



Main table with columns: 日/献立名, 献立名, 材料名(昼食・3時おやつ), 10時おやつ, 栄養価. Rows include items like キヌアごはん, アマランサスご飯, 厚揚げの南蛮漬け, 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

※献立欄の緑色で記載してある献立は、有機率が80%以上です。



平均栄養価

エネルギー：427kcal
たんぱく質：15.6g
脂質：13.9g
カルシウム：198mg
鉄分：3.5mg
カリウム：689mg
食物繊維：6.2g
食塩相当量：1.4g



今月のグリーン野菜

- 人参
玉ねぎ
だいこん
かぶ
さつまいも
ブロッコリー

のいづれかを提供します。

離乳(完了食)は、柔らかくして提供します。

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あります。

