

そろえて 食べよう

あか き みどり

なにいろのたべものか
しらべてみよう！
3つそろえて、
こころとからだに
きんめだるがたまるよ！

からだをうごかすちからのもと



- ◆ごはん◆パン◆めん◆いも
- ◆ごま◆あぶらなど

からだをおおきくするちからのもと



- ◆さかな◆にく◆たまご◆かいそう
- ◆ぎゅうにゅう◆とうふなど

からだをびょうきからまもるちからのもと



- ◆やさい◆きのこ
- ◆くだものなど

きいろのなかま

あかいろのなかま

みどりいろのなかま