

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

ひ 秘けつはやはり
バランス食

に 日曜日

おやこ 親子でつくる
ばん 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

た 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
せかいいち
世界一

ひ ひと仕事

あせ 汗をかいたら
みずほきゆう 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

か 買い食いことわり
いえじ つく家路

ま 満腹が

じごくてんごく 地獄天国
わか い 別れ行く

み みそしょうゆ

だいず う 大豆が生んだ
ちようみりよう 調味料

む 無気力は

あさ 朝ごはん
ぶつとばせ

め 名探偵

ちようしよくぬ 朝食抜いたら
めいたんてい 迷探偵

も もったいない

えいよう 栄養ある皮
す みんな捨て

や やせるより

けんこうまも 健康守れ
さんしよく 三食を

ゆ ゆうごはん

みんなで食たべると
おいしいね

よ よくかもう

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