

# お や き

名称	焼おやき、蒸しおやき
種類	原材料名
野沢菜	野沢菜漬け、(国内製造)、小麦粉、油、醤油、(本醸造)、砂糖、味噌、魚醤、イースト、塩、昆布粉、鰹粉、鷹の爪、(一部に小麦・大豆を含む)
きのこ	舞茸、(国産)、小麦粉、椎茸、しめじ、めんつゆ(注2)、油、味醂、酒、溜醤油、(本醸造)、味噌、砂糖、イースト、塩、(一部に小麦・大豆を含む)
やさい	キャベツ、(国産)、小麦粉、切干大根、味噌、人参、だし(注1)、にら、油、砂糖、味醂、醤油、(本醸造)、イースト、塩、昆布粉、鰹粉、(一部に小麦・大豆を含む)
ポテト	じゃが芋、(国産)、小麦粉、玉葱、豚肉、油、バター、塩、砂糖、イースト、黒胡椒、(一部に小麦・乳・大豆・豚肉を含む)
あんこ	小豆餡、(国内製造)、小麦粉、砂糖、油、イースト、塩、(一部に小麦・大豆を含む)(蒸しは油不使用)
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	切干大根、(国内製造)、小麦粉、めんつゆ(注2)、だし(注1)、人参、味醂、油、椎茸、味噌、溜醤油、(本醸造)、砂糖、イースト、塩、(一部に小麦・大豆を含む)
かぼちゃ	かぼちゃ、(国産)、小麦粉、冰糖蜜、酒、砂糖、油、イースト、塩、バター、発酵バター、(一部に小麦・乳・大豆を含む)(蒸しは油不使用)
にら	にら、(国産)、白菜、小麦粉、玉葱、味噌、油、味醂、だし、(注1)、にんにく、ごま、砂糖、イースト、塩、(一部に小麦・大豆・ごまを含む)
	(注1) 上記原材料表中の だし、(鰹厚削り節、煮干、昆布)(国内製造)には以上の原材料を使用しています。 (注2) 上記原材料表中の めんつゆ、(だし(鰹厚削り節、煮干、昆布)(国内製造)、醤油、(本醸造)、味醂、砂糖、(一部に小麦・大豆を含む))には以上の原材料を使用しています。
内容量	1個(100g)
賞味期限	
保存方法	冷凍庫(-18℃以下)で保存して下さい。
製造者	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) 1個100gあたり	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)	194.5	4.8	5.4	31.7	1.7
(蒸し)	156.5	4.5	2.5	29.5	1.7
きのこ (焼)	186.2	5.8	4.2	30.9	1.0
(蒸し)	148.2	5.6	1.3	28.7	1.0
やさい (焼)	204.0	4.6	5.4	33.8	1.2
(蒸し)	166.0	4.3	4.5	31.6	1.2
ポテト (焼)	252.0	5.3	9.0	36.0	1.1
(蒸し)	214.0	5.0	6.1	33.8	1.1
あんこ (焼)	293.1	6.1	4.5	55.6	0.5
(蒸し)	255.1	5.8	1.6	53.4	0.4

栄養成分表示 (推定値) 1個100gあたり	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)	216.0	4.1	7.9	31.4	0.9
(蒸し)	178.0	3.8	5.0	29.2	0.8
切干大根 (焼)	207.1	4.1	4.7	36.0	1.2
(蒸し)	169.1	3.8	1.8	33.7	1.2
かぼちゃ (焼)	228.1	3.8	4.0	42.1	0.6
(蒸し)	190.1	3.5	1.1	39.8	0.5
にら (焼)	203.0	4.8	6.2	30.0	0.8
(蒸し)	165.0	4.6	3.3	27.8	0.8

## 注 意 点

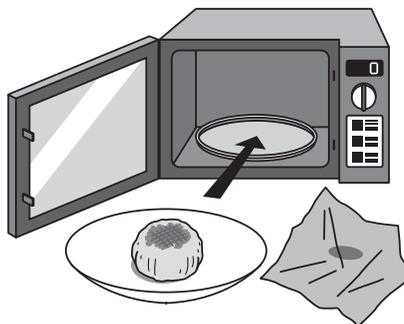
- ・常温での放置や加熱後の再冷凍はお避けください。
- ・レンジで温めすぎますと皮が固くなる場合がありますのでご注意ください。
- ・おやきに霜が付着している場合がありますが、製造後の出来たておやきを冷凍しているため、湯気が凍ってできるもので、品質・安全性に問題はございません。
- ・本品製造施設内では、「そば・小麦・卵・乳・大豆・牛肉・豚肉・鶏肉・くるみ・ごま・さば・りんご・バナナ」を含む製品を製造しています。

召し上がり方は、うら面です

- 弊社のおやきは皮のタイプによって、焼きおやきと蒸しおやきの2種類がございます。それぞれおすすめの温め方がございますので、下記をご参照ください。
- 焼きおやき、蒸しおやき共に解凍せずに冷凍のまま温めてください。

## 焼きおやき

● 焼きおやき  
おやきに貼ってあるシールが白文字のもの、表面にこんがりとした焼き色をつけた香ばしい皮です。



### ◆袋から出し、皿に乗せて

電子レンジで加熱してください。

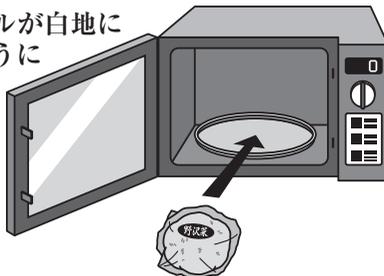
### ◆目安／500Wで1分30秒～2分

※おやき1個の目安です。個数に応じて調整してください。

※電子レンジで加熱後、フライパンで両面をさっと焼くか、オーブントースターで焼いていただくと、カリッとした食感も楽しめます。

## 蒸しおやき

● 蒸しおやき  
おやきに貼ってあるシールが白地に色文字のもの、お饅頭のように白くつるつるした皮です。



### ◆袋のまま電子レンジで加熱してください。

### ◆目安／500Wで1分30秒～2分

※おやき1個の目安です。個数に応じて調整してください。

※蒸し器で15分ほど蒸していただきますと、よりふっくらと仕上がります。(冷凍のまま袋から出して蒸してください)

品質には万全を期しておりますが、万一不都合な点がございましたら下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

● お問い合わせ先 株式会社 美包 (びほう)

〒381-0012 長野県長野市柳原2485-2 雪村そば：フリーダイヤル 0120-47-5538

信寿食：フリーダイヤル 0120-44-7519

受付：月～金曜日(9:00～17:30) 土曜日(9:00～12:00)

休日：日・祝・年末年始・盆

ホームページ：雪村そば [www.yukimura-soba.com/](http://www.yukimura-soba.com/)

信寿食 [www.biho-s.co.jp/shinjyoku](http://www.biho-s.co.jp/shinjyoku)