

2025年3月4日(火)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、春雨サラダ、デコポン、牛乳

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 (穀類, 果物, 野菜, いもでん粉, 砂糖甘味類, 油脂類) and sub-categories (豆類, 魚介類, 種実類, 麹類, 肉類). Each cell lists ingredients, their origin (産地), and manufacturer (メーカー).