

順位	ジャンル	食品名	含有量
1位	穀類	小麦たんぱく 粉末状	29000mg
2位	調味料及び香辛料類	(だし類) 顆粒和風だし	25000mg
3位	乳類	(その他) カゼイン	19000mg
4位	豆類	分離大豆たんぱく 塩分無調整タイプ	17000mg
5位	豆類	分離大豆たんぱく 繊維状大豆たんぱく	13000mg
6位	卵類	卵白 乾燥卵白	12000mg
7位	豆類	大豆たんぱく 濃縮大豆たんぱく	12000mg
8位	豆類	凍り豆腐 乾	11000mg
9位	魚介類	かずのこ 乾	11000mg
10位	豆類	湯葉 干し、乾	11000mg
11位	穀類	焼きふ 車ふ	11000mg
12位	穀類	焼きふ 釜焼きふ	11000mg
13位	肉類	その他 ゼラチン	10000mg
14位	魚介類	しらす干しかたくちいわし、まいわし等の幼魚 たたみいわし	10000mg
15位	穀類	小麦たんぱく パースト状	10000mg
16位	魚介類	まだら別名：干しだら	10000mg
17位	乳類	ナチュラルチーズ パルメザン	9900mg
18位	魚介類	加工品 削り節	9800mg
19位	魚介類	加工品 かつお節	9800mg
20位	豆類	大豆たんぱく 粒状大豆たんぱく	9800mg