



ごはんのなかに はいっていることで
えいようのばらんすが よくなる にほんのたべもの

ぜんぶ みつけられたかな？



	ま	まめ	こうやどうふに → とうやどうふ (とうやどうふは だいずからつくられているよ！)
	ご	ごま	こまつなとじゃこのまぜごはん → ごま
	わ	わかめ (かいそう)	みそしる → わかめ
	や	やさい	こまつなとじゃこのまぜごはん → こまつな こうやどうふに → にんじん、いんげん
	さ	さかな	こまつなとじゃこのまぜごはん → ちりめんじゃこ (ちりめんじゃこは いわしのあかちゃんだよ！)
	し	しいたけ (きのこ)	みそしる → しいたけ
	い	いも	みそしる → じゃがいも