

# おやき

名称	焼おやき、蒸しおやき
種類	原材料名
野沢菜	野沢菜(国産)、小麦粉、醤油、砂糖、油、味噌、魚醤、イースト、塩、昆布、鰹節、鷹の爪（一部に小麦・大豆を含む）
きのこ	小麦粉(国産)、舞茸、しめじ、椎茸、みりん、酒、油、たまり醤油、味噌、砂糖、イースト、塩、醤油、鰹節、煮干、昆布（一部に小麦・大豆を含む）
やさい	キャベツ(国産)、小麦粉、味噌、人参、にら、砂糖、大根、油、醤油、みりん、イースト、塩、昆布、煮干、鰹節（一部に小麦・大豆を含む）
ポテト	じゃが芋(国産)、小麦粉、玉ねぎ、豚肉、油、バター、塩、砂糖、イースト、ブラックペッパー（一部に小麦・大豆・乳・豚肉を含む）
あんこ	小豆(国産)、砂糖、小麦粉、油、塩、イースト（一部に小麦・大豆を含む）
なす	なす(国産)、小麦粉、味噌、砂糖、油、イースト、塩（一部に小麦・大豆を含む）
切干大根	小麦粉(国産)、大根、人参、みりん、油、たまり醤油、味噌、醤油、椎茸、砂糖、イースト、塩、鰹節、煮干、昆布（一部に小麦・大豆を含む）
かぼちゃ	かぼちゃ(国産)、小麦粉、砂糖、酒、バター、塩、イースト（一部に小麦・大豆・乳を含む）
にら	にら(国産)、白菜、小麦粉、玉ねぎ、味噌、油、にんにく、みりん、ごま、鰹節、煮干、昆布（一部に小麦・大豆・ごまを含む）
内容量	1個（約100g）
賞味期限	
保存方法	冷凍庫（-18℃以下）で保存して下さい。
販売者	株式会社 美包 〒381-0012 長野県長野市柳原2485-2

## 栄養成分表示（推定値）

名称	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	
野沢菜	(焼)	187	4.8	4.6	31.7	1.7
	(むし)	157	4.5	2.5	30.0	1.7
きのこ	(焼)	178	5.8	3.4	31.0	1.0
	(むし)	148	5.6	1.3	29.0	1.0
やさい	(焼)	196	4.6	4.5	33.8	1.2
	(むし)	166	4.3	2.5	32.0	1.2
ポテト	(焼)	244	5.3	8.2	36.0	1.1
	(むし)	214	5.0	6.1	34.0	1.1
あんこ	(焼)	310	6.9	3.0	63.0	0.47
	(むし)	280	6.6	0.9	60.4	0.35

名称	熱量 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	
なす	(焼)	208	4.1	7.0	31.4	0.9
	(むし)	178	3.8	5.0	29.2	0.8
切干大根	(焼)	199	4.1	3.8	36.0	1.2
	(むし)	169	3.8	1.8	33.7	1.2
かぼちゃ	(焼)	220	3.8	3.2	42.0	0.6
	(むし)	190	3.5	1.1	40.0	0.5
にら	(焼)	195	4.8	5.3	30.0	0.8
	(むし)	165	4.6	3.3	28.0	0.8

### ◆注意点

- ・常温での放置や加熱後の再冷凍はお避けください。
- ・レンジで温めすぎますと皮が固くなる場合がありますのでご注意ください。
- ・おやきに霜が付着している場合がありますが、製造後の出来たておやきを冷凍しているため、湯気が凍ってできるもので、品質・安全性に問題はございません。
- ・本品製造施設内では、「そば・小麦・卵・乳・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・くるみ・ごま・さば・りんご・バナナ」を含む製品を製造しています。

召し上がり方は、うら面です