

献立表

Table with columns: 献立名, 材料名(昼食), 有機食材使用率, 栄養価. Rows include items like キヌアふりかけご飯, アマランサスご飯, ひじきご飯, etc.



鶴来学園は、「オーガニックレストランJAS認証」、「JONA上級レストラン(給食)3つ星」を取得しています。

※ 献立欄の緑色の太字の献立は、有機食材使用率が80%以上です。

※ 食材の仕入れ状況や天候等によりメニューが変更になる場合がございます。

※ このマークがある日は、スプーンを持って来てください。

★毎日の有機(オーガニック)食材の使用率を葉っぱのマークで表示しています。
4つ → 95% 使用以上 3つ → 80~95% 使用
2つ → 50~80% 使用 1つ → 50%以下

平均栄養価
エネルギー：420 kcal / たんぱく質：16.4 g / 脂質：14.1 g / カルシウム：301 mg / 鉄分：4.2 g / カリウム：827 mg / 食物繊維：7.2 g / 食塩相当量：1.6 g