

# しょくひんぐん 3つの食品群のおはなし

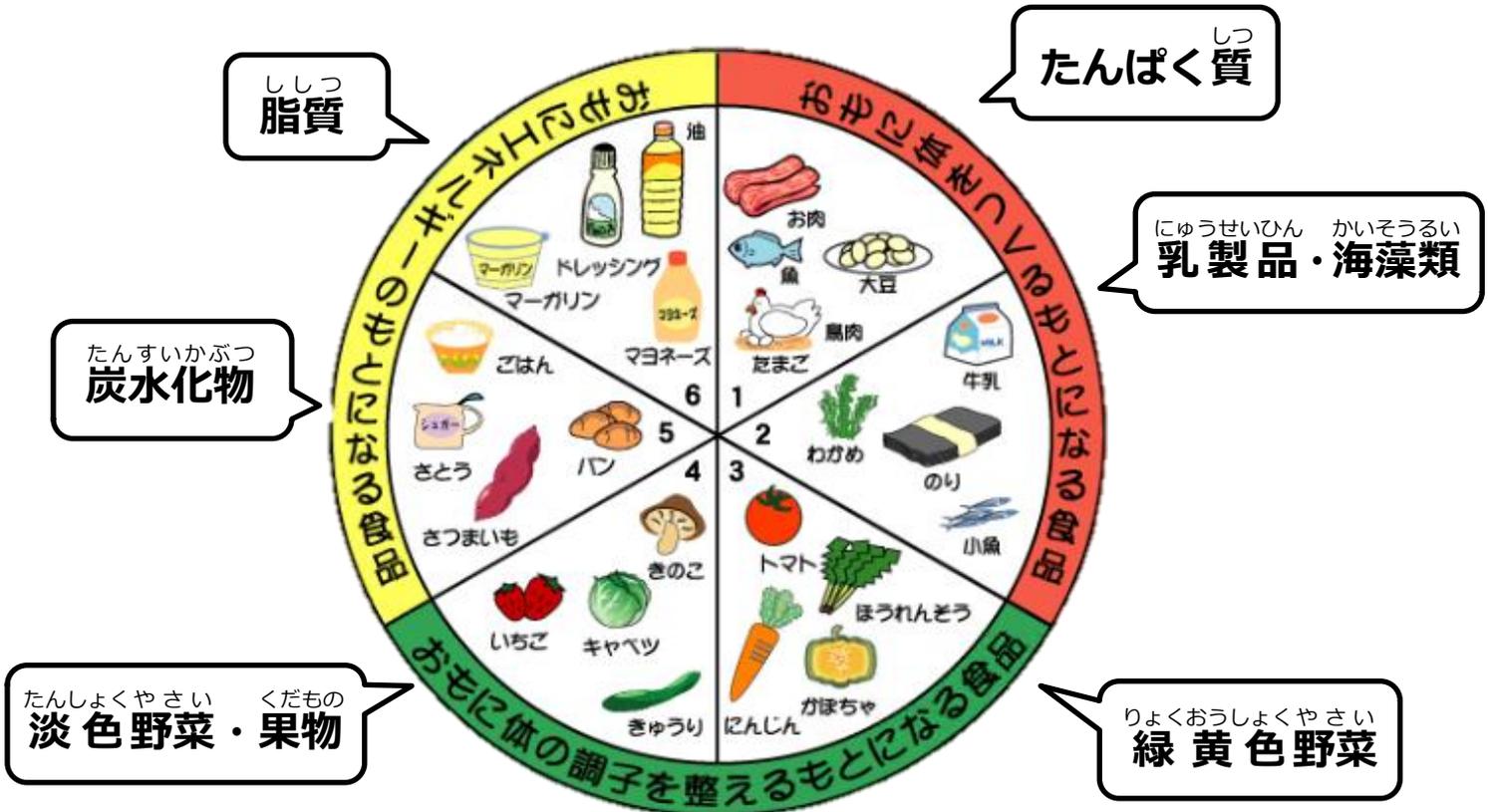
Q. どちらのお昼ごはんを食べた方が元気になると思いますか？



元気な体になる！



た もの はたら  
食べ物は働きごとに黄・緑・赤の  
3つのグループに分けられます。



3つの食品群を意識して、バランス良くごはんを食べよう！