

2023年10月13日(金)食材 産地・メーカー 今日食材には★印がついています

ソース焼きそば、青のり、串野菜、白玉ポンチ、アシドミルク

黄色は熱になる

緑色は体を整える

赤色は体を作る

動きのある食材です

Main table with columns for food categories (e.g., 穀類, 豆類, 魚介類, 肉類, きのこ類, 調味料) and rows for ingredients with their respective prefectures and manufacturers. Includes star markers for specific items.