

表1 食品の調理と方法に関する分類の考え方

食品群コード	穀類、いもおよびでん粉類、砂糖および甘味類、豆類、種実類、野菜類、果実類、きのこ類、藻類、魚介類、肉類、卵類、乳類、油脂類、菓子類、嗜好飲料類、調味料及び香辛料類、調理加工食品類		
調理法コード*1	加熱調理	湿式調理	ゆでる、煮る(煮汁に調味料を加え、煮汁も料理の一部とする調理法)、蒸す、炊飯、圧力調理、湿式その他*2
		乾式調理	焼く・炒める(フライパン)*3、焼く(オーブン・グリル)*4、焼く(その他)*5、揚げる、煎る、燻す、乾式その他
		電子レンジ	電子レンジ(マイクロ波)加熱*7
		加熱調理その他*8	
	非加熱調理	洗う・研ぐ、切る、混ぜる・和える、漬ける・浸す、ミキサー、絞る、おろす、冷凍・冷蔵・解凍、その他	
ゆで汁等への流出の合算	なし(主材料のみを測定している場合)		
	あり(ゆで汁、煮汁、肉汁など、主材料以外への流出分を合算している場合)		
加熱温度	100℃未満、100℃*9、101～150℃、151～200℃、201～250℃、251～300℃		
加熱調理の調理時間	1分未満、2分未満、3分未満、3～6分未満、6～10分未満、20分未満、60分未満、60分以上		
添加物等	添加物なし、塩、醤油・味噌等、酢等(酸性添加物)、重曹等(塩基性添加物)、油、生鮮材料*10		

*1 調理法が加熱および非加熱調理の両方にまたがる場合(例えば「浸漬」した後に「蒸す」、あるいは「冷凍」した後に「電子レンジ調理」等)、それぞれの加熱調理のカテゴリに分類した。

*2 ブランチング、無菌調理(オートクレーブ)、缶詰加工、レトルトパウチ処理、無水調理(少量の水がある条件を含む)、真空調理、湯煎などを含む。

*3 ホットプレート調理を含む

*4 閉鎖空間で輻射熱+直火で焼いている場合。Bake, Broil, Grill, Roast等を含む。

*5 網焼きのような解放空間で直火焼きしている場合。「parch」は直火かフライパン焼きか不明であったためその他に分類。

*7 電子レンジを用いたゆで調理、蒸し調理、肉類の焼き調理等はすべてここに分類した。

*8 フラスコ内加熱、「cooked」表記のみ、牛乳を鍋あるいはガラス皿で加熱等の条件を含む。

*9 加熱温度の表記が無く、単に「ゆでる」「煮る」の場合は、100℃として分類した。

*10 生の大根おろしに対する、生のニンジン、きゅうり、カボチャなどの添加(ビタミン分解酵素が残存している)である。