

いつものしょくじを4つのわくにあてはめてみよう！バランスはどうか？たりないところのないようにたべよう！

やさいのおかず



おかず



やさいもしっかりたべよう！

バランスよく
たべよう！

まいつき19にちはしょくいくのひ

ごはん・ぱん



しるもの

