10.9 %)	78 ( 17.8 %)	142 ( 32.3 %)	171 ( 39.0 %)	439	
全 体		101 ( 12.7 %)	166 ( 20.8 %)	245 ( 30.7 %)	286 ( 35.8 %)	798	

【第9表の2】 食塩摂取量の分布 (性・年齢階級別)

		3g	3g	4g	5g	6g	7g	8g	9g	10g	11g	12g	13g	14g	15g	16g	17g	18g	19g	20g	21g	22g	23g	24g	25g	26g	27g	28g	29g	30g	7.5g	7.5g	合計 (人)
		未満	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	～	
男	1～6歳	3	2	3	3	7	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	1	21
	7～14歳	0	0	1	5	2	1	2	6	1	1	1	2	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9	17	26
	15～19歳	0	0	0	2	0	3	1	5	1	2	2	2	2	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	19	22
	20～29歳	0	0	0	3	2	2	1	2	1	0	2	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	9	16
	30～39歳	0	0	0	1	3	3	5	1	4	1	9	2	3	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	7	31	38
	40～49歳	0	1	1	1	5	8	7	9	6	6	4	1	6	2	2	5	2	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	10	60	70
	50～59歳	1	1	1	5	1	2	4	2	4	7	4	7	3	1	3	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	9	40	49
	60～69歳	0	1	0	3	2	3	10	5	3	10	5	5	7	6	2	1	2	0	1	1	1	0	0	0	0	0	2	0	0	8	62	70
	70～79歳	0	0	0	1	6	5	11	7	5	12	4	4	5	6	5	3	1	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	68	78
	80歳～	0	1	0	2	6	2	4	3	2	3	6	3	1	0	0	3	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	10	28	38
	20歳以上(再掲)	1	4	2	16	25	25	42	29	25	39	34	23	25	18	14	15	6	2	3	3	3	0	2	0	0	0	2	1	0	61	298	359
小計(人)	4	6	6	26	34	32	45	40	27	42	37	27	28	18	16	16	8	2	3	3	3	0	2	0	0	0	2	1	0	93	335	428	
女	1～6歳	2	4	4	4	2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	16	2	18	
	7～14歳	0	2	1	1	7	8	2	4	4	3	3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	22	37	
	15～19歳	0	1	0	0	1	1	4	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	9	12	
	20～29歳	0	1	0	3	3	4	2	2	2	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	12	22	
	30～39歳	1	4	1	5	2	7	3	2	5	7	3	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	29	44	
	40～49歳	1	0	6	6	8	7	7	7	5	8	6	3	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	24	42	66	
	50～59歳	1	3	1	6	5	6	7	8	6	3	3	5	5	3	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	17	47	64	
	60～69歳	1	1	1	4	8	13	7	7	14	7	5	4	4	5	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19	65	84	
	70～79歳	0	0	2	5	6	12	8	9	8	12	7	4	1	5	2	1	4	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	17	71	88	
	80歳～	0	0	8	6	2	12	7	9	10	4	4	1	1	1	1	3	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	23	48	71	
	20歳以上(再掲)	4	9	19	35	34	61	41	44	50	43	30	19	12	17	4	7	5	0	2	1	0	0	1	1	0	0	0	0	125	314	439	
小計(人)	6	16	24	40	44	70	48	50	55	46	34	22	12	18	4	7	5	0	2	1	0	0	1	1	0	0	0	0	159	347	506		
全体(人)	10	22	30	66	78	102	93	90	82	88	71	49	40	36	20	23	13	2	5	4	3	0	3	1	0	0	2	1	0	252	682	934	

【第9表の3】 野菜摂取量の分布（性・年齢階級別）

		70g未満	70g～	140g～	210g～	280g～	350g以上	合計 (人)
男	1～6歳	1	9	7	3	0	1	21
	7～14歳	1	4	10	5	3	3	26
	15～19歳	2	2	5	6	3	4	22
	20～29歳	2	2	4	4	1	3	16
	30～39歳	0	4	5	10	5	14	38
	40～49歳	2	9	17	14	9	19	70
	50～59歳	5	6	9	9	8	12	49
	60～69歳	4	7	15	12	12	20	70
	70～79歳	1	8	11	7	16	35	78
	80歳～	4	5	9	3	4	13	38
	20歳以上（再掲）	18	41	70	59	55	116	359
小計（人）	22	56	92	73	61	124	428	
女	1～6歳	0	8	9	1	0	0	18
	7～14歳	1	8	10	13	3	2	37
	15～19歳	1	2	3	4	2	0	12
	20～29歳	2	5	5	7	1	2	22
	30～39歳	2	11	8	6	9	8	44
	40～49歳	4	15	13	12	10	12	66
	50～59歳	7	6	14	16	7	14	64
	60～69歳	7	2	14	16	12	33	84
	70～79歳	2	9	10	9	17	41	88
	80歳～	6	10	16	13	6	20	71
	20歳以上（再掲）	30	58	80	79	62	130	439
小計（人）	32	76	102	97	67	132	506	
全体（人）		54	132	194	170	128	256	934

【第9表の4】 緑黄色野菜摂取量の分布 (性・年齢階級別)

		20g未満	20g～	40g～	60g～	80g～	100g～	120g～	140g～	160g～	180g～	200g以上	合計 (人)
男	1～6歳	4	7	3	4	1	0	1	0	1	0	0	21
	7～14歳	8	3	7	6	0	0	2	0	0	0	0	26
	15～19歳	3	4	8	2	1	0	3	0	0	0	1	22
	20～29歳	3	2	3	0	2	3	1	1	0	0	1	16
	30～39歳	6	4	5	3	4	5	3	2	1	1	4	38
	40～49歳	17	11	9	9	5	6	1	2	4	2	4	70
	50～59歳	12	6	8	2	6	2	3	4	1	0	5	49
	60～69歳	16	7	11	11	6	2	5	2	6	0	4	70
	70～79歳	8	5	10	3	9	10	5	9	4	3	12	78
	80歳～	8	5	3	3	4	3	4	3	0	0	5	38
	20歳以上(再掲)	70	40	49	31	36	31	22	23	16	6	35	359
小計(人)	85	54	67	43	38	31	28	23	17	6	36	428	
女	1～6歳	2	5	6	3	1	1	0	0	0	0	0	18
	7～14歳	1	15	9	3	5	1	1	1	1	0	0	37
	15～19歳	1	2	3	2	1	2	1	0	0	0	0	12
	20～29歳	5	3	4	3	2	1	3	1	0	0	0	22
	30～39歳	7	8	7	5	4	5	2	2	0	1	3	44
	40～49歳	16	7	11	4	9	3	5	2	4	3	2	66
	50～59歳	13	9	11	7	5	5	2	3	5	2	2	64
	60～69歳	14	8	7	11	15	4	8	7	1	0	9	84
	70～79歳	5	11	10	3	9	8	7	9	6	4	16	88
	80歳～	12	7	6	9	8	2	6	7	2	2	10	71
	20歳以上(再掲)	72	53	56	42	52	28	33	31	18	12	42	439
小計(人)	76	75	74	50	59	32	35	32	19	12	42	506	
全体(人)		161	129	141	93	97	63	63	55	36	18	78	934

【第9表の5】 果物摂取量の分布（性・年齢階級別）

		50g未満	50g～	100g～	150g～	200g～	250g～	300g～	350g～	400g以上	合計 (人)
男	1～6歳	8	4	5	1	1	1	1	0	0	21
	7～14歳	15	3	1	3	1	0	0	0	3	26
	15～19歳	12	3	3	0	1	2	0	0	1	22
	20～29歳	15	1	0	0	0	0	0	0	0	16
	30～39歳	26	4	3	0	2	2	0	0	1	38
	40～49歳	47	5	5	4	4	2	2	0	1	70
	50～59歳	33	4	5	5	0	0	2	0	0	49
	60～69歳	32	7	11	9	1	3	3	2	2	70
	70～79歳	21	12	9	12	8	7	4	2	3	78
	80歳～	9	4	8	2	3	4	5	0	3	38
	20歳以上（再掲）	183	37	41	32	18	18	16	4	10	359
小計（人）	218	47	50	36	21	21	17	4	14	428	
女	1～6歳	9	4	3	0	1	0	0	0	1	18
	7～14歳	20	5	6	0	4	1	1	0	0	37
	15～19歳	6	2	0	1	1	0	1	0	1	12
	20～29歳	12	4	2	3	1	0	0	0	0	22
	30～39歳	33	7	1	1	2	0	0	0	0	44
	40～49歳	36	9	8	1	5	4	2	0	1	66
	50～59歳	35	9	7	7	4	2	0	0	0	64
	60～69歳	24	11	18	7	9	9	3	1	2	84
	70～79歳	26	12	10	12	11	3	6	2	6	88
	80歳～	20	7	14	7	4	7	3	3	6	71
	20歳以上（再掲）	186	59	60	38	36	25	14	6	15	439
小計（人）	221	70	69	39	42	26	16	6	17	506	
全体(人)		439	117	119	75	63	47	33	10	31	934

【第9表の6】 牛乳・乳製品摂取量の分布 (性・年齢階級別)

		50g未満	50g～	100g～	150g～	200g～	250g～	300g～	350g～	400g～	450g～	500g以上	合計 (人)
男	1～6歳	2	0	6	4	5	3	1	0	0	0	0	21
	7～14歳	4	0	0	0	8	3	2	2	1	0	6	26
	15～19歳	7	0	3	0	4	1	0	2	2	0	3	22
	20～29歳	13	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	16
	30～39歳	19	5	1	1	6	2	2	1	0	1	0	38
	40～49歳	47	3	5	3	7	0	2	1	1	0	1	70
	50～59歳	26	6	1	6	4	1	5	0	0	0	0	49
	60～69歳	35	4	5	8	10	2	3	0	1	1	1	70
	70～79歳	28	12	9	6	7	5	8	1	1	0	1	78
	80歳～	16	4	4	4	4	2	1	0	1	0	2	38
	20歳以上(再掲)	184	36	25	28	38	13	21	3	4	2	5	359
小計(人)	197	36	34	32	55	20	24	7	7	2	14	428	
女	1～6歳	3	5	2	1	3	1	1	1	0	1	0	18
	7～14歳	0	0	0	0	17	9	4	4	2	1	0	37
	15～19歳	3	2	0	1	2	1	1	0	2	0	0	12
	20～29歳	12	2	3	0	2	0	1	1	0	0	1	22
	30～39歳	22	2	5	4	5	1	2	0	2	0	1	44
	40～49歳	42	4	8	2	5	4	1	0	0	0	0	66
	50～59歳	32	4	6	6	6	2	4	1	2	0	1	64
	60～69歳	29	8	12	8	16	5	5	1	0	0	0	84
	70～79歳	35	16	8	9	5	4	6	3	0	1	1	88
	80歳～	27	8	9	9	7	4	3	2	2	0	0	71
	20歳以上(再掲)	199	44	51	38	46	20	22	8	6	1	4	439
小計(人)	205	51	53	40	68	31	28	13	10	3	4	506	
全体(人)	402	87	87	72	123	51	52	20	17	5	18	934	

【第9表の7】 穀物摂取量の分布 (性・年齢階級別)

		100g未 満	100g～	150g～	200g～	250g～	300g～	350g～	400g～	450g～	500g～	550g～	600g～	650g～	700g～	750g～	800g以 上	合計 (人)
男	1～6歳	1	2	1	3	3	7	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	21
	7～14歳	0	0	0	2	2	4	6	2	1	0	2	1	0	2	0	4	26
	15～19歳	0	0	0	0	0	0	1	2	4	3	3	2	3	0	1	3	22
	20～29歳	0	0	1	4	1	1	1	1	0	1	2	1	1	0	1	1	16
	30～39歳	2	0	2	1	1	1	5	1	4	5	4	5	3	1	0	3	38
	40～49歳	1	0	0	3	2	6	5	14	11	3	7	4	2	3	2	7	70
	50～59歳	0	0	0	1	6	2	3	7	7	6	1	6	5	2	1	2	49
	60～69歳	1	0	1	1	5	4	8	3	11	7	9	7	3	4	3	3	70
	70～79歳	0	0	1	3	4	9	7	14	11	7	3	7	6	4	0	2	78
	80歳～	0	0	1	3	4	4	5	7	7	3	2	2	0	0	0	0	38
	20歳以上(再掲)	4	0	6	16	23	27	34	47	51	32	28	32	20	14	7	18	359
小計(人)	5	2	7	21	28	38	44	51	57	35	33	35	23	16	8	25	428	
女	1～6歳	0	1	0	7	6	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	18
	7～14歳	0	0	2	1	1	6	9	6	4	7	0	1	0	0	0	0	37
	15～19歳	0	0	0	0	0	1	4	1	3	2	0	1	0	0	0	0	12
	20～29歳	0	0	1	1	3	2	4	2	3	1	1	2	1	1	0	0	22
	30～39歳	1	1	1	3	5	6	11	5	4	2	3	0	1	0	0	1	44
	40～49歳	0	4	3	3	8	12	12	11	7	2	0	3	1	0	0	0	66
	50～59歳	2	1	4	4	6	12	9	6	5	7	3	3	0	0	1	1	64
	60～69歳	2	3	3	12	8	12	10	13	11	2	5	3	0	0	0	0	84
	70～79歳	1	2	3	9	11	12	10	13	12	8	0	5	2	0	0	0	88
	80歳～	0	1	6	9	7	12	12	10	8	3	3	0	0	0	0	0	71
	20歳以上(再掲)	6	12	21	41	48	68	68	60	50	25	15	16	5	1	1	2	439
小計(人)	6	13	23	49	55	78	81	67	58	34	15	18	5	1	1	2	506	
全体(人)		11	15	30	70	83	116	125	118	115	69	48	53	28	17	9	27	934

【第9表の8】 米類摂取量の分布 (性・年齢階級別)

		100g未 満	100g～	150g～	200g～	250g～	300g～	350g～	400g～	450g～	500g～	550g～	600g～	650g～	700g以 上	合計 (人)
男	1～6歳	2	3	1	6	3	3	2	0	1	0	0	0	0	0	21
	7～14歳	4	0	2	3	3	4	1	0	2	1	1	1	1	3	26
	15～19歳	0	0	1	0	0	2	5	2	2	1	3	1	2	3	22
	20～29歳	2	0	3	1	1	2	0	0	2	2	1	0	0	2	16
	30～39歳	4	0	2	1	2	4	5	3	7	2	2	3	1	2	38
	40～49歳	6	1	7	6	4	7	5	10	4	3	4	5	2	6	70
	50～59歳	4	1	1	4	4	6	5	10	5	1	1	3	1	3	49
	60～69歳	5	4	8	4	4	9	4	11	5	3	4	5	2	2	70
	70～79歳	2	2	14	9	6	13	7	12	4	2	1	3	1	2	78
	80歳～	1	3	6	7	0	8	2	4	3	1	1	2	0	0	38
	20歳以上(再掲)	24	11	41	32	21	49	28	50	30	14	14	21	7	17	359
小計(人)	30	14	45	41	27	58	36	52	35	16	18	23	10	23	428	
女	1～6歳	2	3	6	4	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	18
	7～14歳	1	2	4	2	3	8	6	3	2	5	1	0	0	0	37
	15～19歳	0	1	0	2	1	3	1	1	1	1	1	0	0	0	12
	20～29歳	1	1	1	3	6	2	3	2	0	0	1	1	0	1	22
	30～39歳	5	5	1	5	4	11	3	6	0	1	1	0	1	1	44
	40～49歳	5	14	6	8	6	7	8	5	2	2	1	2	0	0	66
	50～59歳	9	7	6	4	5	14	7	6	4	0	0	1	0	1	64
	60～69歳	13	13	8	13	5	13	5	4	4	3	0	3	0	0	84
	70～79歳	7	12	8	19	9	11	8	5	4	3	0	2	0	0	88
	80歳～	2	4	8	19	9	8	10	6	4	1	0	0	0	0	71
	20歳以上(再掲)	42	56	38	71	44	66	44	34	18	10	3	9	1	3	439
小計(人)	45	62	48	79	50	77	51	38	22	16	5	9	1	3	506	
全体(人)		75	76	93	120	77	135	87	90	57	32	23	32	11	26	934