

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（全国、年齢階級別）

1人1日当たり

栄養素等別	総数		1~6歳		7~14歳		15~19歳		20~29歳	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	8,762		520		770		435		803	
エネルギー kcal	1,902	580	1,330	371	2,040	522	2,192	652	1,875	611
たんぱく質 g	70.8	24.6	46.5	15.2	73.8	20.6	79.8	26.0	69.1	24.5
うち動物性 g	38.0	19.0	26.7	11.5	40.9	15.9	46.1	20.5	38.0	18.6
脂質 g	54.1	24.3	42.7	16.8	64.8	22.6	71.4	28.0	58.7	25.6
うち動物性 g	26.8	16.1	22.4	11.6	33.7	15.1	36.4	19.0	28.7	16.9
炭水化物 g	266.1	85.3	186.7	55.3	284.1	78.5	297.3	96.1	255.6	91.0
食塩(ナトリウム×2.54/1,000) g	10.7	4.6	5.8	2.4	9.5	3.2	10.7	4.0	10.4	4.3
カリウム mg	2,321	925	1,601	582	2,386	720	2,245	855	2,061	817
カルシウム mg	538	281	482	231	729	286	565	310	457	238
__カルシウム(通常の食品:再掲) mg	532	274	478	225	724	282	564	310	455	235
__カルシウム(強化食品:再掲) mg	2	30	4	33	1	12	0	1	1	15
__カルシウム(補助食品:再掲) mg	4	37	0	5	4	41	0	7	1	14
マグネシウム mg	250	95	158	58	246	71	237	81	224	83
リン mg	1,013	356	730	261	1,136	329	1,112	388	950	336
鉄 mg	7.9	4.3	4.8	2.1	7.0	2.2	7.6	2.7	7.3	3.0
__鉄(通常の食品:再掲) mg	7.8	3.3	4.8	2.1	6.9	2.2	7.6	2.7	7.3	2.9
__鉄(強化食品:再掲) mg	0.0	0.3	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1
__鉄(補助食品:再掲) mg	0.1	2.8	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.7
亜鉛 mg	8.3	3.1	5.6	1.8	9.0	2.7	9.6	3.4	8.3	3.3
銅 mg	1.19	0.44	0.73	0.24	1.16	0.35	1.22	0.41	1.12	0.42
ビタミンA μgRE^{*1}	879	823	676	405	951	541	894	1,070	777	721
ビタミンD μg	7.9	9.1	4.3	4.1	5.5	6.2	7.2	8.5	6.2	8.7
ビタミンE $\text{mg}\alpha\text{-TE}^{*2}$	10.5	23.7	5.6	2.5	8.5	6.2	9.2	4.1	9.7	19.5
__ビタミンE(通常の食品:再掲) $\text{mg}\alpha\text{-TE}^{*2}$	8.2	4.0	5.6	2.5	8.1	3.3	9.1	3.9	8.2	4.0
__ビタミンE(強化食品:再掲) $\text{mg}\alpha\text{-TE}^{*2}$	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.5	0.0	0.1
__ビタミンE(補助食品:再掲) $\text{mg}\alpha\text{-TE}^{*2}$	2.3	23.1	0.0	0.2	0.3	5.1	0.1	1.0	1.5	18.9
ビタミンK μg	242	207	138	123	189	135	203	153	222	192
ビタミンB ₁ mg	1.52	6.28	0.62	0.25	1.06	0.58	1.27	2.80	1.10	2.37
__ビタミンB ₁ (通常の食品:再掲) mg	0.86	0.40	0.61	0.24	1.02	0.37	1.02	0.45	0.87	0.42
__ビタミンB ₁ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.47	0.00	0.00	0.00	0.09	0.01	0.13	0.00	0.07
__ビタミンB ₁ (補助食品:再掲) mg	0.65	6.24	0.00	0.03	0.03	0.44	0.23	2.76	0.23	2.33
ビタミンB ₂ mg	1.52	5.21	0.91	0.37	1.43	0.97	1.64	2.93	1.94	14.54
__ビタミンB ₂ (通常の食品:再掲) mg	1.17	0.51	0.91	0.36	1.36	0.45	1.29	0.59	1.09	0.48
__ビタミンB ₂ (強化食品:再掲) mg	0.06	4.28	0.01	0.11	0.01	0.10	0.05	0.51	0.50	14.12
__ビタミンB ₂ (補助食品:再掲) mg	0.30	2.92	0.00	0.04	0.07	0.84	0.30	2.79	0.35	3.56
ナイアシン mgNE^{*3}	14.9	7.6	7.6	3.3	12.3	5.9	14.6	6.3	14.2	6.9
ビタミンB ₆ mg	1.72	5.51	0.74	0.38	1.19	1.04	1.46	2.54	1.30	2.83
__ビタミンB ₆ (通常の食品:再掲) mg	1.14	0.48	0.72	0.28	1.10	0.37	1.14	0.45	1.04	0.43
__ビタミンB ₆ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.29	0.01	0.26	0.01	0.14	0.01	0.18	0.01	0.16
__ビタミンB ₆ (補助食品:再掲) mg	0.56	5.45	0.00	0.04	0.09	0.92	0.30	2.49	0.25	2.78
ビタミンB ₁₂ μg	7.0	7.9	4.0	3.3	5.7	4.5	6.3	5.9	5.8	6.9
葉酸 μg	294	147	169	70	254	86	271	142	252	123
パントテン酸 mg	5.52	1.99	4.26	1.45	6.32	1.83	6.20	2.29	5.21	1.91
ビタミンC mg	117	157	59	41	88	91	106	141	94	172
__ビタミンC(通常の食品:再掲) mg	99	77	58	37	77	45	88	73	74	58
__ビタミンC(強化食品:再掲) mg	3	48	0	1	2	30	11	98	2	41
__ビタミンC(補助食品:再掲) mg	15	124	1	18	9	73	7	64	17	154
コレステロール mg	320	186	249	148	339	170	410	201	337	193
食物繊維 g	13.9	6.4	8.4	3.6	13.8	4.6	12.8	5.4	12.4	5.7
うち水溶性 g	3.3	1.8	2.1	0.9	3.5	1.2	3.1	1.5	3.1	2.2
うち不溶性 g	10.6	5.0	6.3	2.7	10.3	3.5	9.7	4.1	9.3	4.2
脂肪エネルギー比率 ^{*4} %	25.3	7.5	28.5	6.7	28.5	5.6	29.1	6.7	28.0	7.3
炭水化物エネルギー比率 ^{*4} %	59.7	8.3	57.5	7.6	57.0	6.2	56.2	7.5	57.1	8.3
動物性たんぱく質比率 ^{*4} %	52.0	13.2	56.1	12.2	54.5	9.7	56.3	11.9	53.4	13.2

*1 RE: レチノール当量, *2 α -TE: α -トコフェロール当量, *3 NE: ナイアシン当量

*4 これらの比率は個々の計算値を平均したものである。

30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		20歳以上(再掲)		20～49歳(再掲)	
平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
1,124		1,045		1,374		1,368		1,323		7,037		2,972	
1,915	599	1,952	562	2,001	541	1,960	575	1,756	492	1,911	566	1,917	590
69.3	25.8	71.6	23.7	76.9	25.0	74.9	24.3	66.8	22.0	71.7	24.5	70.0	24.7
37.2	21.1	38.2	18.9	41.3	20.1	39.1	19.0	34.1	17.0	38.0	19.3	37.8	19.7
58.1	25.8	55.8	24.5	54.6	22.1	49.9	22.4	42.7	19.8	52.7	23.8	57.5	25.3
28.3	17.2	26.5	16.2	27.2	16.1	24.5	14.8	21.3	13.2	25.8	15.8	27.8	16.8
257.6	84.9	266.8	81.3	275.7	82.5	281.4	86.0	263.5	76.6	268.0	83.8	260.3	85.5
10.4	4.3	11.1	4.5	11.9	4.7	12.0	5.0	11.1	4.8	11.2	4.7	10.6	4.4
2,063	833	2,220	788	2,530	925	2,687	1,056	2,453	974	2,372	947	2,118	816
452	239	485	246	536	270	588	294	555	301	520	274	465	241
445	229	481	242	531	263	580	286	543	287	513	266	461	236
2	24	2	19	2	28	4	39	4	45	3	32	1	20
5	47	2	24	3	30	4	38	7	58	4	39	3	33
231	89	249	86	277	94	289	105	259	95	258	96	236	87
953	351	999	330	1,083	350	1,083	371	976	338	1,015	352	969	340
7.3	3.0	8.1	8.0	8.8	3.4	9.1	3.8	8.3	4.3	8.3	4.6	7.6	5.3
7.2	2.8	7.7	3.1	8.7	3.3	9.1	3.8	8.2	3.2	8.1	3.3	7.4	3.0
0.0	0.6	0.0	0.2	0.0	0.3	0.0	0.2	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0	0.4
0.1	0.9	0.4	7.2	0.1	0.7	0.0	0.3	0.1	2.8	0.1	3.1	0.2	4.3
8.3	3.5	8.4	3.2	8.6	3.1	8.7	3.2	7.6	2.6	8.3	3.1	8.3	3.3
1.12	0.43	1.19	0.42	1.29	0.44	1.34	0.48	1.21	0.42	1.22	0.45	1.14	0.43
746	632	871	1,227	912	746	1,014	858	920	799	885	852	798	907
6.6	7.8	7.7	9.1	9.7	10.1	10.1	10.2	9.0	10.0	8.4	9.6	6.9	8.6
9.2	12.7	9.7	16.7	10.8	19.7	14.1	37.8	12.1	34.3	11.1	26.2	9.5	16.2
8.2	4.1	8.3	3.9	8.7	4.0	8.7	4.5	7.5	3.9	8.3	4.1	8.2	4.0
0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.3	0.1	2.7	0.0	1.1	0.0	1.3	0.0	0.3
1.1	12.1	1.4	16.1	2.1	19.4	5.2	36.9	4.5	33.8	2.8	25.7	1.3	15.6
224	192	232	188	275	214	306	254	265	223	258	217	226	191
1.26	4.42	1.12	2.81	1.54	6.02	2.49	10.59	2.03	8.78	1.66	6.97	1.17	3.42
0.83	0.40	0.86	0.42	0.89	0.40	0.88	0.39	0.77	0.36	0.85	0.40	0.85	0.41
0.00	0.00	0.00	0.07	0.05	1.10	0.01	0.27	0.02	0.29	0.02	0.52	0.00	0.06
0.43	4.40	0.25	2.77	0.59	5.86	1.61	10.56	1.23	8.75	0.79	6.92	0.31	3.39
1.47	3.59	1.34	1.91	1.56	3.50	1.65	3.71	1.55	2.71	1.57	5.76	1.55	7.96
1.05	0.47	1.12	0.52	1.23	0.51	1.26	0.53	1.16	0.50	1.16	0.51	1.09	0.49
0.00	0.00	0.00	0.08	0.03	0.43	0.01	0.13	0.02	0.26	0.07	4.77	0.14	7.34
0.41	3.55	0.21	1.81	0.31	3.37	0.38	3.65	0.37	2.63	0.34	3.17	0.33	3.06
15.0	6.8	15.6	7.3	17.6	8.4	16.6	8.1	14.3	7.6	15.7	7.7	15.0	7.0
1.51	3.97	1.43	3.54	1.96	5.88	2.39	8.20	2.19	7.95	1.86	6.09	1.43	3.54
1.06	0.45	1.12	0.45	1.27	0.50	1.31	0.55	1.16	0.47	1.17	0.49	1.07	0.45
0.00	0.00	0.01	0.11	0.04	0.63	0.00	0.03	0.02	0.30	0.01	0.31	0.00	0.11
0.46	3.95	0.30	3.53	0.65	5.77	1.08	8.17	1.01	7.89	0.67	6.04	0.35	3.52
6.0	6.5	6.8	7.3	8.4	10.2	8.9	10.3	7.2	6.9	7.3	8.4	6.2	6.9
254	119	285	148	333	154	359	164	334	151	309	152	264	132
5.14	1.87	5.37	1.89	5.77	1.89	5.89	2.14	5.31	1.91	5.48	1.97	5.24	1.89
92	157	110	161	129	140	158	182	146	176	125	167	99	162
73	61	87	63	117	84	133	87	125	90	105	81	78	61
2	38	4	53	3	53	4	52	2	39	3	47	3	45
17	137	18	135	9	98	22	146	19	144	17	135	18	141
314	191	321	189	344	190	314	183	283	171	318	187	323	191
12.3	5.9	13.1	5.5	15.1	6.7	16.6	7.5	15.1	6.7	14.3	6.7	12.6	5.7
3.0	2.2	3.1	1.5	3.5	2.1	3.8	1.8	3.4	1.7	3.4	1.9	3.1	2.0
9.3	4.4	9.9	4.3	11.6	5.1	12.8	6.0	11.7	5.2	11.0	5.2	9.5	4.3
27.0	7.6	25.4	7.5	24.4	6.9	22.7	7.0	21.5	6.9	24.5	7.5	26.7	7.6
58.4	8.4	59.8	8.5	60.1	8.2	61.9	8.0	63.2	8.2	60.3	8.5	58.5	8.5
51.9	13.8	51.3	13.7	51.9	13.3	50.4	13.1	49.0	13.8	51.2	13.6	52.1	13.6

◆第1表の2◆ 栄養素等摂取量 (男, 年齢階級別)

1人1日当たり

栄養素等別	総数		1~6歳		7~14歳		15~19歳		20~29歳	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,135		263		419		239		353	
エネルギー kcal	2,105	620	1,342	391	2,154	567	2,431	654	2,151	668
たんぱく質 g	76.6	26.4	47.4	16.4	77.2	22.2	85.7	26.6	77.8	27.3
うち動物性 g	41.7	20.8	27.4	12.3	43.1	17.1	49.2	21.7	43.2	21.2
脂質 g	58.2	26.3	43.2	17.8	68.2	24.9	78.0	29.1	65.3	28.0
うち動物性 g	29.4	17.6	22.8	12.3	35.6	16.2	39.7	21.0	32.6	19.1
炭水化物 g	291.7	92.0	187.7	57.5	301.0	84.7	334.8	95.3	296.5	100.1
食塩(ナトリウム×2.54/1,000) g	11.5	4.9	5.9	2.6	9.6	3.3	11.4	4.2	11.5	4.8
カリウム mg	2,401	939	1,622	644	2,472	760	2,376	891	2,224	871
カルシウム mg	550	293	496	255	764	308	620	334	489	266
__カルシウム(通常の食品:再掲) mg	545	287	491	246	758	305	619	334	486	263
__カルシウム(強化食品:再掲) mg	2	27	6	45	2	14	0	2	2	19
__カルシウム(補助食品:再掲) mg	3	33	0	0	4	42	0	3	1	18
マグネシウム mg	263	97	162	65	255	76	253	82	244	90
リン mg	1,083	378	744	288	1,183	352	1,204	408	1,055	369
鉄 mg	8.1	3.4	5.0	2.5	7.2	2.4	8.0	2.7	7.9	3.2
__鉄(通常の食品:再掲) mg	8.1	3.3	5.0	2.5	7.2	2.4	8.0	2.7	7.9	3.2
__鉄(強化食品:再掲) mg	0.0	0.3	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2
__鉄(補助食品:再掲) mg	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
亜鉛 mg	9.0	3.4	5.7	2.0	9.4	2.8	10.5	3.6	9.4	3.6
銅 mg	1.27	0.47	0.74	0.26	1.21	0.37	1.32	0.42	1.25	0.45
ビタミンA μgRE	892	887	680	406	987	600	938	1,129	804	773
ビタミンD μg	8.3	9.7	4.4	4.2	5.4	6.1	7.3	8.6	6.4	8.5
ビタミンE mgα-TE	10.4	23.4	5.6	2.5	9.1	7.9	9.7	4.3	10.5	23.4
__ビタミンE(通常の食品:再掲) mgα-TE	8.5	4.1	5.5	2.5	8.5	3.6	9.5	3.9	8.7	4.2
__ビタミンE(強化食品:再掲) mgα-TE	0.0	1.7	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.6	0.0	0.1
__ビタミンE(補助食品:再掲) mgα-TE	1.9	22.7	0.0	0.3	0.5	6.9	0.1	1.3	1.9	22.7
ビタミンK μg	244	207	143	129	193	143	206	144	226	202
ビタミンB ₁ mg	1.57	6.13	0.61	0.23	1.12	0.71	1.16	0.70	1.32	2.86
__ビタミンB ₁ (通常の食品:再掲) mg	0.93	0.43	0.61	0.23	1.07	0.40	1.10	0.48	1.01	0.47
__ビタミンB ₁ (強化食品:再掲) mg	0.02	0.46	0.00	0.00	0.01	0.11	0.02	0.17	0.01	0.10
__ビタミンB ₁ (補助食品:再掲) mg	0.63	6.08	0.00	0.00	0.04	0.58	0.04	0.36	0.31	2.83
ビタミンB ₂ mg	1.50	2.67	0.92	0.41	1.52	1.20	1.70	2.71	1.52	2.96
__ビタミンB ₂ (通常の食品:再掲) mg	1.23	0.54	0.91	0.39	1.43	0.48	1.39	0.61	1.20	0.53
__ビタミンB ₂ (強化食品:再掲) mg	0.02	0.33	0.01	0.15	0.01	0.12	0.08	0.69	0.01	0.18
__ビタミンB ₂ (補助食品:再掲) mg	0.25	2.55	0.00	0.00	0.09	1.08	0.22	2.49	0.31	2.91
ナイアシン mgNE	16.3	8.4	7.9	3.5	12.7	6.4	15.4	6.6	16.3	7.6
ビタミンB ₆ mg	1.77	5.44	0.76	0.46	1.23	1.04	1.46	1.88	1.37	1.63
__ビタミンB ₆ (通常の食品:再掲) mg	1.22	0.52	0.74	0.30	1.14	0.40	1.22	0.46	1.15	0.47
__ビタミンB ₆ (強化食品:再掲) mg	0.02	0.40	0.02	0.37	0.01	0.16	0.03	0.25	0.02	0.24
__ビタミンB ₆ (補助食品:再掲) mg	0.53	5.36	0.00	0.00	0.08	0.93	0.22	1.77	0.20	1.53
ビタミンB ₁₂ μg	7.6	8.4	4.1	3.4	6.0	4.4	6.6	6.5	6.4	7.7
葉酸 μg	299	148	170	72	261	93	282	154	264	127
パントテン酸 mg	5.86	2.09	4.28	1.56	6.62	1.97	6.72	2.41	5.75	2.05
ビタミンC mg	110	144	58	38	89	99	112	150	95	190
__ビタミンC(通常の食品:再掲) mg	96	75	57	38	78	47	90	76	73	56
__ビタミンC(強化食品:再掲) mg	4	58	0	2	2	29	16	115	3	54
__ビタミンC(補助食品:再掲) mg	10	103	0	3	9	83	6	49	19	170
コレステロール mg	344	197	243	151	354	184	433	195	369	215
食物繊維 g	14.0	6.4	8.5	3.8	14.0	4.8	13.4	5.5	12.9	5.9
うち水溶性 g	3.3	1.7	2.1	1.0	3.6	1.3	3.2	1.5	3.1	1.5
うち不溶性 g	10.7	5.0	6.4	3.0	10.5	3.6	10.1	4.2	9.8	4.5
脂肪エネルギー比率 %	24.7	7.4	28.6	7.1	28.3	5.9	28.5	6.3	27.1	6.7
炭水化物エネルギー比率 %	60.7	8.2	57.3	7.9	57.3	6.6	57.3	7.0	58.3	7.8
動物性たんぱく質比率 %	52.8	13.0	56.5	12.0	54.8	9.8	55.9	12.3	53.8	13.3

30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		20歳以上(再掲)		20～49歳(再掲)	
平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
525		480		649		631		576		3,214		1,358	
2,164	629	2,179	595	2,212	540	2,182	607	1,934	505	2,137	593	2,166	627
76.9	29.4	77.8	25.0	82.5	25.7	81.4	25.4	72.0	22.6	78.3	26.1	77.4	27.4
42.3	25.0	42.6	20.0	44.9	21.4	43.1	20.4	36.6	17.8	42.1	21.2	42.6	22.3
63.4	28.5	59.0	26.7	57.9	23.2	53.4	23.5	45.7	20.6	56.7	25.7	62.4	27.9
31.5	18.8	29.2	17.4	29.6	17.6	26.3	15.9	23.3	14.1	28.4	17.3	31.0	18.5
289.8	88.7	296.2	88.4	298.8	85.2	306.3	94.4	285.8	80.1	295.9	89.2	293.8	91.7
11.4	4.6	11.9	4.7	12.7	4.9	12.9	5.3	11.9	5.0	12.1	4.9	11.6	4.7
2,174	877	2,282	809	2,561	898	2,758	1,075	2,556	985	2,457	956	2,225	853
447	240	478	247	525	266	584	292	569	311	521	278	469	250
444	233	475	243	522	259	578	284	560	300	516	270	466	245
1	12	2	22	1	22	3	39	3	34	2	27	1	18
3	40	2	23	2	28	2	35	5	47	3	34	2	30
247	91	261	89	289	95	303	107	275	97	273	98	251	90
1,034	388	1,066	339	1,144	355	1,158	390	1,043	351	1,089	369	1,051	366
7.6	2.9	8.0	3.4	8.9	3.4	9.5	3.6	8.7	3.6	8.5	3.4	7.8	3.2
7.6	2.9	8.0	3.3	8.9	3.3	9.5	3.5	8.6	3.3	8.5	3.3	7.8	3.1
0.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.6	0.0	0.3	0.0	0.1
0.0	0.4	0.1	0.5	0.0	0.5	0.0	0.3	0.0	0.7	0.0	0.5	0.0	0.4
9.2	3.8	9.2	3.5	9.4	3.2	9.5	3.5	8.3	2.8	9.2	3.4	9.3	3.6
1.23	0.46	1.28	0.45	1.36	0.44	1.44	0.51	1.30	0.46	1.32	0.47	1.25	0.45
766	665	884	1,425	901	804	1,000	866	946	851	894	924	818	1,022
7.1	8.0	8.5	10.6	10.3	10.8	11.2	10.8	9.6	10.9	9.1	10.3	7.4	9.1
9.1	6.6	8.4	4.0	10.6	17.0	13.5	39.1	12.8	38.0	11.0	26.3	9.2	12.8
8.7	4.1	8.3	3.9	8.9	3.9	9.1	4.6	7.9	4.0	8.6	4.2	8.6	4.1
0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.4	0.2	4.0	0.1	1.6	0.0	1.9	0.0	0.1
0.4	5.1	0.1	1.0	1.6	16.5	4.3	38.1	4.9	37.4	2.3	25.6	0.7	12.0
233	196	222	183	272	208	311	256	274	234	261	219	228	193
1.22	2.69	1.02	0.78	1.67	6.57	2.49	9.96	2.34	9.90	1.74	6.94	1.17	2.27
0.93	0.46	0.93	0.46	0.94	0.40	0.94	0.42	0.82	0.38	0.92	0.43	0.95	0.46
0.00	0.00	0.00	0.01	0.05	1.01	0.02	0.40	0.03	0.37	0.02	0.51	0.00	0.05
0.28	2.65	0.09	0.61	0.68	6.40	1.53	9.93	1.48	9.86	0.80	6.88	0.22	2.22
1.39	2.61	1.33	1.54	1.51	2.08	1.69	4.18	1.67	3.06	1.53	2.90	1.40	2.40
1.11	0.51	1.18	0.60	1.25	0.49	1.33	0.57	1.21	0.52	1.22	0.54	1.16	0.55
0.00	0.00	0.00	0.01	0.04	0.57	0.01	0.19	0.03	0.37	0.02	0.32	0.00	0.09
0.27	2.56	0.15	1.38	0.22	1.77	0.35	4.09	0.43	2.97	0.29	2.79	0.24	2.32
16.9	7.5	17.7	8.4	19.3	9.1	18.7	9.1	15.8	8.2	17.6	8.5	17.0	7.8
1.46	3.27	1.39	1.33	2.05	5.76	2.47	8.08	2.51	9.30	1.95	6.12	1.41	2.33
1.17	0.48	1.22	0.50	1.35	0.52	1.41	0.59	1.25	0.51	1.27	0.53	1.18	0.49
0.00	0.00	0.00	0.02	0.07	0.86	0.00	0.02	0.03	0.37	0.02	0.43	0.00	0.12
0.29	3.22	0.16	1.25	0.63	5.56	1.06	8.07	1.23	9.22	0.65	6.04	0.22	2.27
6.6	7.0	7.6	7.8	9.0	8.7	10.0	12.6	7.9	8.0	8.1	9.1	6.9	7.5
265	125	285	151	334	152	366	158	346	155	316	152	272	136
5.52	1.94	5.72	2.02	5.99	1.87	6.25	2.26	5.61	1.97	5.83	2.04	5.65	2.00
86	133	92	107	123	149	145	155	143	164	117	152	90	142
73	63	82	61	109	81	128	87	125	87	102	79	76	61
2	35	6	72	5	72	5	56	2	42	4	57	4	55
11	108	4	40	10	100	12	108	16	131	12	113	11	112
343	212	347	198	365	197	345	188	303	178	344	198	351	208
12.6	5.9	13.0	5.5	14.9	6.5	16.7	7.3	15.5	6.8	14.5	6.6	12.8	5.8
3.1	2.1	3.1	1.5	3.4	1.6	3.8	1.8	3.5	1.7	3.4	1.8	3.1	1.7
9.6	4.4	9.9	4.3	11.5	5.0	12.9	5.7	12.0	5.3	11.1	5.1	9.7	4.4
26.0	7.4	24.1	7.3	23.4	6.6	21.8	6.8	21.0	7.0	23.6	7.3	25.6	7.3
59.7	8.2	61.5	8.3	61.6	7.8	63.1	7.8	64.0	8.2	61.6	8.2	60.0	8.2
53.1	13.1	53.1	13.1	52.6	13.5	51.3	13.0	48.9	13.8	52.0	13.4	53.3	13.2

◆第1表の3◆ 栄養素等摂取量（女、年齢階級別）

1人1日当たり

栄養素等別	総数		1~6歳		7~14歳		15~19歳		20~29歳	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,627		257		351		196		450	
エネルギー kcal	1,721	472	1,319	349	1,903	427	1,899	518	1,659	459
たんぱく質 g	65.6	21.6	45.6	13.7	69.8	17.6	72.5	23.3	62.2	19.4
うち動物性 g	34.7	16.6	26.1	10.6	38.4	14.0	42.3	18.3	33.9	15.1
脂質 g	50.4	21.7	42.2	15.7	60.8	18.7	63.4	24.5	53.5	22.3
うち動物性 g	24.5	14.2	21.9	10.9	31.5	13.5	32.4	15.4	25.6	14.3
炭水化物 g	243.1	71.5	185.7	53.1	264.0	64.9	251.5	75.0	223.5	67.7
食塩(ナトリウム×2.54/1,000) g	10.1	4.2	5.7	2.3	9.3	3.2	9.7	3.6	9.5	3.6
カリウム mg	2,250	905	1,579	511	2,283	655	2,085	782	1,934	749
カルシウム mg	528	270	468	202	688	251	498	265	432	211
__カルシウム(通常の食品:再掲) mg	521	263	466	203	684	247	497	265	430	209
__カルシウム(強化食品:再掲) mg	3	32	2	12	1	8	0	0	1	10
__カルシウム(補助食品:再掲) mg	4	41	1	7	4	40	1	10	1	9
マグネシウム mg	239	91	154	49	236	63	218	75	209	74
リン mg	950	324	716	229	1,079	289	1,000	328	867	282
鉄 mg	7.7	5.0	4.7	1.7	6.7	2.0	7.2	2.7	6.9	2.7
__鉄(通常の食品:再掲) mg	7.5	3.2	4.7	1.7	6.7	2.0	7.2	2.7	6.8	2.5
__鉄(強化食品:再掲) mg	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
__鉄(補助食品:再掲) mg	0.1	3.8	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.1	0.9
亜鉛 mg	7.6	2.7	5.5	1.7	8.4	2.4	8.5	2.8	7.4	2.7
銅 mg	1.11	0.40	0.72	0.22	1.10	0.31	1.09	0.35	1.01	0.36
ビタミンA μgRE	867	762	672	403	908	457	840	993	756	677
ビタミンD μg	7.5	8.6	4.1	4.1	5.5	6.3	7.1	8.4	6.1	8.8
ビタミンE mgα-TE	10.6	23.9	5.7	2.5	7.7	2.9	8.6	3.8	9.0	15.8
__ビタミンE(通常の食品:再掲) mgα-TE	7.9	3.9	5.7	2.5	7.7	2.9	8.6	3.7	7.8	3.7
__ビタミンE(強化食品:再掲) mgα-TE	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0
__ビタミンE(補助食品:再掲) mgα-TE	2.7	23.4	0.0	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	1.3	15.4
ビタミンK μg	241	206	134	116	183	124	200	163	218	183
ビタミンB ₁ mg	1.48	6.42	0.62	0.26	0.98	0.36	1.40	4.10	0.93	1.87
__ビタミンB ₁ (通常の食品:再掲) mg	0.80	0.36	0.61	0.25	0.97	0.31	0.93	0.40	0.75	0.34
__ビタミンB ₁ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.47	0.00	0.01	0.00	0.07	0.00	0.00	0.00	0.03
__ビタミンB ₁ (補助食品:再掲) mg	0.67	6.38	0.00	0.04	0.01	0.13	0.47	4.09	0.18	1.85
ビタミンB ₂ mg	1.54	6.72	0.90	0.34	1.33	0.58	1.56	3.19	2.27	19.25
__ビタミンB ₂ (通常の食品:再掲) mg	1.12	0.47	0.90	0.33	1.28	0.39	1.17	0.53	1.00	0.41
__ビタミンB ₂ (強化食品:再掲) mg	0.09	5.88	0.00	0.01	0.00	0.09	0.00	0.00	0.89	18.86
__ビタミンB ₂ (補助食品:再掲) mg	0.34	3.21	0.00	0.06	0.04	0.38	0.39	3.13	0.38	4.00
ナイアシン mgNE	13.5	6.5	7.4	3.0	11.7	5.2	13.7	5.8	12.6	5.8
ビタミンB ₆ mg	1.67	5.57	0.71	0.27	1.15	1.03	1.46	3.17	1.25	3.49
__ビタミンB ₆ (通常の食品:再掲) mg	1.06	0.44	0.71	0.26	1.05	0.33	1.05	0.42	0.96	0.38
__ビタミンB ₆ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.16	0.00	0.00	0.01	0.12	0.00	0.00	0.00	0.04
__ビタミンB ₆ (補助食品:再掲) mg	0.60	5.53	0.00	0.06	0.10	0.90	0.40	3.15	0.29	3.46
ビタミンB ₁₂ μg	6.4	7.3	3.9	3.3	5.4	4.5	5.8	5.0	5.3	6.2
葉酸 μg	290	146	168	69	245	76	258	125	244	119
パントテン酸 mg	5.21	1.84	4.25	1.34	5.96	1.58	5.56	1.95	4.79	1.67
ビタミンC mg	123	167	60	43	87	82	100	129	93	156
__ビタミンC(通常の食品:再掲) mg	102	78	58	36	76	43	86	69	75	59
__ビタミンC(強化食品:再掲) mg	2	37	0	0	3	32	6	73	1	27
__ビタミンC(補助食品:再掲) mg	19	140	2	25	8	60	8	79	16	140
コレステロール mg	299	173	255	144	322	150	382	205	312	169
食物繊維 g	13.7	6.5	8.3	3.2	13.5	4.2	12.0	5.1	12.0	5.5
うち水溶性 g	3.3	2.0	2.1	0.9	3.4	1.2	2.9	1.4	3.0	2.6
うち不溶性 g	10.5	5.0	6.2	2.5	10.0	3.2	9.1	3.9	9.0	3.9
脂肪エネルギー比率 %	25.9	7.5	28.4	6.4	28.7	5.3	29.8	7.1	28.7	7.7
炭水化物エネルギー比率 %	58.8	8.4	57.7	7.3	56.6	5.8	54.8	7.9	56.1	8.6
動物性たんぱく質比率 %	51.3	13.4	55.7	12.5	54.0	9.5	56.9	11.4	53.0	13.2

30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		20歳以上(再掲)		20～49歳(再掲)	
平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
599		565		725		737		747		3,823		1,614	
1,697	475	1,760	451	1,811	468	1,769	469	1,619	434	1,722	464	1,708	463
62.6	19.9	66.3	21.1	71.8	23.3	69.3	21.8	62.8	20.6	66.2	21.5	63.8	20.3
32.8	15.8	34.4	17.0	38.1	18.3	35.7	16.9	32.1	16.0	34.6	16.8	33.7	16.0
53.4	22.2	53.2	22.2	51.7	20.7	47.0	21.0	40.4	18.7	49.3	21.6	53.3	22.2
25.5	15.1	24.3	14.8	25.1	14.3	23.0	13.5	19.8	12.2	23.6	14.1	25.1	14.8
229.3	70.3	241.7	65.0	255.0	74.3	260.1	71.6	246.4	69.0	244.6	71.1	232.0	68.1
9.4	3.8	10.4	4.2	11.2	4.4	11.2	4.5	10.5	4.5	10.5	4.3	9.8	3.9
1,966	779	2,167	766	2,502	947	2,627	1,038	2,374	959	2,301	933	2,027	773
455	237	492	245	545	273	591	297	544	292	518	271	461	234
447	227	487	242	539	267	581	287	530	277	510	262	456	228
2	31	1	16	3	33	4	39	5	52	3	35	2	22
6	52	3	25	3	32	5	40	9	65	5	43	3	35
218	86	239	82	267	93	276	101	246	92	246	93	223	82
883	298	943	312	1,029	336	1,019	342	925	318	952	324	900	300
7.0	3.1	8.2	10.4	8.6	3.4	8.8	4.0	8.0	4.7	8.0	5.3	7.4	6.6
6.8	2.8	7.5	2.9	8.5	3.3	8.8	4.0	7.9	3.2	7.8	3.3	7.1	2.8
0.1	0.8	0.0	0.3	0.0	0.4	0.0	0.1	0.0	0.3	0.0	0.4	0.0	0.5
0.1	1.2	0.6	9.8	0.1	0.9	0.0	0.3	0.2	3.7	0.2	4.2	0.3	5.9
7.4	2.9	7.7	2.7	8.0	2.8	8.0	2.8	7.1	2.3	7.6	2.7	7.5	2.8
1.03	0.39	1.10	0.37	1.22	0.42	1.26	0.44	1.13	0.37	1.14	0.41	1.05	0.38
728	601	859	1,031	921	690	1,026	853	900	756	878	787	781	798
6.2	7.6	7.0	7.6	9.1	9.4	9.1	9.6	8.5	9.2	7.9	8.9	6.5	8.0
9.4	16.2	10.7	22.4	11.0	21.9	14.5	36.7	11.5	31.2	11.3	26.2	9.8	18.5
7.7	4.0	8.2	3.9	8.6	4.0	8.4	4.3	7.2	3.8	8.0	4.0	7.9	3.9
0.0	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.4	0.0	0.3	0.0	0.4
1.7	15.8	2.5	21.9	2.5	21.7	6.0	35.9	4.3	30.8	3.2	25.7	1.8	18.0
216	189	241	192	277	220	302	253	258	214	256	215	225	189
1.29	5.50	1.20	3.75	1.42	5.49	2.50	11.12	1.79	7.80	1.59	6.99	1.16	4.14
0.74	0.32	0.80	0.36	0.85	0.40	0.83	0.35	0.73	0.35	0.79	0.36	0.77	0.34
0.00	0.00	0.01	0.10	0.06	1.17	0.00	0.04	0.01	0.20	0.01	0.52	0.00	0.06
0.55	5.50	0.39	3.72	0.51	5.35	1.67	11.08	1.04	7.79	0.79	6.95	0.39	4.12
1.54	4.27	1.35	2.18	1.61	4.39	1.61	3.26	1.45	2.41	1.61	7.35	1.68	10.57
1.00	0.42	1.07	0.45	1.21	0.52	1.21	0.50	1.11	0.48	1.11	0.48	1.03	0.43
0.00	0.00	0.01	0.11	0.02	0.25	0.00	0.03	0.01	0.13	0.11	6.47	0.25	9.96
0.53	4.24	0.27	2.11	0.38	4.32	0.41	3.23	0.33	2.34	0.38	3.46	0.40	3.56
13.3	5.7	13.9	5.8	16.0	7.4	14.8	6.7	13.2	6.8	14.1	6.6	13.3	5.8
1.56	4.50	1.47	4.66	1.88	5.99	2.31	8.30	1.94	6.72	1.79	6.07	1.44	4.30
0.96	0.40	1.04	0.38	1.19	0.48	1.22	0.50	1.09	0.43	1.09	0.45	0.98	0.39
0.00	0.00	0.01	0.14	0.02	0.29	0.00	0.04	0.01	0.22	0.01	0.17	0.00	0.09
0.60	4.49	0.42	4.66	0.67	5.96	1.09	8.26	0.84	6.69	0.69	6.04	0.45	4.29
5.5	6.0	6.1	6.8	7.9	11.3	7.9	7.7	6.6	6.0	6.7	7.8	5.6	6.3
244	114	285	145	333	156	353	168	325	147	303	151	258	129
4.80	1.75	5.07	1.72	5.57	1.89	5.58	1.98	5.07	1.83	5.19	1.85	4.89	1.72
97	175	124	194	133	132	169	202	147	185	131	178	105	177
72	59	92	65	124	86	136	87	124	92	108	82	80	62
2	41	2	26	1	27	3	47	2	37	2	36	2	33
22	158	31	179	8	95	30	173	21	153	21	152	24	161
290	167	300	178	325	181	288	176	267	164	296	174	299	172
12.1	6.0	13.2	5.5	15.3	6.9	16.5	7.6	14.8	6.6	14.2	6.7	12.4	5.7
3.0	2.4	3.2	1.5	3.6	2.4	3.8	1.8	3.3	1.7	3.4	2.1	3.1	2.2
9.1	4.3	10.0	4.2	11.7	5.2	12.7	6.2	11.4	5.1	10.9	5.2	9.4	4.2
27.9	7.7	26.6	7.4	25.4	7.0	23.5	7.1	21.9	6.8	25.3	7.6	27.7	7.7
57.2	8.4	58.3	8.5	58.7	8.4	60.8	8.0	62.5	8.1	59.2	8.6	57.3	8.5
50.8	14.3	49.8	13.9	51.3	13.1	49.6	13.2	49.1	13.9	50.5	13.6	51.1	13.9

◆第2表の1◆ 栄養素等摂取量（全国、年齢階級別〈再掲〉）

1人1日当たり

栄養素等別	総数		1~2歳		3~5歳		6~8歳		9~11歳	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	8,762		172		265		263		314	
エネルギー kcal	1,902	580	1,120	379	1,408	312	1,663	379	2,000	430
たんぱく質 g	70.8	24.6	38.6	15.7	49.7	13.0	60.5	17.2	72.0	16.9
うち動物性 g	38.0	19.0	22.1	11.7	28.6	10.4	34.4	14.2	39.5	13.4
脂質 g	54.1	24.3	34.3	16.1	45.8	15.0	55.0	18.3	63.6	19.1
うち動物性 g	26.8	16.1	19.1	12.5	23.5	10.8	28.1	12.2	33.0	13.0
炭水化物 g	266.1	85.3	161.7	57.8	195.7	49.1	227.2	54.6	279.0	66.7
食塩(ナトリウム×2.54/1,000) g	10.7	4.6	4.9	2.3	6.1	2.4	7.7	2.7	9.6	3.3
カリウム mg	2,321	925	1,393	635	1,679	526	2,006	577	2,373	656
カルシウム mg	538	281	423	261	505	208	617	227	726	250
__カルシウム(通常の食品:再掲) mg	532	274	415	247	503	207	614	224	718	244
__カルシウム(強化食品:再掲) mg	2	30	8	54	2	13	1	11	1	10
__カルシウム(補助食品:再掲) mg	4	37	0	4	0	6	2	22	6	57
マグネシウム mg	250	95	135	56	167	55	206	60	243	67
リン mg	1,013	356	610	274	777	227	949	284	1,108	269
鉄 mg	7.9	4.3	4.2	2.1	5.1	2.1	5.8	1.8	6.9	2.3
__鉄(通常の食品:再掲) mg	7.8	3.3	4.2	2.1	5.1	2.1	5.8	1.8	6.9	2.3
__鉄(強化食品:再掲) mg	0.0	0.3	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__鉄(補助食品:再掲) mg	0.1	2.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.5
亜鉛 mg	8.3	3.1	4.7	1.8	6.0	1.6	7.4	2.5	8.7	2.0
銅 mg	1.19	0.44	0.63	0.25	0.77	0.22	0.94	0.29	1.14	0.31
ビタミンA μgRE	879	823	594	390	700	392	823	451	971	590
ビタミンD μg	7.9	9.1	4.1	4.5	4.3	3.9	4.8	5.4	5.3	6.4
ビタミンE mgα-TE	10.5	23.7	4.7	2.2	5.9	2.4	7.0	2.9	8.4	6.4
__ビタミンE(通常の食品:再掲) mgα-TE	8.2	4.0	4.7	2.2	5.9	2.4	7.0	2.9	8.0	2.9
__ビタミンE(強化食品:再掲) mgα-TE	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__ビタミンE(補助食品:再掲) mgα-TE	2.3	23.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.2	0.4	5.7
ビタミンK μg	242	207	127	134	147	124	157	109	188	143
ビタミンB ₁ mg	1.52	6.28	0.51	0.23	0.65	0.24	0.88	0.71	1.02	0.34
__ビタミンB ₁ (通常の食品:再掲) mg	0.86	0.40	0.51	0.23	0.65	0.23	0.84	0.27	1.01	0.31
__ビタミンB ₁ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.47	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₁ (補助食品:再掲) mg	0.65	6.24	0.00	0.00	0.00	0.04	0.04	0.66	0.01	0.14
ビタミンB ₂ mg	1.52	5.21	0.78	0.37	0.96	0.34	1.19	0.63	1.39	0.55
__ビタミンB ₂ (通常の食品:再掲) mg	1.17	0.51	0.78	0.37	0.95	0.31	1.16	0.38	1.35	0.41
__ビタミンB ₂ (強化食品:再掲) mg	0.06	4.28	0.00	0.01	0.01	0.15	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₂ (補助食品:再掲) mg	0.30	2.92	0.00	0.00	0.00	0.06	0.04	0.51	0.04	0.36
ナイアシン mgNE	14.9	7.6	6.6	3.5	7.9	3.0	10.1	5.8	11.7	4.7
ビタミンB ₆ mg	1.72	5.51	0.63	0.28	0.78	0.45	0.96	0.69	1.14	0.72
__ビタミンB ₆ (通常の食品:再掲) mg	1.14	0.48	0.63	0.28	0.75	0.26	0.92	0.31	1.08	0.34
__ビタミンB ₆ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.29	0.00	0.00	0.02	0.37	0.00	0.00	0.00	0.02
__ビタミンB ₆ (補助食品:再掲) mg	0.56	5.45	0.00	0.00	0.00	0.06	0.04	0.56	0.06	0.63
ビタミンB ₁₂ μg	7.0	7.9	3.2	2.9	4.3	3.5	4.9	4.5	5.8	4.4
葉酸 μg	294	147	143	65	178	68	213	71	254	88
パントテン酸 mg	5.52	1.99	3.70	1.55	4.49	1.31	5.30	1.47	6.22	1.57
ビタミンC mg	117	157	54	35	61	45	74	78	89	101
__ビタミンC(通常の食品:再掲) mg	99	77	53	35	59	38	67	39	76	44
__ビタミンC(強化食品:再掲) mg	3	48	0	2	0	0	0	0	1	23
__ビタミンC(補助食品:再掲) mg	15	124	0	3	2	25	7	69	12	88
コレステロール mg	320	186	190	124	274	142	298	176	324	150
食物繊維 g	13.9	6.4	7.0	3.8	9.0	3.2	11.1	3.7	13.9	4.3
うち水溶性 g	3.3	1.8	1.8	0.9	2.3	0.9	2.9	1.1	3.6	1.2
うち不溶性 g	10.6	5.0	5.2	2.9	6.7	2.5	8.3	2.8	10.3	3.3
脂肪エネルギー比率 %	25.3	7.5	27.1	7.6	29.2	6.2	29.5	5.8	28.5	5.1
炭水化物エネルギー比率 %	59.7	8.3	59.2	8.7	56.7	6.8	55.9	6.6	57.0	5.5
動物性たんぱく質比率 %	52.0	13.2	55.0	15.6	56.8	10.3	55.5	10.1	54.1	9.4

第 1 部 栄養素等摂取状況調査の結果

12～14歳		15～17歳		18～29歳		30～49歳		50～69歳		70歳以上		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
276		272		966		2,169		2,742		1,323		1,157		797	
2,287	577	2,274	644	1,905	620	1,933	582	1,980	559	1,756	492	1,907	546	1,680	480
82.3	22.8	82.8	26.5	70.0	24.5	70.4	24.8	75.9	24.7	66.8	22.0	72.8	22.7	63.9	21.9
45.7	17.9	48.1	20.8	38.8	18.9	37.7	20.1	40.2	19.6	34.1	17.0	37.3	17.9	32.9	16.9
71.2	26.6	74.5	27.9	60.0	26.1	57.0	25.2	52.3	22.4	42.7	19.8	47.2	21.4	40.4	19.1
37.4	17.9	38.1	19.0	29.5	17.3	27.5	16.8	25.9	15.5	21.3	13.2	23.7	14.5	20.2	12.5
321.9	84.6	307.7	94.0	259.7	92.5	262.0	83.3	278.5	84.3	263.5	76.6	280.3	82.5	254.4	76.1
10.3	3.2	10.8	4.0	10.4	4.2	10.7	4.4	12.0	4.8	11.1	4.8	11.8	4.8	10.7	4.9
2,581	809	2,330	831	2,069	827	2,139	815	2,609	995	2,453	974	2,666	1,022	2,323	938
780	343	605	326	463	244	468	243	562	283	555	301	597	297	528	299
777	342	605	326	462	242	463	236	555	276	543	287	590	290	511	278
1	14	0	0	1	13	2	22	3	34	4	45	3	35	6	54
2	24	0	3	1	13	4	38	3	34	7	58	4	37	11	72
268	76	245	81	224	83	240	88	283	100	259	95	285	101	243	91
1,253	376	1,162	392	963	342	976	342	1,083	361	976	338	1,065	353	930	335
7.7	2.2	7.9	2.8	7.3	2.9	7.7	5.9	8.9	3.6	8.3	4.3	9.0	3.4	7.9	4.8
7.6	2.2	7.9	2.8	7.3	2.8	7.5	3.0	8.9	3.6	8.2	3.2	9.0	3.4	7.7	3.2
0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.5	0.0	0.2	0.0	0.4	0.0	0.2	0.0	0.5
0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	5.1	0.0	0.6	0.1	2.8	0.0	0.3	0.2	3.6
10.0	2.9	10.0	3.4	8.4	3.3	8.3	3.3	8.7	3.1	7.6	2.6	8.5	2.9	7.2	2.4
1.29	0.36	1.25	0.39	1.12	0.42	1.15	0.43	1.32	0.46	1.21	0.42	1.32	0.45	1.14	0.40
995	528	938	928	784	839	806	967	963	805	920	799	1,019	928	876	739
6.0	6.0	7.5	8.1	6.3	8.7	7.1	8.5	9.9	10.2	9.0	10.0	9.7	10.1	8.7	9.5
9.3	7.3	9.4	3.8	9.5	17.9	9.4	14.8	12.4	30.2	12.1	34.3	13.5	37.4	12.1	37.4
8.9	3.8	9.4	3.7	8.2	4.0	8.2	4.0	8.7	4.2	7.5	3.9	8.3	4.2	7.3	4.0
0.0	0.6	0.0	0.1	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0	1.9	0.0	1.1	0.0	0.4	0.0	1.3
0.4	6.0	0.1	0.6	1.3	17.3	1.2	14.2	3.6	29.5	4.5	33.8	5.2	36.6	4.8	36.8
204	134	215	163	215	184	228	190	290	236	265	223	313	259	241	211
1.17	0.57	1.40	3.45	1.09	2.19	1.19	3.73	2.01	8.62	2.03	8.78	2.51	10.46	2.04	9.31
1.13	0.44	1.06	0.45	0.88	0.43	0.85	0.41	0.88	0.39	0.77	0.36	0.85	0.37	0.73	0.36
0.01	0.16	0.01	0.08	0.01	0.10	0.00	0.05	0.03	0.80	0.02	0.29	0.01	0.16	0.02	0.31
0.03	0.31	0.33	3.44	0.21	2.15	0.34	3.71	1.10	8.55	1.23	8.75	1.65	10.42	1.29	9.29
1.59	1.39	1.68	2.70	1.88	13.33	1.41	2.91	1.61	3.60	1.55	2.71	1.69	3.46	1.45	2.09
1.47	0.52	1.37	0.60	1.10	0.49	1.09	0.50	1.25	0.52	1.16	0.50	1.25	0.52	1.11	0.51
0.01	0.17	0.04	0.40	0.43	12.87	0.00	0.05	0.02	0.32	0.02	0.26	0.01	0.16	0.02	0.28
0.11	1.26	0.28	2.59	0.35	3.49	0.32	2.85	0.34	3.51	0.37	2.63	0.44	3.42	0.33	1.97
13.8	6.2	14.8	6.4	14.2	6.8	15.3	7.1	17.1	8.3	14.3	7.6	15.8	8.0	13.7	7.5
1.37	1.39	1.51	2.73	1.31	2.73	1.47	3.77	2.17	7.13	2.19	7.95	2.52	9.22	2.06	7.16
1.21	0.40	1.18	0.45	1.05	0.43	1.09	0.45	1.29	0.53	1.16	0.47	1.28	0.53	1.10	0.45
0.02	0.23	0.01	0.13	0.01	0.18	0.00	0.07	0.02	0.45	0.02	0.30	0.01	0.18	0.02	0.32
0.14	1.27	0.32	2.68	0.25	2.68	0.38	3.75	0.87	7.07	1.01	7.89	1.23	9.19	0.94	7.09
5.9	4.3	6.2	4.8	5.9	7.0	6.4	6.9	8.7	10.2	7.2	6.9	8.4	10.4	6.7	6.3
273	88	279	129	254	130	269	135	346	159	334	151	364	166	315	145
6.93	2.11	6.50	2.27	5.29	1.98	5.25	1.88	5.83	2.02	5.31	1.91	5.79	1.98	5.06	1.92
93	78	107	133	96	169	100	159	143	163	146	176	163	194	135	163
84	49	90	70	76	62	80	62	125	86	125	90	136	92	116	84
5	44	14	112	3	47	3	46	3	52	2	39	3	48	2	36
4	39	3	28	17	146	18	136	15	125	19	144	24	157	17	136
382	178	439	201	341	193	318	190	329	187	283	171	303	180	275	169
15.0	4.8	13.0	5.2	12.4	5.7	12.7	5.7	15.8	7.1	15.1	6.7	16.4	7.2	14.3	6.4
3.7	1.3	3.2	1.4	3.1	2.1	3.1	1.9	3.6	2.0	3.4	1.7	3.7	1.7	3.2	1.6
11.2	3.7	9.9	3.9	9.3	4.2	9.6	4.3	12.2	5.6	11.7	5.2	12.7	5.7	11.1	5.0
27.7	6.0	29.4	6.3	28.1	7.3	26.3	7.6	23.6	7.0	21.5	6.9	21.9	6.7	21.4	7.2
57.9	6.8	56.0	7.0	57.0	8.3	59.0	8.5	61.0	8.2	63.2	8.2	62.7	7.9	63.4	8.4
54.4	9.6	56.9	11.1	53.7	13.2	51.6	13.7	51.2	13.2	49.0	13.8	49.5	13.5	49.3	14.0

◆第2表の2◆ 栄養素等摂取量（男，年齢階級別〈再掲〉）

1人1日当たり

栄養素等別	総数		1~2歳		3~5歳		6~8歳		9~11歳	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,135		90		130		133		177	
エネルギー kcal	2,105	620	1,105	386	1,424	317	1,709	408	2,068	428
たんぱく質 g	76.6	26.4	38.5	16.8	50.7	13.7	62.7	19.0	73.2	16.9
うち動物性 g	41.7	20.8	21.7	11.9	29.6	10.7	36.2	15.8	40.3	13.2
脂質 g	58.2	26.3	34.1	17.2	46.3	15.3	56.5	19.5	65.8	19.5
うち動物性 g	29.4	17.6	18.4	12.9	24.2	11.1	28.6	11.7	34.5	13.1
炭水化物 g	291.7	92.0	159.4	57.2	197.5	50.3	232.4	57.8	289.4	66.9
食塩(ナトリウム×2.54/1,000) g	11.5	4.9	4.8	2.3	6.2	2.4	7.8	2.6	9.6	3.4
カリウム mg	2,401	939	1,433	738	1,689	565	2,028	612	2,420	666
カルシウム mg	550	293	437	290	508	225	636	240	740	255
__カルシウム(通常の食品：再掲) mg	545	287	424	265	506	223	631	235	733	253
__カルシウム(強化食品：再掲) mg	2	27	12	73	2	16	2	15	2	13
__カルシウム(補助食品：再掲) mg	3	33	0	0	0	0	3	29	5	51
マグネシウム mg	263	97	139	63	170	65	209	62	248	71
リン mg	1,083	378	608	302	790	243	977	304	1,130	271
鉄 mg	8.1	3.4	4.3	2.2	5.3	2.7	5.9	1.8	7.0	2.5
__鉄(通常の食品：再掲) mg	8.1	3.3	4.2	2.2	5.3	2.7	5.9	1.8	7.0	2.4
__鉄(強化食品：再掲) mg	0.0	0.3	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__鉄(補助食品：再掲) mg	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2
亜鉛 mg	9.0	3.4	4.6	1.9	6.1	1.7	7.5	2.4	9.0	2.0
銅 mg	1.27	0.47	0.62	0.26	0.78	0.24	0.96	0.30	1.17	0.33
ビタミンA μgRE	892	887	576	342	720	388	858	541	999	697
ビタミンD μg	8.3	9.7	3.9	4.3	4.9	4.2	4.8	5.3	5.0	6.5
ビタミンE mgα-TE	10.4	23.4	4.7	2.2	5.9	2.5	7.2	3.1	8.9	8.2
__ビタミンE(通常の食品：再掲) mgα-TE	8.5	4.1	4.7	2.2	5.8	2.5	7.2	3.1	8.3	3.3
__ビタミンE(強化食品：再掲) mgα-TE	0.0	1.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__ビタミンE(補助食品：再掲) mgα-TE	1.9	22.7	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.6	7.5
ビタミンK μg	244	207	132	144	147	128	166	119	190	155
ビタミンB ₁ mg	1.57	6.13	0.51	0.21	0.64	0.21	0.92	0.96	1.04	0.34
__ビタミンB ₁ (通常の食品：再掲) mg	0.93	0.43	0.51	0.21	0.64	0.21	0.84	0.28	1.04	0.32
__ビタミンB ₁ (強化食品：再掲) mg	0.02	0.46	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₁ (補助食品：再掲) mg	0.63	6.08	0.00	0.00	0.00	0.00	0.08	0.92	0.01	0.09
ビタミンB ₂ mg	1.50	2.67	0.77	0.39	0.96	0.36	1.26	0.81	1.43	0.59
__ビタミンB ₂ (通常の食品：再掲) mg	1.23	0.54	0.77	0.39	0.95	0.32	1.20	0.41	1.38	0.43
__ビタミンB ₂ (強化食品：再掲) mg	0.02	0.33	0.00	0.00	0.02	0.21	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₂ (補助食品：再掲) mg	0.25	2.55	0.00	0.00	0.00	0.00	0.06	0.71	0.05	0.38
ナイアシン mgNE	16.3	8.4	6.8	3.6	8.3	3.3	10.5	7.4	12.0	4.7
ビタミンB ₆ mg	1.77	5.44	0.66	0.31	0.80	0.58	1.01	0.92	1.15	0.68
__ビタミンB ₆ (通常の食品：再掲) mg	1.22	0.52	0.66	0.31	0.76	0.28	0.94	0.33	1.10	0.36
__ビタミンB ₆ (強化食品：再掲) mg	0.02	0.40	0.00	0.00	0.05	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₆ (補助食品：再掲) mg	0.53	5.36	0.00	0.00	0.00	0.00	0.07	0.78	0.05	0.58
ビタミンB ₁₂ μg	7.6	8.4	3.0	3.0	4.7	3.5	5.0	4.0	6.1	4.8
葉酸 μg	299	148	143	66	179	66	218	78	259	96
パントテン酸 mg	5.86	2.09	3.70	1.66	4.47	1.36	5.42	1.60	6.42	1.60
ビタミンC mg	110	144	53	35	59	42	72	92	91	110
__ビタミンC(通常の食品：再掲) mg	96	75	52	33	58	42	64	32	78	46
__ビタミンC(強化食品：再掲) mg	4	58	0	3	0	0	0	0	0	0
__ビタミンC(補助食品：再掲) mg	10	103	0	4	0	4	8	87	14	99
コレステロール mg	344	197	169	107	269	144	321	200	327	156
食物繊維 g	14.0	6.4	7.4	4.3	8.8	3.3	11.1	3.9	13.9	4.6
うち水溶性 g	3.3	1.7	1.9	1.0	2.2	0.9	2.9	1.2	3.5	1.2
うち不溶性 g	10.7	5.0	5.5	3.4	6.7	2.6	8.3	2.8	10.4	3.6
脂肪エネルギー比率 %	24.7	7.4	27.2	8.1	29.2	6.5	29.5	6.0	28.5	5.3
炭水化物エネルギー比率 %	60.7	8.2	59.0	9.0	56.5	7.1	55.8	6.7	57.3	5.7
動物性たんぱく質比率 %	52.8	13.0	54.7	14.8	57.5	10.3	56.3	10.1	54.4	9.4

第 1 部 栄養素等摂取状況調査の結果

12～14歳		15～17歳		18～29歳		30～49歳		50～69歳		70歳以上		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
152		150		442		1,005		1,280		576		534		332	
2,482	605	2,498	643	2,184	669	2,171	613	2,197	574	1,934	505	2,109	569	1,857	506
88.5	23.9	87.7	26.3	78.7	27.3	77.3	27.4	82.0	25.5	72.0	22.6	77.8	23.5	69.6	23.4
49.5	19.4	50.2	21.2	44.0	21.5	42.4	22.7	44.0	20.9	36.6	17.8	40.1	18.8	35.7	18.1
76.9	29.8	80.4	29.6	67.1	28.1	61.3	27.7	55.6	23.4	45.7	20.6	50.5	22.2	43.3	20.1
40.6	19.8	40.7	21.3	33.7	19.5	30.4	18.2	28.0	16.9	23.3	14.1	25.6	15.6	22.1	13.3
350.7	88.3	343.8	91.7	301.1	100.3	292.9	88.6	302.5	89.9	285.8	80.1	304.3	89.5	277.5	80.1
10.6	3.1	11.3	4.1	11.6	4.7	11.6	4.6	12.8	5.1	11.9	5.0	12.6	5.1	11.5	5.2
2,735	849	2,423	823	2,239	896	2,226	847	2,658	994	2,556	985	2,708	999	2,462	996
853	370	651	343	505	278	462	244	554	280	569	311	598	309	546	309
848	369	650	343	502	275	458	238	550	273	560	300	592	300	534	291
2	15	0	0	1	17	1	18	2	31	3	34	3	38	5	43
4	32	0	4	1	16	2	33	2	32	5	47	3	38	8	61
284	79	257	78	244	90	254	90	296	101	275	97	296	101	261	98
1,342	397	1,239	401	1,074	380	1,049	366	1,151	372	1,043	351	1,125	367	1,002	355
8.0	2.4	8.1	2.6	7.9	3.1	7.8	3.1	9.2	3.5	8.7	3.6	9.3	3.4	8.4	3.8
8.0	2.3	8.1	2.6	7.8	3.1	7.8	3.1	9.2	3.4	8.6	3.3	9.3	3.4	8.3	3.4
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.6	0.0	0.2	0.1	0.8
0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0	0.7	0.0	0.3	0.1	1.0
10.9	3.0	10.9	3.5	9.5	3.6	9.2	3.7	9.4	3.3	8.3	2.8	9.2	3.2	7.8	2.5
1.37	0.38	1.35	0.39	1.25	0.45	1.25	0.45	1.40	0.48	1.30	0.46	1.40	0.47	1.24	0.44
1,026	498	922	635	836	1,016	823	1,097	950	836	946	851	1,036	994	891	737
5.9	5.8	6.9	6.7	6.8	9.1	7.7	9.4	10.7	10.8	9.6	10.9	10.7	11.2	9.1	9.5
10.1	9.2	9.8	4.0	10.3	21.0	8.8	5.5	12.0	30.0	12.8	38.0	13.5	42.5	13.2	42.5
9.3	3.9	9.7	3.8	8.8	4.2	8.5	4.0	9.0	4.3	7.9	4.0	8.5	4.1	7.7	4.3
0.1	0.8	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.1	0.1	2.8	0.1	1.6	0.0	0.0	0.1	2.1
0.7	8.1	0.1	0.9	1.5	20.3	0.2	3.7	2.9	29.2	4.9	37.4	5.0	42.1	5.3	41.5
209	135	214	153	219	189	228	190	291	234	274	234	313	265	255	228
1.28	0.65	1.21	0.75	1.27	2.57	1.12	2.02	2.07	8.42	2.34	9.90	3.10	12.44	2.04	9.05
1.23	0.48	1.14	0.48	1.01	0.48	0.93	0.46	0.94	0.41	0.82	0.38	0.90	0.39	0.79	0.39
0.01	0.18	0.01	0.11	0.01	0.14	0.00	0.01	0.04	0.77	0.03	0.37	0.01	0.22	0.04	0.40
0.04	0.41	0.06	0.45	0.24	2.53	0.19	1.96	1.10	8.33	1.48	9.86	2.20	12.41	1.21	9.01
1.75	1.74	1.61	1.02	1.58	3.26	1.36	2.17	1.60	3.29	1.67	3.06	1.79	4.16	1.50	1.67
1.59	0.55	1.45	0.61	1.22	0.55	1.14	0.56	1.29	0.53	1.21	0.52	1.29	0.55	1.18	0.54
0.02	0.19	0.06	0.53	0.03	0.43	0.00	0.01	0.03	0.43	0.03	0.37	0.01	0.22	0.04	0.41
0.14	1.62	0.10	0.54	0.33	3.16	0.22	2.08	0.28	3.14	0.43	2.97	0.49	4.12	0.29	1.39
14.2	6.3	15.4	6.7	16.1	7.3	17.3	7.9	19.0	9.1	15.8	8.2	17.5	8.9	15.2	8.3
1.40	1.31	1.43	1.28	1.39	1.86	1.43	2.53	2.26	7.00	2.51	9.30	3.20	11.80	1.91	5.82
1.27	0.43	1.23	0.44	1.15	0.47	1.19	0.49	1.38	0.55	1.25	0.51	1.37	0.56	1.19	0.50
0.02	0.26	0.02	0.17	0.02	0.27	0.00	0.01	0.03	0.61	0.03	0.37	0.01	0.22	0.04	0.41
0.11	1.22	0.18	1.09	0.22	1.78	0.23	2.48	0.84	6.91	1.23	9.22	1.82	11.78	0.69	5.66
6.3	4.1	6.1	4.4	6.6	7.9	7.1	7.4	9.5	10.8	7.9	8.0	9.5	13.2	7.3	6.9
284	92	280	121	268	144	275	138	350	156	346	155	371	162	328	151
7.41	2.25	6.93	2.31	5.88	2.17	5.61	1.98	6.11	2.08	5.61	1.97	6.07	2.07	5.42	2.04
95	76	111	144	99	184	89	121	134	153	143	164	151	168	134	164
87	54	88	66	77	65	77	62	118	85	125	87	132	87	117	84
5	48	18	125	5	65	4	56	5	65	2	42	3	50	1	11
3	29	5	38	16	155	8	83	11	104	16	131	15	129	16	139
404	190	454	189	375	213	345	206	355	193	303	178	322	183	294	178
15.5	5.0	13.6	5.3	12.9	5.9	12.8	5.7	15.8	7.0	15.5	6.8	16.6	7.1	14.8	6.6
3.9	1.3	3.3	1.5	3.1	1.6	3.1	1.8	3.6	1.7	3.5	1.7	3.7	1.7	3.3	1.7
11.6	3.8	10.3	4.1	9.8	4.5	9.7	4.3	12.2	5.4	12.0	5.3	12.8	5.6	11.5	5.2
27.4	6.4	28.6	6.0	27.3	6.7	25.1	7.4	22.6	6.7	21.0	7.0	21.3	6.8	20.8	7.1
58.3	7.3	57.3	6.5	58.1	7.8	60.6	8.3	62.4	7.8	64.0	8.2	63.8	7.9	64.2	8.2
54.7	10.1	56.1	11.2	54.1	13.4	53.1	13.1	52.0	13.3	48.9	13.8	49.8	13.2	49.1	14.2

◆第2表の3◆ 栄養素等摂取量（女、年齢階級別〈再掲〉）

1人1日当たり

栄養素等別	総数		1~2歳		3~5歳		6~8歳		9~11歳	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,627		82		135		130		137	
エネルギー kcal	1,721	472	1,136	373	1,393	308	1,616	342	1,911	417
たんぱく質 g	65.6	21.6	38.7	14.5	48.7	12.3	58.3	14.8	70.4	16.8
うち動物性 g	34.7	16.6	22.6	11.6	27.7	10.1	32.5	12.0	38.4	13.6
脂質 g	50.4	21.7	34.6	14.9	45.4	14.7	53.4	16.9	60.8	18.2
うち動物性 g	24.5	14.2	19.9	12.0	22.8	10.4	27.6	12.6	31.1	12.7
炭水化物 g	243.1	71.5	164.2	58.8	193.9	48.1	221.8	50.8	265.6	64.2
食塩(ナトリウム×2.54/1,000) g	10.1	4.2	5.0	2.3	6.0	2.3	7.5	2.7	9.6	3.2
カリウム mg	2,250	905	1,349	500	1,669	489	1,983	539	2,311	640
カルシウム mg	528	270	409	225	502	191	599	213	708	242
__カルシウム(通常の食品:再掲) mg	521	263	405	227	500	191	597	212	700	232
__カルシウム(強化食品:再掲) mg	3	32	3	16	1	11	0	3	1	6
__カルシウム(補助食品:再掲) mg	4	41	1	6	1	9	1	11	8	63
マグネシウム mg	239	91	130	45	164	44	203	59	237	60
リン mg	950	324	611	243	765	210	919	261	1,080	264
鉄 mg	7.7	5.0	4.1	1.9	4.9	1.4	5.7	1.8	6.8	2.1
__鉄(通常の食品:再掲) mg	7.5	3.2	4.1	1.9	4.9	1.4	5.7	1.8	6.7	2.0
__鉄(強化食品:再掲) mg	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__鉄(補助食品:再掲) mg	0.1	3.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.7
亜鉛 mg	7.6	2.7	4.7	1.8	5.9	1.5	7.2	2.7	8.3	2.0
銅 mg	1.11	0.40	0.63	0.24	0.76	0.19	0.92	0.29	1.10	0.28
ビタミンA μgRE	867	762	614	438	681	397	787	332	934	411
ビタミンD μg	7.5	8.6	4.4	4.7	3.8	3.6	4.7	5.5	5.7	6.4
ビタミンE mgα-TE	10.6	23.9	4.6	2.2	6.0	2.3	6.9	2.6	7.7	2.4
__ビタミンE(通常の食品:再掲) mgα-TE	7.9	3.9	4.6	2.2	6.0	2.3	6.9	2.6	7.6	2.2
__ビタミンE(強化食品:再掲) mgα-TE	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__ビタミンE(補助食品:再掲) mgα-TE	2.7	23.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.9
ビタミンK μg	241	206	120	123	147	120	148	97	185	127
ビタミンB ₁ mg	1.48	6.42	0.52	0.25	0.66	0.26	0.84	0.28	1.00	0.35
__ビタミンB ₁ (通常の食品:再掲) mg	0.80	0.36	0.52	0.25	0.65	0.24	0.83	0.27	0.97	0.29
__ビタミンB ₁ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.47	0.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₁ (補助食品:再掲) mg	0.67	6.38	0.00	0.00	0.01	0.06	0.01	0.07	0.02	0.19
ビタミンB ₂ mg	1.54	6.72	0.79	0.36	0.97	0.32	1.12	0.35	1.34	0.50
__ビタミンB ₂ (通常の食品:再掲) mg	1.12	0.47	0.79	0.36	0.96	0.31	1.11	0.34	1.30	0.38
__ビタミンB ₂ (強化食品:再掲) mg	0.09	5.88	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
__ビタミンB ₂ (補助食品:再掲) mg	0.34	3.21	0.00	0.00	0.01	0.08	0.01	0.09	0.04	0.33
ナイアシン mgNE	13.5	6.5	6.5	3.3	7.5	2.6	9.7	3.7	11.4	4.8
ビタミンB ₆ mg	1.67	5.57	0.60	0.25	0.75	0.26	0.91	0.31	1.13	0.77
__ビタミンB ₆ (通常の食品:再掲) mg	1.06	0.44	0.60	0.25	0.74	0.24	0.89	0.30	1.05	0.31
__ビタミンB ₆ (強化食品:再掲) mg	0.01	0.16	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.03
__ビタミンB ₆ (補助食品:再掲) mg	0.60	5.53	0.00	0.00	0.01	0.09	0.01	0.10	0.08	0.70
ビタミンB ₁₂ μg	6.4	7.3	3.4	2.8	4.0	3.6	4.8	5.0	5.5	3.7
葉酸 μg	290	146	144	66	178	69	209	62	249	77
パントテン酸 mg	5.21	1.84	3.70	1.42	4.51	1.26	5.17	1.32	5.95	1.49
ビタミンC mg	123	167	54	36	63	49	76	62	87	90
__ビタミンC(通常の食品:再掲) mg	102	78	54	36	59	35	70	45	75	40
__ビタミンC(強化食品:再掲) mg	2	37	0	0	0	0	0	0	3	34
__ビタミンC(補助食品:再掲) mg	19	140	0	0	4	34	7	45	9	72
コレステロール mg	299	173	214	136	278	139	275	143	319	143
食物繊維 g	13.7	6.5	6.5	3.0	9.1	3.1	11.1	3.6	13.8	4.0
うち水溶性 g	3.3	2.0	1.7	0.7	2.3	0.9	2.8	1.0	3.6	1.2
うち不溶性 g	10.5	5.0	4.8	2.3	6.8	2.4	8.3	2.8	10.2	3.0
脂肪エネルギー比率 %	25.9	7.5	27.0	7.1	29.1	5.8	29.5	5.7	28.5	4.9
炭水化物エネルギー比率 %	58.8	8.4	59.4	8.3	56.8	6.5	56.0	6.5	56.6	5.3
動物性たんぱく質比率 %	51.3	13.4	55.4	16.4	56.1	10.3	54.7	10.1	53.7	9.6

第 1 部 栄養素等摂取状況調査の結果

12～14歳		15～17歳		18～29歳		30～49歳		50～69歳		70歳以上		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
124		122		524		1,164		1,462		747		623		465	
2,047	435	1,998	530	1,670	458	1,727	464	1,790	469	1,619	434	1,735	459	1,554	418
74.6	18.8	76.8	25.6	62.7	19.0	64.4	20.6	70.5	22.6	62.8	20.6	68.5	21.1	59.8	19.9
41.0	14.7	45.4	20.0	34.3	15.0	33.6	16.4	36.9	17.6	32.1	16.0	35.0	16.7	30.8	15.6
64.2	20.0	67.3	23.8	54.0	22.6	53.3	22.2	49.3	21.0	40.4	18.7	44.3	20.2	38.3	18.0
33.4	14.3	34.9	15.3	26.0	14.3	24.9	14.9	24.0	13.9	19.8	12.2	22.2	13.3	18.8	11.8
286.6	64.5	263.3	76.3	224.7	67.9	235.3	68.0	257.6	73.0	246.4	69.0	259.7	69.7	237.9	68.5
9.8	3.3	10.2	3.8	9.4	3.5	9.9	4.0	11.2	4.4	10.5	4.5	11.1	4.4	10.2	4.5
2,393	717	2,215	831	1,925	734	2,063	779	2,565	995	2,374	959	2,629	1,041	2,224	882
691	285	550	295	429	206	473	241	568	286	544	292	596	287	515	290
689	284	550	295	427	205	467	235	560	278	530	277	588	282	496	268
1	11	0	0	1	10	2	25	4	36	5	52	3	32	6	61
1	7	0	0	1	11	5	41	4	36	9	65	5	36	13	79
249	67	230	82	207	72	228	84	271	97	246	92	275	101	230	83
1,145	318	1,068	361	870	275	912	306	1,024	339	925	318	1,014	332	879	311
7.2	2.0	7.7	2.9	6.8	2.6	7.6	7.6	8.7	3.7	8.0	4.7	8.7	3.4	7.6	5.4
7.2	2.0	7.7	2.9	6.8	2.5	7.2	2.9	8.6	3.7	7.9	3.2	8.7	3.4	7.4	3.0
0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0	0.1
0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.8	0.4	6.9	0.0	0.7	0.2	3.7	0.0	0.2	0.2	4.6
9.0	2.4	8.9	2.8	7.5	2.7	7.5	2.8	8.0	2.8	7.1	2.3	7.9	2.6	6.8	2.3
1.20	0.31	1.13	0.35	1.02	0.36	1.06	0.38	1.24	0.43	1.13	0.37	1.25	0.42	1.08	0.35
958	562	957	1,196	740	650	791	840	974	778	900	756	1,004	867	864	741
6.0	6.2	8.3	9.6	6.0	8.4	6.6	7.6	9.1	9.5	8.5	9.2	8.8	9.0	8.4	9.5
8.4	3.6	9.0	3.6	8.9	14.7	10.0	19.5	12.8	30.3	11.5	31.2	13.6	32.3	11.4	33.3
8.4	3.6	9.0	3.5	7.8	3.8	7.9	4.0	8.5	4.2	7.2	3.8	8.0	4.2	6.9	3.7
0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.2	0.0	0.4	0.0	0.5	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	14.2	2.1	19.0	4.3	29.7	4.3	30.8	5.5	31.2	4.5	33.1
198	133	216	174	212	179	228	191	290	237	258	214	312	253	231	197
1.03	0.40	1.63	5.09	0.95	1.80	1.25	4.73	1.96	8.80	1.79	7.80	2.00	8.38	2.05	9.50
1.01	0.35	0.97	0.40	0.77	0.35	0.77	0.34	0.84	0.37	0.73	0.35	0.81	0.35	0.69	0.33
0.01	0.13	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00	0.07	0.03	0.83	0.01	0.20	0.00	0.09	0.01	0.23
0.01	0.07	0.66	5.10	0.17	1.77	0.47	4.72	1.10	8.74	1.04	7.79	1.19	8.34	1.35	9.49
1.40	0.76	1.76	3.88	2.12	17.85	1.45	3.42	1.61	3.86	1.45	2.41	1.61	2.71	1.42	2.35
1.31	0.43	1.26	0.57	1.00	0.41	1.04	0.44	1.21	0.51	1.11	0.48	1.21	0.48	1.06	0.48
0.01	0.14	0.00	0.00	0.76	17.47	0.00	0.07	0.01	0.18	0.01	0.13	0.01	0.10	0.01	0.12
0.07	0.53	0.49	3.83	0.36	3.74	0.41	3.38	0.39	3.81	0.33	2.34	0.39	2.67	0.35	2.29
13.3	6.1	14.0	5.9	12.7	5.8	13.6	5.7	15.4	7.1	13.2	6.8	14.4	6.8	12.6	6.8
1.32	1.49	1.60	3.84	1.24	3.29	1.51	4.58	2.10	7.25	1.94	6.72	1.95	6.17	2.16	7.99
1.13	0.34	1.11	0.46	0.96	0.37	1.00	0.39	1.21	0.49	1.09	0.43	1.21	0.50	1.03	0.41
0.02	0.19	0.00	0.00	0.00	0.03	0.00	0.10	0.01	0.21	0.01	0.22	0.01	0.13	0.01	0.23
0.17	1.33	0.49	3.83	0.28	3.25	0.51	4.57	0.88	7.21	0.84	6.69	0.73	6.13	1.12	7.96
5.5	4.5	6.3	5.3	5.3	5.9	5.8	6.4	7.9	9.7	6.6	6.0	7.4	7.1	6.4	5.8
261	80	276	140	241	115	264	132	343	162	325	147	359	168	305	140
6.33	1.75	5.96	2.10	4.80	1.64	4.93	1.74	5.58	1.93	5.07	1.83	5.55	1.88	4.80	1.79
91	82	102	117	94	155	110	185	152	172	147	185	174	213	135	163
80	43	92	74	75	59	82	63	130	86	124	92	139	96	116	83
5	40	10	92	1	25	2	35	2	38	2	37	3	46	2	46
6	49	0	0	17	139	26	168	19	140	21	153	32	177	17	134
356	160	420	213	313	169	294	173	306	179	267	164	286	175	261	161
14.3	4.6	12.4	4.9	12.0	5.5	12.6	5.8	15.9	7.3	14.8	6.6	16.3	7.3	13.9	6.2
3.5	1.2	3.0	1.3	3.0	2.5	3.1	2.0	3.7	2.1	3.3	1.7	3.7	1.8	3.1	1.5
10.8	3.5	9.3	3.7	9.0	3.9	9.5	4.3	12.2	5.7	11.4	5.1	12.6	5.8	10.7	4.8
28.0	5.5	30.3	6.4	28.8	7.8	27.3	7.6	24.4	7.1	21.9	6.8	22.5	6.6	21.8	7.1
57.4	6.1	54.3	7.2	56.0	8.7	57.7	8.5	59.8	8.3	62.5	8.1	61.7	7.8	62.8	8.5
54.1	9.0	57.9	10.9	53.3	13.0	50.3	14.1	50.5	13.2	49.1	13.9	49.2	13.7	49.4	13.9

◆第3表◆ 栄養素等摂取量（地域ブロック別）

1人1日当たり

栄養素等別		北海道	東北	関東I	関東II	北陸	東海	近畿I	近畿II	中国	四国	北九州	南九州
調査人数		343	663	2,273	721	291	1,188	1,262	310	671	285	480	275
エネルギー	kcal	1,868	1,850	1,931	1,937	1,807	1,903	1,908	1,820	1,890	1,914	1,872	1,968
たんぱく質	g	72.4	69.7	71.8	72.5	66.1	70.3	72.1	68.3	69.1	69.9	67.9	73.0
うち動物性	g	40.3	36.7	38.7	37.7	35.5	36.7	39.8	36.4	37.6	38.4	36.7	38.7
脂質	g	52.3	50.4	56.4	53.5	49.3	53.8	55.3	50.7	53.6	53.3	52.1	57.1
うち動物性	g	27.1	25.8	27.9	26.0	24.0	26.1	27.9	26.0	26.8	26.9	25.9	26.4
炭水化物	g	258.7	263.4	266.5	276.2	255.9	269.6	263.1	256.2	266.1	270.5	262.7	272.4
食塩(ナトリウム×2.54/1,000)	g	10.4	11.4	10.9	11.8	10.1	10.7	10.3	9.5	10.5	10.2	10.5	10.7
カリウム	mg	2,364	2,402	2,392	2,405	2,151	2,300	2,261	2,252	2,241	2,263	2,206	2,349
カルシウム	mg	542	541	539	540	494	537	539	540	541	553	505	595
__カルシウム(通常の食品:再掲)	mg	534	537	532	535	491	531	531	530	536	552	503	588
__カルシウム(強化食品:再掲)	mg	4	2	2	2	4	5	3	3	2	0	1	3
__カルシウム(補助食品:再掲)	mg	4	2	6	3	0	1	5	6	2	0	1	4
マグネシウム	mg	251	260	257	256	230	249	245	243	242	244	241	260
リン	mg	1,045	1,012	1,033	1,032	950	1,009	1,013	977	995	1,007	951	1,048
鉄	mg	7.6	8.2	8.1	8.3	6.9	8.1	7.8	7.7	7.5	7.3	7.6	8.6
__鉄(通常の食品:再掲)	mg	7.6	8.1	7.9	8.1	6.9	7.9	7.7	7.5	7.4	7.3	7.6	8.6
__鉄(強化食品:再掲)	mg	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
__鉄(補助食品:再掲)	mg	0.0	0.0	0.1	0.2	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
亜鉛	mg	8.0	8.2	8.5	8.2	7.7	8.4	8.3	7.8	8.2	8.3	8.0	8.4
銅	mg	1.15	1.22	1.22	1.24	1.11	1.20	1.15	1.11	1.16	1.13	1.14	1.23
ビタミンA	μgRE	791	943	927	883	806	842	919	815	830	846	800	847
ビタミンD	μg	10.2	9.2	7.5	8.7	6.8	7.0	8.6	7.9	7.6	7.5	6.7	7.4
ビタミンE	mgα-TE	10.9	10.0	11.4	8.7	7.5	10.2	12.7	8.7	9.7	8.9	8.7	10.5
__ビタミンE(通常の食品:再掲)	mgα-TE	8.0	8.2	8.5	8.3	7.5	8.0	8.3	7.3	7.9	8.0	7.8	8.3
__ビタミンE(強化食品:再掲)	mgα-TE	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
__ビタミンE(補助食品:再掲)	mgα-TE	3.0	1.8	2.9	0.4	0.0	2.1	4.5	1.4	1.8	0.9	1.0	2.2
ビタミンK	μg	240	282	252	288	206	221	215	243	233	220	241	250
ビタミンB ₁	mg	1.11	1.22	1.77	1.25	0.94	1.89	1.92	1.37	1.19	1.13	0.97	1.11
__ビタミンB ₁ (通常の食品:再掲)	mg	0.83	0.83	0.91	0.90	0.84	0.86	0.84	0.82	0.80	0.85	0.79	0.85
__ビタミンB ₁ (強化食品:再掲)	mg	0.00	0.00	0.02	0.05	0.00	0.02	0.00	0.00	0.02	0.01	0.00	0.00
__ビタミンB ₁ (補助食品:再掲)	mg	0.28	0.38	0.83	0.30	0.10	1.01	1.07	0.55	0.37	0.27	0.18	0.26
ビタミンB ₂	mg	1.46	1.46	1.62	1.38	1.13	1.87	1.58	1.32	1.34	1.27	1.25	1.41
__ビタミンB ₂ (通常の食品:再掲)	mg	1.16	1.15	1.20	1.22	1.05	1.19	1.17	1.10	1.11	1.14	1.12	1.23
__ビタミンB ₂ (強化食品:再掲)	mg	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.36	0.00	0.00	0.01	0.04	0.00	0.00
__ビタミンB ₂ (補助食品:再掲)	mg	0.31	0.31	0.40	0.15	0.08	0.32	0.41	0.22	0.21	0.10	0.13	0.17
ナイアシン	mgNE	14.7	14.6	15.4	15.4	13.5	14.4	15.2	13.9	14.5	14.2	14.3	15.0
ビタミンB ₆	mg	1.33	1.52	1.99	1.51	1.14	1.83	1.82	2.11	1.61	1.28	1.39	1.38
__ビタミンB ₆ (通常の食品:再掲)	mg	1.14	1.12	1.20	1.18	1.06	1.12	1.12	1.07	1.09	1.10	1.10	1.13
__ビタミンB ₆ (強化食品:再掲)	mg	0.00	0.00	0.02	0.03	0.00	0.02	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.00
__ビタミンB ₆ (補助食品:再掲)	mg	0.19	0.40	0.77	0.30	0.08	0.69	0.70	1.04	0.50	0.18	0.29	0.25
ビタミンB ₁₂	μg	8.5	8.4	7.0	7.2	6.1	6.3	7.1	6.7	6.8	5.6	6.4	6.8
葉酸	μg	280	301	302	319	263	299	289	286	277	274	275	308
パントテン酸	mg	5.59	5.50	5.74	5.70	5.14	5.51	5.44	5.20	5.28	5.44	5.23	5.46
ビタミンC	mg	114	106	131	111	97	119	123	101	102	108	109	102
__ビタミンC(通常の食品:再掲)	mg	96	94	108	105	90	102	94	94	89	92	92	90
__ビタミンC(強化食品:再掲)	mg	0	3	2	4	0	4	5	0	4	10	1	2
__ビタミンC(補助食品:再掲)	mg	19	9	20	3	7	14	24	6	9	6	16	10
コレステロール	mg	336	312	311	315	297	321	346	309	325	328	308	332
食物繊維	g	14.2	15.2	14.3	15.0	12.9	13.6	13.1	13.2	13.0	13.7	12.6	14.1
うち水溶性	g	3.3	3.6	3.4	3.6	3.0	3.2	3.1	3.1	3.0	3.3	2.9	3.2
うち不溶性	g	10.8	11.6	10.9	11.4	9.8	10.4	10.0	10.0	10.0	10.4	9.7	10.9
脂肪エネルギー比率	%	25.0	24.3	26.1	24.6	24.1	25.2	25.8	25.0	25.4	24.6	24.6	25.9
炭水化物エネルギー比率	%	59.5	60.5	59.0	60.3	61.2	59.9	59.0	59.8	59.8	60.6	60.8	59.2
動物性たんぱく質比率	%	52.8	51.1	52.2	50.5	50.9	51.0	53.3	51.9	52.9	53.3	51.8	51.5

◆第4表の1◆ 食品群別摂取量（全国、年齢階級別）

食品群別	総数		1～6歳		7～14歳		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		20歳以上(再掲)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	8,762		520	770	435	803	1,124	1,045	1,374	1,368	1,323	7,037										
総量	2,068.2	733.2	1,273.5	392.2	1,850.4	502.4	1,992.6	600.9	1,893.5	692.2	2,033.2	731.0	2,130.9	681.1	2,321.5	754.9	2,322.0	753.6	2,092.6	698.3	2,155.4	737.4
動物性食品	331.4	192.7	354.1	187.7	519.1	225.8	438.6	261.0	311.4	186.0	290.1	162.0	301.3	170.8	314.9	165.2	313.2	166.5	285.1	164.7	302.6	168.6
植物性食品	1,736.7	693.8	919.4	339.2	1,331.3	422.0	1,554.0	568.3	1,582.1	628.7	1,743.1	681.9	1,829.6	629.5	2,006.6	707.3	2,008.7	699.5	1,807.6	643.4	1,852.8	684.6
穀類	449.5	182.0	258.0	96.0	447.4	155.8	520.4	207.5	457.0	207.5	463.8	188.6	474.8	183.5	466.9	174.0	465.6	176.4	431.3	153.3	459.5	179.3
米・加工品	343.0	185.0	193.0	91.0	327.6	159.2	407.0	205.9	342.5	211.7	343.6	185.9	357.9	189.1	358.5	184.4	361.6	189.4	342.4	163.1	351.8	186.0
小麦・加工品	98.4	104.5	62.8	59.1	115.9	76.6	107.6	108.1	106.2	116.4	115.0	119.7	106.9	110.0	97.3	106.4	93.6	105.1	80.0	95.8	98.6	108.8
いも類	60.5	69.1	43.5	42.8	78.5	56.0	64.3	66.8	58.8	74.1	50.3	61.6	55.4	63.7	60.8	70.3	65.6	79.3	63.2	75.8	59.5	71.6
砂糖・甘味料類	7.1	9.1	4.2	4.4	6.5	7.0	6.3	8.0	5.6	7.3	6.2	8.7	6.7	8.2	8.1	9.9	8.4	9.9	8.6	11.0	7.5	9.5
豆類	61.5	77.6	33.4	39.4	54.3	49.7	47.4	59.1	49.6	72.8	53.2	71.2	62.7	78.7	73.7	92.5	75.8	87.7	67.3	80.9	65.3	82.5
種実類	2.1	7.4	1.2	4.4	2.4	5.6	1.3	5.4	1.3	4.1	1.9	7.8	2.0	6.9	2.1	7.0	2.9	9.6	2.7	9.1	2.2	7.9
野菜類	253.9	157.9	144.2	96.5	226.5	115.2	226.5	146.1	235.6	150.8	234.3	158.9	243.3	141.9	282.6	161.9	303.5	173.9	276.9	164.9	266.7	162.5
緑黄色野菜	84.0	80.3	50.1	43.0	68.5	51.0	74.1	67.7	75.4	71.2	77.2	74.0	76.9	66.8	90.6	78.0	105.9	103.4	97.0	94.1	88.9	84.7
その他の野菜	146.0	108.8	81.9	67.7	146.8	77.6	136.8	99.2	141.6	106.2	138.7	113.6	141.3	98.5	162.9	118.8	166.2	118.5	148.3	113.6	151.3	113.2
果実類	119.2	140.8	121.6	129.8	120.5	128.1	108.3	148.9	77.4	127.9	63.1	101.6	91.6	120.7	129.0	144.3	165.8	152.6	157.5	154.4	119.6	142.4
きのこ類	15.0	26.1	7.6	13.0	9.8	14.6	13.2	21.8	15.2	24.4	13.6	24.0	12.7	21.3	18.5	28.9	20.3	34.2	15.4	28.1	16.3	27.8
藻類	12.9	23.8	7.2	13.3	11.1	17.0	9.3	16.4	11.0	22.5	10.2	19.9	12.0	21.2	15.4	29.1	16.5	27.4	14.9	26.6	13.7	25.2
魚介類	82.6	76.8	34.5	33.1	57.7	56.8	65.8	68.5	67.1	68.8	71.5	71.8	82.5	78.0	104.9	87.1	107.2	83.6	92.0	72.4	89.9	79.5
肉類	77.9	69.3	51.8	39.2	83.8	57.3	126.4	84.1	102.8	81.3	97.3	76.0	87.2	72.4	77.6	66.5	60.7	59.4	47.7	51.2	76.1	69.7
卵類	34.4	33.3	28.8	27.9	34.1	28.9	46.9	36.7	37.9	35.8	33.0	33.6	33.9	34.9	36.7	34.0	32.9	32.6	31.3	31.6	34.1	33.7
乳類	135.4	168.0	237.8	176.3	342.2	209.5	197.9	223.7	101.8	154.2	87.1	125.5	96.5	131.3	94.6	128.8	111.6	132.9	113.4	138.0	101.3	134.6
油脂類	10.5	9.5	7.8	6.1	11.9	8.9	15.2	10.7	13.4	11.2	12.6	10.2	11.7	10.1	10.7	9.5	8.5	8.5	6.8	7.5	10.3	9.6
菓子類	25.6	46.3	35.4	48.2	37.4	56.0	37.1	60.2	25.1	44.5	23.7	47.4	20.7	41.4	24.3	45.2	20.9	38.7	23.1	43.8	22.9	43.5
嗜好飲料類	616.4	502.1	203.7	217.5	260.4	252.0	409.2	356.8	530.2	428.0	697.9	543.7	724.5	496.4	796.3	553.1	739.3	514.2	637.5	448.9	698.6	509.7
調味料・香辛料類	92.0	91.3	42.0	45.8	57.2	58.0	84.4	83.5	95.4	92.9	102.5	95.7	101.9	94.6	107.9	99.5	103.7	102.1	87.1	82.2	100.0	95.1
糊・澱粉類	11.6	48.7	10.6	34.5	8.7	42.2	12.5	48.7	8.2	35.2	10.9	60.2	10.9	51.7	11.3	43.0	12.7	52.9	16.0	51.6	12.0	50.2

(注) 穀類の内訳は、米・加工品＋小麦・加工品＋その他の穀類・加工品。野菜類の内訳は、緑黄色野菜＋その他の野菜＋野菜ジュース＋漬物。

◆第4表の2◆ 食品群別摂取量（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		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		20歳以上(再掲)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,135		263		419		239		353		525		480		649		631		576		3,214	
総量	2,229.5	789.9	1,278.4	406.4	1,930.4	532.0	2,201.0	699.1	2,134.2	791.3	2,247.4	807.8	2,314.9	737.1	2,496.0	785.6	2,504.0	783.6	2,263.0	728.7	2,348.4	785.1
動物性食品	353.9	207.9	359.5	199.9	553.9	247.3	481.3	278.0	348.6	218.9	303.2	168.7	318.3	174.2	322.1	163.4	325.0	174.5	299.2	166.2	317.8	175.9
植物性食品	1,875.6	754.0	918.9	336.6	1,376.4	431.2	1,719.7	596.7	1,785.6	722.7	1,944.2	757.8	1,996.6	684.4	2,173.9	745.9	2,179.0	738.5	1,963.8	673.7	2,030.6	733.7
穀類	517.9	198.9	258.5	97.5	481.4	172.9	603.0	198.0	560.4	215.2	553.4	195.9	559.7	197.4	543.9	179.4	535.2	196.9	486.2	164.9	537.6	191.7
米・加工品	405.0	204.2	195.2	92.5	361.7	175.8	480.1	203.3	440.1	229.2	426.5	193.3	438.3	201.9	428.1	199.0	424.4	215.3	384.9	182.9	422.2	203.3
小麦・加工品	103.1	112.5	60.3	56.5	115.3	73.9	114.4	112.0	107.5	122.2	121.6	132.8	109.2	123.6	102.6	113.0	98.0	116.4	90.6	108.5	104.1	119.2
いも類	61.2	70.9	42.0	41.5	80.6	56.1	64.5	69.9	63.3	84.3	52.6	66.6	55.8	66.8	61.2	71.2	63.7	80.7	63.0	74.3	60.0	74.0
砂糖・甘味料類	7.0	8.5	4.4	4.9	6.8	7.8	6.2	8.6	5.3	6.7	5.9	7.1	6.4	7.4	8.0	9.7	8.2	9.9	8.4	9.5	7.2	8.8
豆類	61.2	79.4	34.6	38.1	56.3	51.8	47.6	59.9	49.5	68.8	49.5	66.1	56.5	71.6	74.4	97.6	77.6	93.9	71.6	92.2	65.1	85.4
種実類	2.1	7.8	1.2	5.2	2.2	3.1	1.8	6.9	1.4	4.8	1.7	7.3	1.8	7.4	1.8	6.2	3.1	11.1	3.1	10.4	2.2	8.4
野菜類	261.4	162.6	150.2	106.6	227.5	117.0	238.3	152.5	251.7	162.6	251.4	167.3	251.2	148.0	288.2	165.3	312.4	179.5	284.1	167.5	276.7	167.7
緑黄色野菜	84.1	81.1	50.8	42.6	69.7	53.4	76.5	68.0	77.8	74.9	82.2	78.4	74.9	68.5	90.1	77.9	102.8	103.4	99.1	97.6	89.3	86.3
その他の野菜	152.2	113.4	88.0	79.4	146.9	80.5	146.8	108.9	153.3	110.4	149.1	122.7	147.5	102.4	165.5	124.1	175.9	126.1	153.1	111.6	158.6	118.0
果実類	108.1	138.8	117.2	109.2	120.4	134.2	108.5	150.7	70.1	130.9	49.2	94.4	79.5	121.6	102.7	132.3	151.9	155.5	154.1	155.9	105.8	140.6
きのこ類	15.0	27.5	7.9	12.3	8.9	14.2	12.5	20.9	16.0	27.2	13.6	25.2	12.7	22.7	18.7	31.3	21.4	37.4	15.3	29.0	16.6	29.9
藻類	13.1	25.0	7.7	15.6	11.4	19.6	9.0	15.2	11.7	25.4	10.4	19.6	12.2	23.3	16.6	32.1	17.0	29.4	14.2	25.1	14.1	26.7
魚介類	89.9	83.4	36.2	33.2	59.4	59.8	63.0	66.6	71.7	74.0	79.3	76.0	94.7	87.5	116.2	95.8	121.4	90.2	100.7	79.0	100.3	86.9
肉類	89.7	77.6	54.2	39.7	88.8	62.4	139.7	93.9	125.6	94.3	117.5	84.4	102.0	81.2	88.6	71.5	68.9	65.7	52.1	55.0	89.0	78.5
卵類	36.7	35.0	26.6	27.8	35.6	30.2	49.6	36.8	41.2	40.8	36.0	36.0	35.6	36.4	39.2	35.6	36.6	34.8	32.7	32.1	36.7	35.7
乳類	136.4	183.4	241.5	186.6	368.8	227.5	227.4	239.0	108.2	183.8	69.2	124.1	84.7	130.5	76.8	118.5	97.2	134.6	112.9	138.3	90.7	137.2
油脂類	11.7	10.4	7.6	5.6	12.7	10.1	16.9	11.0	15.3	12.9	14.6	11.3	12.8	10.7	12.0	10.4	9.5	8.9	7.1	7.7	11.5	10.6
菓子類	22.3	45.0	36.7	49.5	35.8	56.3	40.4	67.3	20.3	43.6	15.5	36.5	14.8	35.7	16.2	38.2	17.9	35.8	23.5	47.6	18.0	39.7
嗜好飲料類	682.2	564.0	198.0	215.9	266.6	257.9	463.1	388.2	602.2	510.0	797.4	640.4	809.4	556.9	898.6	611.3	834.2	564.8	724.5	480.3	792.4	573.0
調味料・香辛料類	101.7	102.7	43.3	50.4	57.0	58.9	94.6	95.0	112.3	109.2	118.4	107.5	114.2	105.4	121.2	109.1	116.4	118.4	93.6	91.1	112.8	107.6
調味料・特定機能食品	11.7	50.8	10.4	33.6	9.9	50.0	14.6	53.4	7.9	30.1	11.7	73.7	10.9	56.4	11.7	46.7	11.3	42.6	15.8	49.0	11.8	51.8

◆第4表の3◆ 食品群別摂取量（女、年齢階級別）

食品群別	総数		1～6歳		7～14歳		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		20歳以上(再掲)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,627		257	351	196	450	599	565	725	737	747	3,823										
総量	1,924.0	645.4	1,268.4	377.7	1,754.9	446.9	1,738.5	507.5	1,704.8	532.7	1,845.6	596.7	1,974.7	586.5	2,165.3	690.3	2,166.1	680.4	1,961.2	644.4	1,993.1	652.0
動物性食品	311.4	175.6	348.5	174.6	477.6	189.1	386.5	228.8	282.3	149.2	278.7	155.1	286.9	166.6	308.5	166.6	303.2	158.8	274.1	162.8	289.8	161.1
植物性食品	1612.6	609.1	919.9	342.6	1,277.3	404.8	1,352.0	457.9	1,422.5	488.3	1,566.9	550.7	1,687.8	540.2	1,856.8	635.0	1,863.0	629.2	1,687.1	592.0	1,703.3	601.0
穀類	388.4	139.5	257.4	94.7	406.9	121.0	419.6	171.4	376.0	160.1	385.3	141.1	402.7	133.8	398.0	136.1	405.9	130.0	389.0	128.7	393.9	137.3
米・加工品	287.5	145.0	190.7	89.6	286.8	125.4	317.8	171.3	266.0	159.7	270.9	144.2	289.6	146.3	296.1	144.2	307.9	143.8	309.6	137.5	292.6	145.9
小麦・加工品	94.3	96.5	65.3	61.6	116.5	79.8	99.4	102.7	105.1	111.8	109.3	106.7	104.9	97.1	92.7	99.9	89.8	94.2	71.9	83.9	93.9	98.9
いも類	59.8	67.4	45.0	44.0	75.9	55.9	64.1	62.9	55.2	64.8	48.3	56.7	55.1	61.1	60.5	69.6	67.3	78.2	63.4	77.0	59.0	69.6
砂糖・甘味料類	7.3	9.5	4.0	3.8	6.2	5.8	6.4	7.3	5.9	7.8	6.5	9.9	6.9	8.7	8.2	10.1	8.5	10.0	8.7	12.1	7.6	10.1
豆類	61.8	76.0	32.1	40.8	51.9	47.0	47.1	58.4	49.7	75.8	56.5	75.3	68.0	83.9	73.1	87.9	74.2	82.1	64.0	70.8	65.4	80.1
種実類	2.1	7.1	1.3	3.6	2.7	7.5	0.7	2.2	1.2	3.4	2.0	8.1	2.1	6.4	2.3	7.6	2.7	8.2	2.5	8.1	2.2	7.4
野菜類	247.1	153.3	138.1	84.7	225.2	113.1	212.2	137.0	223.0	139.7	219.4	149.7	236.6	136.3	277.6	158.6	295.9	168.7	271.3	162.8	258.3	157.5
緑黄色野菜	84.0	79.5	49.5	43.5	67.1	48.0	71.1	67.3	73.5	68.1	72.8	69.8	78.5	65.3	91.0	78.2	108.6	103.5	95.4	91.4	88.5	83.4
その他の野菜	140.5	104.3	75.8	52.5	146.6	74.1	124.6	84.6	132.3	101.9	129.5	104.2	136.1	94.8	160.6	113.8	157.8	110.9	144.6	115.0	145.1	108.6
果実類	129.1	141.8	126.1	148.0	120.7	120.5	108.1	147.0	83.1	125.3	75.3	106.1	101.9	119.2	152.6	150.4	177.8	149.2	160.1	153.2	131.1	142.9
きのこ類	15.0	24.7	7.3	13.7	10.8	15.1	14.1	22.8	14.5	22.0	13.6	22.9	12.6	20.0	18.4	26.7	19.4	31.2	15.5	27.4	16.0	26.0
藻類	12.7	22.6	6.8	10.4	10.8	13.4	9.6	17.8	10.4	19.9	10.1	20.2	11.8	19.2	14.4	26.1	16.0	25.6	15.4	27.7	13.4	24.0
魚介類	76.1	69.8	32.7	33.0	55.7	53.0	69.2	70.9	63.5	64.2	64.6	67.4	72.2	67.3	94.8	77.1	95.1	75.4	85.3	66.2	81.2	71.5
肉類	67.3	58.9	49.4	38.5	77.8	49.9	110.2	67.0	84.9	64.1	79.6	62.6	74.5	61.4	67.7	60.1	53.7	52.5	44.2	47.7	65.3	59.3
卵類	32.3	31.5	31.1	27.9	32.2	27.3	43.7	36.5	35.4	31.3	30.3	31.1	32.4	33.6	34.4	32.4	29.8	30.2	30.2	31.2	31.9	31.7
乳類	134.5	153.0	234.1	165.3	310.4	181.1	161.9	198.3	96.8	126.1	102.8	124.6	106.5	131.3	110.5	135.4	123.9	130.3	113.8	137.9	110.3	131.8
油脂類	9.5	8.6	8.1	6.5	10.9	7.2	13.0	9.9	12.0	9.3	10.8	8.8	10.7	9.5	9.5	8.4	7.7	8.1	6.6	7.3	9.3	8.7
菓子類	28.6	47.2	34.2	47.0	39.2	55.6	33.1	50.1	28.9	44.8	31.0	54.1	25.7	45.1	31.6	49.6	23.5	40.9	22.8	40.6	27.0	46.0
嗜好飲料類	557.5	431.1	209.5	219.5	252.9	244.9	343.5	302.3	473.7	340.8	610.8	423.6	652.4	425.9	704.7	477.4	658.1	451.3	570.3	411.1	619.8	434.4
調味料・香辛料類	83.4	78.9	40.6	40.6	57.5	57.0	72.0	65.1	82.2	75.4	88.5	81.6	91.5	82.9	96.0	88.4	92.8	84.3	82.1	74.4	89.2	81.7
補助栄養素・特定保健食品	11.6	46.8	10.8	35.4	7.2	30.5	10.0	42.1	8.4	38.8	10.2	45.2	11.0	47.4	10.9	39.4	13.9	60.3	16.1	53.4	12.1	48.9

◆第5表の1◆ 食品群別摂取量（全国、年齢階級別〈再掲〉）

1人1日当たり（g）

食品群別	総数		1～2歳		3～5歳		6～8歳		9～11歳		12～14歳		15～17歳		18～29歳		30～49歳		50～69歳		70歳以上		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	8,762		172		265		263		314		276		272		966		2,169		2,742		1,323		1,157		797	
総量	2,068.2	733.2	1,147.3	430.2	1,318.3	351.8	1,535.7	407.9	1,823.3	448.9	2,043.2	537.3	2,050.0	661.4	1,894.1	685.1	2,080.3	708.9	2,321.7	754.1	2,092.6	698.3	2,291.8	731.8	1,980.9	679.0
動物性食品	331.4	192.7	316.7	211.5	368.4	167.4	447.9	193.7	506.7	186.1	561.1	276.3	472.1	271.7	323.5	196.3	295.5	166.3	314.1	165.8	285.1	164.7	307.4	163.8	275.3	165.5
植物性食品	1,736.7	693.8	830.6	383.6	949.9	304.3	1,087.9	341.5	1,316.6	409.6	1,482.0	420.6	1,577.9	572.9	1,570.6	617.9	1,784.8	658.4	2,007.7	703.3	1,807.6	643.4	1,984.4	681.1	1,705.6	617.0
穀類	449.5	182.0	210.2	96.7	276.4	85.1	337.9	104.2	428.7	123.4	528.1	176.0	536.4	211.3	463.2	206.4	469.1	186.2	466.2	175.2	431.3	153.3	460.5	168.0	417.9	153.7
米・加工品	343.0	185.0	155.5	87.8	207.2	84.0	245.1	110.4	307.4	133.0	398.4	181.5	427.6	209.4	347.6	209.2	350.5	187.5	360.0	186.9	342.4	163.1	363.6	186.4	335.3	160.0
小麦・加工品	98.4	104.5	53.6	57.6	67.1	62.1	90.0	63.5	115.9	72.1	126.0	85.6	104.7	98.0	107.2	117.6	111.1	115.2	95.5	105.7	80.0	95.8	86.7	97.3	76.0	95.5
いも類	60.5	69.1	32.3	36.0	46.3	42.9	61.8	46.8	84.2	60.5	81.6	55.5	64.3	63.4	59.7	73.8	52.8	62.7	63.2	75.0	63.2	75.8	63.6	74.1	62.7	75.4
砂糖・甘味料類	7.1	9.1	2.7	3.4	4.8	4.8	5.4	4.9	6.5	8.2	7.2	6.3	6.2	7.1	5.8	7.7	6.4	8.5	8.2	9.9	8.6	11.0	8.7	10.2	8.8	11.9
豆類	61.5	77.6	27.2	33.7	34.7	36.7	45.0	48.4	56.0	51.8	57.6	49.4	50.0	61.2	48.5	70.2	57.8	75.0	74.7	90.2	67.3	80.9	77.3	84.3	60.7	77.8
種実類	2.1	7.4	0.7	2.1	1.5	5.9	2.2	6.5	1.8	2.1	2.9	6.6	1.3	3.5	1.3	4.8	1.9	7.3	2.5	8.4	2.7	9.1	2.9	9.8	2.3	7.5
野菜類	253.9	157.9	123.2	108.0	150.2	83.1	185.0	101.0	228.8	117.7	246.0	117.4	233.1	152.4	232.2	148.3	238.6	151.0	293.1	168.3	276.9	164.9	306.3	178.0	258.8	156.5
緑黄色野菜	84.0	80.3	37.4	37.2	56.4	43.9	58.8	46.5	66.9	46.3	76.0	57.4	76.4	69.0	74.5	70.2	77.0	70.6	98.2	91.9	97.0	94.1	107.9	106.0	91.6	92.0
その他の野菜	146.0	108.8	62.8	76.5	87.5	58.7	118.9	68.8	148.6	75.5	158.4	82.7	139.1	101.0	140.1	104.6	139.9	106.6	164.5	118.6	148.3	113.6	164.7	121.8	137.3	103.5
果実類	119.2	140.8	136.6	163.7	114.5	112.0	109.1	108.1	118.9	127.2	131.0	137.8	112.0	150.1	81.6	131.6	76.8	112.1	147.4	149.6	157.5	154.4	174.9	162.1	143.6	143.5
きのこ類	15.0	26.1	7.3	15.3	8.2	12.2	8.2	12.0	8.7	12.4	11.6	17.7	12.9	19.9	15.0	24.5	13.1	22.7	19.4	31.7	15.4	28.1	17.9	28.4	14.9	28.1
藻類	12.9	23.8	5.3	8.8	7.4	11.0	10.9	20.6	11.2	18.2	11.2	13.9	9.7	17.3	10.6	21.4	11.1	20.5	16.0	28.3	14.9	26.6	16.7	27.3	13.6	25.7
魚介類	82.6	76.8	29.2	31.8	36.3	32.9	48.4	53.2	56.2	52.1	62.8	59.9	66.6	66.9	66.6	69.2	76.8	75.1	106.1	85.3	92.0	72.4	100.6	77.4	91.5	73.7
肉類	77.9	69.3	39.3	36.3	56.8	39.2	68.4	43.3	79.9	51.3	96.3	67.8	128.5	87.0	106.2	81.3	92.4	74.4	69.2	63.6	47.7	51.2	55.5	55.4	43.0	45.7
卵類	34.4	33.3	20.0	21.0	32.5	28.4	31.5	29.5	31.5	27.4	39.9	30.9	52.1	38.2	38.0	35.3	33.4	34.3	34.8	33.4	31.3	31.6	31.9	31.5	31.5	32.5
乳類	135.4	168.0	227.5	204.7	241.4	157.4	298.4	174.2	337.8	181.1	360.6	256.3	223.4	237.9	110.8	162.1	91.6	128.4	103.1	131.1	113.4	138.0	118.5	138.2	108.6	133.3
油脂類	10.5	9.5	5.5	5.0	8.8	6.3	10.2	7.1	11.6	8.9	13.1	9.6	15.7	11.0	13.6	11.0	12.1	10.2	9.6	9.1	6.8	7.5	7.5	7.9	6.5	7.3
菓子類	25.6	46.3	32.3	42.7	38.4	53.2	34.5	50.9	35.6	53.5	40.7	59.5	41.7	62.2	25.8	46.6	22.3	44.6	22.6	42.1	23.1	43.8	21.3	39.6	24.3	45.6
嗜好飲料類	616.4	502.1	202.1	217.0	206.2	224.6	222.3	224.4	259.6	246.0	279.0	267.7	408.4	351.0	510.0	420.6	710.7	521.5	767.9	534.7	637.5	448.9	715.4	490.5	594.8	438.6
調味料・香辛料類	92.0	91.3	36.1	32.1	43.4	50.6	48.6	44.8	57.5	69.0	62.8	53.1	75.1	70.5	96.2	94.1	102.2	95.1	105.8	100.8	87.1	82.2	96.2	89.6	83.6	79.4
調味料・増粘剤類	11.6	48.7	9.9	31.0	10.2	33.2	8.0	32.3	8.7	35.5	10.7	56.1	12.8	49.7	8.9	37.5	10.9	56.2	12.0	48.2	16.0	51.6	16.0	62.0	13.9	43.0

◆第5表の2◆ 食品群別摂取量（男，年齢階級別（再掲））

食品群別	総数		1～2歳		3～5歳		6～8歳		9～11歳		12～14歳		15～17歳		18～29歳		30～49歳		50～69歳		70歳以上		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
総量	2,229.5	789.9	1,128.0	411.7	1,323.0	372.8	1,578.8	441.0	1,868.8	441.1	2,176.3	565.3	2,250.3	690.6	2,130.9	774.7	2,279.6	775.2	2,499.9	789.3	2,263.0	728.7	2,455.0	752.7	2,152.3	722.7
動物性食品	353.9	207.9	322.1	227.7	369.3	179.1	460.6	197.0	527.5	196.0	625.4	304.6	504.9	283.7	367.3	231.7	310.4	171.4	323.5	168.9	299.2	166.2	314.1	165.5	294.4	171.2
植物性食品	1,875.6	754.0	805.9	338.9	953.7	314.3	1,118.2	352.9	1,341.3	414.5	1,550.9	419.7	1,745.4	596.0	1,763.6	700.3	1,969.2	723.8	2,176.4	742.0	1,963.8	673.7	2,140.9	703.2	1,857.9	651.4
穀類	517.9	198.9	207.0	91.7	277.2	88.1	352.7	112.3	450.1	127.7	581.9	193.4	622.3	194.6	562.5	212.1	556.4	196.5	539.6	188.2	486.2	164.9	529.2	184.3	470.2	165.2
米・加工品	405.0	204.2	155.5	83.0	211.7	88.2	255.3	122.5	331.1	135.8	452.9	198.0	504.0	202.4	440.1	223.3	432.1	197.4	426.3	207.1	384.9	182.9	423.4	214.0	373.5	177.1
小麦・加工品	103.1	112.5	49.7	48.6	62.9	61.1	93.8	66.0	113.6	73.6	124.6	76.1	112.2	109.5	109.6	121.0	115.6	128.5	100.3	114.6	90.6	108.5	95.1	106.0	87.8	113.3
いも類	61.2	70.9	35.0	38.1	42.8	40.9	63.1	47.4	85.4	62.0	83.0	52.8	63.7	66.8	63.9	82.5	54.2	66.7	62.4	76.0	63.0	74.3	64.2	74.2	61.5	74.5
砂糖・甘味料類	7.0	8.5	2.7	3.4	5.3	5.7	5.7	5.4	6.8	9.3	7.5	6.6	5.7	7.1	5.6	7.7	6.1	7.3	8.1	9.8	8.4	9.5	8.6	10.0	8.7	10.4
豆類	61.2	79.4	32.3	40.4	35.0	38.9	44.1	44.4	57.1	54.5	61.0	49.2	51.0	63.3	48.0	66.1	52.9	68.8	76.0	95.8	71.6	92.2	77.2	86.1	66.9	92.1
種実類	2.1	7.8	0.3	0.6	1.7	7.2	1.8	2.6	1.8	1.7	2.6	4.4	1.6	4.1	1.5	6.2	1.8	7.4	2.4	9.0	3.1	10.4	3.0	10.4	2.5	9.1
野菜類	261.4	162.6	132.4	116.5	151.3	91.5	191.0	113.9	223.1	112.6	252.4	120.6	241.8	155.8	247.8	159.7	251.3	158.3	300.1	172.8	284.1	167.5	312.8	178.6	264.5	160.7
緑黄色野菜	84.1	81.1	41.2	33.4	55.8	46.9	57.3	46.1	68.5	49.5	77.8	59.6	78.3	67.4	76.9	73.8	78.8	73.9	96.4	91.6	99.1	97.6	104.5	102.9	94.6	100.3
その他の野菜	152.2	113.4	75.1	97.3	86.9	61.8	122.9	75.1	143.4	72.7	163.8	89.6	147.8	109.8	151.7	109.8	148.3	113.4	170.6	125.2	153.1	111.6	173.9	125.8	139.5	99.9
果実類	108.1	138.8	121.3	114.1	114.5	108.4	103.7	92.2	123.5	142.7	130.3	145.8	105.5	141.2	78.8	139.6	63.7	109.2	126.9	146.2	154.1	155.9	161.7	161.7	142.8	147.1
きのこ類	15.0	27.5	8.4	13.0	8.3	13.0	6.6	9.8	7.4	11.1	11.9	18.3	12.7	20.5	15.2	26.2	13.1	24.0	20.1	34.5	15.3	29.0	19.0	30.0	15.0	29.7
薬類	13.1	25.0	5.7	9.6	7.3	10.0	12.0	27.0	11.4	20.8	11.4	13.9	9.6	16.8	11.0	23.4	11.3	21.5	16.8	30.8	14.2	25.1	16.0	26.6	13.8	26.6
魚介類	89.9	83.4	29.2	30.8	41.1	34.7	51.3	58.3	54.4	53.1	65.7	62.8	58.9	54.2	71.3	75.9	86.6	82.0	118.8	93.1	100.7	79.0	111.3	82.6	100.8	81.1
肉類	89.7	77.6	38.1	31.0	59.7	41.0	70.4	42.9	83.4	54.5	106.3	74.9	141.5	98.2	127.9	92.8	110.1	83.2	78.9	69.4	52.1	55.0	62.3	60.9	46.1	46.8
卵類	36.7	35.0	16.0	17.6	29.7	27.0	34.4	32.4	32.9	28.6	41.0	32.0	54.1	38.1	41.4	39.4	35.8	36.2	37.9	35.2	32.7	32.1	33.3	31.7	33.0	33.5
乳類	136.4	183.4	238.3	221.4	237.5	166.4	303.5	174.1	355.5	192.1	410.8	281.2	249.1	247.7	124.9	194.3	76.6	127.4	86.9	127.1	112.9	138.3	106.4	135.8	113.7	136.4
油脂類	11.7	10.4	5.6	4.9	8.3	5.6	10.6	7.7	12.3	10.1	14.2	10.7	17.3	11.7	15.5	12.3	13.7	11.0	10.7	9.8	7.1	7.7	8.3	8.5	6.9	7.7
菓子類	22.3	45.0	30.7	41.9	41.8	55.6	33.2	56.4	32.0	47.9	42.1	61.4	47.0	70.1	22.1	47.7	15.2	36.1	17.0	37.0	23.5	47.6	19.7	39.8	25.9	51.0
嗜好飲料類	682.2	564.0	179.1	184.5	204.6	243.9	240.4	248.1	263.7	246.3	279.1	262.9	467.2	380.4	572.8	493.4	803.1	601.7	866.9	589.5	724.5	480.3	804.1	535.7	674.3	461.8
調味料・香辛料類	101.7	102.7	38.3	34.8	44.9	55.6	46.7	48.2	58.3	70.2	62.3	52.5	85.0	81.3	112.0	109.8	116.4	106.5	118.8	113.8	93.6	91.1	105.2	98.0	89.7	89.0
糖類・糖アルコール類	11.7	50.8	7.5	26.9	11.9	37.9	7.8	29.1	9.6	38.2	12.9	69.0	16.3	58.7	8.7	33.2	11.3	66.0	11.5	44.7	15.8	49.0	12.6	47.0	15.8	46.2

◆第5表の3◆ 食品群別摂取量（女、年齢階級別〈再掲〉）

1人1日当たり（g）

食品群別	総数		1～2歳		3～5歳		6～8歳		9～11歳		12～14歳		15～17歳		18～29歳		30～49歳		50～69歳		70歳以上		65～74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
調査人数	4,627		82		135		130		137		124		122		524		1,164		1,462		747		623		465	
総量	1,924.0	645.4	1,168.5	451.2	1,313.8	331.8	1,491.7	367.6	1,764.6	453.7	1,880.0	452.2	1,803.7	530.7	1,694.4	522.0	1,908.2	595.0	2,165.7	685.1	1,961.2	644.4	2,151.9	683.7	1,858.6	618.4
動物性食品	311.4	175.6	310.8	193.4	367.5	156.1	434.9	190.1	479.9	169.4	482.4	213.1	431.7	251.4	288.5	151.1	282.7	160.8	305.8	162.7	274.1	162.8	301.6	162.1	261.7	160.2
植物性食品	1,612.6	609.1	857.7	427.9	946.3	295.4	1,056.8	327.8	1,284.7	402.6	1,397.6	407.8	1,372.0	469.3	1,407.9	482.7	1,625.6	548.8	1,859.9	631.9	1,687.1	592.0	1,850.4	632.0	1,596.9	567.4
穀類	388.4	139.5	213.7	102.3	275.6	82.4	322.8	93.2	401.1	112.1	462.3	124.0	430.7	181.5	379.5	159.2	393.7	137.8	402.0	133.1	389.0	128.7	401.6	125.9	380.6	133.1
米・加工品	287.5	145.0	155.6	93.4	202.9	79.8	234.6	95.8	276.7	123.3	331.6	131.8	333.7	178.0	269.6	159.4	280.0	145.5	302.1	144.1	309.6	137.5	312.4	140.2	308.0	140.5
小麦・加工品	94.3	96.5	57.9	66.2	71.2	63.1	86.0	60.7	119.0	70.3	127.7	96.3	95.4	81.0	105.2	114.7	107.2	102.1	91.2	97.1	71.9	83.9	79.4	88.6	67.6	79.4
いも類	59.8	67.4	29.4	33.4	49.8	44.7	60.4	46.3	82.6	58.7	80.0	58.8	65.0	59.2	56.2	65.4	51.6	58.9	63.9	74.1	63.4	77.0	63.0	74.0	63.6	76.1
砂糖・甘味料類	7.3	9.5	2.8	3.4	4.4	3.8	5.0	4.3	6.3	6.5	6.8	6.1	6.7	7.1	5.9	7.7	6.7	9.4	8.3	10.0	8.7	12.1	8.8	10.4	8.8	12.8
豆類	61.8	76.0	21.6	23.4	34.4	34.7	45.9	52.4	54.4	48.3	53.5	49.5	48.7	58.8	48.9	73.5	62.1	79.8	73.7	85.0	64.0	70.8	77.4	82.7	56.2	65.4
種実類	2.1	7.1	1.1	3.0	1.4	4.2	2.5	8.8	1.9	2.4	3.2	8.6	1.0	2.6	1.1	3.2	2.0	7.3	2.5	7.9	2.5	8.1	2.8	9.2	2.1	6.2
野菜類	247.1	153.3	113.0	97.5	149.2	74.4	178.8	85.9	236.2	124.0	238.2	113.4	222.4	148.1	219.0	136.8	227.7	143.5	286.9	164.0	271.3	162.8	300.7	177.3	254.7	153.6
緑黄色野菜	84.0	79.5	33.1	40.8	56.9	40.9	60.4	46.9	64.7	41.8	73.8	54.8	74.1	71.2	72.5	67.0	75.5	67.7	99.9	92.2	95.4	91.4	110.9	108.5	89.4	85.5
その他の野菜	140.5	104.3	49.2	39.7	88.1	55.7	114.8	61.7	155.3	78.6	151.8	73.3	128.5	88.3	130.3	99.0	132.7	99.8	159.2	112.3	144.6	115.0	156.8	117.8	135.7	106.1
果実類	129.1	141.8	153.3	204.2	114.6	115.7	114.7	122.3	112.9	103.9	131.8	127.8	119.9	160.5	83.9	124.5	88.2	113.4	165.3	150.3	160.1	153.2	186.3	161.6	144.2	141.1
きのこ類	15.0	24.7	6.1	17.4	8.0	11.4	9.9	13.7	10.3	13.8	11.4	16.9	13.0	19.3	14.7	22.9	13.1	21.5	18.9	29.1	15.5	27.4	16.9	27.0	14.8	27.0
藻類	12.7	22.6	4.9	7.8	7.5	12.0	9.7	10.5	10.8	14.1	10.9	14.0	9.8	17.9	10.3	19.6	10.9	19.7	15.2	25.8	15.4	27.7	17.3	27.9	13.3	25.1
魚介類	76.1	69.8	29.3	33.1	31.6	30.5	45.4	47.5	58.6	50.8	59.3	56.4	76.1	78.9	62.7	62.8	68.3	67.4	95.0	76.2	85.3	66.2	91.5	71.5	84.8	67.2
肉類	67.3	58.9	40.5	41.6	54.1	37.3	66.5	43.7	75.3	46.5	83.9	55.7	112.5	68.0	88.0	64.7	77.1	62.1	60.6	56.8	44.2	47.7	49.6	49.5	40.9	44.8
卵類	32.3	31.5	24.4	23.6	35.2	29.5	28.5	25.9	29.7	25.9	38.5	29.6	49.8	38.3	35.2	31.2	31.3	32.4	32.1	31.4	30.2	31.2	30.8	31.2	30.3	31.7
乳類	134.5	153.0	215.6	185.3	245.2	148.7	293.1	174.7	314.9	163.6	299.1	207.1	191.8	222.3	99.0	127.9	104.6	127.9	117.2	133.0	113.8	137.9	128.9	139.6	105.0	131.1
油脂類	9.5	8.6	5.3	5.0	9.3	6.9	9.8	6.3	10.8	6.9	11.7	7.9	13.8	9.8	11.9	9.4	10.8	9.1	8.6	8.3	6.6	7.3	6.8	7.3	6.3	7.0
菓子類	28.6	47.2	34.0	43.8	35.2	50.7	35.8	44.7	40.2	59.7	39.0	57.4	35.1	50.4	29.0	45.5	28.4	50.0	27.5	45.6	22.8	40.6	22.7	39.4	23.2	41.3
嗜好飲料類	557.5	431.1	227.2	246.4	207.7	205.3	203.8	196.5	254.4	246.4	278.9	274.6	336.1	297.0	457.1	339.1	631.0	425.0	681.2	464.9	570.3	411.1	639.5	434.4	538.0	412.5
調味料・香料類	83.4	78.9	33.7	28.8	42.0	45.5	50.6	41.1	56.5	67.6	63.4	54.0	62.9	52.2	82.9	76.0	90.0	82.2	94.4	86.4	82.1	74.4	88.5	80.9	79.2	71.4
糊・ゼリー・乾麺類	11.6	46.8	12.5	34.9	8.6	28.0	8.3	35.4	7.7	31.8	8.0	34.2	8.4	35.3	9.0	40.8	10.6	46.3	12.4	51.0	16.1	53.4	18.9	72.4	12.4	40.6

◆第6表◆ 食品群別摂取量（地域ブロック別）

1人1日当たり（g）

食品群別	北海道	東北	関東I	関東II	北陸	東海	近畿I	近畿II	中国	四国	北九州	南九州
調査人数	343	663	2,273	721	291	1,188	1,262	310	671	285	480	275
総量	2,077.4	1,943.0	2,084.5	2,050.6	1,863.9	2,093.5	2,130.3	2,000.9	2,074.3	2,040.4	2,064.3	2,187.2
動物性食品	342.7	314.2	343.9	313.4	326.9	330.3	339.4	323.7	327.8	338.8	307.3	328.3
植物性食品	1,734.7	1,628.8	1,740.5	1,737.2	1,537.0	1,763.2	1,790.9	1,677.2	1,746.6	1,701.6	1,756.9	1,858.9
穀類	430.0	450.2	440.9	479.9	434.7	454.4	443.0	444.2	458.8	463.7	444.3	465.4
米・加工品	311.5	355.9	331.4	371.9	335.5	348.3	323.7	332.7	356.3	354.0	364.8	374.1
小麦・加工品	96.7	85.2	97.0	100.8	90.3	101.6	112.8	105.6	98.6	105.7	77.4	88.4
いも類	58.6	70.2	61.4	67.7	66.1	58.9	56.3	61.6	55.3	55.3	52.6	62.9
砂糖・甘味料類	7.1	6.6	6.8	7.1	5.9	7.7	7.6	5.9	7.3	8.1	7.1	8.1
豆類	53.7	70.9	60.1	68.3	52.3	61.0	57.3	64.2	57.5	58.6	57.8	90.7
種実類	1.7	1.4	2.4	1.7	1.4	2.4	2.2	2.0	2.3	1.3	2.5	2.6
野菜類	274.5	282.8	262.8	270.7	235.6	241.9	238.2	232.4	238.4	260.0	234.5	273.4
緑黄色野菜	84.0	88.4	89.6	89.6	72.8	77.2	81.2	83.2	78.6	87.4	83.9	78.2
その他の野菜	164.3	168.5	145.5	152.9	149.0	145.8	135.0	133.9	136.6	150.0	131.8	161.9
果実類	117.2	124.6	130.5	118.5	111.8	123.9	114.7	108.6	107.5	113.0	110.5	87.8
きのこ類	15.1	19.3	14.2	19.1	14.3	14.7	14.6	14.9	13.7	14.8	10.9	16.0
藻類	12.4	16.0	11.7	12.2	11.1	12.6	12.1	15.1	14.3	13.5	15.8	11.9
魚介類	94.9	90.2	79.8	84.3	82.6	75.0	90.3	77.8	81.5	79.1	79.9	82.0
肉類	67.0	69.6	84.5	73.2	69.1	78.5	79.2	69.9	76.6	78.3	79.2	77.9
卵類	37.2	32.7	31.4	34.3	27.9	35.9	38.3	36.3	35.4	35.8	33.2	38.4
乳類	142.1	120.5	146.9	120.8	146.4	139.7	130.4	138.4	133.2	144.5	113.9	129.1
油脂類	9.3	8.8	11.6	10.1	9.1	10.2	10.7	8.6	10.7	10.6	10.9	11.9
菓子類	23.8	19.2	26.5	23.5	22.5	30.5	25.9	23.5	25.4	26.6	25.8	23.7
嗜好飲料類	629.1	459.4	610.1	560.1	485.8	643.0	696.8	588.5	661.3	578.0	678.2	686.7
調味料・香辛料類	84.1	90.5	90.7	83.2	78.3	90.5	104.3	100.1	85.5	77.9	101.7	108.8
補助栄養素・特定保健用食品	19.7	10.0	12.1	15.8	9.1	12.8	8.6	9.0	9.8	21.5	5.4	10.0

◆第7表◆ 食品群別栄養素等摂取量（全国）

食品群別	食品群 番号	摂取量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	カリウム mg	カルシウム	
									総量 mg	通常の食品 mg
総量	1~99	2,068.2	1,902.1	70.8	54.1	266.1	10.7	2,321.2	538.0	532.1
動物性食品	48~76, 79	331.4	446.9	37.8	26.5	10.6	1.4	618.5	230.8	229.0
植物性食品	1~47, 77, 78, 80~99	1,736.7	1,455.2	33.0	27.6	255.4	9.3	1,702.7	307.2	303.1
穀類	1~12	449.5	799.8	15.5	4.5	167.5	0.9	174.1	41.5	41.5
米・加工品	1, 2	343.0	575.8	8.6	1.1	127.1	0.0	101.9	10.5	10.5
米	1	337.5	564.7	8.4	1.0	124.7	0.0	99.0	10.2	10.2
米加工品	2	5.4	11.1	0.2	0.0	2.4	0.0	2.9	0.3	0.3
小麦・加工品	3~9	98.4	212.1	6.5	3.4	38.1	0.9	69.2	30.3	30.3
小麦粉類	3	3.9	14.1	0.3	0.1	2.9	0.0	5.0	1.2	1.2
パン類(菓子パンを除く)	4	33.5	90.7	3.1	1.6	15.8	0.4	34.7	10.9	10.9
菓子パン類	5	6.4	19.7	0.5	0.6	3.2	0.0	6.8	2.7	2.7
うどん, 中華めん類	6	35.7	44.5	1.2	0.2	9.0	0.1	9.7	3.3	3.3
即席中華めん	7	4.1	17.4	0.4	0.7	2.4	0.2	8.6	10.6	10.6
パスタ類	8	9.8	14.7	0.5	0.1	2.8	0.0	1.3	0.7	0.7
その他の小麦加工品	9	5.1	11.1	0.4	0.1	2.0	0.0	3.1	0.9	0.9
その他の穀類・加工品	10~12	8.1	11.8	0.4	0.1	2.3	0.0	2.9	0.8	0.8
そば・加工品	10	6.9	8.7	0.3	0.1	1.7	0.0	1.9	0.7	0.7
とうもろこし・加工品	11	0.5	2.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.6	0.0	0.0
その他の穀類	12	0.7	1.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0.4	0.1	0.1
いも類	13~16	60.5	41.9	0.7	0.1	9.9	0.0	194.0	11.1	11.1
いも・加工品	13~15	58.8	38.4	0.7	0.1	9.0	0.0	193.7	10.8	10.8
さつまいも・加工品	13	7.1	9.2	0.1	0.0	2.2	0.0	30.9	3.0	3.0
じゃがいも・加工品	14	29.3	21.3	0.4	0.0	4.9	0.0	98.2	0.6	0.6
その他のいも・加工品	15	22.5	7.9	0.2	0.0	1.9	0.0	64.6	7.2	7.2
でんぷん・加工品	16	1.6	3.5	0.0	0.0	0.9	0.0	0.3	0.3	0.3
砂糖・甘味料類	17	7.1	26.5	0.0	0.0	6.9	0.0	1.3	0.3	0.3
豆類	18~23	61.5	71.4	5.3	4.3	3.0	0.0	132.5	68.1	68.0
大豆・加工品	18~22	59.8	68.0	5.1	4.2	2.3	0.0	127.3	67.4	67.3
大豆(全粒)・加工品	18	2.2	4.7	0.4	0.2	0.3	0.0	14.1	2.1	2.0
豆腐	19	36.7	25.7	2.3	1.5	0.7	0.0	50.3	37.4	37.4
油揚げ類	20	7.3	19.7	1.1	1.6	0.1	0.0	6.1	19.8	19.8
納豆	21	6.6	13.2	1.1	0.7	0.8	0.0	43.6	5.9	5.9
その他の大豆加工品	22	7.1	4.7	0.3	0.2	0.4	0.0	13.2	2.2	2.2
その他の豆・加工品	23	1.7	3.4	0.1	0.0	0.7	0.0	5.2	0.7	0.7
種実類	24	2.1	11.0	0.4	0.9	0.5	0.0	11.2	11.7	11.7
野菜類	25~38	253.9	66.8	2.8	0.4	14.9	0.8	506.2	86.7	86.7
緑黄色野菜	25~29	84.0	25.2	1.2	0.2	5.5	0.0	216.9	38.3	38.3
トマト	25	13.3	2.7	0.1	0.0	0.7	0.0	29.1	1.0	1.0
にんじん	26	18.9	6.4	0.1	0.0	1.6	0.0	41.3	5.0	5.0
ほうれん草	27	13.8	2.5	0.3	0.1	0.4	0.0	47.7	6.7	6.7
ピーマン	28	3.2	0.7	0.0	0.0	0.2	0.0	5.4	0.3	0.3
その他の緑黄色野菜	29	34.9	13.1	0.7	0.1	2.8	0.0	93.3	25.2	25.2

第 1 部 栄養素等摂取状況調査の結果

ウ ム	マグネシウム mg	リン mg	鉄			亜鉛 mg	銅 mg	ビタミンA μgRE	ビタミンD μg	ビタミンE		
			総量 mg	通常の食品 mg	補助・強化食品 mg					総量 mgα-TE	通常の食品 mgα-TE	補助・強化食品 mgα-TE
5.9	250.3	1,013.2	7.9	7.8	0.1	8.28	1.19	879.0	7.9	10.5	8.2	2.3
1.8	58.1	494.2	2.2	2.2	0.0	3.51	0.22	215.3	7.2	1.9	1.9	0.0
4.1	192.1	519.1	5.7	5.6	0.1	4.77	0.97	663.7	0.7	8.6	6.3	2.3
0.0	42.2	186.1	1.0	1.0	0.0	2.58	0.44	3.6	0.0	0.5	0.5	0.0
0.0	25.1	119.5	0.4	0.4	0.0	2.07	0.35	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	24.5	116.4	0.3	0.3	0.0	2.02	0.34	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.6	3.0	0.0	0.0	0.0	0.05	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	14.8	60.5	0.5	0.5	0.0	0.48	0.09	3.5	0.0	0.5	0.5	0.0
0.0	0.5	3.1	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	7.0	28.5	0.2	0.2	0.0	0.26	0.04	0.1	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	1.2	5.9	0.1	0.1	0.0	0.05	0.01	2.6	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	2.3	10.2	0.1	0.1	0.0	0.05	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	1.1	5.0	0.0	0.0	0.0	0.02	0.01	0.7	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	1.8	4.5	0.1	0.1	0.0	0.06	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	1.0	3.2	0.0	0.0	0.0	0.03	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	2.2	6.2	0.1	0.1	0.0	0.03	0.01	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	2.0	5.3	0.1	0.1	0.0	0.03	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.1	0.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.1	0.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	9.2	16.5	0.3	0.3	0.0	0.12	0.05	0.3	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	9.2	16.1	0.3	0.3	0.0	0.12	0.05	0.3	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	1.6	2.9	0.0	0.0	0.0	0.02	0.01	0.2	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	5.3	7.4	0.1	0.1	0.0	0.06	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	2.3	5.8	0.1	0.1	0.0	0.05	0.02	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.1	0.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.1	30.9	75.4	1.0	1.0	0.0	0.56	0.13	0.0	0.0	0.6	0.6	0.0
0.1	30.3	73.5	1.0	1.0	0.0	0.55	0.13	0.0	0.0	0.6	0.6	0.0
0.1	2.5	4.8	0.1	0.1	0.0	0.04	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	12.6	38.3	0.3	0.3	0.0	0.22	0.06	0.0	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	7.0	14.1	0.3	0.3	0.0	0.13	0.02	0.0	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	6.6	12.6	0.2	0.2	0.0	0.13	0.04	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	1.6	3.6	0.1	0.1	0.0	0.03	0.01	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.6	1.9	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	5.0	8.5	0.1	0.1	0.0	0.08	0.02	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	34.6	76.1	1.1	1.1	0.0	0.57	0.12	532.5	0.1	1.6	1.6	0.0
0.0	13.9	28.7	0.5	0.5	0.0	0.23	0.05	485.1	0.0	1.3	1.3	0.0
0.0	1.3	3.5	0.0	0.0	0.0	0.02	0.01	13.0	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	1.6	4.3	0.0	0.0	0.0	0.04	0.01	238.7	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	3.9	4.2	0.1	0.1	0.0	0.07	0.01	87.3	0.0	0.3	0.3	0.0
0.0	0.3	0.7	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	6.7	16.1	0.3	0.3	0.0	0.10	0.02	144.0	0.0	0.8	0.8	0.0

食 品 群 別	食品群 番 号	ビタミ ンK μg	ビ タ ミ ン B ₁			ビ タ ミ ン B ₂			ナイア シン mgNE
			総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助 ・ 強 化 食 品 mg	総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助 ・ 強 化 食 品 mg	
総 量	1~99	242.4	1.52	0.86	0.66	1.52	1.17	0.35	14.9
動 物 性 食 品	48~76, 79	14.6	0.37	0.37	0.00	0.60	0.60	0.00	7.8
植 物 性 食 品	1~47, 77, 78, 80~99	227.8	1.15	0.49	0.66	0.92	0.57	0.35	7.0
穀 類	1~12	0.4	0.17	0.17	0.00	0.11	0.11	0.00	1.5
米 ・ 加 工 品	1, 2	0.0	0.07	0.07	0.00	0.03	0.03	0.00	0.8
米	1	0.0	0.07	0.07	0.00	0.03	0.03	0.00	0.7
米 加 工 品	2	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
小 麦 ・ 加 工 品	3~9	0.4	0.09	0.09	0.00	0.07	0.07	0.00	0.7
小 麦 粉 類	3	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
パン類(菓子パンを除く)	4	0.0	0.03	0.03	0.00	0.02	0.02	0.00	0.4
菓 子 パ ン 類	5	0.2	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
うどん, 中華めん類	6	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
即 席 中 華 め ん	7	0.2	0.03	0.03	0.00	0.04	0.04	0.00	0.0
パ ス タ 類	8	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
その他の小麦加工品	9	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
その他の穀類・加工品	10~12	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
そ ば ・ 加 工 品	10	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
とうもろこし・加工品	11	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
そ の 他 の 穀 類	12	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
い も 類	13~16	0.0	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00	0.4
い も ・ 加 工 品	13~15	0.0	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00	0.4
さつまいも・加工品	13	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
じゃがいも・加工品	14	0.0	0.02	0.02	0.00	0.01	0.01	0.00	0.2
その他のいも・加工品	15	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
で ん ぶ ん ・ 加 工 品	16	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
砂 糖 ・ 甘 味 料 類	17	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
豆 類	18~23	66.3	0.05	0.05	0.00	0.06	0.06	0.00	0.2
大 豆 ・ 加 工 品	18~22	66.2	0.05	0.05	0.00	0.05	0.05	0.00	0.2
大豆(全粒)・加工品	18	0.2	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
豆 腐	19	4.5	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00	0.0
油 揚 げ 類	20	3.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
納 豆	21	57.5	0.00	0.00	0.00	0.04	0.04	0.00	0.1
その他の大豆加工品	22	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
そ の 他 の 豆 ・ 加 工 品	23	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
種 実 類	24	0.1	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.2
野 菜 類	25~38	125.3	0.10	0.10	0.00	0.09	0.09	0.00	0.9
緑 黄 色 野 菜	25~29	86.5	0.04	0.04	0.00	0.05	0.05	0.00	0.5
ト マ ト	25	0.6	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
に ん じ ん	26	0.6	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
ほ う れ ん 草	27	31.0	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.0
ピ ー マ ン	28	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
その他の緑黄色野菜	29	53.9	0.02	0.02	0.00	0.03	0.03	0.00	0.2

ビ タ ミ ン B ₆			ビタミ ンB ₁₂	葉 酸	パント テン酸	ビ タ ミ ン C			コレステ ロール	食 物 繊 維		
総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助 ・ 強 化 食 品 mg				総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助 ・ 強 化 食 品 mg		総 量 g	水溶性 g	不溶性 g
1.72	1.14	0.58	6.95	294.2	5.52	116.9	99.0	17.9	320.2	13.9	3.3	10.6
0.44	0.44	0.00	6.48	38.7	2.26	5.9	5.9	0.0	296.4	0.0	0.0	0.0
1.28	0.70	0.58	0.47	255.5	3.26	110.9	93.1	17.8	23.8	13.9	3.3	10.6
0.10	0.10	0.00	0.01	27.4	1.23	0.0	0.0	0.0	3.1	3.0	0.6	2.4
0.07	0.07	0.00	0.00	10.6	0.87	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.0	1.1
0.07	0.07	0.00	0.00	10.3	0.85	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.3	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.01	16.2	0.34	0.0	0.0	0.0	3.1	1.8	0.6	1.2
0.00	0.00	0.00	0.00	0.4	0.02	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.1	0.1
0.01	0.01	0.00	0.00	11.1	0.16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.2	0.6
0.00	0.00	0.00	0.01	1.8	0.03	0.0	0.0	0.0	2.5	0.1	0.0	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.9	0.06	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.2
0.00	0.00	0.00	0.00	0.6	0.02	0.0	0.0	0.0	0.5	0.1	0.1	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.4	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	1.1	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.6	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.5	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.09	0.09	0.00	0.00	11.1	0.22	8.2	8.2	0.0	0.0	1.2	0.3	0.9
0.09	0.09	0.00	0.00	11.1	0.22	8.2	8.2	0.0	0.0	1.2	0.3	0.9
0.02	0.02	0.00	0.00	2.9	0.06	1.4	1.4	0.0	0.0	0.3	0.1	0.2
0.05	0.05	0.00	0.00	5.3	0.11	6.2	6.2	0.0	0.0	0.5	0.2	0.3
0.02	0.02	0.00	0.00	2.9	0.05	0.6	0.6	0.0	0.0	0.5	0.1	0.4
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.05	0.05	0.00	0.00	17.3	0.29	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1	0.3	0.8
0.05	0.05	0.00	0.00	16.8	0.29	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.3	0.7
0.00	0.00	0.00	0.00	1.3	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2
0.02	0.02	0.00	0.00	4.1	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.01	0.01	0.00	0.00	1.5	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.00	7.9	0.24	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.2	0.3
0.00	0.00	0.00	0.00	2.0	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.5	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.01	0.01	0.00	0.00	2.3	0.02	0.1	0.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2
0.20	0.20	0.00	0.01	102.2	0.56	32.9	32.9	0.0	0.2	5.1	1.4	3.7
0.08	0.08	0.00	0.00	45.8	0.24	16.2	16.2	0.0	0.0	2.1	0.5	1.6
0.01	0.01	0.00	0.00	3.1	0.02	2.2	2.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.02	0.02	0.00	0.00	3.4	0.05	0.4	0.4	0.0	0.0	0.5	0.2	0.3
0.01	0.01	0.00	0.00	10.9	0.01	1.9	1.9	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
0.00	0.00	0.00	0.00	0.7	0.01	1.6	1.6	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.04	0.04	0.00	0.00	27.6	0.15	10.2	10.2	0.0	0.0	1.2	0.3	0.9

食品群別	食品群 番号	摂取量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	カリウム mg	カルシウム	
									総量 mg	通常の食品 mg
その他の野菜	30~35	146.0	33.2	1.3	0.2	7.5	0.0	222.5	37.7	37.7
キャベツ	30	20.1	4.0	0.2	0.0	0.9	0.0	26.6	7.8	7.8
きゅうり	31	9.6	1.3	0.1	0.0	0.3	0.0	19.1	2.5	2.5
大根	32	30.4	5.3	0.1	0.0	1.2	0.0	64.6	7.7	7.7
たまねぎ	33	28.6	8.2	0.2	0.0	1.9	0.0	29.0	4.7	4.7
はくさい	34	16.2	1.5	0.1	0.0	0.4	0.0	19.9	5.2	5.2
その他の淡色野菜	35	41.3	12.8	0.6	0.1	2.8	0.0	63.2	9.8	9.8
野菜ジュース	36	8.0	2.5	0.1	0.0	0.6	0.0	16.5	2.1	2.1
漬け物	37,38	15.8	5.9	0.3	0.0	1.3	0.7	50.4	8.6	8.6
葉類漬け物	37	5.4	1.3	0.1	0.0	0.3	0.1	15.1	3.8	3.8
たくあん・その他の漬け物	38	10.4	4.6	0.2	0.0	1.1	0.6	35.4	4.8	4.8
果実類	39~45	119.2	69.0	0.6	0.2	18.0	0.0	202.2	11.4	11.4
生果	39~43	103.5	60.4	0.6	0.2	15.8	0.0	185.9	10.5	10.5
いちご	39	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0
柑橘類	40	30.4	13.8	0.2	0.0	3.6	0.0	44.6	5.5	5.5
バナナ	41	13.9	12.0	0.2	0.0	3.1	0.0	50.1	0.8	0.8
りんご	42	23.5	12.7	0.1	0.0	3.4	0.0	25.9	0.7	0.7
その他の生果	43	35.5	21.9	0.2	0.1	5.6	0.0	65.0	3.4	3.4
ジャム	44	1.1	2.4	0.0	0.0	0.6	0.0	0.7	0.1	0.1
果汁・果汁飲料	45	14.6	6.2	0.1	0.0	1.6	0.0	15.7	0.8	0.8
きのこ類	46	15.0	2.9	0.4	0.0	1.0	0.0	35.2	0.4	0.4
藻類	47	12.9	3.0	0.4	0.1	1.0	0.2	57.7	12.7	12.7
魚介類	48~60	82.6	124.5	16.0	5.4	1.7	0.8	233.5	47.6	47.6
生魚介類	48~55	54.4	76.6	10.4	3.4	0.3	0.2	163.7	17.8	17.8
あじ, いわし類	48	11.4	23.0	2.2	1.4	0.0	0.0	30.1	3.7	3.7
さけ, ます	49	3.6	5.7	0.8	0.3	0.0	0.0	12.3	0.5	0.5
たい, かれい類	50	7.1	7.7	1.3	0.2	0.0	0.0	22.1	2.2	2.2
まぐろ, かじき類	51	6.2	7.8	1.5	0.2	0.0	0.0	24.2	0.3	0.3
その他の生魚	52	10.0	19.2	1.9	1.2	0.0	0.0	32.8	3.9	3.9
貝類	53	4.0	2.5	0.4	0.0	0.1	0.0	6.9	1.7	1.7
いか, たこ類	54	5.8	4.7	1.0	0.1	0.0	0.0	13.1	0.8	0.8
えび, かに類	55	6.3	6.0	1.4	0.0	0.0	0.0	22.1	4.6	4.6
魚介加工品	56~60	28.2	47.9	5.7	2.0	1.5	0.6	69.7	29.8	29.8
魚介(塩蔵, 生干し, 乾物)	56	15.8	30.5	4.0	1.4	0.1	0.4	53.5	20.8	20.8
魚介(缶詰)	57	2.3	4.6	0.4	0.3	0.0	0.0	4.7	2.0	2.0
魚介(佃煮)	58	0.4	1.2	0.1	0.0	0.1	0.0	2.3	3.0	3.0
魚介(練り製品)	59	9.3	11.0	1.1	0.2	1.1	0.2	8.9	3.7	3.7
魚肉ハム, ソーセージ	60	0.4	0.7	0.1	0.0	0.1	0.0	0.3	0.4	0.4
肉類	61~69	77.9	161.1	12.4	11.6	0.4	0.3	140.3	4.0	4.0
畜肉	61~64	57.5	131.0	9.1	9.8	0.4	0.3	106.4	2.8	2.8
牛肉	61	15.0	34.9	2.3	2.7	0.1	0.0	25.1	0.6	0.6
豚肉	62	30.6	63.7	5.1	4.5	0.0	0.0	55.3	1.3	1.3
ハム, ソーセージ類	63	11.4	31.6	1.7	2.6	0.3	0.3	25.0	0.9	0.9
その他の畜肉	64	0.4	0.8	0.1	0.1	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0

第 1 部 栄養素等摂取状況調査の結果

ウ ム 補 助・ 強 化 食 品 mg	マグネ シウム mg	リ ン mg	鉄			亜 鉛 mg	銅 mg	ビタミ ンA μgRE	ビタミ ンD μg	ビタミンE		
			総 量 mg	通常 の 食 品 mg	補 助・ 強 化 食 品 mg					総 量 mgα-TE	通常 の 食 品 mgα-TE	補 助・ 強 化 食 品 mgα-TE
0.0	15.3	36.8	0.4	0.4	0.0	0.28	0.06	13.1	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	2.1	4.4	0.0	0.0	0.0	0.03	0.00	1.7	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	1.4	3.4	0.0	0.0	0.0	0.02	0.01	5.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	3.0	4.7	0.1	0.1	0.0	0.04	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	1.8	6.5	0.1	0.1	0.0	0.03	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	1.0	4.0	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	2.6	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	5.9	13.8	0.2	0.2	0.0	0.14	0.03	3.6	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	0.7	1.3	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	28.2	0.1	0.0	0.0	0.0
0.0	4.7	9.3	0.1	0.1	0.0	0.05	0.01	6.1	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.9	2.3	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	4.9	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	3.8	7.0	0.1	0.1	0.0	0.03	0.01	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	11.8	17.8	0.2	0.2	0.0	0.10	0.05	71.2	0.0	0.4	0.4	0.0
0.0	10.9	16.1	0.2	0.2	0.0	0.10	0.05	70.2	0.0	0.3	0.3	0.0
0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	3.2	4.5	0.0	0.0	0.0	0.03	0.01	49.2	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	4.4	3.8	0.0	0.0	0.0	0.03	0.01	1.3	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.7	2.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.01	0.7	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	2.5	5.5	0.1	0.1	0.0	0.04	0.02	19.0	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.9	1.5	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	1.5	11.2	0.1	0.1	0.0	0.07	0.01	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0
0.0	9.4	6.5	0.3	0.3	0.0	0.04	0.01	23.8	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	27.5	188.3	0.9	0.9	0.0	0.92	0.13	37.9	6.1	1.2	1.2	0.0
0.0	18.1	118.4	0.5	0.5	0.0	0.67	0.10	31.3	3.1	0.8	0.8	0.0
0.0	3.0	22.8	0.1	0.1	0.0	0.09	0.01	1.7	1.0	0.1	0.1	0.0
0.0	1.0	8.7	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	0.7	0.8	0.1	0.1	0.0
0.0	1.9	14.7	0.0	0.0	0.0	0.04	0.00	2.7	0.3	0.1	0.1	0.0
0.0	2.3	17.6	0.1	0.1	0.0	0.03	0.00	2.3	0.3	0.0	0.0	0.0
0.0	2.5	19.0	0.1	0.1	0.0	0.09	0.01	21.6	0.7	0.2	0.2	0.0
0.0	1.6	5.1	0.1	0.1	0.0	0.23	0.02	0.9	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	2.7	11.8	0.0	0.0	0.0	0.08	0.02	0.9	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	2.9	18.7	0.1	0.1	0.0	0.10	0.04	0.3	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	9.4	69.9	0.4	0.4	0.0	0.25	0.03	6.7	3.0	0.3	0.3	0.0
0.0	7.0	52.9	0.2	0.2	0.0	0.18	0.02	5.9	2.7	0.2	0.2	0.0
0.0	0.7	4.9	0.0	0.0	0.0	0.03	0.00	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0
0.0	0.3	3.2	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	0.5	0.1	0.0	0.0	0.0
0.0	1.4	8.1	0.1	0.1	0.0	0.03	0.00	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	11.8	106.2	0.6	0.6	0.0	1.55	0.05	72.5	0.1	0.2	0.2	0.0
0.0	8.4	82.1	0.4	0.4	0.0	1.29	0.04	2.1	0.1	0.2	0.2	0.0
0.0	1.9	15.9	0.2	0.2	0.0	0.54	0.01	0.5	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	4.6	37.5	0.2	0.2	0.0	0.59	0.02	1.3	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	1.8	28.2	0.1	0.1	0.0	0.16	0.01	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0
0.0	0.1	0.5	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

食品群別	食品群 番号	ビタミン K μg	ビ タ ミ ン B ₁			ビ タ ミ ン B ₂			ナイア シン mgNE
			総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助・ 補 強 化 食 品 mg	総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助・ 補 強 化 食 品 mg	
その他の野菜	30~35	31.6	0.04	0.04	0.00	0.03	0.03	0.00	0.3
キヤベツ	30	14.5	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
きゅうり	31	3.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
大根	32	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
たまねぎ	33	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
はくさい	34	10.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
その他の淡色野菜	35	3.7	0.02	0.02	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
野菜ジュース	36	0.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
漬け物	37,38	6.8	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
葉類漬け物	37	4.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
たくあん・その他の漬け物	38	1.9	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1
果実類	39~45	0.0	0.06	0.06	0.00	0.03	0.03	0.00	0.3
生果	39~43	0.0	0.05	0.05	0.00	0.02	0.02	0.00	0.3
いちご	39	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
柑橘類	40	0.0	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
バナナ	41	0.0	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
りんご	42	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
その他の生果	43	0.0	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
ジャム	44	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
果汁・果汁飲料	45	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
きのこ類	46	0.0	0.02	0.02	0.00	0.02	0.02	0.00	0.5
藻類	47	11.3	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00	0.1
魚介類	48~60	0.4	0.08	0.08	0.00	0.13	0.13	0.00	4.6
生魚介類	48~55	0.1	0.05	0.05	0.00	0.08	0.08	0.00	3.1
あじ, いわし類	48	0.1	0.01	0.01	0.00	0.03	0.03	0.00	0.8
さけ, ます	49	0.0	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.2
たい, かれい類	50	0.0	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.2
まぐろ, かじき類	51	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.9
その他の生魚	52	0.0	0.02	0.02	0.00	0.02	0.02	0.00	0.6
貝類	53	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
いか, たこ類	54	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.2
えび, かに類	55	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.2
魚介加工品	56~60	0.3	0.03	0.03	0.00	0.05	0.05	0.00	1.5
魚介(塩蔵, 生干し, 乾物)	56	0.0	0.03	0.03	0.00	0.04	0.04	0.00	1.2
魚介(缶詰)	57	0.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.2
魚介(佃煮)	58	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
魚介(練り製品)	59	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
魚肉ハム, ソーセージ	60	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
肉類	61~69	7.7	0.22	0.22	0.00	0.12	0.12	0.00	3.1
畜肉	61~64	2.1	0.21	0.21	0.00	0.08	0.08	0.00	2.2
牛肉	61	0.9	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00	0.4
豚肉	62	0.9	0.15	0.15	0.00	0.04	0.04	0.00	1.2
ハム, ソーセージ類	63	0.3	0.05	0.05	0.00	0.02	0.02	0.00	0.6
その他の畜肉	64	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0

ビ タ ミ ン B ₆			ビタミ ンB ₁₂	葉 酸	パント テン酸	ビ タ ミ ン C			コレステ ロール	食 物 繊 維		
総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助 ・ 補 強 化 食 品 mg				総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助 ・ 補 強 化 食 品 mg		総 量 g	水溶性 g	不溶性 g
0.09	0.09	0.00	0.00	48.5	0.25	13.7	13.7	0.0	0.2	2.6	0.8	1.8
0.01	0.01	0.00	0.00	11.6	0.03	5.2	5.2	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
0.00	0.00	0.00	0.00	2.4	0.03	1.3	1.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.01	0.01	0.00	0.00	9.1	0.03	2.6	2.6	0.0	0.0	0.5	0.2	0.3
0.03	0.03	0.00	0.00	3.0	0.04	1.2	1.2	0.0	0.0	0.5	0.2	0.3
0.01	0.01	0.00	0.00	5.3	0.03	1.3	1.3	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
0.02	0.02	0.00	0.00	17.3	0.09	2.1	2.1	0.0	0.1	1.1	0.3	0.8
0.00	0.00	0.00	0.01	1.0	0.01	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.00	7.0	0.06	2.6	2.6	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
0.01	0.01	0.00	0.00	4.0	0.02	1.5	1.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.01	0.01	0.00	0.00	3.0	0.04	1.1	1.1	0.0	0.0	0.3	0.1	0.2
0.10	0.10	0.00	0.00	19.6	0.27	36.8	36.2	0.6	0.0	1.4	0.3	1.1
0.10	0.10	0.00	0.00	17.8	0.25	33.2	33.2	0.0	0.0	1.4	0.3	1.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.2	0.00	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.00	6.6	0.07	10.2	10.2	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
0.05	0.05	0.00	0.00	3.6	0.06	2.2	2.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.01	0.01	0.00	0.00	1.2	0.02	0.9	0.9	0.0	0.0	0.4	0.1	0.3
0.02	0.02	0.00	0.00	6.2	0.10	19.8	19.8	0.0	0.0	0.6	0.1	0.5
0.00	0.00	0.00	0.00	0.1	0.00	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.00	1.6	0.02	3.5	2.9	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.00	4.5	0.16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0.1	0.6
0.00	0.00	0.00	0.22	8.2	0.01	0.9	0.9	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
0.20	0.20	0.00	4.95	10.2	0.52	0.9	0.9	0.0	80.0	0.0	0.0	0.0
0.14	0.14	0.00	3.21	6.1	0.36	0.4	0.4	0.0	54.3	0.0	0.0	0.0
0.04	0.04	0.00	1.19	1.4	0.09	0.0	0.0	0.0	7.8	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.15	0.5	0.05	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.17	0.4	0.04	0.0	0.0	0.0	5.1	0.0	0.0	0.0
0.04	0.04	0.00	0.22	0.3	0.02	0.1	0.1	0.0	3.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.31	0.8	0.08	0.1	0.1	0.0	9.2	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.82	1.3	0.01	0.1	0.1	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.24	0.2	0.02	0.1	0.1	0.0	13.8	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.12	1.1	0.04	0.0	0.0	0.0	11.1	0.0	0.0	0.0
0.06	0.06	0.00	1.74	4.1	0.17	0.5	0.5	0.0	25.8	0.0	0.0	0.0
0.05	0.05	0.00	1.48	3.2	0.15	0.5	0.5	0.0	21.1	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.12	0.2	0.01	0.0	0.0	0.0	1.3	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.06	0.3	0.00	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.08	0.4	0.00	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
0.18	0.18	0.00	0.78	9.4	0.59	3.9	3.9	0.0	52.5	0.0	0.0	0.0
0.13	0.13	0.00	0.43	1.3	0.35	3.5	3.5	0.0	33.4	0.0	0.0	0.0
0.03	0.03	0.00	0.22	0.7	0.09	0.1	0.1	0.0	9.0	0.0	0.0	0.0
0.07	0.07	0.00	0.11	0.4	0.19	0.3	0.3	0.0	18.3	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.10	0.2	0.08	3.1	3.1	0.0	5.8	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.01	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0

食品群別	食品群 番号	摂取量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g	カリウム mg	カルシウム	
									総量 mg	通常の食品 mg
鳥肉	65,66	19.0	28.5	3.1	1.7	0.0	0.0	31.7	1.1	1.1
鶏肉	65	18.9	28.1	3.1	1.6	0.0	0.0	31.5	1.1	1.1
その他の鳥肉	66	0.1	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0
肉類(内臓)	67	1.3	1.6	0.2	0.1	0.0	0.0	2.2	0.1	0.1
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
鯨肉	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	34.4	52.0	4.4	3.5	0.1	0.1	44.3	17.5	17.5
乳類	71~75	135.4	100.4	4.9	5.2	8.4	0.2	200.1	161.4	159.6
牛乳・乳製品	71~74	135.1	100.2	4.9	5.2	8.4	0.2	200.0	161.3	159.5
牛乳	71	101.6	66.4	3.4	3.6	4.9	0.1	155.6	114.8	113.3
チーズ	72	2.3	7.9	0.5	0.6	0.0	0.1	1.5	14.1	14.1
発酵乳・乳酸菌飲料	73	23.1	15.0	0.8	0.3	2.2	0.0	32.0	24.4	24.3
その他の乳製品	74	8.2	11.0	0.3	0.6	1.2	0.0	10.8	7.9	7.8
その他の乳類	75	0.3	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
油脂類	76~80	10.5	92.4	0.0	10.0	0.0	0.0	0.5	0.3	0.3
バター	76	1.1	7.8	0.0	0.9	0.0	0.0	0.3	0.2	0.2
マーガリン	77	1.2	7.8	0.0	0.9	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1
植物性油脂	78	8.2	75.7	0.0	8.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
動物性油脂	79	0.1	1.1	0.0	0.1	0.0	0.0	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	25.6	85.1	1.6	2.9	13.2	0.1	43.1	12.3	11.9
和菓子類	81	10.7	31.8	0.6	0.3	6.7	0.1	13.1	2.0	2.0
ケーキ・ペストリー類	82	7.4	25.4	0.5	1.2	3.1	0.0	8.0	3.3	3.3
ビスケット類	83	1.8	9.2	0.1	0.4	1.2	0.0	2.1	1.6	1.4
キャンデー類	84	0.3	1.3	0.0	0.0	0.3	0.0	0.2	0.1	0.1
その他の菓子類	85	5.3	17.4	0.3	0.9	2.0	0.0	19.7	5.2	5.0
嗜好飲料類	86~91	616.4	80.6	1.0	0.1	7.6	0.1	167.3	19.2	19.1
アルコール飲料	86~88	98.5	56.3	0.2	0.0	2.6	0.0	20.0	2.5	2.5
日本酒	86	11.3	12.3	0.0	0.0	0.5	0.0	0.6	0.3	0.3
ビール	87	61.1	25.0	0.2	0.0	2.0	0.0	17.4	2.0	2.0
洋酒・その他	88	26.2	19.0	0.0	0.0	0.1	0.0	2.0	0.1	0.1
その他の嗜好飲料	89~91	517.9	24.4	0.8	0.1	5.0	0.1	147.3	16.8	16.7
茶	89	306.9	4.4	0.4	0.0	0.5	0.0	75.4	8.7	8.7
コーヒー・ココア	90	123.0	12.0	0.4	0.1	2.4	0.0	66.6	6.4	6.4
その他の嗜好飲料	91	87.9	8.0	0.0	0.0	2.0	0.0	5.3	1.6	1.5
調味料・香辛料類	92~98	92.0	103.3	4.2	4.8	10.5	7.2	177.5	26.9	26.9
調味料	92~97	91.8	102.6	4.1	4.8	10.4	7.2	176.6	26.6	26.6
ソース	92	2.1	2.5	0.0	0.0	0.6	0.2	4.1	1.2	1.2
しょうゆ	93	16.6	11.6	1.4	0.0	1.7	2.4	63.5	4.7	4.7
塩	94	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	1.4	0.3	0.3
マヨネーズ	95	3.3	21.7	0.1	2.3	0.1	0.1	0.8	0.7	0.7
味噌	96	11.7	22.5	1.4	0.7	2.7	1.4	47.0	11.8	11.8
その他の調味料	97	56.8	44.4	1.2	1.8	5.4	1.7	59.8	7.9	7.9
香辛料・その他	98	0.2	0.6	0.0	0.0	0.1	0.0	0.9	0.3	0.3
補助栄養素・特定保健用食品	99	11.6	10.4	0.2	0.2	1.5	0.0	0.2	4.7	1.2

ウ ム 補助・ 強化食品 mg	マグネ シウム mg	リ ン mg	鉄			亜 鉛 mg	銅 mg	ビタミ ンA μgRE	ビタミ ンD μg	ビタミンE		
			総 量 mg	通常 の食 品 mg	補 助・ 強化食品 mg					総 量 mgα-TE	通常 の食 品 mgα-TE	補 助・ 強化食品 mgα-TE
0.0	3.2	21.7	0.1	0.1	0.0	0.21	0.01	5.3	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	3.1	21.5	0.1	0.1	0.0	0.21	0.01	5.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.2	2.4	0.1	0.1	0.0	0.05	0.01	65.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	3.8	62.0	0.6	0.6	0.0	0.45	0.03	49.5	1.0	0.4	0.4	0.0
1.8	15.1	137.5	0.0	0.0	0.0	0.58	0.02	49.9	0.0	0.2	0.2	0.0
1.8	15.1	137.5	0.0	0.0	0.0	0.58	0.02	49.8	0.0	0.2	0.2	0.0
1.5	10.5	94.3	0.0	0.0	0.0	0.41	0.01	37.5	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.5	15.7	0.0	0.0	0.0	0.07	0.00	6.4	0.0	0.0	0.0	0.0
0.1	3.3	19.9	0.0	0.0	0.0	0.08	0.00	3.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.1	0.9	7.5	0.0	0.0	0.0	0.03	0.00	2.7	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	13.6	0.0	1.7	1.7	0.0
0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	5.5	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	8.0	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.0	1.5	1.5	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	4.7	23.8	0.2	0.2	0.0	0.18	0.03	15.1	0.1	0.3	0.3	0.0
0.0	1.9	8.0	0.1	0.1	0.0	0.09	0.02	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.7	7.9	0.1	0.1	0.0	0.04	0.01	10.2	0.0	0.1	0.1	0.0
0.2	0.3	1.5	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	1.8	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.2	1.9	6.4	0.1	0.1	0.0	0.04	0.01	2.3	0.0	0.1	0.1	0.0
0.1	16.3	25.8	0.5	0.5	0.0	0.10	0.04	2.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	4.1	9.1	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.1	0.8	0.0	0.0	0.0	0.01	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	3.8	8.1	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.2	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.1	12.3	16.7	0.5	0.5	0.0	0.09	0.04	2.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	5.0	5.8	0.4	0.4	0.0	0.01	0.03	2.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	7.1	9.7	0.1	0.1	0.0	0.03	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.1	0.2	1.1	0.0	0.0	0.0	0.06	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	26.3	71.1	1.0	1.0	0.0	0.36	0.06	7.0	0.0	0.8	0.8	0.0
0.0	26.1	70.7	1.0	1.0	0.0	0.36	0.06	7.0	0.0	0.8	0.8	0.0
0.0	0.5	0.3	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	10.5	26.3	0.3	0.3	0.0	0.14	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.6	2.4	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	1.6	0.0	0.4	0.4	0.0
0.0	8.5	19.9	0.5	0.5	0.0	0.13	0.04	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
0.0	5.7	21.9	0.2	0.2	0.0	0.07	0.01	5.1	0.0	0.2	0.2	0.0
0.0	0.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
3.5	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.1	2.3	0.0	2.3

食品群別	食品群 番号	ビタミン K μg	ビ タ ミ ン B ₁			ビ タ ミ ン B ₂			ナイア シン mgNE
			総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助・ 強化食品 mg	総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助・ 強化食品 mg	
鳥 肉	65,66	5.5	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00	0.8
鶏 肉	65	5.4	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00	0.8
そ の 他 の 鳥 肉	66	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
肉 類 (内 臓)	67	0.1	0.00	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00	0.1
そ の 他 の 肉 類	68,69	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
鯨 肉	68	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
そ の 他 の 肉・加工品	69	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
卵 類	70	4.2	0.02	0.02	0.00	0.14	0.14	0.00	0.0
乳 類	71~75	2.2	0.05	0.05	0.00	0.20	0.20	0.00	0.1
牛 乳・乳 製 品	71~74	2.2	0.05	0.05	0.00	0.20	0.20	0.00	0.1
牛 乳	71	1.9	0.04	0.04	0.00	0.15	0.15	0.00	0.1
チ ー ズ	72	0.1	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.0
発 酵 乳・乳 酸 菌 飲 料	73	0.1	0.01	0.01	0.00	0.03	0.03	0.00	0.0
そ の 他 の 乳 製 品	74	0.1	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.0
そ の 他 の 乳 類	75	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
油 脂 類	76~80	14.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
バ タ ー	76	0.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
マ ー ガ リ ン	77	0.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
植 物 性 油 脂	78	13.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
動 物 性 油 脂	79	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
そ の 他 の 油 脂	80	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
菓 子 類	81~85	1.2	0.02	0.02	0.00	0.08	0.03	0.05	0.2
和 菓 子 類	81	0.4	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
ケ ー キ・ペ ス ト リ ー 類	82	0.6	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.0
ビ ス ケ ッ ト 類	83	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
キ ャ ン デ ー 類	84	0.0	0.00	0.00	0.00	0.05	0.00	0.05	0.0
そ の 他 の 菓 子 類	85	0.2	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.1
嗜 好 飲 料 類	86~91	2.7	0.01	0.00	0.01	0.16	0.15	0.01	1.7
ア ル コ ー ル 飲 料	86~88	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.4
日 本 酒	86	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
ビ ー ル	87	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.4
洋 酒・そ の 他	88	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
そ の 他 の 嗜 好 飲 料	89~91	2.7	0.01	0.00	0.01	0.15	0.14	0.01	1.3
茶	89	2.7	0.00	0.00	0.00	0.12	0.12	0.00	0.5
コ ー ヒ ー・コ コ ア	90	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.7
そ の 他 の 嗜 好 飲 料	91	0.0	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00	0.01	0.0
調 味 料・香 辛 料 類	92~98	6.7	0.04	0.04	0.00	0.06	0.06	0.00	0.9
調 味 料	92~97	6.7	0.03	0.03	0.00	0.06	0.06	0.00	0.9
ソ ー ス	92	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
し ょ う ゆ	93	0.0	0.01	0.01	0.00	0.03	0.03	0.00	0.2
塩	94	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
マ ヨ ネ ー ズ	95	4.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
味 噌	96	1.3	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00	0.2
そ の 他 の 調 味 料	97	1.0	0.02	0.02	0.00	0.02	0.02	0.00	0.5
香 辛 料・そ の 他	98	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0
補 助 栄 養 素・特 定 保 健 用 食 品	99	0.0	0.65	0.00	0.65	0.30	0.00	0.30	0.3

ビ タ ミ ン B ₆			ビタミ ンB ₁₂	葉 酸	パント テン酸	ビ タ ミ ン C			コレステ ロール	食 物 繊 維		
総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助・ 強化食品 mg				μg	μg	mg		総 量 mg	通常の 食品 mg	補 助・ 強化食品 mg
0.05	0.05	0.00	0.04	1.1	0.18	0.2	0.2	0.0	15.8	0.0	0.0	0.0
0.05	0.05	0.00	0.04	1.1	0.18	0.2	0.2	0.0	15.7	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.30	7.1	0.05	0.1	0.1	0.0	3.3	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.32	12.4	0.47	0.0	0.0	0.0	144.9	0.0	0.0	0.0
0.04	0.04	0.00	0.43	6.7	0.68	1.1	1.1	0.0	16.7	0.0	0.0	0.0
0.04	0.04	0.00	0.43	6.7	0.68	1.1	1.1	0.0	16.7	0.0	0.0	0.0
0.03	0.03	0.00	0.31	4.6	0.56	0.9	0.9	0.0	11.7	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.07	0.6	0.00	0.0	0.0	0.0	1.8	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.04	1.3	0.09	0.1	0.1	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.01	0.1	0.03	0.1	0.1	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	2.5	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	2.2	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.03	4.2	0.15	0.8	0.4	0.4	14.6	0.4	0.1	0.3
0.01	0.01	0.00	0.01	1.4	0.05	0.2	0.2	0.0	2.2	0.2	0.0	0.2
0.00	0.00	0.00	0.02	1.5	0.05	0.0	0.0	0.0	9.1	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.2	0.01	0.0	0.0	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.01	1.2	0.04	0.2	0.2	0.0	2.6	0.1	0.0	0.1
0.07	0.06	0.01	0.05	43.1	0.16	14.7	12.7	2.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.03	0.03	0.00	0.05	3.8	0.05	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.02	0.02	0.00	0.05	3.8	0.05	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.04	0.03	0.01	0.00	39.3	0.11	14.7	12.7	2.0	0.0	0.1	0.0	0.1
0.03	0.03	0.00	0.00	39.2	0.08	12.7	12.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.1	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.01	0.00	0.01	0.00	0.0	0.00	2.0	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.06	0.06	0.00	0.16	15.4	0.18	0.4	0.4	0.0	5.6	0.7	0.1	0.6
0.06	0.06	0.00	0.16	15.3	0.18	0.4	0.4	0.0	5.6	0.7	0.1	0.6
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.03	0.03	0.00	0.02	5.4	0.08	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.00	0.00	0.00	0.01	0.1	0.02	0.0	0.0	0.0	4.4	0.0	0.0	0.0
0.01	0.01	0.00	0.01	6.7	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1	0.5
0.02	0.02	0.00	0.13	3.2	0.08	0.4	0.4	0.0	1.2	0.2	0.1	0.1
0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.56	0.00	0.56	0.00	0.2	0.01	16.0	1.2	14.8	0.0	0.0	0.0	0.0