



6がつ こんだてひよう



6がつのもくひよう ひとくち かいじよう : 一口20回以上よくかんで食べよう

月 (げつ)

火 (か)

水 (すい)

木 (もく)

金 (きん)

よくかんで食べるとよいことがあるよ!

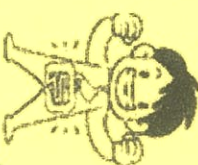
◇頭のはたらきを
よくする



◇おしばを
よぼうする



◇しようかを
たすける



まめ かわめ ぎやま さいも
まご かわさし い



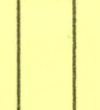
3日



4日



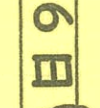
5日



6日



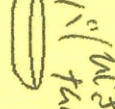
7日



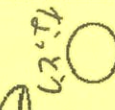
そくせきつけ
かつおのあんかけ



ビビンバ(白菜)



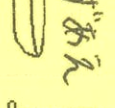
なにとろ
ぎゅうじゅう
のじょうゆ



あまずあえ



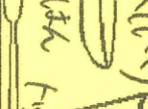
かわりごち
め



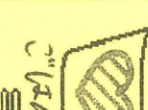
ごはん
おろし



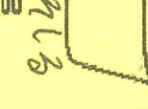
おきごはん
つゆ



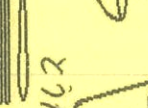
ごはん
5-6
おろし



いれもの料理
ごはん
しょうゆ
おろし



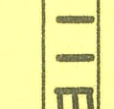
ごはん
しょうゆ
おろし



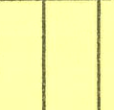
ごまずあえ



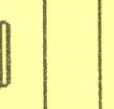
ポルチベロ
ポロ



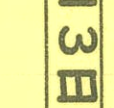
あん
あん
のり



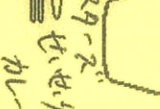
キウイ
あん



いりごち
あん



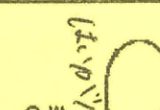
はちま
ごはん
あん



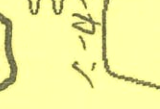
おきごはん
あん



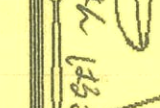
はちま
ごはん
あん



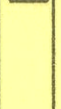
おきごはん
あん



いりごち
あん



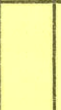
17日



18日



19日



20日



21日



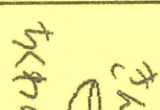
そと
ごはん
あん



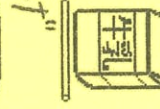
おきごはん
あん



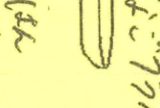
おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



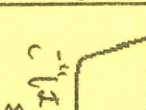
おきごはん
あん



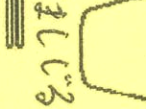
おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



24日



25日



26日



27日



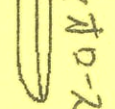
28日



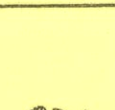
あじさい
ごはん



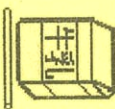
おきごはん
あん



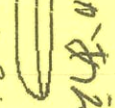
おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



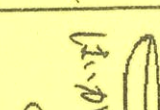
おきごはん
あん



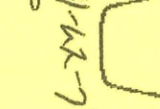
おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



おきごはん
あん



: おおもりデー



: かみかみデー



: スチコンメニュー