

平成20年度水産映像 海の恵みと日本人シリーズ「海苔」
訂正に関するお知らせ

訂正前

画面

ノリの必須アミノ酸組成と成人一日あたりの所要量
出典:五訂増補食品成分表

	イソロイシン	ロイシン	リジン	メチオニン	シスチン	フェニルアラニン	チロシン	スレオニン	トリプトファン	バリン	ヒスチジン
ほしのり 3g	45	81	57	25.2	19.2	42	36	54	14.4	72	16.2
成人一日 所要量	13	19	16	17		19		9	5	13	16

ノリの必須アミノ酸組成と成人一日あたりの所要量
出典:五訂増補食品成分表

	イソロイシン	ロイシン	リジン	メチオニン	シスチン	フェニルアラニン	チロシン	スレオニン	トリプトファン	バリン	ヒスチジン
ほしのり 3g	45	81	57	25.2	19.2	42	36	54	14.4	72	16.2
成人一日 所要量	13	19	16	17		19		9	5	13	16

ナレーション

例えば、21 cm × 19 cmのノリ1枚、およそ3グラムで、成人が平均して一日に必要なとする、人間の体内ではつくりだすことができない「必須アミノ酸」が補えます。

訂正後

画面

ほしのり1枚(3g)当たりの必須アミノ酸量
(単位 mg)

イソロイシン	ロイシン	リジン	メチオニン	シスチン	フェニルアラニン	チロシン	スレオニン	トリプトファン	バリン	ヒスチジン
45	81	57	25.2	19.2	42	36	54	14.4	72	16.2

「改訂日本食品アミノ酸組成表」より作成

ほしのり1枚(3g)当たりの必須アミノ酸量
(単位 mg)

イソロイシン	ロイシン	リジン	メチオニン	シスチン	フェニルアラニン	チロシン	スレオニン	トリプトファン	バリン	ヒスチジン
45	81	57	25.2	19.2	42	36	54	14.4	72	16.2

「改訂日本食品アミノ酸組成表」より作成

ナレーション

例えば、21 cm × 19 cmのノリ1枚、およそ3グラムには、人間の体内では作り出すことができない「必須アミノ酸」が、このようにバランスよく含まれています。