

2023年5月18日(木) 食材 産地・メーカー 今日食材には★印がついています

中華丼、フルーツポンチ、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, 野菜, 肉類, etc.), ingredients, and manufacturers. Includes color-coded cells and star markers.