

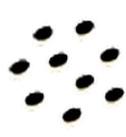


ごはんのなかに はいっていることで  
えいようのばらんすが よくなる にほんのたべもの

## ぜんぶ みつけられたかな？



	<b>ま</b>	まめ	けんちんじる →とうふ (とうふは、だいずからつくられているよ！)
	<b>ご</b>	ごま	きりぼしだいこんのあちらづけ →ごま
	<b>わ</b>	わかめ (かいそう)	きりぼしだいこんのあちらづけ → <b>きざみこんぶ</b>
	<b>や</b>	やさい	もみじごはん → <b>にんじん</b> きりぼしだいこんのあちらづけ → <b>だいこん、きゅうり</b> けんちんじる → <b>ごぼう、にんじん、ねぎ</b>
	<b>さ</b>	さかな	さばのかばやき → <b>さば</b>
	<b>し</b>	しいたけ (きのこ)	けんちんじる → <b>しいたけ</b>
	<b>い</b>	いも	けんちんじる → <b>こんにやく</b> (こんにやくは、こんにやくいもからつくられているよ！)



ま

ご

わ

や

さ

し

い

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

さがしてみよう!



みつけて たべたら  
まる○を つけよう!

	ま	まめ	
	ご	ごま	
	わ	わかめ (かいそう)	
	や	やさい	
	さ	さかな	
	し	しいたけ (きのこ)	
	い	いも	