

表4 日本人のたんぱく質供給量

タンパク質摂取量(g) / 日/人			
<u>動物性</u>		<u>植物性</u>	
魚介類	18.9	米	13.2
肉類	14.0	大豆製品	10.0
乳製品	6.6	小麦製品	9.0
鶏卵	5.5	その他	7.0
総摂取量		平均 84.2g/日/人	

農水省・食料需給表より算出(過去約10年間の平均値)