



高尾ぶどうの栄養成分を調査してみました！  
 文部科学省の定める一般的なぶどうの栄養成分との比較表

		可食部 100 g 当たり																	
食品番号	索引番号	食品名	ビタミン											ビタミンD	ビタミンE				ビタミンK
			ビタミンA					レチノール 活性当量	ビタミンE										
			レチノール	α-カロテン	β-カロテン	β-クリプトキサンチン	β-カロテン当量		α-トコフェロール	β-トコフェロール	γ-トコフェロール	δ-トコフェロール							
													単位				(..... mg .....)		
①	07116	1004	ぶどう 皮なし 生	Tr	(0)	0	21	0	21	2	(0)	0.1	0	0.2	0	廃棄部位：果皮及び種子 廃棄率：大粒種の場合20%			
②	07178	1005	ぶどう 皮つき 生	1	(0)	Tr	39	0	39	3	(0)	0.4	0	0.2	0	ポリフェノール：0.2 g			
			<b>高尾ぶどう(皮つき)</b>	<b>3</b>	-	<b>34</b>	/	/	<b>3</b>	/	<b>0.8</b>	-	<b>0.3</b>	-	<b>7</b>	ポリフェノール：0.11 g			
			<b>皮なしぶどうとの対比</b>		-	<b>#DIV/0!</b>	/	/	<b>14.3%</b>	/	<b>#DIV/0!</b>	-	<b>#DIV/0!</b>	-	<b>#DIV/0!</b>				
			<b>皮つきぶどうとの対比</b>	<b>300.0%</b>	-	<b>#VALUE!</b>	/	/	<b>7.7%</b>	/	<b>#DIV/0!</b>	-	<b>#DIV/0!</b>	-	<b>#DIV/0!</b>				

※①、②の数値は文部科学省の日本食品標準成分表2020年版（八訂）より引用

※検出なしは『-』、検査なしはセルに『/』を入力

高尾ぶどうの栄養成分を調査してみました！  
 文部科学省の定める一般的なぶどうの栄養成分との比較表

食品番号	索引番号	食品名	可食部 100 g 当たり										備考				
			ビタミ														
			ビタミンB1	ビタミンB2	ナイアシン	ナイアシン当量	ビタミンB6	ビタミンB12	葉酸	パントテン酸	ビオチン	ビタミンC		アルコール	食塩相当量		
単位	(..... mg .....)				(..... µg.....)		mg	µg	mg	(.....g.....)							
①	07116	1004	ぶどう 皮なし 生	-	0.04	0.01	0.1	0.1	0.04	(0)	4	0.10	0.7	2	-	0	廃棄部位：果皮及び種子 廃棄率：大粒種の場合20%
②	07178	1005	ぶどう 皮つき 生	22	0.05	0.01	0.2	0.2	0.05	(0)	19	0.04	1.0	3	-	0	ポリフェノール：0.2 g
			高尾ぶどう(皮つき)	0.06	-	/	/	/	/	/	4	/	6	/	/	/	ポリフェノール：0.11 g
			皮なしぶどうとの対比	#VALUE!	-	/	/	/	/	#DIV/0!	/	/	857.1%	/	/	/	
			皮つきぶどうとの対比	0.3%	-	/	/	/	/	#DIV/0!	/	/	600.0%	/	/	/	

※①、②の数値は文部科学省の日本食品標準成分表2020年版（八訂）より引用

※検出なしは『-』、検査なしはセルに『/』を入力