

みな げんき す  
皆さん！元気に過ごして  
いますか？

やさしい た  
野菜は食べていますか？  
おやつは食べ過ぎていま  
せんか？

みな じぶん つく  
皆さんが、自分で作  
れるようなバランス  
のよい料理を考えて  
みました。

ぜひ作ってみてくだ  
さい！

よく手を洗ってから作り。  
食べましょう。  
食べた後の歯みがきも  
忘れずに！！  
保健の先生

やけどに気をつけて  
楽しく作りましょう！！  
後片づけも忘れずにね  
家庭科の先生

3食バランスのよい食事を  
心がけましょう！  
好ききらいをせず食べてね♪  
給食の先生