



OILS

油脂

油脂の脂肪酸組成表

油脂の脂肪酸組成表

主な植物油脂の主要脂肪酸組成

脂肪酸組成 (%)	カプリル酸	カプリン酸	ラウリン酸	ミリスチン酸	パルミチン酸	パルミトレイン酸	ステアリン酸	オレイン酸
炭素数：二重結合数	8:0	10:0	12:0	14:0	16:0	16:1	18:0	18:1
あまに油	-	-	-	-	6.0	0.5	3.5	17.0
サフラワー油	ハイリノール	-	-	0.0	6.4	0.0	2.5	16.8
	ハイオレリック	-	-	0.0	6.4	0.0	2.5	16.8
ぶどう油	-	-	-	-	6.7	0.0	4.0	17.2
大豆油	-	-	-	0.0	10.6	0.0	4.1	25.3
ひまわり油	ハイリノール	-	-	0.0	6.3	0.1	3.7	30.8
	ハイオレリック	-	-	0.0	3.7	0.1	2.8	83.7
とうもろこし油	-	-	-	-	11.2	0.1	1.9	30.7
綿実油	-	-	-	0.6	19.5	0.5	2.3	19.0
ごま油	-	-	-	-	9.4	0.1	5.6	39.7
なたね油	ローエルシック	-	-	0.0	4.1	0.2	1.8	64.0
	ハイエルシック	-	-	-	2.8	0.2	1.0	16.0
こめ油	-	-	-	0.3	16.5	0.2	1.9	43.6
落花生油	-	-	1.0	-	9.5	-	4.5	52.5
オリーブ油（輸入品）	-	-	-	-	11.8	0.8	2.9	75.2
パーム油	-	-	0.3	1.0	44.6	0.2	4.3	39.4
パームオレイン	-	-	0.3	1.0	35.4	0.2	3.7	46.1
パーム核油	2.7	2.9	46.8	16.3	9.0	0.0	2.6	16.7
やし油	5.9	5.3	47.7	19.0	9.7	-	3.2	7.1
ひまし油	-	-	-	-	1	-	1	4

脂肪酸組成 (%)	リノール酸	リノレン酸	アラキジン酸	エイコセン酸	ペヘン酸（ペヘニン酸）	エルカ酸（エルシン酸）	リグノセリン酸	
炭素数：二重結合数	18:2	18:3	20:0	20:1	22:0	22:1	24:0	
あまに油	16.0	58.5	0.5	0.5	-	-	-	
サフラワー油	ハイリノール	73.0	0.4	0.2	0.2	-	0.1	
	ハイオレリック	13.7	0.2	0.4	0.3	-	0.2	
ぶどう油	71.3	0.4	0.2	0.2	0.0	-	-	
大豆油	52.2	6.6	0.4	0.2	0.4	-	0.2	
ひまわり油	ハイリノール	57.6	0.1	0.3	0.2	0.7	0.3	
	ハイオレリック	7.8	0.2	0.3	0.3	0.9	0.3	
とうもろこし油	54.1	1.1	0.4	0.3	0.1	-	0.2	
綿実油	56.7	0.8	0.3	0.1	0.1	-	0.0	
ごま油	43.9	0.3	0.6	0.2	0.1	-	0.0	
なたね油	ローエルシック	18.7	8.8	0.6	1.1	0.3	0.2	
	ハイエルシック	12.0	8.8	0.8	6.6	0.6	47.7	
こめ油	34.3	1.3	0.7	0.6	0.2	-	0.4	
落花生油	30.0	0.5	3.0	1.0	2.0	0.5	2.0	
オリーブ油	7.0	0.6	0.5	0.3	0.2	0.0	0.4	
パーム油	9.4	0.1	0.4	0.1	0.0	-	0.0	
パームオレイン	12.5	0.2	0.3	-	0.0	-	0.0	
パーム核油	2.6	-	0.1	0.1	0.0	-	0.0	
やし油	1.7	0.0	0.1	0.0	-	-	0.0	
ひまし油	4	1	C18:1 OH 酸 89					

資料：公益財団法人 日本油脂検査協会 平成 26 年食用植物油脂の脂肪酸組成結果等参照
※値は平均値です（一部除く）。0.0 は 0.1% 以下です。

生産地、含油量、物性、脂肪酸組成

[1] 食用油

種類	生産国	含油量 %	ヨウ素価	融点 凝固点 °C	脂肪酸組成						
					C16:0	C18:0	C18:1	C18:2	C18:3	C22:1	
なたね油	ローエルシツク	中国 カナダ フランス 豪州	種子 35 ~ 45	101 ~ 122	0 ~ -12	4.1	1.8	64.0	18.7	8.8	0.2
	ハイエルシツク	中国 インド カナダ フランス	種子 35 ~ 45	110 ~ 126	0 ~ -12	2.8	1.0	16.0	12.0	8.8	47.7
大豆油	米国 ブラジル アルゼンチン 中国	種子 16 ~ 22	114 ~ 138	-7 ~ -8	10.6	4.1	25.3	52.2	6.6	-	
とうもろこし油	米国 中国 E.U.	胚芽 40 ~ 55	103 ~ 130	-10 ~ -15	11.2	1.9	30.7	54.1	1.1	-	
こめ油(こめぬか油)	日本 米国 タイ	米ぬか 15 ~ 21	92 ~ 115	-5 ~ -10	16.5	1.9	43.6	34.3	1.3	-	
サフラワー油	ハイリノール	インド 米国 メキシコ エチオピア	種子 25 ~ 40	140 ~ 150	-5	6.4	2.5	16.8	73.0	0.4	-
	ハイオレリック	米国 メキシコ 豪州 中国	種子 25 ~ 40	114 ~ 138	-5	4.8	2.0	78.1	13.7	0.2	-
ごま油	インド ミャンマー 中国 スーダン	種子 45 ~ 56	103 ~ 118	-3 ~ -6	9.4	5.6	39.7	43.9	0.3	-	
綿実油	中国 インド パキスタン 米国	種子 15 ~ 25	102 ~ 120	4 ~ -6	19.5	2.3	19.0	56.7	0.8	-	
綿実ステアリン	-	-	-	-	45	2	15	46	-	-	

[2] 食用、非食用植物油

種類	生産国	含油量 %	ヨウ素価	融点 凝固点 °C	脂肪酸組成							
					C8:0	C10:0	C12:0	C14:0	C16:0	C18:0	C18:1	C18:2
パーム油	インドネシア マレーシア タイ	果実 51 ~ 57	50 ~ 55	33 ~ 39	-	-	0.3	1.0	44.6	4.3	39.4	9.4
パームオレイン	同上		56 ~ 72	24 以下	-	-	0.3	1.0	35.4	3.7	46.1	12.5
パーム核油	同上	種子 46 ~ 57	19 ~ 24	25 ~ 30	2.7	2.9	46.8	16.3	9.0	2.6	16.7	2.6
やし油	フィリピン インドネシア	コブラ 65 ~ 75	14 ~ 25	20 ~ 28	5.9	5.3	47.7	19.0	9.7	3.2	7.1	1.7

[3] 非食用植物油脂(工業用)

種類	生産国	含油量 %	ヨウ素価	融点 凝固点 °C	脂肪酸組成				
					C8:0	C10:0	C12:0	C14:0	C16:0
あまに油	カナダ 中国 インド ロシア	種子 28 ~ 44	168 ~ 190	-17 ~ -18	6.0	3.5	17.0	16.0	58.5
ひまし油	インド 中国 ブラジル	種子 35 ~ 37	81 ~ 91	-10 ~ -18	1	1	4	4	1
					C18:1 OH 酸 89				
桐油	中国 アルゼンチン パラグアイ	種子 50 ~ 60	145 ~ 176	-17 ~ -21	3	2	6	7	83 共役脂肪酸 (α 71、 β 12)