

## **【データ集】 第1部 栄養素等摂取状況**

第1表の1 栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等、食品群別摂取量、年齢階級別、摂取量平均値、標準偏差、中央値  
－総数、20歳以上

食物摂取頻度調査(推定値)

		総数			20-39歳			40-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	929			135			502		
エネルギー	Kcal	2038.9	284.6	1899.1	2029.7	257.6	1950.7	2035.5	283.8	1890.0
たんぱく質	g	78.6	10.2	76.1	78.2	9.0	77.0	78.4	10.1	75.4
脂質	g	66.4	6.2	63.9	66.5	5.4	64.3	66.3	6.2	63.8
飽和脂肪酸	g	19.9	2.4	19.2	19.9	2.0	19.5	19.9	2.4	19.2
一価不飽和脂肪酸	g	23.9	2.1	22.7	24.1	2.0	23.5	23.9	2.1	22.7
多価不飽和脂肪酸	g	14.2	1.0	13.8	14.2	0.9	14.0	14.2	1.0	13.8
n-6不飽和脂肪酸	g	11.6	1.0	11.3	11.6	0.8	11.4	11.6	0.9	11.3
n-3不飽和脂肪酸	g	2.5	0.2	2.5	2.5	0.2	2.5	2.5	0.2	2.4
コレステロール	mg	379.7	72.6	374.2	380.0	62.5	376.4	377.1	68.7	371.8
炭水化物	g	265.4	37.4	250.5	263.9	39.7	249.6	263.9	34.4	249.4
総食物繊維	g	20.5	3.0	19.9	19.5	2.0	19.2	20.2	2.5	19.8
水溶性食物繊維	g	4.1	0.9	3.9	3.8	0.6	3.7	4.1	0.8	3.9
不溶性食物繊維	g	13.3	2.0	12.8	12.6	1.3	12.4	13.1	1.6	12.8
レチノール当量	μgRE	590.0	153.2	546.5	574.2	133.9	533.4	580.5	145.4	539.9
ビタミンD	μg	6.5	1.5	6.5	6.4	1.4	6.5	6.4	1.5	6.4
αトコフェロール	mg	7.6	1.3	7.3	7.4	0.8	7.2	7.6	1.2	7.3
ビタミンK	μg	273.2	61.0	257.0	268.5	46.1	255.2	273.1	68.0	255.9
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	1.0	0.1	0.9	1.0	0.1	0.9	1.0	0.1	0.9
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.3	0.3	1.2	1.3	0.2	1.2	1.3	0.3	1.2
ナイアシン	mgNE	34.1	4.6	32.0	33.8	4.1	32.3	34.1	4.6	31.8
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.4	0.3	1.3	1.3	0.2	1.3	1.4	0.2	1.3
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	6.3	1.2	6.6	6.3	1.1	6.8	6.3	1.2	6.1
葉酸	μg	349.9	73.9	335.2	326.0	57.6	314.2	345.2	68.8	331.5
パントテン酸	mg	6.3	1.3	5.9	6.1	1.0	5.8	6.3	1.3	5.9
ビタミンC	mg	110.2	31.7	105.5	99.4	24.7	97.4	106.8	27.4	102.0
ナトリウム	mg	3952.2	359.8	3866.2	3894.1	287.3	3839.9	3935.3	338.5	3844.1
食塩	g	10.0	0.9	9.8	9.9	0.7	9.8	10.0	0.9	9.8
カリウム	mg	2745.8	536.0	2621.9	2536.7	391.3	2443.8	2736.7	485.4	2621.9
カルシウム	mg	608.7	146.5	568.9	570.5	109.8	552.1	611.3	147.2	568.9
マグネシウム	mg	293.9	49.9	281.9	276.5	38.9	266.2	293.3	45.4	282.7
リン	mg	1129.7	171.8	1087.1	1101.6	139.2	1072.3	1127.8	166.9	1087.1
鉄	mg	8.9	1.7	8.5	8.5	1.4	8.2	8.8	1.6	8.5
亜鉛	mg	9.2	1.5	8.8	9.2	1.4	9.0	9.1	1.5	8.7
銅	mg	1.3	0.2	1.2	1.2	0.2	1.2	1.3	0.2	1.2
脂肪エネルギー比率	%	29.5	1.9	30.4	29.7	1.9	30.5	29.5	1.9	30.4
たんぱく質エネルギー比率	%	15.5	0.7	15.5	15.4	0.7	15.5	15.4	0.7	15.4
炭水化物エネルギー比率	%	55.0	2.4	54.1	54.9	2.4	54.1	55.0	2.4	54.1
穀類	g	398.2	109.1	373.0	415.1	130.7	392.7	392.8	104.2	368.3
豆類	g	158.6	63.5	142.6	148.5	33.9	139.2	161.7	63.1	142.6
野菜類	g	314.3	40.4	303.5	304.7	22.4	300.4	310.7	34.3	301.7
緑黄色野菜	g	104.9	30.9	94.1	97.1	18.5	92.9	102.6	28.7	92.9
果実類	g	130.7	60.3	127.5	110.0	40.7	123.1	126.7	50.4	127.5
きのこ類	g	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3
藻類	g	9.4	2.9	8.9	9.3	1.6	8.9	9.2	2.0	8.9
魚介類	g	66.4	10.9	68.1	66.1	10.7	70.6	65.7	10.7	64.5
肉類	g	103.7	18.6	103.4	107.6	18.6	107.0	103.6	19.3	102.9
卵類	g	49.8	18.8	48.4	49.9	16.5	47.2	49.2	17.2	47.8
乳類	g	153.7	82.5	125.9	140.6	65.7	123.9	156.1	86.2	123.9

70歲以上			(再掲)30-74歲			(再掲)75歲以上		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
292			621			173		
2048.9	298.1	1905.3	2040.6	291.9	1891.4	2039.6	279.4	1905.8
79.3	10.9	77.0	78.6	10.3	75.5	79.2	10.6	77.0
66.4	6.5	63.9	66.3	6.3	63.8	66.3	6.1	64.0
19.9	2.5	19.2	19.9	2.5	19.2	19.9	2.4	19.3
23.9	2.2	22.8	23.9	2.2	22.7	23.9	2.1	22.7
14.2	1.1	13.8	14.2	1.0	13.8	14.2	1.1	13.8
11.6	1.0	11.3	11.6	0.9	11.3	11.6	1.1	11.3
2.5	0.2	2.5	2.5	0.2	2.4	2.5	0.2	2.5
383.8	82.9	375.9	378.3	69.7	372.1	384.3	88.7	377.7
268.7	40.9	253.5	264.7	36.7	249.5	269.0	37.8	254.7
21.3	3.9	20.5	20.4	3.0	19.9	21.3	3.7	20.6
4.3	1.1	4.1	4.1	0.9	3.9	4.3	1.1	4.1
13.8	2.6	13.3	13.3	2.0	12.8	13.8	2.4	13.5
613.5	171.3	556.5	583.6	148.7	543.3	625.1	177.0	559.8
6.7	1.6	6.7	6.5	1.5	6.4	6.7	1.6	6.7
7.8	1.7	7.4	7.6	1.2	7.3	7.8	1.9	7.4
275.6	54.1	259.7	274.1	65.7	257.3	273.7	53.4	258.2
1.0	0.2	0.9	1.0	0.1	0.9	1.0	0.2	0.9
1.4	0.3	1.3	1.3	0.3	1.2	1.4	0.3	1.3
34.3	4.8	32.3	34.1	4.6	31.9	34.2	4.9	32.2
1.4	0.3	1.3	1.4	0.2	1.3	1.4	0.3	1.3
6.5	1.2	6.8	6.3	1.2	6.3	6.5	1.2	6.8
369.2	84.0	348.8	349.1	72.4	336.4	371.4	83.9	350.0
6.4	1.4	6.0	6.3	1.3	5.9	6.4	1.4	6.0
120.9	38.0	114.8	108.6	30.0	103.2	124.0	37.7	117.1
4007.9	415.3	3895.2	3947.4	349.5	3854.4	4014.6	432.7	3902.7
10.2	1.1	9.9	10.0	0.9	9.8	10.2	1.1	9.9
2858.0	638.0	2714.9	2756.3	508.1	2633.0	2871.0	670.8	2704.6
622.1	157.3	582.9	612.9	146.1	571.7	623.8	167.5	577.3
303.1	58.9	287.1	295.2	47.5	283.8	303.1	61.7	286.6
1145.9	191.3	1094.4	1131.7	172.6	1087.7	1144.6	189.2	1088.0
9.2	1.9	8.8	8.8	1.6	8.5	9.2	2.0	8.8
9.3	1.6	8.9	9.2	1.5	8.7	9.3	1.6	8.9
1.3	0.3	1.3	1.3	0.2	1.2	1.3	0.3	1.3
29.4	1.9	30.3	29.5	1.9	30.4	29.5	1.7	30.3
15.5	0.7	15.5	15.4	0.7	15.5	15.5	0.7	15.5
55.1	2.3	54.1	55.1	2.4	54.1	55.0	2.1	54.2
399.5	106.0	373.0	393.5	105.3	366.0	401.7	103.4	378.8
158.0	73.5	143.5	161.1	58.7	144.3	157.6	91.1	140.9
324.9	52.5	310.4	313.4	39.9	303.5	325.0	49.6	312.3
112.2	37.1	98.9	104.8	32.3	94.1	110.9	32.3	101.3
147.1	77.3	139.4	127.8	49.3	127.5	157.3	92.2	140.9
20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3
9.8	4.2	8.9	9.2	2.2	8.9	10.1	5.0	8.9
67.7	11.3	70.6	66.0	10.8	66.8	67.9	11.4	70.6
102.2	17.1	103.4	103.3	19.1	103.4	102.3	16.5	102.5
50.7	22.2	48.4	49.5	17.5	48.4	50.7	24.4	48.4
155.8	82.8	137.1	155.8	84.3	125.9	156.6	87.2	136.0

第1表の2 栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等、食品群別摂取量、年齢階級別、摂取量平均値、標準偏差、中央値

－男性、20歳以上

食物摂取頻度調査(推定値)

		総数			20-39歳			40-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	433			72			224		
エネルギー	Kcal	2267.8	270.3	2215.8	2205.7	236.9	2147.9	2277.9	267.6	2234.5
たんぱく質	g	86.5	9.1	84.3	84.7	7.1	83.2	86.6	9.0	84.3
脂質	g	70.4	7.0	68.4	69.7	5.5	68.2	70.6	7.0	68.8
飽和脂肪酸	g	21.0	2.8	20.2	20.7	2.1	20.2	21.1	2.9	20.2
一価不飽和脂肪酸	g	25.5	2.2	25.0	25.4	1.8	24.9	25.6	2.2	25.1
多価不飽和脂肪酸	g	14.9	1.0	14.7	14.8	0.8	14.6	14.9	1.0	14.7
n-6不飽和脂肪酸	g	12.2	1.1	12.0	12.2	0.8	12.0	12.3	1.1	12.1
n-3不飽和脂肪酸	g	2.6	0.2	2.6	2.6	0.1	2.6	2.6	0.1	2.6
コレステロール	mg	407.2	46.8	397.4	399.6	27.7	397.5	407.8	48.0	397.6
炭水化物	g	289.5	41.9	285.4	284.1	44.6	274.5	288.1	38.0	284.8
総食物繊維	g	20.5	3.9	19.6	19.2	2.5	18.9	20.1	3.0	19.5
水溶性食物繊維	g	4.1	1.1	3.9	3.7	0.6	3.5	4.0	0.9	3.8
不溶性食物繊維	g	13.4	2.6	12.8	12.5	1.7	12.3	13.1	2.0	12.7
レチノール当量	μgRE	636.1	166.2	587.1	607.1	116.3	587.1	627.2	158.8	580.0
ビタミンD	μg	7.6	1.2	7.3	7.4	1.1	7.2	7.6	1.2	7.2
αトコフェロール	mg	8.0	1.8	7.6	7.7	0.9	7.5	7.9	1.5	7.6
ビタミンK	μg	278.5	46.4	264.5	272.1	34.2	262.3	275.4	35.9	264.5
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	1.1	0.2	1.0	1.1	0.1	1.0	1.1	0.2	1.0
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.4	0.3	1.3	1.3	0.2	1.2	1.4	0.3	1.3
ナイアシン	mgNE	37.8	4.3	37.0	36.7	3.7	36.0	38.1	4.2	37.3
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.5	0.3	1.4	1.4	0.2	1.3	1.5	0.3	1.4
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	7.4	0.6	7.2	7.2	0.4	7.1	7.4	0.6	7.2
葉酸	μg	362.2	81.1	341.4	334.2	55.0	322.9	355.9	72.9	338.9
パントテン酸	mg	6.7	1.4	6.3	6.3	1.0	6.2	6.7	1.4	6.3
ビタミンC	mg	105.0	40.6	92.7	92.8	29.7	83.4	100.3	35.6	89.2
ナトリウム	mg	4202.5	366.0	4128.4	4072.8	267.6	4009.7	4190.5	336.3	4131.2
食塩	g	10.7	0.9	10.5	10.3	0.7	10.2	10.6	0.9	10.5
カリウム	mg	2877.3	642.3	2742.7	2609.8	432.9	2501.0	2866.9	566.8	2763.4
カルシウム	mg	596.9	120.8	561.9	557.3	69.4	536.0	597.7	120.9	558.4
マグネシウム	mg	314.2	58.0	302.5	290.3	42.9	279.8	313.5	50.4	304.6
リン	mg	1221.5	183.1	1172.7	1170.1	130.5	1145.3	1222.7	175.7	1172.7
鉄	mg	9.4	1.7	9.1	9.0	1.1	8.8	9.3	1.5	8.9
亜鉛	mg	10.2	1.5	9.9	10.1	1.2	9.9	10.2	1.4	9.9
銅	mg	1.4	0.2	1.4	1.3	0.2	1.3	1.4	0.2	1.3
脂肪エネルギー比率	%	28.1	1.9	28.2	28.6	2.1	28.7	28.0	2.0	28.0
たんぱく質エネルギー比率	%	15.3	0.8	15.4	15.4	0.8	15.5	15.2	0.8	15.4
炭水化物エネルギー比率	%	56.6	2.6	56.3	56.0	2.8	55.7	56.7	2.7	56.5
穀類	g	489.5	83.1	477.4	503.7	109.3	470.5	483.7	78.1	474.0
豆類	g	155.6	75.0	140.9	145.2	20.4	139.2	154.3	66.0	140.9
野菜類	g	318.1	53.5	301.0	305.3	26.3	300.4	311.6	44.4	297.0
緑黄色野菜	g	105.2	34.8	92.9	97.8	18.4	92.3	102.4	32.8	91.1
果実類	g	101.8	59.1	86.0	83.0	26.0	71.2	97.8	51.5	80.1
きのこ類	g	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3
藻類	g	10.0	1.9	8.9	9.8	1.2	8.9	9.9	1.6	8.9
魚介類	g	76.2	5.1	75.2	75.4	3.8	75.2	75.9	4.9	74.5
肉類	g	117.1	15.5	113.3	119.7	14.9	115.5	118.2	16.4	114.2
卵類	g	51.1	7.5	48.4	49.9	4.3	48.4	51.2	7.9	48.4
乳類	g	130.7	55.2	110.8	119.2	29.8	106.8	131.2	56.4	105.2

70歲以上			(再揭)30-74歲			(再揭)75歲以上		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
137			281			80		
2283.8	287.8	2224.4	2284.3	278.1	2232.1	2265.6	265.3	2225.9
87.4	10.2	84.5	86.8	9.4	84.3	87.3	9.6	84.7
70.4	7.5	68.2	70.6	7.3	68.7	70.4	7.0	68.4
21.0	3.1	20.1	21.1	3.0	20.2	20.9	2.9	20.1
25.5	2.4	24.9	25.6	2.3	25.0	25.5	2.2	24.9
14.9	1.2	14.6	14.9	1.0	14.7	15.0	1.2	14.6
12.3	1.2	12.0	12.3	1.1	12.0	12.3	1.3	12.0
2.7	0.2	2.6	2.6	0.2	2.6	2.7	0.2	2.6
410.3	52.4	397.3	408.4	50.6	397.3	410.1	46.3	399.4
294.8	46.0	288.0	289.6	41.3	285.9	294.1	41.2	288.2
22.0	5.3	20.7	20.5	3.9	19.6	21.9	4.8	20.7
4.5	1.4	4.2	4.1	1.0	3.9	4.5	1.4	4.1
14.3	3.5	13.6	13.3	2.6	12.8	14.2	3.1	13.6
665.8	194.5	603.3	631.9	166.7	582.5	677.1	194.4	609.8
7.8	1.4	7.4	7.6	1.3	7.3	7.8	1.2	7.7
8.3	2.3	7.8	8.0	1.6	7.6	8.4	2.6	7.9
287.0	63.2	267.6	278.4	44.0	264.5	284.5	61.5	267.6
1.1	0.2	1.0	1.1	0.2	1.0	1.1	0.2	1.0
1.5	0.4	1.4	1.4	0.3	1.3	1.5	0.3	1.4
38.0	4.6	37.1	38.1	4.2	37.3	38.0	4.9	36.8
1.5	0.4	1.4	1.5	0.3	1.4	1.5	0.4	1.5
7.4	0.7	7.3	7.4	0.6	7.2	7.5	0.7	7.3
387.1	97.4	364.9	362.1	81.4	342.6	387.6	91.7	366.7
6.9	1.7	6.5	6.8	1.5	6.3	6.9	1.6	6.5
119.2	48.8	109.0	103.3	40.2	91.6	122.0	45.5	111.3
4290.5	430.9	4185.5	4206.7	348.1	4151.2	4304.8	461.1	4182.6
10.9	1.1	10.6	10.7	0.9	10.5	10.9	1.2	10.6
3034.8	789.2	2828.6	2897.9	608.9	2780.9	3045.6	823.2	2782.5
616.2	136.5	582.9	602.3	124.4	566.1	613.3	137.0	579.4
327.8	71.2	306.2	316.6	53.9	305.7	326.9	75.8	302.5
1246.6	212.1	1181.1	1228.7	186.4	1173.6	1242.6	204.6	1179.9
9.8	2.1	9.4	9.4	1.6	9.1	9.8	2.2	9.4
10.3	1.6	9.9	10.2	1.5	9.9	10.3	1.6	10.0
1.4	0.3	1.4	1.4	0.2	1.4	1.5	0.3	1.4
27.9	1.7	28.1	27.9	2.0	28.0	28.1	1.6	28.3
15.3	0.7	15.4	15.2	0.8	15.3	15.4	0.7	15.6
56.8	2.4	56.5	56.8	2.7	56.6	56.5	2.2	56.2
491.6	74.5	482.1	485.4	77.9	476.3	491.3	72.7	479.8
163.0	102.0	146.0	155.0	61.0	140.9	166.8	130.3	144.3
335.5	70.9	312.9	316.0	53.4	299.8	336.8	66.2	317.3
113.7	42.2	98.9	105.2	38.1	91.7	111.8	32.4	102.5
118.4	76.9	103.8	99.1	49.5	84.5	128.3	93.6	109.7
20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3
10.3	2.4	10.3	10.0	1.9	8.9	10.3	2.2	10.3
77.3	5.9	75.8	76.0	5.2	74.5	77.9	5.7	76.8
114.1	13.7	108.8	117.3	16.1	113.3	114.2	13.2	110.6
51.6	8.0	50.8	51.3	8.1	48.4	51.5	7.2	50.8
135.8	62.6	123.9	132.6	56.6	110.8	134.3	66.1	116.4

第1表の3 栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等、食品群別摂取量、年齢階級別、摂取量平均値、標準偏差、中央値

－女性、20歳以上

食物摂取頻度調査(推定値)

		総数			20-39歳			40-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	496			63			278		
エネルギー	Kcal	1839.0	47.0	1831.1	1828.5	44.6	1818.7	1840.2	47.0	1833.0
たんぱく質	g	71.7	4.5	70.9	70.8	3.9	70.3	71.8	4.6	70.9
脂質	g	62.8	1.4	62.5	62.7	1.3	62.5	62.8	1.4	62.5
飽和脂肪酸	g	18.9	1.3	18.6	18.9	1.3	18.7	18.9	1.4	18.6
一価不飽和脂肪酸	g	22.5	0.1	22.5	22.5	0.1	22.5	22.5	0.1	22.5
多価不飽和脂肪酸	g	13.5	0.3	13.5	13.5	0.3	13.5	13.5	0.3	13.5
n-6不飽和脂肪酸	g	11.1	0.2	11.0	11.1	0.2	11.0	11.1	0.3	11.0
n-3不飽和脂肪酸	g	2.3	0.1	2.3	2.3	0.1	2.3	2.3	0.1	2.3
コレステロール	mg	355.6	82.0	341.1	357.6	81.2	341.8	352.4	72.8	341.5
炭水化物	g	244.3	11.4	243.4	240.8	10.9	240.0	244.4	11.2	243.8
総食物繊維	g	20.4	2.0	19.9	19.7	1.4	19.2	20.4	2.1	19.8
水溶性食物繊維	g	4.1	0.7	3.9	3.9	0.5	3.7	4.1	0.8	3.9
不溶性食物繊維	g	13.2	1.2	12.9	12.7	0.9	12.4	13.2	1.3	12.8
レチノール当量	μgRE	549.7	128.1	511.9	536.6	143.3	500.4	542.8	121.6	506.7
ビタミンD	μg	5.6	1.0	5.3	5.3	0.8	5.1	5.6	1.0	5.3
αトコフェロール	mg	7.3	0.6	7.2	7.1	0.6	7.0	7.3	0.6	7.2
ビタミンK	μg	268.6	71.1	249.4	264.3	56.8	247.4	271.3	85.5	249.4
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.9	0.1	0.9	0.9	0.1	0.9	0.9	0.1	0.9
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.3	0.2	1.2	1.2	0.2	1.2	1.2	0.2	1.2
ナイアシン	mgNE	30.8	0.8	30.7	30.4	0.6	30.3	30.8	0.7	30.7
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.3	0.1	1.3	1.2	0.1	1.2	1.3	0.1	1.3
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	5.4	0.7	5.2	5.2	0.5	5.1	5.4	0.7	5.2
葉酸	μg	339.2	65.2	326.6	316.6	59.5	304.3	336.5	64.1	321.6
パントテン酸	mg	5.9	1.0	5.7	5.7	0.9	5.6	5.9	1.0	5.7
ビタミンC	mg	114.6	20.1	110.2	106.8	14.3	103.2	112.1	16.6	107.8
ナトリウム	mg	3733.6	152.0	3703.5	3689.9	130.3	3662.1	3729.7	145.3	3701.9
食塩	g	9.5	0.4	9.4	9.4	0.3	9.3	9.5	0.4	9.4
カリウム	mg	2630.9	387.7	2549.5	2453.1	321.0	2423.1	2631.7	377.9	2554.3
カルシウム	mg	619.1	165.2	578.7	585.5	141.9	559.1	622.2	164.8	580.1
マグネシウム	mg	276.3	32.7	269.7	260.7	26.3	256.0	277.0	33.0	270.7
リン	mg	1049.5	110.6	1026.4	1023.4	103.6	1006.5	1051.4	111.2	1025.3
鉄	mg	8.4	1.5	8.1	7.9	1.4	7.5	8.3	1.6	8.1
亜鉛	mg	8.3	0.7	8.1	8.2	0.7	8.0	8.3	0.7	8.1
銅	mg	1.2	0.2	1.1	1.1	0.2	1.1	1.2	0.2	1.1
脂肪エネルギー比率	%	30.7	0.4	30.8	30.9	0.4	30.9	30.7	0.4	30.7
たんぱく質エネルギー比率	%	15.6	0.6	15.5	15.5	0.5	15.4	15.6	0.6	15.5
炭水化物エネルギー比率	%	53.7	0.6	53.7	53.6	0.6	53.7	53.7	0.7	53.7
穀類	g	318.4	51.2	318.4	313.8	60.5	309.1	319.5	51.6	319.5
豆類	g	161.3	51.2	142.6	152.3	44.5	139.2	167.6	60.1	146.0
野菜類	g	311.0	23.1	304.2	304.1	17.2	299.8	310.0	23.3	304.2
緑黄色野菜	g	104.5	27.1	95.9	96.4	18.8	92.9	102.8	24.8	95.3
果実類	g	155.9	49.1	145.3	140.9	31.4	132.0	150.1	35.1	140.9
きのこ類	g	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3
藻類	g	8.8	3.4	7.5	8.7	1.8	7.5	8.6	2.1	7.5
魚介類	g	57.8	6.4	56.5	55.5	4.2	54.5	57.5	6.1	56.5
肉類	g	92.1	12.1	89.0	93.9	11.7	91.7	91.9	12.1	89.0
卵類	g	48.6	24.7	41.1	50.0	23.8	46.0	47.7	21.9	42.9
乳類	g	173.8	96.1	141.1	165.0	84.7	137.1	176.1	99.9	148.2

70歲以上			(再揭)30-74歲			(再揭)75歲以上		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
155			340			93		
1841.2	47.7	1831.1	1839.3	45.3	1833.0	1845.2	53.7	1834.9
72.0	4.5	71.1	71.8	4.4	71.0	72.2	4.9	70.9
62.8	1.3	62.5	62.8	1.4	62.5	62.8	1.4	62.5
18.9	1.2	18.6	18.9	1.3	18.6	19.0	1.3	18.7
22.5	0.1	22.5	22.5	0.1	22.5	22.5	0.1	22.5
13.5	0.2	13.5	13.5	0.3	13.5	13.5	0.2	13.5
11.0	0.2	11.0	11.1	0.3	11.0	11.0	0.2	11.0
2.3	0.1	2.3	2.3	0.1	2.3	2.3	0.1	2.3
360.4	96.9	340.4	353.4	73.5	341.5	362.1	108.6	339.8
245.6	11.9	245.0	244.1	10.6	243.6	247.4	13.8	245.6
20.7	1.9	20.4	20.4	2.0	19.9	20.8	2.1	20.5
4.2	0.7	4.1	4.1	0.7	3.9	4.2	0.7	4.1
13.4	1.2	13.3	13.2	1.2	12.9	13.5	1.3	13.3
567.2	132.1	524.3	543.7	118.2	508.7	580.3	147.5	531.9
5.8	1.2	5.4	5.6	1.0	5.3	5.8	1.2	5.4
7.3	0.6	7.2	7.3	0.6	7.2	7.3	0.6	7.2
265.5	42.3	250.8	270.6	79.2	250.3	264.3	43.5	248.1
0.9	0.1	0.9	0.9	0.1	0.9	0.9	0.1	0.9
1.3	0.2	1.2	1.3	0.2	1.2	1.3	0.3	1.2
30.9	0.8	30.8	30.9	0.8	30.7	31.0	0.8	30.8
1.3	0.1	1.3	1.3	0.1	1.3	1.3	0.2	1.3
5.6	0.8	5.3	5.4	0.7	5.2	5.6	0.8	5.3
353.3	66.6	341.4	338.4	62.3	326.6	357.5	74.2	342.6
5.9	0.9	5.7	5.9	1.0	5.7	6.0	1.0	5.7
122.4	25.1	117.1	113.1	16.4	110.2	125.7	29.6	119.5
3758.2	167.6	3720.6	3733.1	146.8	3709.6	3764.9	176.6	3717.9
9.5	0.4	9.4	9.5	0.4	9.4	9.6	0.5	9.4
2701.8	408.5	2631.4	2639.3	368.1	2570.2	2720.9	458.3	2641.0
627.3	173.9	582.9	621.6	161.6	581.5	632.8	190.1	575.9
281.3	32.7	277.2	277.4	32.1	272.7	282.7	35.6	276.9
1056.9	111.4	1032.1	1051.4	107.4	1026.7	1060.4	124.4	1036.8
8.6	1.5	8.2	8.4	1.5	8.1	8.6	1.7	8.2
8.3	0.7	8.2	8.3	0.7	8.1	8.3	0.8	8.2
1.2	0.2	1.2	1.2	0.2	1.1	1.2	0.2	1.2
30.7	0.4	30.7	30.7	0.4	30.8	30.7	0.4	30.7
15.6	0.6	15.5	15.6	0.6	15.5	15.6	0.6	15.5
53.6	0.6	53.7	53.7	0.7	53.7	53.7	0.6	53.8
318.2	46.4	320.7	317.5	49.8	318.4	324.6	49.5	324.2
153.5	31.0	142.6	166.1	56.3	146.0	149.8	28.3	140.9
315.5	24.1	307.9	311.2	23.4	304.8	314.9	24.8	304.8
110.9	32.0	97.7	104.5	26.5	96.5	110.1	32.3	97.7
172.6	68.5	155.7	151.5	34.4	143.8	182.4	83.6	161.6
20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3	20.3	0.0	20.3
9.4	5.3	7.5	8.6	2.2	7.5	9.9	6.5	7.5
59.2	7.3	57.1	57.8	6.4	56.5	59.2	7.2	57.1
91.6	12.2	88.1	91.7	12.3	89.0	92.1	11.5	89.0
49.8	29.5	41.1	48.0	22.3	44.8	50.1	32.7	41.1
173.4	93.9	140.1	175.0	97.6	153.2	175.7	98.3	137.1

第2表 栄養素等摂取量—エネルギー・栄養素等、摂取量平均値、標準偏差、中央値—総数、性別

食事記録調査

1人1日当たり

		総数			男性			女性		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	182			85			97		
エネルギー	kcal	2,003	464	1,938	2,242	469	2,261	1,793	344	1,773
たんぱく質	g	77.4	20.2	73.7	83.7	21.2	78.8	71.9	17.5	70.4
うち動物性	g	42.8	15.4	41.1	46.4	16.5	44.9	39.7	13.7	38.3
脂質	g	65.2	21.1	60.7	68.3	21.3	65.8	62.4	20.6	59.7
うち動物性	g	32.9	13.8	31.4	35.5	14.7	33.5	30.7	12.7	29.2
飽和脂肪酸	g	19.71	7.18	18.88	20.69	7.69	19.35	18.85	6.62	18.15
一価不飽和脂肪酸	g	23.55	8.46	22.18	24.83	8.36	22.80	22.43	8.44	20.40
n-6系脂肪酸	g	11.30	4.73	10.55	11.66	4.46	10.75	10.99	4.95	10.25
n-3系脂肪酸	g	2.34	1.26	2.00	2.36	1.23	2.05	2.33	1.29	1.95
コレステロール	mg	372	159	361	398	172	376	349	143	340
炭水化物	g	262.4	68.8	252.7	300.3	70.2	305.3	229.1	47.1	221.9
食物繊維	g	20.2	6.6	19.0	21.5	7.0	19.7	19.0	6.0	17.8
水溶性	g	4.1	1.7	3.7	4.1	1.8	3.7	4.0	1.7	3.8
不溶性	g	13.0	4.8	12.0	13.5	5.1	11.9	12.6	4.4	12.1
ビタミンA	μgRAE	578	500	470	606	534	498	555	471	467
ビタミンD	μg	6.5	5.3	4.7	6.6	5.1	4.7	6.4	5.4	4.7
ビタミンE	mg	7.4	3.1	6.8	7.5	3.0	7.0	7.3	3.2	6.8
ビタミンK	μg	276	170	239	283	175	246	269	165	217
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.97	0.36	0.90	1.07	0.41	1.00	0.88	0.29	0.84
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.30	0.42	1.21	1.36	0.44	1.27	1.24	0.40	1.13
ナイアシン当量	mg	33.2	10.3	31.8	36.3	10.8	34.6	30.5	9.0	30.4
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.3	0.5	1.2	1.4	0.5	1.3	1.2	0.4	1.2
ビタミンB <sub>12</sub>	μg	6.1	4.6	4.9	6.3	4.8	5.4	5.9	4.4	4.5
葉酸	μg	337	130	308	344	135	314	331	126	304
パントテン酸	mg	6.18	1.86	5.76	6.61	2.02	6.23	5.80	1.62	5.45
ビタミンC	mg	106	52	96	108	55	96	105	48	96
ナトリウム	mg	3,856	1,047	3,802	4,172	1,072	4,030	3,579	946	3,525
食塩相当量	g	9.8	2.7	9.7	10.6	2.7	10.2	9.1	2.4	9.0
食塩相当量	g/1,000kcal	5.0	1.1	4.8	4.8	1.2	4.5	5.1	1.1	4.9
カリウム	mg	2,641	876	2,470	2,751	977	2,482	2,544	770	2,412
カルシウム	mg	596	225	566	607	240	539	588	212	588
マグネシウム	mg	283	96	265	298	104	278	271	87	259
リン	mg	1,107	312	1,038	1,182	345	1,090	1,041	265	1,023
鉄	mg	8.6	2.9	8.2	8.9	2.9	8.5	8.3	2.9	8.0
亜鉛	mg	9.0	2.6	8.6	9.9	2.8	9.2	8.3	2.2	7.7
銅	mg	1.24	0.40	1.17	1.33	0.42	1.25	1.17	0.36	1.13
脂肪エネルギー比率	%	29.3	6.5	29.3	27.3	6.2	27.1	31.0	6.3	30.5
炭水化物エネルギー比率	%	55.2	7.4	54.9	57.7	7.0	57.7	53.0	7.0	53.3
動物性たんぱく質比率	%	54.6	9.9	55.7	54.7	10.1	55.7	54.5	9.8	55.7
穀類エネルギー比率	%	36.5	11.2	35.5	39.1	12.3	39.3	34.2	9.6	33.5



第3表 食品群別摂取量—食品群、平均値、標準偏差、中央値—総数、性別

食事記録調査		1人1日当たり(%)								
	食品群番号	全体			男性			女性		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)		182			85			97		
総量	1-98	2,233.0	669.3	2,193.3	2,439.1	741.1	2,403.1	2,052.3	541.7	2,044.0
動物性食品	48-76,79	373.2	157.6	353.2	389.9	178.6	357.9	358.5	135.9	348.3
植物性食品	1-47,77,78,80-98	1,859.8	625.5	1,834.8	2,049.3	687.3	2,024.5	1,693.7	514.6	1,661.6
穀類	1-12	397.0	159.6	387.0	476.5	171.1	469.4	327.4	109.2	311.6
米・米加工品	1,2	284.6	163.7	258.8	360.2	176.4	350.0	218.3	117.3	200.0
米	1	280.5	164.6	250.0	356.7	177.3	345.0	213.7	118.1	200.0
米加工品	2	4.1	13.3	0.0	3.6	9.1	0.0	4.6	16.1	0.0
小麦・加工品	3-9	104.3	78.9	89.3	109.6	86.8	85.6	99.6	71.4	90.3
小麦粉類	3	3.3	6.6	0.7	2.9	5.3	0.7	3.8	7.6	0.7
パン類(菓子パンを除く)	4	47.8	42.4	53.8	48.7	48.9	45.0	47.0	36.0	54.0
菓子パン類	5	4.4	13.6	0.0	5.0	14.3	0.0	4.0	12.9	0.0
うどん、中華めん類	6	34.1	58.3	0.0	37.6	64.9	0.0	31.0	52.0	0.0
即席中華めん	7	1.8	8.0	0.0	2.5	9.4	0.0	1.2	6.7	0.0
パスタ類	8	7.6	20.7	0.0	7.1	17.2	0.0	8.0	23.3	0.0
その他の小麦加工品	9	5.3	15.1	0.8	6.0	17.7	1.0	4.7	12.5	0.7
その他の穀類・加工品	10-12	8.1	21.8	0.0	6.7	19.8	0.0	9.4	23.4	0.0
そば・加工品	10	4.0	18.1	0.0	3.6	16.3	0.0	4.5	19.6	0.0
とうもろこし・加工品	11	2.1	8.7	0.0	2.0	7.7	0.0	2.3	9.5	0.0
その他の穀類	12	2.0	9.9	0.0	1.1	7.9	0.0	2.7	11.3	0.0
いも類	13-16	53.8	57.5	38.3	58.4	62.1	46.6	49.8	53.1	36.3
いも・加工品	13-15	48.3	52.8	35.7	51.1	54.9	42.5	45.9	51.1	35.0
さつまいも・加工品	13	12.5	30.5	0.0	12.2	27.0	0.0	12.7	33.4	0.0
じゃがいも・加工品	14	20.1	32.2	0.0	22.1	36.2	0.0	18.3	28.2	0.0
その他のいも・加工品	15	15.8	26.7	0.0	16.8	29.6	0.0	14.8	24.0	0.0
でんぷん・加工品	16	5.5	18.5	0.0	7.4	24.4	0.5	3.9	11.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	7.7	9.3	5.1	8.1	9.9	5.2	7.3	8.7	5.1
豆類	18-23	78.0	87.9	48.6	73.3	74.8	49.7	82.1	98.2	48.5
大豆・加工品	18-22	76.9	86.8	47.9	71.4	72.5	47.2	81.7	97.8	48.5
大豆(全粒)・加工品	18	3.0	10.0	0.0	3.3	11.5	0.0	2.7	8.5	0.0
豆腐	19	35.2	43.5	24.7	38.7	47.4	25.0	32.1	39.8	22.5
油揚げ類	20	10.4	17.1	2.5	10.7	18.6	2.5	10.1	15.8	2.5
納豆	21	9.9	16.8	0.0	9.8	18.2	0.0	10.0	15.5	0.0
その他の大豆加工品	22	18.5	57.0	0.0	8.9	32.9	0.0	26.9	70.9	0.0
その他の豆・加工品	23	1.1	8.8	0.0	1.9	12.6	0.0	0.4	2.5	0.0
雑実類	24	3.9	7.9	1.0	3.7	8.1	0.8	4.1	7.8	1.5
野菜類	25-38	306.9	149.9	280.0	318.0	152.7	282.5	297.2	147.5	275.0
緑黄色野菜	25-29	102.3	67.5	93.2	104.0	68.4	98.8	100.9	67.1	88.4
トマト	25	20.4	32.5	5.0	18.7	29.8	0.0	21.9	34.8	7.5
にんじん	26	21.7	25.4	17.3	22.8	26.9	18.8	20.8	24.1	16.3
ほうれん草	27	12.4	20.7	0.0	11.3	18.8	0.0	13.4	22.3	0.0
ピーマン	28	6.4	13.7	0.0	7.9	15.8	0.0	5.2	11.4	0.0
その他の緑黄色野菜	29	41.4	34.5	34.6	43.4	34.9	39.5	39.7	34.3	30.2
その他の野菜	30-35	184.9	93.7	164.0	193.2	102.2	173.5	177.5	85.4	161.2
キャベツ	30	24.2	32.3	7.5	26.2	34.9	12.5	22.4	29.9	4.0
きゅうり	31	5.3	10.5	0.0	4.2	8.8	0.0	6.4	11.7	0.0
大根	32	33.9	44.6	15.9	31.5	46.9	8.7	35.9	42.6	19.0
たまねぎ	33	36.4	32.4	31.3	40.1	36.3	33.2	33.1	28.3	29.0
はくさい	34	36.2	54.5	5.1	41.1	66.0	5.0	32.0	41.7	5.1
その他の淡色野菜	35	48.9	40.8	40.7	50.2	43.2	45.2	47.7	38.8	39.3
野菜ジュース	36	13.6	49.4	0.0	13.0	40.6	0.0	14.1	56.2	0.0
漬け物	37,38	6.1	13.9	0.0	7.8	15.9	2.5	4.7	11.7	0.0
葉類漬け物	37	1.6	6.6	0.0	2.3	9.0	0.0	1.0	3.1	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	4.5	11.0	0.0	5.5	11.7	0.0	3.7	10.2	0.0
果実類	39-45	127.4	112.5	106.0	129.2	123.2	100.0	125.8	102.9	111.0
生果	39-43	112.6	99.0	98.5	108.2	107.4	90.0	116.4	91.4	108.5
いちご	39	0.0	0.3	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.3	0.0
柑橘類	40	34.7	58.6	0.0	32.4	58.9	0.0	36.7	58.6	0.0
バナナ	41	26.9	38.4	0.0	27.9	38.2	0.0	26.0	38.8	0.0
りんご	42	21.4	39.6	0.0	20.6	40.9	0.0	22.2	38.6	0.0
その他の生果	43	29.6	48.9	0.6	27.3	51.7	0.0	31.6	46.6	2.0
ジャム	44	1.9	11.5	0.0	2.9	16.5	0.0	1.0	3.2	0.0
果汁・果汁飲料	45	12.9	53.5	0.0	18.0	69.9	0.0	8.4	32.9	0.0
きのこ類	46	19.8	26.5	10.5	18.1	25.8	8.5	21.3	27.2	11.2
藻類	47	9.1	14.8	4.5	9.4	13.5	5.0	9.0	16.0	2.8

	食品群番号	全体			1-6歳			7-14歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
魚介類	48-60	63.4	49.7	55.9	66.5	54.8	56.2	60.7	44.8	52.7
生魚介類	48-55	42.3	45.8	34.3	46.5	52.9	35.0	38.6	38.3	33.3
あじ、いわし類	48	9.3	21.0	0.0	9.5	19.7	0.0	9.1	22.2	0.0
さけ、ます	49	4.1	10.9	0.0	3.8	11.1	0.0	4.3	10.8	0.0
たい、かれい類	50	5.1	15.7	0.0	5.0	15.3	0.0	5.1	16.1	0.0
まぐろ、かじき類	51	4.2	14.9	0.0	4.5	16.8	0.0	3.9	13.1	0.0
その他の生魚	52	7.7	21.8	0.0	10.0	26.5	0.0	5.7	16.5	0.0
貝類	53	3.1	10.8	0.0	3.2	12.5	0.0	3.0	9.2	0.0
いか、たこ類	54	4.2	12.0	0.0	5.0	13.6	0.0	3.6	10.4	0.0
えび、かに類	55	4.7	12.5	0.0	5.5	14.0	0.0	4.0	11.0	0.0
魚介加工品	56-60	21.1	24.5	10.0	20.1	24.1	10.0	22.1	24.9	11.0
魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	7.6	16.0	0.2	7.1	15.1	0.0	8.1	16.8	0.6
魚介(缶詰)	57	2.8	8.6	0.0	2.3	6.4	0.0	3.3	10.1	0.0
魚介(佃煮)	58	0.1	0.5	0.0	0.1	0.4	0.0	0.1	0.6	0.0
魚介(練り製品)	59	10.2	18.1	0.0	10.0	18.5	0.0	10.4	17.9	0.0
魚肉ハム、ソーセージ	60	0.4	3.3	0.0	0.6	4.6	0.0	0.2	1.5	0.0
肉類	61-69	105.5	57.7	103.5	122.1	58.1	122.5	90.9	53.6	93.3
畜肉	61-64	65.6	47.7	64.0	75.2	51.4	67.4	57.1	42.7	55.0
牛肉	61	18.7	26.5	5.0	20.4	28.4	5.9	17.2	24.7	4.8
豚肉	62	34.8	36.1	26.6	39.3	39.6	33.7	30.8	32.5	23.4
ハム、ソーセージ類	63	11.8	16.2	6.4	14.9	20.1	8.5	9.1	11.0	5.4
その他の畜肉	64	0.3	4.4	0.0	0.7	6.5	0.0	0.0	0.0	0.0
鳥肉	65,66	39.4	48.8	22.8	46.2	53.7	30.0	33.5	43.4	20.0
鶏肉	65	39.4	48.8	22.8	46.2	53.7	30.0	33.5	43.4	20.0
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	0.5	3.1	0.0	0.7	3.6	0.0	0.3	2.5	0.0
その他の肉類	68,69	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
鮭肉	68	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	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	47.5	34.7	45.0	50.1	38.7	49.8	45.2	30.8	42.0
乳類	71-75	155.0	131.0	129.0	149.2	136.9	116.5	160.0	126.2	150.0
牛乳・乳製品	71-74	155.0	131.0	129.0	149.2	136.9	116.5	160.0	126.2	150.0
牛乳	71	91.0	106.2	51.5	88.4	102.5	51.5	93.3	109.8	51.5
チーズ	72	4.6	8.1	0.0	3.5	6.4	0.0	5.6	9.3	0.0
発酵乳・乳酸菌飲料	73	51.8	65.8	31.0	48.2	68.0	0.0	55.0	63.9	40.0
その他の乳製品	74	7.4	20.1	0.0	9.0	23.2	0.0	6.1	16.9	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	12.0	8.3	11.1	12.2	8.7	11.2	11.8	7.9	10.3
バター	76	1.6	2.7	0.0	1.7	3.1	0.0	1.4	2.4	0.0
マーガリン	77	1.0	2.2	0.0	0.7	1.8	0.0	1.1	2.6	0.0
植物性油脂	78	9.1	7.5	7.3	9.4	7.9	8.1	8.9	7.2	7.1
動物性油脂	79	0.3	1.0	0.0	0.3	0.8	0.0	0.3	1.2	0.0
その他の油脂	80	0.0	0.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	81-85	30.9	37.3	20.8	33.9	42.3	22.5	28.4	32.3	20.0
和菓子類	81	12.1	24.0	0.0	14.6	27.3	0.0	10.0	20.5	0.0
ケーキ・パストリー類	82	9.2	21.3	0.0	8.8	20.6	0.0	9.5	21.9	0.0
ビスケット類	83	1.9	5.2	0.0	2.1	6.3	0.0	1.7	4.1	0.0
キャンデー類	84	0.3	1.8	0.0	0.1	0.6	0.0	0.4	2.4	0.0
その他の菓子類	85	7.5	14.2	0.0	8.3	16.7	0.0	6.8	11.7	0.0
嗜好飲料類	86-91	745.7	481.8	700.0	837.7	559.5	759.0	665.1	386.8	626.7
アルコール飲料	86-88	84.8	255.6	2.2	150.6	350.6	5.9	27.1	91.7	0.8
日本酒	86	8.0	27.5	0.6	13.4	38.2	0.7	3.3	10.2	0.4
ビール	87	59.9	236.9	0.0	107.1	331.0	0.0	18.5	79.1	0.0
洋酒・その他	88	16.9	66.5	0.0	30.1	90.0	0.0	5.3	30.9	0.0
その他の嗜好飲料	89-91	661.0	411.8	620.8	687.1	449.8	669.0	638.1	376.4	603.0
茶	89	308.7	303.1	247.5	303.3	320.6	200.0	313.5	288.5	275.0
コーヒー・ココア	90	196.5	192.9	181.0	205.1	202.7	184.0	188.9	184.6	176.0
その他の嗜好飲料	91	155.8	289.0	0.0	178.7	305.3	0.0	135.6	273.9	0.0
調味料・香辛料類	92-98	69.4	43.7	60.4	73.0	51.2	62.4	66.2	35.7	60.1
調味料	92-97	68.7	43.4	60.0	72.1	50.9	60.5	65.7	35.6	60.0
ソース	92	1.7	4.3	0.0	1.8	4.5	0.0	1.7	4.2	0.0
しょうゆ	93	12.8	10.8	9.3	13.8	11.3	9.9	11.9	10.4	9.1
塩	94	1.1	1.0	0.9	1.1	1.0	0.9	1.1	0.9	0.9
マヨネーズ	95	2.5	4.2	0.3	2.6	3.5	1.0	2.5	4.8	0.0
味噌	96	7.7	7.6	6.0	7.6	7.5	5.7	7.8	7.6	6.0
その他の調味料	97	42.8	42.3	30.8	45.2	50.0	32.5	40.8	34.4	28.1
香辛料・その他	98	0.6	1.6	0.1	0.8	2.1	0.2	0.5	0.8	0.1