

# お休みのあいだも元気に！食べ物ビンゴカード

カードのマスに描かれている食べ物を食べたら、そのマスに○をつけるか色をぬりましょう。

























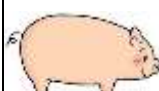
色をぬれるのは食事 1 回に3か所だけです。だから、どんなに多くても 1 日にぬることができるのは9か所だけです。ビンゴになるようによく考えて食べ物に色をぬってね。たて・よこ・ななめどこでも色をぬったマスが5こならんだら「ビンゴ!」です。いくつビンゴできるでしょうか？

お休みがおわったら、かんそうをかいてカードを担当の先生に出してください。(アレルギーなどでたべられないものは、ここにのっていないちがうたべものにかえてください。)もぐもぐコースが初級、ぱくぱくコースが中級、もりもりコースが上級です。もっとたくさんやりたい人は志木小のホームページにものっています。おうちでいんさつしてすすめてください。

志木小 栄養教諭 猪瀬里美

## ビンゴカードもぐもぐコース

年 組
名まえ

とりにく 	たまご 	きゃべつ 	じゃがいも 	さかな 
ながねぎ 	パン 	もやし 	ほうれんそう 	スパゲティ 
くだもの 	ウィンナー 	にんじん 	コーン 	しらすぼし 
きゅうり 	だいこん 	レタス 	ごはん 	のり 
ぎゅうにゅう 	うどん 	たまねぎ 	えのきだけ 	ぶたにく 

はじめた日 月 日

終わった日 月 日

### 記入例

朝ごはんが、  
パンとチーズとウィンナーとトマトとぎゅうにゅう  
だったとしたら、3つぬれます。(○でもいいです。)























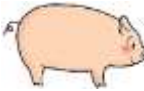




とりにく 	たまご 	きゃべつ 	じゃがいも 	さかな 
ながねぎ 	パン 	もやし 	ほうれんそう 	スパゲティ 
くだもの 	ウィンナー 	にんじん 	コーン 	しらすぼし 
きゅうり 	だいこん 	レタス 	ごはん 	のり 
ぎゅうにゅう 	うどん 	たまねぎ 	えのきだけ 	ぶたにく 

## ビンゴカードぱくぱくコース

年 組
名まえ

はじめた日 月 日

終わった日 月 日


























みそしる 	ごぼう 	あじ 	イカ 	ぎゅうにゅう 
えび 	ハム 	こまつな 	トマト 	にら 
たまねぎ 	あぶらあげ 	にんじん 	さけ 	さつまいも 
わかめ 	かぶ 	ごはん 	とうふ 	ちくわ 
ぶたにく 	きゃべつ 	ヨーグルト 	とりにく 	じゃがいも 

## ビンゴカードもりもりコース

年 組
名まえ

はじめた日 月 日

終わった日 月 日

ブロッコリー 	かぼちゃ 	チーズ 	エリンギ 	ぎゅうにゅう 
なす 	ベーコン 	かつお 	あおじそ 	ピーマン 
うめぼし 	そらまめ 	にんじん 	しいたけ 	セロリ 
ひじき 	かぶ 	ごはん 	あさり 	アスパラ 
ぶたにく 	きゃべつ 	じゃがいも 	とりにく 	なっとう 

★やってみた感想を書きましょう。

-----

-----

-----

-----