

ケールなのに サラダで美味しい カリノケール

POINT! / /
かわいらしいフリルは
ボリューム感を演出！
サラダも炒め物も、
さっと盛りつけるだけで
ふんわりフォトジェニックに。

体にも美味しい。栄養価の高いケール。



ミネラル

単位:mg/100g

0.38 亜鉛 キャベツの 約2倍 0.2	0.06 銅 キャベツの 約3倍 0.02	39.6 マグネシウム キャベツの 約3倍 14	0.65 マンガン キャベツの 約4.1倍 0.15
63.3 リン キャベツの 約2.3倍 27	342 カルシウム キャベツの 約8倍 43	0.95 鉄 キャベツの 約3倍 0.3	カリノケール葉 キャベツ葉

ビタミン

単位:mg/100g

βカロテン当量(μg/100g) 6310 ビタミンA キャベツの 約128倍 49	(mg/100g) 142.5 ビタミンC キャベツの 約3.5倍 41	βトコフェロール(mg/100g) 32 ビタミンE キャベツの 約32倍 0.1
---	---	--

大利根研究農場調べ

