

ネパール の Niksha さんの朝ごはん  
～ Niksha's Breakfast in Nepal～

Hello, everyone. Namaste.

I am Niksha Shrestha from Nepal.

So, today I am going to show you what I am usually eating my daily breakfast.

These are some corns, some sausage, eggs, sliced apple, toast with avocado and honey, custard and milk.

So, first, I am going to eat some sausage.

Now I am going to put some honey and avocado on my bread.

Umm...It is very healthy and delicious!

So, this is my end of breakfast.

I hope you like it, and these are all very healthy and delicious.

Thank you, byebye. Dhanyabaad!

\*\*\*\*\*

みなさん、こんにちは。ナマステ。

私は、ニクシャ・シュレスタです。

今日は私がいつも朝食で食べているものをお見せします。

これらはトウモロコシ、魚肉ソーセージ、卵、スライスしたリンゴ、パンと一緒に食べるアボカドと

ハチミツ、そしてカスタードと牛乳です。

まずは、ソーセージを食べてみます。

次にパンにハチミツとアボカドをつけていきます。

うーん、とてもヘルシーでおいしいです！

これで私の朝食を終わります。

あなたが私の朝食を気に入ってくれたらと思います。これらは全てとてもヘルシーでおいしいですよ。

ありがとうございました、バイバイ。ダンネバード！（ありがとうございました）

**APCC for education**

Copyright © NPO 法人 アジア太平洋子ども会議・イン福岡