

『 だら焼きシリーズ 』 栄養成分一覧 1個=30gあたり

項目	だら焼き こしあん	抹茶だら焼き こしあん	紫芋だら焼き 白こしあん
エネルギー	80Kcal	80Kcal	83Kcal
水分	10.5g	10.5g	9.9g
たんぱく質	1.7g	1.7g	1.8g
脂質	0.6g	0.6g	0.6g
炭水化物	17.0g	17.0g	17.5g
(糖質)	(14.1)g	(14.1)g	(16.9)g
(食物繊維)	(2.9)g	(2.9)g	(0.6)g
灰分	0.2g	0.2g	0.2g
食塩相当量	0.1g	0.1g	0.1g
ナトリウム	45mg	45mg	39mg
カリウム	21mg	21mg	29mg
カルシウム	12mg	12mg	27mg
マグネシウム	10mg	10mg	3mg
リン	17mg	16mg	19mg
鉄	0.8mg	0.9mg	0.2mg
亜鉛	0.3mg	0.3mg	0.1mg
ビタミンA:レチノール	6μ g	6μ g	6μ g
レチノール当量	6μ g	11μ g	6μ g
ビタミンB1	0.01mg	0.01mg	0.01mg
ビタミンB2	0.02mg	0.02mg	0.02mg
ナイアシン	0.1mg	0.1mg	0.1mg
葉酸	2μ g	4μ g	4μ g
パントテン酸	0.10mg	0.10mg	0.10mg
飽和脂肪酸	0.17g	0.16g	0.16g
一価不飽和脂肪酸	0.39g	0.37g	0.39g
多価不飽和脂肪酸	0.25g	0.24g	0.24g
コレステロール	18mg	17mg	17mg