

しよくいくメモは、^{にっちよく}日直さんが^よ読んだり、^{きょうしつ}教室にはったりしてね

5 月 22 日 の しよくいくメモ



^{あした}明日はいよいよ^{うんどうかい}運動会！

^{うんどうかい}運動会にそなえて3つのやくそく

1. ^{こんや}今夜ははやく^ね寝て、しっかり^{すいみん}睡眠！
2. ^{あした}明日の朝は^{あさ}早く^{はや}起きよう！
3. ^{あさ}朝ごはんをしっかりと^た食べよう！



しっかりと^{あさ}朝ごはん

1. ごはん、パンなど^{きいろ}黄色の^た食べもの
 2. ^{にく}肉やたまご、^{さかな}魚など^{あか}赤い^た食べもの
 3. ^{やさい}野菜、きのこ、くだものなど^{みどり}緑の^た食べもの
- この3つの^た食べものがそろった朝ごはんは^{あさ}完璧！
^{あした}明日の^{うんどうかい}運動会は大活躍^{だいかつやく}まちがいなしです！
^{きょう}今日まで^{れんしゅう}練習してきたことを^{せい}精いっぱい
^だ出し切れるよう、がんばりましょう！



©fumira



^{きょう}今日の^{きゅうしょく}給食は、スタミナ^やしょうが焼
きです。^{ぶたにく}豚肉、にら、しょうがでスタ
ミナアップ！

^{ごご}午後の^{じゅんび}準備や^{あした}明日の^{うんどうかい}運動会をがんば
れるように、しっかりと^た食べましょう！