

ごはんと^たし、かり^{わっちやうしやう}食^きべて 熱中症^{ねつちゆうしやう}に気^きをつけよう

おみそ汁^{しる}ビンゴ

				
にんじん	とうふ	ちくわ	れんこん	なす
				
ズッキーニ	キャベツ	たまねぎ	うめぼし	さやえんどう
				
ごぼう	じゃがいも	すきな ぐい ざい 木 材	わかめ	ブロッコリー
				
あさり	おくら	たまご	トマト	だいこん
				
きのこ	かぼちゃ	ほうれんそう	あぶらあげ	ねぎ

ひかり味噌 公式通販