

2024年12月2日(月)食材 産地・メーカー 今日の食材には★印がついています

麦ごはん、即席漬け、肉じゃが、種なし巨峰、アップルジュース

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, 野菜, 肉類, 魚介類), ingredients, and their origins/manufacturers. Includes a legend at the top and various food items listed in rows.