

あ 朝ごはん

しつかり食べて
元気な子

い いただきます

食への感謝
つたえよう

う うさごはん

すずめもチュンチュン
あさごはん

え えん魔さま

きれいな食べ物
ないのかな

お おいしいね

おかあさんの笑顔
ビタミンあい

か がんよぼう

食生活から
みなおそう

き 気をつけよう

塩気とりすぎ
甘いもの

く クッキング

みんなで作ると
おいしいね

け ケーキなど

食べすぎるのは
よくないね

こ ごはんをね

いっぱい食べると
せがのびる

さ 三食の

メニュー考え
認知症防止

し じいちゃんが

つくったピーマン
苦くない

す すききらい

すこし食べたら
おいしいな

せ 節分に

年の数だけ
豆を食べ

そ そば打ちで

父の技たつ
大みそか

た 大切な

命をいただき
育つぼく

ち 父留守番

母手作りの
あげずしと

つ 月夜には

月見団子と
くりご飯

て てあらいは

みんなで作るよ
きれいにね

と トマトはね

ビタミンCが
はいつてる

な 長生きの

秘けつはやはり
バランス食

に 日曜日

親子でつくる
晩ごはん

ぬ ぬきあしで

すなはまあるく
すいかわり

ね 年頭に

たてたちかいは
ダイエット

の 残さずに

食べるぼくにも
できるエコ

は ハンバーグ

おかあさんのが
世界一

ひ ひと仕事

汗をかいたら
水補給

ふ ファストより

からだにいいよ
スローフード

へ へそまわり

ちよつときになる
おにくかな

ほ 放課後の

買い食いことわり
つく家路

ま 満腹が

地獄天国
別れ行く

み みそしょうゆ

大豆が生んだ
調味料

む 無気力は

朝ごはん
ぶつとばせ

め 名探偵

朝食抜いたら
迷探偵

も もったいない

栄養ある皮
みんな捨て

や やせるより

健康守れ
三食を

ゆ ゆうごはん

みんなで食
おいしいね

よ よくかも

あじわいながら
おいしいね

ら ラーメンは

いろいろのあじ

おいしいよ

わ 若いうち

砂糖と塩は

ちよつとだけ

り 料理好き

作る楽しみ

食べる楽しみ

る 留守しては

男の料理

しえんする

れ 礼儀なの

いただきますと

ごちそうさま

ろ 露地野菜に

パワーもらって

元気な子