

2023年6月28日(水)食材 産地・メーカー 今日食材には★印がついています

中華おこわ、魚のフライ、豆腐と卵のスープ、巨峰、ジョアストロベリー

Table with columns for food categories (穀類, 野菜, 肉類, etc.), ingredients, and manufacturers. Includes color-coded headers: 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.