

よく食べられている牛肉・鶏肉・豚肉・魚類・貝エビタコ類・魚卵の結果

牛肉	総プリン体
カタバラ	77.7
カタローズ	90.2
スネ	106.4
ヒレ	98.4
モモ	110.8
モモ(生)	135.2
平均値	103.1
中央値	102.4
鶏肉	総プリン体
ササミ	153.9
手羽	137.5
ムネ	141.2
モモ	122.9
平均値	138.9
中央値	139.4
豚肉	総プリン体
カタ	81.4
カタスネ	107.6
カタバラ	90.8
カタローズ	95.1
バラ	75.8
ヒレ	119.7
ローズ	90.9
平均値	94.5
中央値	90.9

魚類	総プリン体
ウナギ	92.1
カツオ	211.4
銀ダラ(身)	123.3
サケ	119.3
サワラ	139.3
サンマ	154.9
タラ	98.0
ヒラメ	133.4
ブリ	120.8
ホッケ	150.0
マアジ	165.3
マイワシ	210.1
マガレイ	113.0
マグロ	157.4
マサバ	122.1
マダイ	128.9
ムツ(身)	150.8
平均値	140.6
中央値	133.4
貝エビタコ類	総プリン体
スルメイカ	186.8
タコ	137.3
シバエビ	144.2
アサリ	145.5
カキ	184.5
ハマグリ	104.5
ホタテ	76.5
ウニ	137.3
平均値	139.6
中央値	140.8

魚卵	総プリン体
イクラ	3.7
スジコ	15.7
タラコ	120.7
明太子	169.3
平均値	77.4
中央値	68.2

よく食べられている食材を抜粋した結果

食品	平均値	中央値
牛肉	103.1	102.4
鶏肉	138.9	139.4
豚肉	94.5	90.9
レバー	272.3	284.8
魚	154.8	133.4
魚干物	272.3	284.8
貝類・エビ・タコ	139.2	140.8
魚卵	77.4	68.2
魚白子	467.6	467.6

mg/100g