

調理後のビタミンKの残存率(「機能性食品開発プロジェクト」C-1、ウ②)(2016年3月15日)

	食品名	調理条件	ビタミンK 残存率(%) mean±SD (n)	文献ID
06. 野菜類	ニンジン(冷)	ゆでる(ゆで時間不明)	91 (1)	191
		電子レンジ調理(加熱時間不明)	82 (1)	191
	ホウレンソウ	ゆでる(ゆで時間不明)	147 (1)	191
		電子レンジ調理(加熱時間不明)	124 (1)	191
14. 油脂類	とうもろこし油	加熱(185°C、20~40分)	85±1.1 (2)	17
	サフラワー油	加熱(185°C、20~40分)	95±0 (2)	17
	大豆油	加熱(185°C、20~40分)	90±3.4 (2)	17
	なたね油	加熱(185°C、20~40分)	93±1.1 (2)	17
	落花生油	加熱(185°C、20~40分)	85±1.1 (2)	17
	ひまわり油	加熱(185°C、20~40分)	98±1.1 (2)	17