

献立表

Main table with 4 columns: 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ 3時おやつ, 栄養価. Rows include items like 雑穀ご飯, 納豆和え, 黒米ご飯, 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。



有機(オーガニック)食材使用率を葉っぱのマークで表示しています。
4つ → 95%以上
3つ → 80~95%
2つ → 50~80%
1つ → 50%以下
※ 献立欄の緑色の太字で記載してある献立は、有機食材使用率が80%以上です。

平均栄養価
エネルギー : 449 kcal
たんぱく質 : 16.0 g
脂質 : 12.9 g
カルシウム : 246 mg
鉄分 : 4.0 mg
カルウム : 655 mg
食物繊維 : 6.2 g
食塩相当量 : 1.6 g
※土曜日の献立は含まれません。

今月のスチーム野菜 (野菜炊き)
・キャベツ
・人参
・玉ねぎ
・じゃが芋
・ブロッコリー

※ 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あります。

※ 離乳の完了食は同じ献立ですが、離乳用に柔らかくして提供いたします。

