

2023年2月7日(火)食材 産地・メーカー 今日食材には★印がついています

雑穀ごはん、たくあん、魚の照り焼き、粕汁、煮豆、完熟きんかん、牛乳

黄色は熱になる

緑色は体を整える

赤色は体を作る

働きのある食材です

Main table with columns for food categories (穀類, 豆類, 魚介類, 野菜類, いもでん粉, 砂糖甘味類, 油脂類) and their origins/manufacturers. Includes star markers for specific items.