

アフリカ生まれのスピルリナ

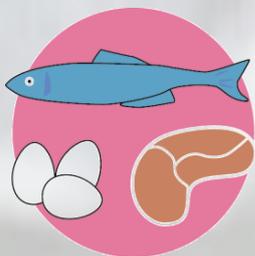
スピルリナは「いろいろな野菜やフルーツ、肉や魚を買うことができない」低所得家庭のニーズに答える、アフリカ生まれのスーパーフードです。

栄養バランスに優れた完全食

微量食用藻であるスピルリナはタンパク質が牛肉の3.2倍、しかもアミノ酸の構成が非常に良いとされています。

また免疫力の向上に欠かせないビタミンAに体内で必要量だけ変化するβカロテンを多く含みます。

さらに鉄分や亜鉛など子供の成長に欠かせないミネラル類も豊富に含んでいる、正に、完全食と言われるスーパーフードです。



タンパク質



ビタミン



ミネラル

1日、小さじ1杯

スピルリナは栄養バランスに優れているため、1日あたり小さじ1杯程度の摂取で子供が必要な栄養素を補うことができます。

お金をかけていろいろな野菜を買わなくても大丈夫、そういったシステムを作っていける食材です。