

目 次

1 食品の分類

1-1 食品とは	2
1-2 食品の分類	3
1-2-1 原材料の起源による分類	3
1-2-2 生産様式による分類	3
1-2-3 含有成分による分類	3
1-2-4 製造・加工法による分類	3
1-2-5 供給される栄養素による分類	4
1-2-6 食習慣による分類	5
1-2-7 食品成分表・各種統計に用いられる分類	6
1-3 食料の需給	9
1-3-1 食料自給率	9
1-3-2 食料需給表	9
1-3-3 摂取量	9
演習問題	14

2 植物性食品

2-1 穀 類	16
2-1-1 はじめに	16
2-1-2 主な穀類	21
2-2 いも類	29
2-2-1 はじめに	29
2-2-2 主ないも類	30
2-3 甘味類	34
2-3-1 はじめに	34
2-3-2 主な甘味類	35
2-3-3 オリゴ糖	36
2-4 豆 類	37
2-4-1 はじめに	37
2-4-2 主な豆類	40
2-5 種実類	45
2-5-1 はじめに	45

2-5-2	主な種実類	46
2-6	野菜類	48
2-6-1	野菜の分類	48
2-6-2	野菜類の成分	49
2-6-3	主な野菜類	52
	葉茎菜類／根菜類／果菜類／花菜類	
2-6-4	新しい野菜	57
2-6-5	香辛野菜	57
2-7	果実類	58
2-7-1	はじめに	58
2-7-2	主な果実類	60
	仁果類／準仁果類／核果類／液果類／熱帯果実類	
2-8	きのこ類	69
2-8-1	はじめに	69
2-8-2	主なきのこ類	70
2-9	藻類	73
2-9-1	はじめに	73
2-9-2	主な藻類	73
	褐藻類／紅藻類／緑藻類／らん藻類	
	演習問題	76

3 動物性食品

3-1	魚介類	86
3-1-1	はじめに	86
3-1-2	主な魚介類	89
	赤身魚類／白身魚類	
3-1-3	その他の水産動物	97
	貝類／たこ・いか類／えび・かに類／うに・くらげ・なまこ	
3-1-4	水産物加工品	101
3-2	肉類	104
3-2-1	はじめに	104
3-2-2	食肉の種類と特徴	111
3-2-3	食肉の利用と加工	115
3-3	卵類	117
3-3-1	はじめに	117
3-3-2	主な市販の卵	118
3-3-3	栄養強化卵	120

3-3-4	鶏卵の生理機能成分	121
3-3-5	鶏卵アレルギー	123
3-4	乳 類	124
3-4-1	はじめに	124
3-4-2	飲 用 乳	128
3-4-3	発酵乳製品と乳酸菌	130
3-4-4	乳 製 品	131
3-4-5	牛乳アレルギー	133
	演習問題	135

4 各種食品

4-1	食用油脂	140
4-1-1	はじめに	140
4-1-2	植物油脂	140
4-1-3	動物油脂	142
4-1-4	加工油脂	143
4-2	菓 子 類	145
4-2-1	はじめに	145
4-2-2	和 菓 子	146
4-2-3	洋 菓 子	146
4-2-4	中華菓子	146
4-3	し好飲料	148
4-3-1	はじめに	148
4-3-2	茶	149
4-3-3	コーヒー	150
4-3-4	コ コ ア	151
4-3-5	清涼飲料	152
4-3-5	ミネラルウォーター類	153
4-3-6	酒 類	153
4-4	調味料および香辛料類	156
4-4-1	調 味 料	156
4-4-2	香 辛 料	161
4-5	調理加工食品類	165
4-5-1	缶・びん詰, レトルト食品, パック食品	165
4-5-2	冷凍食品	167
4-5-3	中 食	169
	演習問題	171

演習問題解答	176
参考文献	177
索引	181