

## 5/21(木) 給食で初めて登場する野菜 ブロッコリーケール

ブロッコリーケールは、中学生のみなさんと、同じ年くらいのまだまだ若い野菜です。

なんと、生まれたのも、みなさんが住んでいる津市なんですよ！

ブロッコリーとカーボロネロ（ケールの一種）を掛け合わせて作られたのがブロッコリーケールです。



アレッタをより長く楽しんでもらうために、開発されました。  
旬は、春と秋の2回あります。

ケールと言えば、日本では「青汁」の原料で知られており、「苦い」イメージがありますが、ブロッコリーケールは、えぐみが少なく食べやすくなっています。



ケールは、「野菜の王様」！？

ケールは、ビタミンやミネラル、食物繊維などを栄養バランス良く含まれているため、「野菜の王様」と呼ばれることがあります。

中学生に不足しやすいカルシウムは、ほうれん草と比べて約4.5倍あります！！



津市 稲葉町 で栽培されています

ナコスブロッコリーファームの  
みなさん