

表二. 部分食物和食物配料中的穀氨酸含量

Table 2: Glutamate content in some foods and food ingredients

食物／食物配料 Foods/Food ingredients		結合穀氨酸 Bound glutamate (百萬分率ppm)	游離穀氨酸 Free glutamate (百萬分率ppm)
乳製品 Dairy products	牛奶 Cow's milk	8 190	20
	巴馬臣芝士 Parmesan cheese	98 470	12 000
肉類／家禽 Meat/Poultry	豬肉 Pork	23 250	230
	牛肉 Beef	28 460	330
	雞肉 Chicken	33 090	440
魚類 Fish	三文魚 Salmon	22 160	200
	馬鮫魚 Mackerel	23 820	360
蔬菜 Vegetables	蘑菇 Mushroom	-	420
	蕃茄 Tomato	2 380	1 400
調味料 Seasonings	蠔油 Oyster sauce	-	9 000
	豉油 Soy sauce	-	4 120 - 12 640
	魚露 Fish sauce	-	7 270 - 13 830
	味精 MSG	-	780 900