

げんきアツプ あさごはん

いちにちのはじまりは、
あさごはんから



あさごはんをしっかりたべると・・・

げんきにうごくことが
できるよ



あたまが
しっかり
はたらくよ



アツキリ



うちがでて、
おなかが
すつきりするよ

きいろ、あかいろ、みどりいろの3つのグループがそろうといいよ

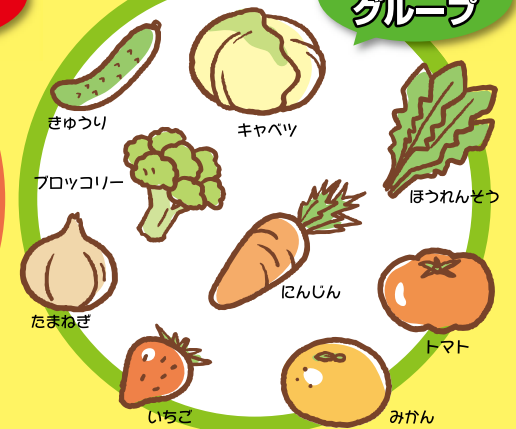
きいろの
グループ



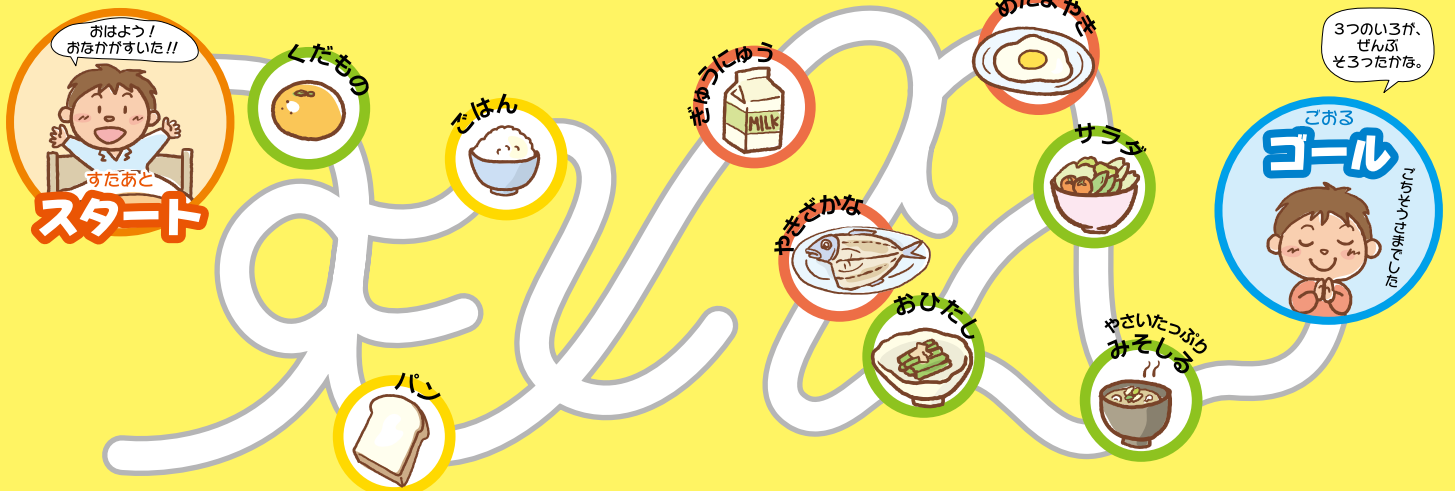
あかいろの
グループ



みどりいろの
グループ



《あさごはんめいろ》3つのいろをそろえて、ゴールまでいこう



3つのいろが、
ぜんぶ
そろったかな。

あさごはん たべたかな？

たべたひには いそをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



ソーセージ



めだまやき



みそしる



ゆでやさい



おにぎり



パン



なつとう



やきざかな



サラダ



おひたし



うどん



もち



みかん

おうちのひとのことば

せんせいのことば

あさごはん たべたかな？

たべたひには いそをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



おにぎり



パン



うどん



もち



ソーセージ



なつとう



めだまやき



やきざかな



みそしる



サラダ



みかん



ゆでやさい



おひたし

おうちのひとのことは

せんせいのことは

あせごはん たべたかな？

たべたひには いそをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



 ごはん	 コーンフレーク	 ソーセージ	 みそしる	 ゆでやさい	
 おにぎり	 パン	 なつとう	 めだまやき	 サラダ	 おひたし
 うどん	 もち	 やきざかな	 みかん		

おうちのひとのことは

せんせいのことは



あさごはん たべたかな？

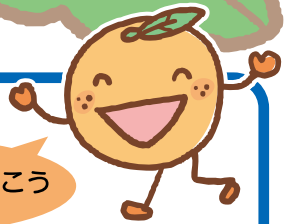
たべたひには いろをぬろう。



なにをたべたかな？ (がっ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



ソーセージ



めだまやき



みそしる



ゆでやさい



おにぎり



パン



なつとう



やきざかな



サラダ



おひたし



うどん



もち



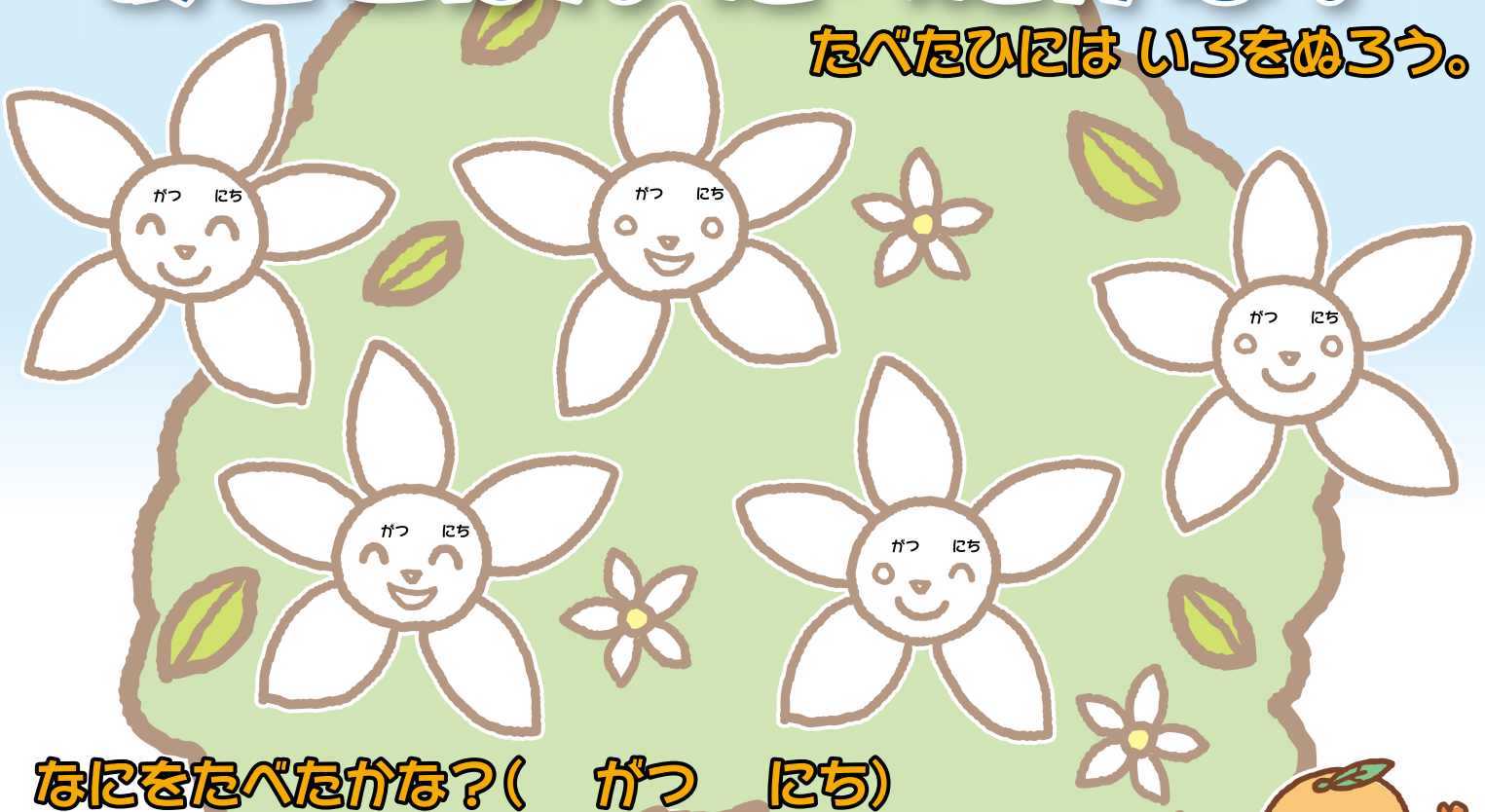
みかん

おうちのひとのことば

せんせいのことば

あさごはん たべたかな？

たべたひには いろをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



おにぎり



パン



うどん



もち



ソーセージ



なつとう



めだまやき



やきざかな



みそしる



サラダ



みかん



ゆでやさい



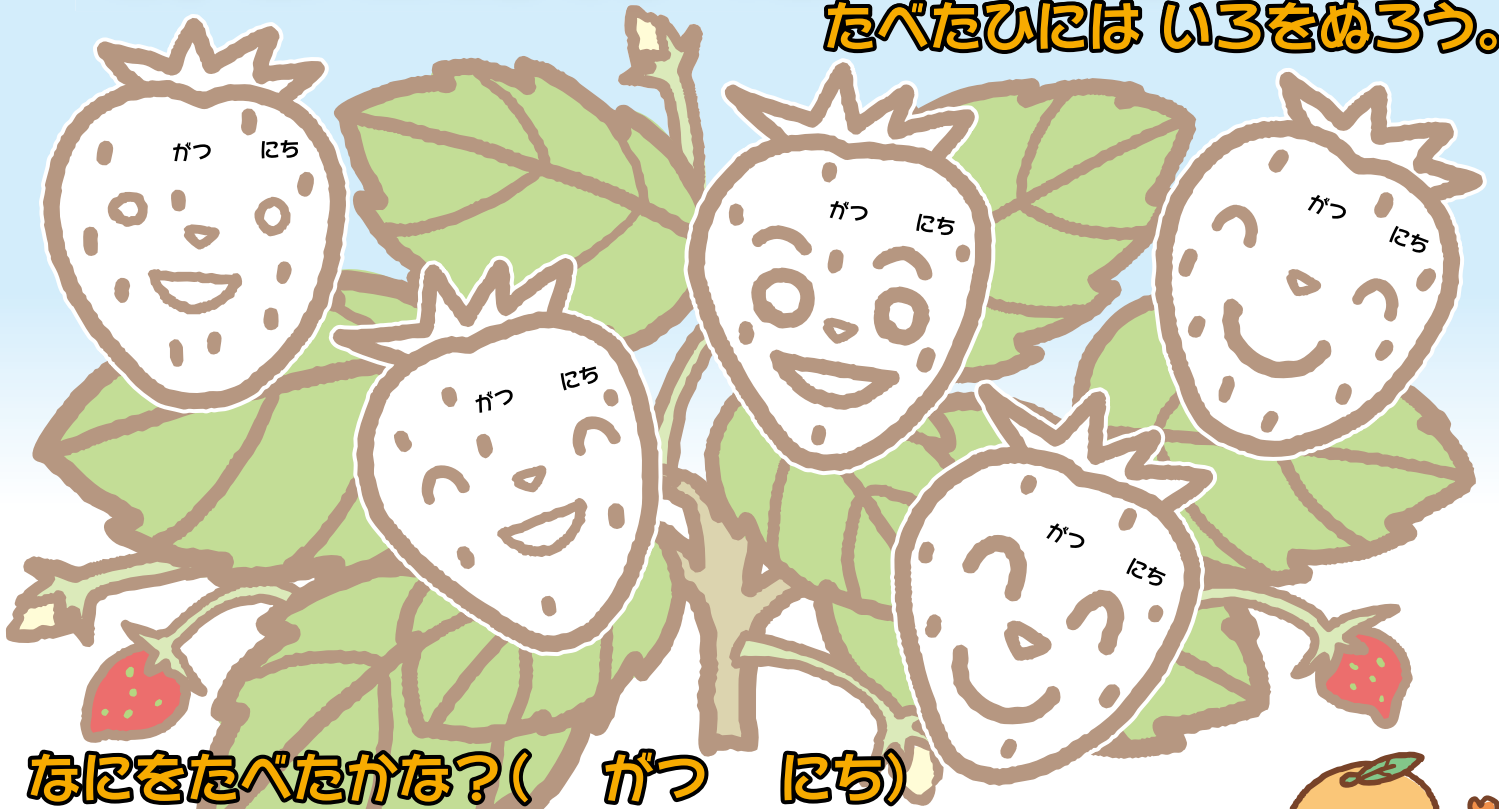
おひたし

おうちのひとのことは

せんせいのことは

あさごはん たべたかな？

たべたひには いろをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



おにぎり



パン



うどん



もち



ソーセージ



カップうどん



めだまやき



やきざかな



みそしる



サラダ



みかん



ゆでやさい



おひたし

おうちのひとのことは

せんせいのことは

あさごはん たべたかな？

たべたひには いろをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



おにぎり



パン



うどん



もち



ソーセージ



ホット



めだまやき



やきざかな



みそしる



サラダ



みかん



ゆでやさい



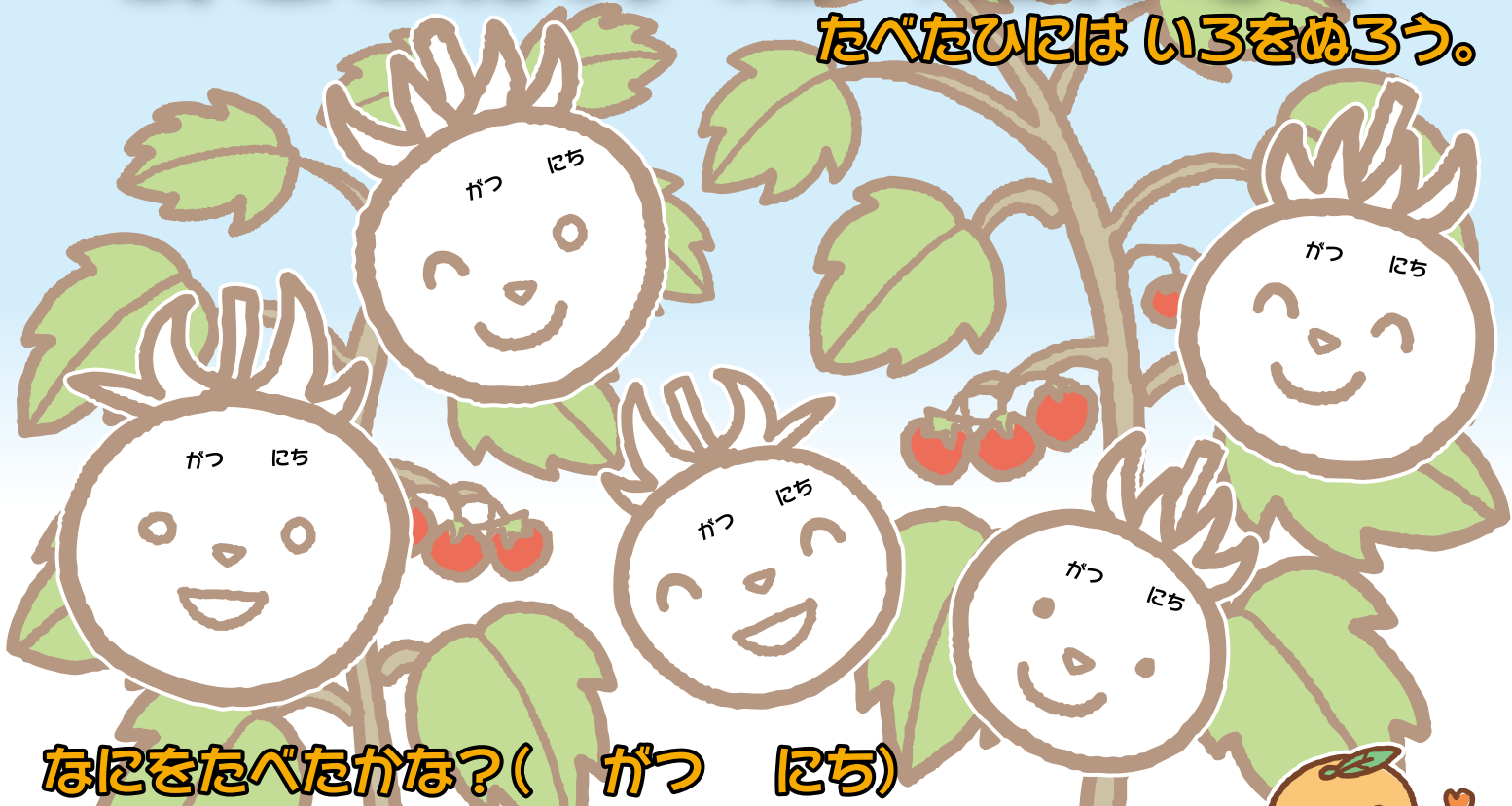
おひたし

おうちのひとのことは

せんせいのことは

あさごはん たべたかな？

たべたひには いろをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



ごはん



コーンフレーク



おにぎり



パン



うどん



もち



ソーセージ



カップうどん



めだまやき



やきざかな



みそ汁



サラダ



みかん



ゆでやさい



おひたし

おうちのひとのことは

せんせいのことは

あさごはん たべたかな？

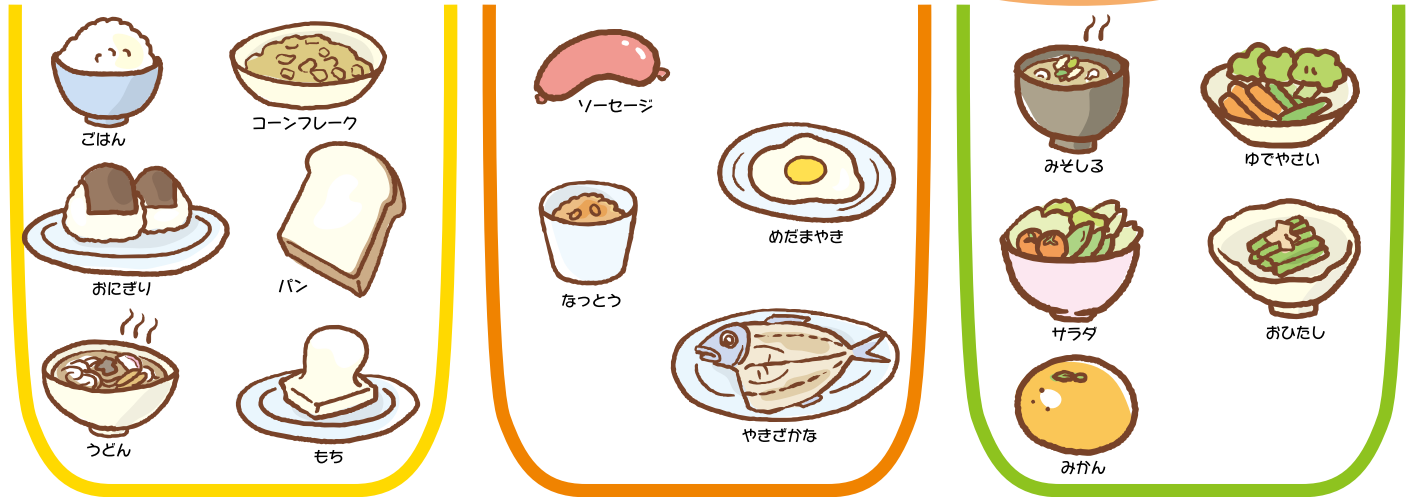
たべたひには いそをぬろう。



なにをたべたかな？ (がつ にち)

たべたものにまるをつけてみよう

じぶんのたべたものがないときは
あいているところに、たべたものをかこう



おうちのひとのことは

せんせいのことは