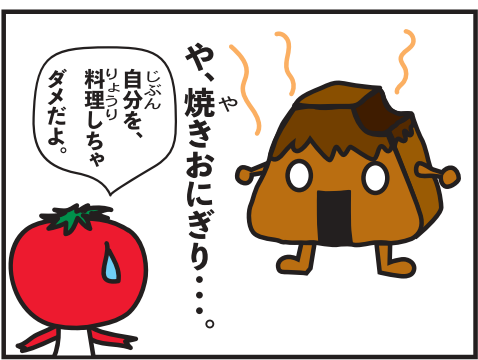
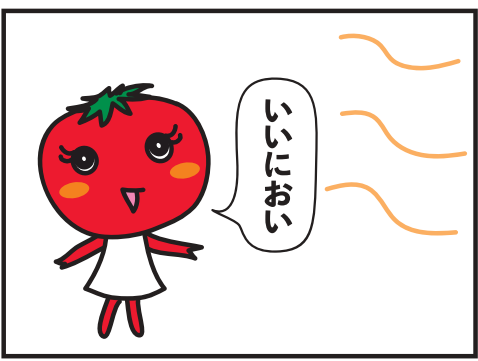
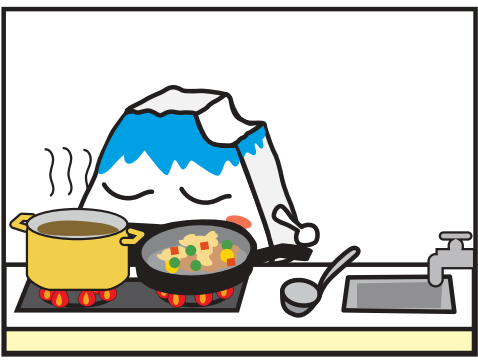
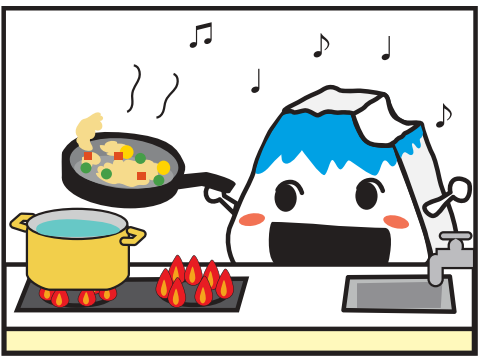
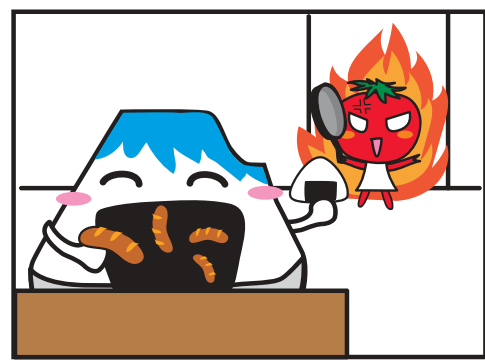
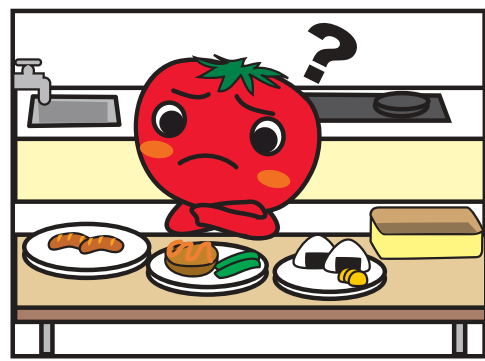
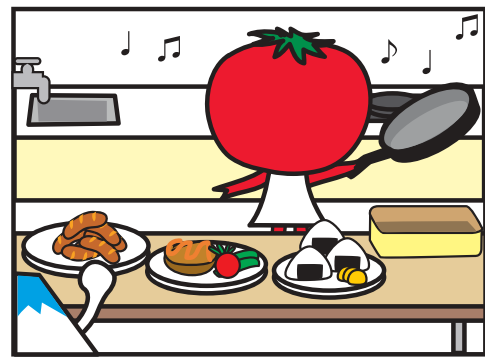
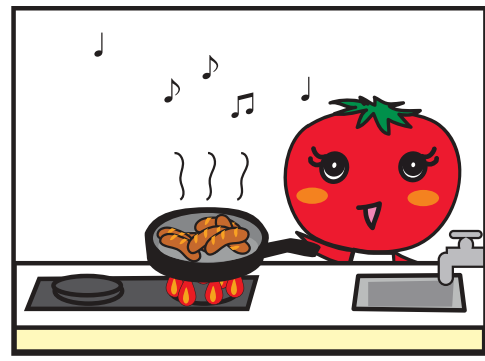


べんとう まき
「お弁当づくりはおいそがし」の巻
さく／あしざわまさひと



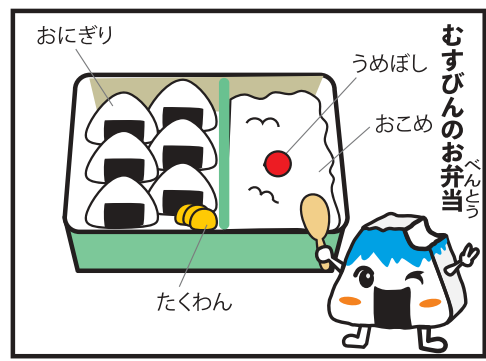
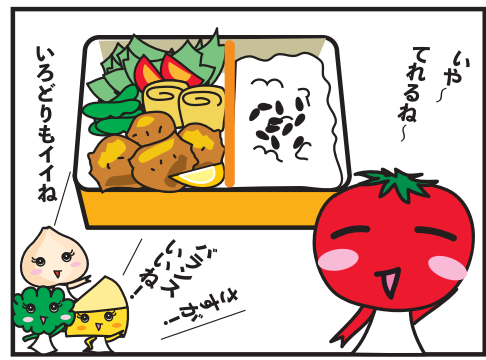
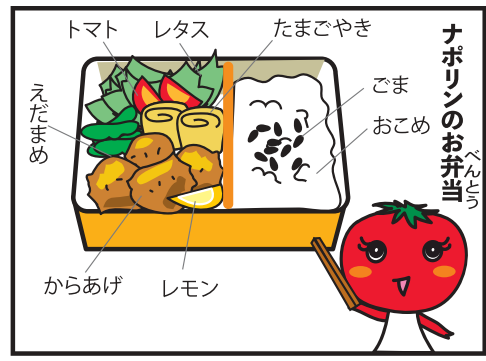
ひかげん たいせつ
火加減は、大切(笑)!
ひ め はな
火から目を離さない!
こが 焦がさないようにね!

く きんし まき
「つまみ食いは禁止です!」の巻
さく／あしざわまさひと



かんしゃ た
感謝して食べよう!
べんとう つく たいへん
お弁当を作るのは大変です。
つく えいよう ひと かんしゃ
作ってくれる人に感謝です!

いろど ゆた べんとう まき
「彩り豊かなお弁当を!」の巻
さく／あしざわまさひと



いろど き
彩りを気にしよう!
いろど ゆた しょくじ
彩りが豊かな食事は、
えいよう ゆた
栄養バランスも豊かです!