

2023年11月29日(水)食材 産地・メーカー 今日食材には★印がついています

タンダーリーチキンバーガー、トマト、クリームコンスープ、バナナ、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 (e.g., 穀類, 豆類, 魚介類, 果物, 調味料) and sub-columns for ingredients, origin, and manufacturer. Includes a color-coded legend at the top.