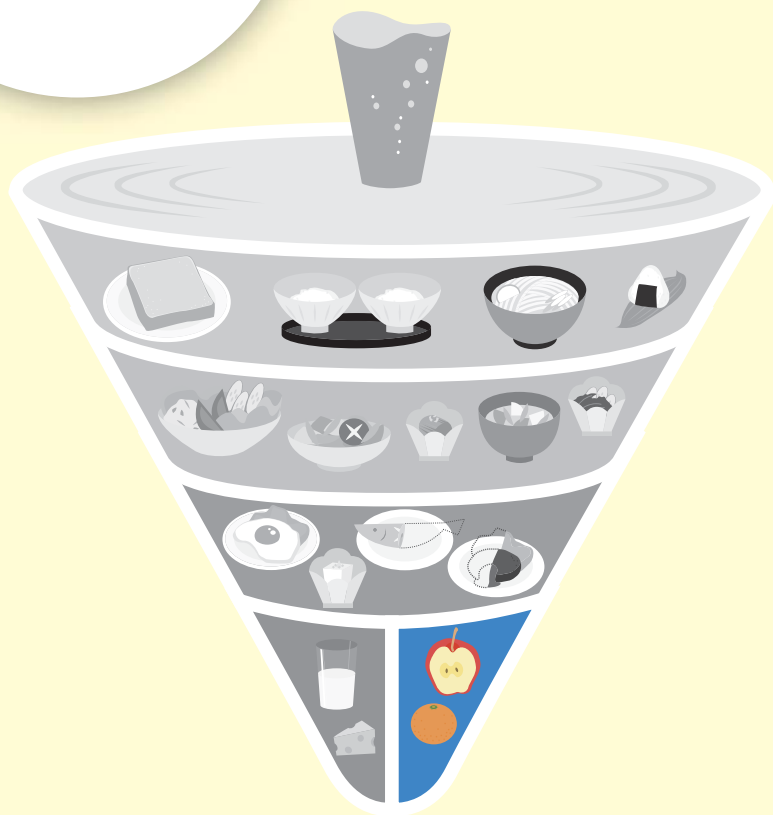


果物

きちんと食べていますか？



この料理の「つ(SV数)」

つ / 2つ
(1日分の目安)

商品名

ひとくち
メモ

料理
グループ

「果物」は、ビタミンC、カリウムの供給源であるりんご、みかん、すいか、いちごなど全ての果物を指します。