

食品中の脂質及びトランス脂肪酸含有量(範囲)

食品群	品名	調査点数	脂質含有量(g/100g)	トランス脂肪酸含有量(g/100g)	
穀類	食パン*	8	2.8~6.0	0.030~0.32	
	食パン	5	2.8~7.1	0.046~0.27	
	ロールパン*	5	7.9~22.4	0.14~0.47	
	クロワッサン*	6	17.1~26.6	0.29~ 3.0	
	菓子パン*	10	2.9~20.2	0.039~0.78	
	菓子パン	4	2.8~13.8	0.15~0.34	
	乾パン	3	6.3~8.3	0.18~0.64	
	即席中華めん	5	4.4~23.7	0.024~0.38	
	即席カップめん	5	4.4~21.2	0.028~0.16	
	味付けポップコーン ¹⁾	1	36.8	13	
豆類	油揚げ	4	19.4~32.5	0.12~0.22	
	がんもどき	3	13.0~21.3	0.068~0.13	
肉類	和牛(肩)	7	17.0~34.1	0.28~0.55	
	和牛(肩ロース)	7	29.7~56.4	0.52~ 1.2	
	和牛(サーロイン)	7	26.5~57.3	0.54~ 1.4	
	和牛(肩バラ、トモバラ)	7	15.6~57.3	0.22~0.80	
	和牛(モモ)	7	7.9~33.7	0.12~0.81	
	和牛(ヒレ)	7	16.5~47.1	0.22~0.86	
	輸入牛(肩)	3	10.3~16.5	0.31~0.36	
	輸入牛(肩ロース)	4	9.0~25.9	0.51~0.88	
	輸入牛(サーロイン)	4	18.3~24.2	0.60~ 1.2	
	輸入牛(肩バラ、トモバラ)	4	8.2~21.5	0.24~0.49	
	輸入牛(モモ)	4	7.8~13.9	0.12~0.70	
	輸入牛(ヒレ)	4	8.9~13.9	0.24~0.54	
	牛(タン)	3	1.5~5.7	0.012~0.045	
	牛(テール)	2	7.2~15.6	0.12~0.13	
	牛(心臓)	2	13.6~14.7	0.25~0.48	
	牛(肝臓)	3	4.5~5.3	0.021~0.054	
	牛(ハラミ)	3	29.6~59.4	0.79~ 1.5	
	牛(ミノ)	2	0.9~5.6	0.005~0.11	
	乳類	牛乳(種類別牛乳)	21	3.0~5.0	0.069~0.13
		低脂肪牛乳	1	1.5	0.036
低脂肪乳		1	1	0.024	
乳飲料		3	1.0~4.6	0.024~0.19	
プロセスチーズ		12	22.7~35.3	0.48~ 1.1	
ナチュラルチーズ		15	22.1~36.8	0.50~ 1.5	

	乳酸菌飲料	4	0.05~0.18	0~0.003
	ヨーグルト	4	2.7~4.1	0.065~0.11
	練乳	4	0.2~9.3	0.005~0.23
	コーヒークリーム	6	11.3~31.7	0.011~ 3.4
	生クリーム	2	46.7~47.6	1.0~1.2
	コンパウンドクリーム	2	27.9~41.1	9.0~12
	ラクトアイス	4	5.1~13.4	0.008~0.27
	アイスマルク	5	6.8~15.8	0.13~0.28
	アイスクリーム	5	13.4~16.4	0.28~0.60
	脱脂粉乳	2	0.9~0.9	0.022~0.026
油脂類	バター	13	81.7~84.7	1.7~2.2
	マーガリン ²⁾	20	81.5~85.5	0.94~ 13
	ファットスプレッド	14	56.4~79.0	0.99~ 10
	食用植物油	10	100	0.0~ 1.7
	食用調合油	12	100	0.73~ 2.8
	牛脂	1	100	2.7
	ラード	3	100	0.64~ 1.1
	ショートニング	10	100	1.2~31
菓子類	米菓	8	0.40~34.8	0.003~0.62
	ショートケーキ*	7	14.7~25.0	0.40~ 1.3
	アップルパイ、ミートパイ*	5	17.1~25.7	0.34~ 2.7
	デニッシュ*	5	13.4~22.4	0.41~0.98
	シュークリーム	4	15.3~28.2	0.26~0.93
	スポンジケーキ	4	19.9~23.6	0.39~ 2.2
	イーストドーナツ	4	24.3~29.1	0.27~ 1.6
	菓子パイ	5	23.7~37.7	0.37~ 7.3
	半生ケーキ	3	30.5~32.2	0.17~ 3.0
	ビスケット	7	9.8~28.9	0.036~ 2.5
	クッキー	8	14.0~32.6	0.21~ 3.8
	クラッカー	6	12.0~27.2	0.049~0.81
	ポテトスナック	16	12.7~39.3	0.026~ 1.5
	コーンスナック	7	21.0~41.2	0.084~0.22
	その他スナック(小麦粉主原料)	9	15.9~32.9	0.099~ 1.3
	チョコレート	15	28.4~46.2	0~0.71
調味料・ 香辛料類	マヨネーズ及びマヨネーズタイプドレッシング	8	70.6~79.3	1.0~1.7
	ドレッシング	1	33.3	0.49
	ドレッシング*	5	0.1~51.9	0~0.88
	カレーパウダー*	5	32.9~39.9	0.78~ 1.6
	ハラシパウダー*	5	26.9~36.2	0.51~ 4.6
	その他のソース*	5	1.8~10.0	0.032~ 1.1

トランス脂肪酸含有量が1%を超える値を赤色の太字で表記している

1) 未調理の「ポップコーンの基」を試料としている。

2) 「マーガリン」の定義に合致しない「乳又は乳製品を主原料とする食品」を試料中に1点含む。

出典

印: 「トランス脂肪酸及びクロロプロパノールの摂取量に関する調査研究」(独)農業・食品産業技術総合研究機構・(財)日本食品分析センター(農林水産省委託事業)(2008)

無印: 「[食品に含まれるトランス脂肪酸の評価基礎資料調査報告書](#)」(財)日本食品分析センター(食品安全委員会委託事業)(2007)

農林水産省委託事業における含有量調査の概要

試料の購入時期: 平成20年1月~2月

試料の収集方法: スーパーマーケット、ベーカリー、洋菓子店から市販品を購入(愛知県、岐阜県内)

分析方法: 脂質の抽出は Folch 法、メチルエステル化は AOCS Official Methods Ce 1b-89、GC を用いた脂肪酸の定量は AOCS Official Methods Ce 1f-96 を一部改変して実施(食品安全委員会の調査と同様の分析方法)。この方法で定量可能な C16:1、C18:1、C18:2、C18:3、C20:1、C22:1 の各トランス脂肪酸の総量を「トランス脂肪酸含有量」として、食品 100g 当たりの含有量で表示した。