

【追補情報】

『調理学の基本 第五版』

2023年4月28日に「日本食品標準成分表（八訂）増補2023年」が公表されました。これに伴い、教科書に掲載する内容が一部変更となりますので、以下に更新一覧を記すとともに、該当ページのPDFを提供いたします。

株式会社 同文書院 編集部

掲載箇所	更新前	更新後
第1章 調理学の基礎 4. 食品成分表の理解と活用 P.25 9～10行	日本食品標準成分表 2020年版 （八訂）の収載食品数は、食品成分表2015年版より増加し、 2,478食品 となっている	日本食品標準成分表（八訂） 増補2023年 の収載食品数は、食品成分表2015年版より 347食品増加して2,538食品 となっている
第1章 調理学の基礎 4. 食品成分表の理解と活用 P.25 17～25行	アミノ酸成分表 2020年版 に収載された食品数は 1,953食品 であり、脂肪酸成分表 2020年版 の収載食品数は 1,921食品 となっている。炭水化物成分表 2020年版 に収載された食品数は 1,075食品 、うち有機酸を収載している食品数は 409食品 である。これらの成分表における食品群の分類および配列は、日本食品標準成分表 2020年版 （八訂）に	（八訂）増補2023年 アミノ酸成分表編に収載された食品数は 1,999食品 であり、同脂肪酸成分表編の収載食品数は 1,967食品 となっている。同炭水化物成分表編に収載された食品数は 1,101食品 、うち有機酸を収載している食品数は 443食品 である。これらの成分表における食品群の分類および配列は、日本食品標準成分表（八訂） 増補2023年 に
第1章 調理学の基礎 4. 食品成分表の理解と活用 P.25 表1-4-1	食品数を更新（更新ページ PDF 参照）	
第1章 調理学の基礎 4. 食品成分表の理解と活用 P.28 20～21行	（6）食品成分表 2015年版 （七訂）には、家庭や給食でよく食べられる市販のそう菜 41種類 が収載されている。	（6）食品成分表（八訂） 増補2023年 には、家庭や給食でよく食べられる市販のそう菜 55種類 が収載されている。
第1章 調理学の基礎 4. 食品成分表の理解と活用 P.28 参考文献	・文部科学省 科学技術・学術審議会資源調査分科会編『 日本食品標準成分表2015年版 （七訂）』全国官報販売協同組合、2015	・文部科学省 科学技術・学術審議会資源調査分科会編「 日本食品標準成分表 （八訂） 増補2023年 」 2023

2

食品成分表の構成と内容

食品成分表は、わが国において常用される食品の標準的な成分値を収載するもので、その成分値は品種等の要因によって変動する。加工品は原材料の配合割合や加工方法の相違等により製品の成分値に幅*1があり、調理食品は調理方法により成分値に差がでる。食品成分表では、これらの数値の変動要因を十分考慮し、分析値や文献値等をもとに標準的な成分値を定め、「1食品1標準成分値*2」が原則として収載されている。

1) 収載食品

日本食品標準成分表（八訂）増補2023年の収載食品数は、食品成分表2015年版より347食品増加して2,538食品となっている（表1-4-1参照）。これらは18群に分類され、植物性食品、動物性食品、加工食品の順に掲載されている。なお、食品成分表2015年版の「18調理加工食品類」は、2020年版より「18調理済み流通食品類」に名称を変更している。食品群は、それぞれ大分類、中分類、小分類、細分の4段階に配列されている（表1-4-2参照）。また、食品ごとに5桁の食品番号*3がつけられている。

一方、（八訂）増補2023年 アミノ酸成分表編に収載された食品数は1,999食品であり、同脂肪酸成分表編の収載食品数は1,967食品となっている。同炭水化物成分表編に収載された食品数は1,101食品、うち有機酸を収載している食品数は443食品である。これらの成分表における食品群の分類および配列は、日本食品標準成分表（八訂）増補2023年に準じている。

表1-4-1 食品群別収載食品数

食品群	食品数
1 穀類	208
2 いも及びでん粉	70
3 砂糖及び甘味類	31
4 豆類	113
5 種実類	46
6 野菜類	413
7 果実類	185
8 きのこと類	56
9 藻類	58
10 魚介類	471
11 肉類	317
12 卵類	23
13 乳類	59
14 油脂類	34
15 菓子類	187
16 し好飲料類	64
17 調味料及び香辛料類	148
18 調理済み流通食品類	55
合計	2,538

表1-4-2 食品の分類・配列・食品番号（一例）

食品番号	食品群	区分	大分類	中分類	小分類	細分
01002	穀類 01	—	あわ	—	精白粒 002	—
01020	穀類 01	—	こむぎ	[小麦粉]	強力粉	1等 020
10332	魚介類 10	(かに類)	がざみ	—	生 332	—

*1 成分値の幅（一例）第3章第1節第1項「ヒジキ」参照。

*2 標準成分値 国内において年間を通じ普通に摂取する場合の全国的な平均値を表すという概念に基づき求められた値。

*3 食品番号 最初の2桁は食品群に、次の3桁は収載順位（小分類または細分）にあてられている。

い、廃棄部を含めた原材料重量（食品材料購入量）が求められる。

<原材料重量（食品材料購入量）の算出式>

$$\text{廃棄部を含めた原材料重量 (g)} = \frac{\text{調理前の可食部重量 (g)} \times 100}{100 - \text{廃棄率 (\%)}}$$

3) 食品成分表の利用における注意点

食事設計などで食品成分表を利用する際には、次のような注意が必要である。

- (1) 栄養価を計算する場合、ビタミンAは**レチノール活性当量**、ビタミンEは α -トコフェロール、ナイアシンはナイアシン当量の数値をそれぞれ用いる。
- (2) 肉類については、種類、部位、脂身の有無などに留意する。牛肉および豚肉は原則として「脂身つき」「皮下脂肪なし」「赤肉」が記載され、部位によっては「脂身」が記載されている。
- (3) 野菜類や果実類については、食習慣などによって皮の利用や食べ方が異なるので、実態に合わせた食品成分表の活用が重要である。
- (4) 緑黄色野菜として取り扱うものは、生の状態で可食部100g当たりのカロテン（ β -カロテン当量をさす）含量が600 μ g以上の野菜と、トマト、ピーマンなどのようにカロテン含量が600 μ g未満であっても摂取量や摂取頻度が多く、実際に有効なカロテン源となっている野菜である。
- (5) 生しいたけは、栽培方法別（原木栽培・菌床栽培）で記載されているが、ほとんどが菌床栽培品である。品質表示基準で栽培方法の表示が義務付けられているので、その表示に合わせて食品成分表を利用する。
- (6) 食品成分表（八訂）増補2023年には、家庭や給食でよく食べられる市販のそう菜55種類が記載されている。各そう菜100g当たりのエネルギーおよび栄養素の平均値・最大値・最小値が記載されているので、これらの数値を参考にすることができる。

参考文献

・文部科学省 科学技術・学術審議会資源調査分科会編「日本食品標準成分表（八訂）増補2023年」
2023