

**おなか**



**からだ**



**あたま**



イラスト引用：文部科学省「食生活学習教材　食生活を考えよう」

＜食品カード＞　　　　　　　　　　　　　　＜料理カード＞



うどん

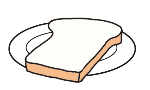
めん



パン



ごはん

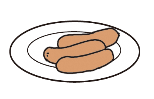


パン

ごはん



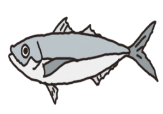
やきざかな



ウインナー

ソテー

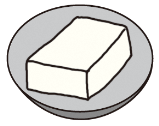
さかな



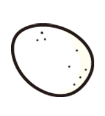
にく



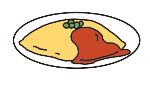
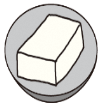
とうふ



たまご

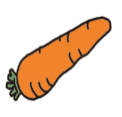


ひややっこ



オムレツ

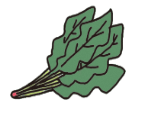
にんじん



キャベツ



ほうれんそう



ほうれんそうの

おひたし



やさいサラダ

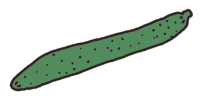


やさいいため

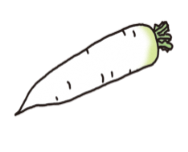
トマト



きゅうり



だいこん



イラスト引用：文部科学省｢小学生用食育教材たのしい食事つながる食育｣