

12がつ10にち きょうのたべもの



まぐろ



ひじき



ぎゅうにく



ルウ



あぶら



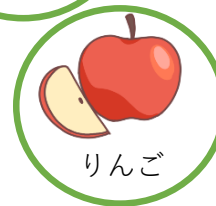
ごはん



とうもろこし



かぼちゃ



りんご



にんじん



キャベツ



たまねぎ



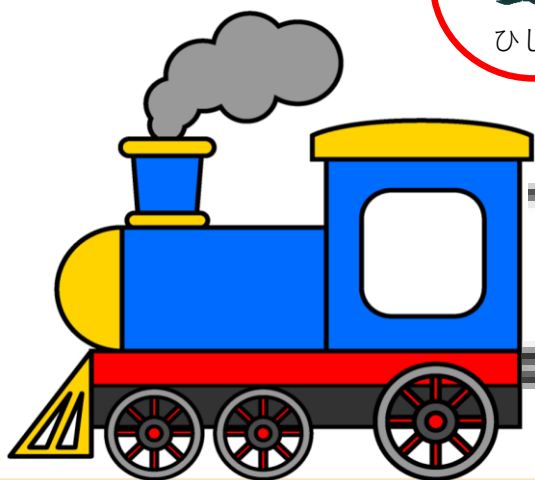
ふくじんづけ



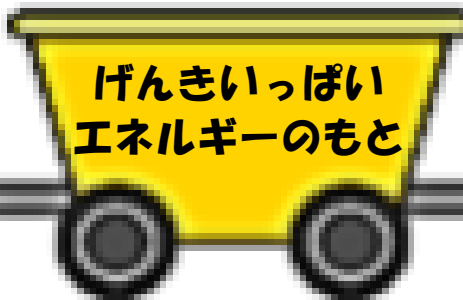
しょうが



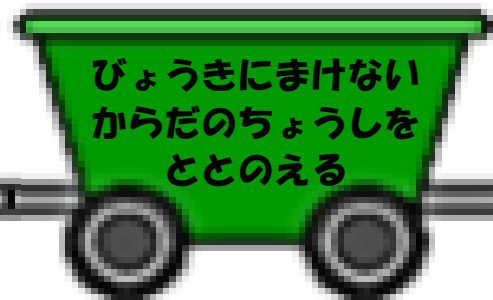
にんにく



からだを
つくるもと



げんきいっぱい
エネルギーのもと



びょうきにまけない
からだのちょうしを
ととのえる