

# 誰把彩虹 吃掉了？

作者：黃昱凱



誰把彩虹  
吃掉了？

圖文 黃亞妮  
黃淑春  
余李倫



有<sub>一</sub>個<sub>愛</sub>挑<sub>食</sub>的<sub>小</sub>男<sub>孩</sub>，  
他<sub>只</sub>喜<sub>歡</sub>吃<sub>，</sub>  
漢<sub>堡</sub>、薯<sub>條</sub>、  
零<sub>食</sub>和<sub>飲</sub>料<sub>，</sub>  
非<sub>常</sub>不<sub>愛</sub>吃<sub>，</sub>青<sub>菜</sub>和<sub>水</sub>果<sub>，</sub>  
媽<sub>媽</sub>也<sub>拿</sub>他<sub>沒</sub>辦<sub>法</sub>！  
所<sub>以</sub>他<sub>的</sub>身<sub>材</sub>胖<sub>，</sub>哪<sub>，</sub>哪<sub>的</sub>，  
大<sub>家</sub>都<sub>叫</sub>他<sub>肉</sub>多<sub>，</sub>多<sub>。</sub>





嗚！

有一天晚上，  
肉多多睡覺的時候，  
做了一個可怕的惡夢！



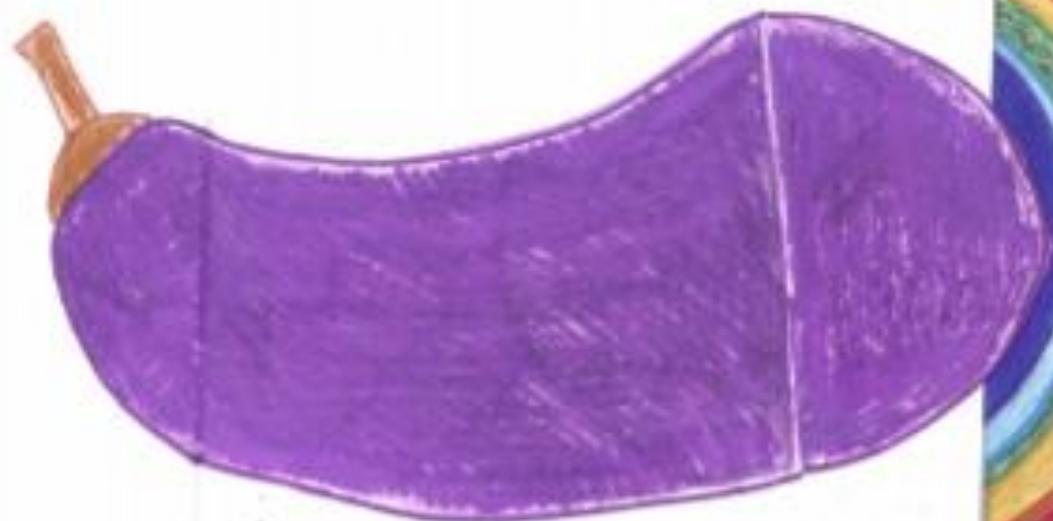
夢<sub>の</sub>裡<sub>に</sub>的<sub>に</sub>自<sub>ら</sub>己<sub>が</sub>，  
變<sub>な</sub>成<sub>り</sub>了<sub>し</sub>了<sub>し</sub>一<sub>つ</sub>個<sub>の</sub>  
巨<sub>ろ</sub>大<sub>な</sub>的<sub>に</sub>胖<sub>み</sub>胖<sub>み</sub>獸<sub>だ</sub>

要<sub>は</sub>把<sub>を</sub>城<sub>を</sub>市<sub>を</sub>  
所<sub>の</sub>有<sub>る</sub>好<sub>い</sub>吃<sub>べ</sub>的<sub>な</sub>零<sub>り</sub>食<sub>を</sub>  
全<sub>く</sub>部<sub>を</sub>吃<sub>べ</sub>光<sub>ら</sub>光<sub>ら</sub>！

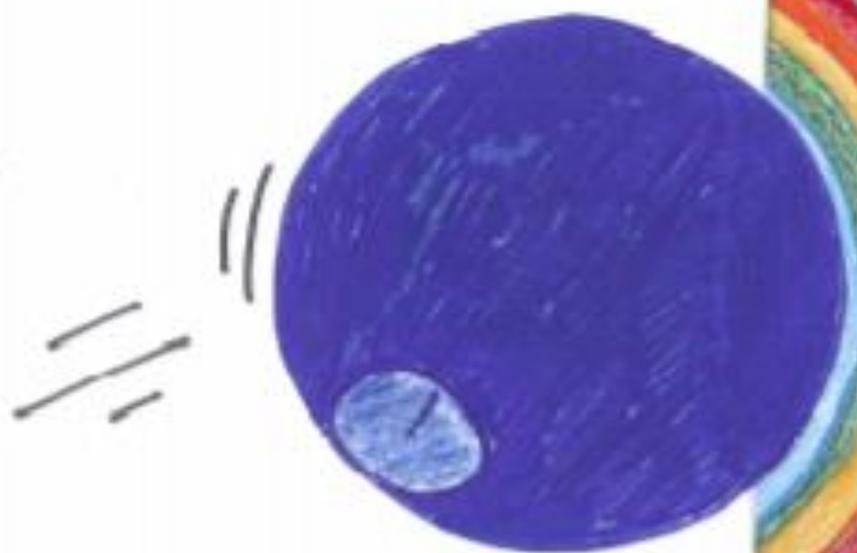
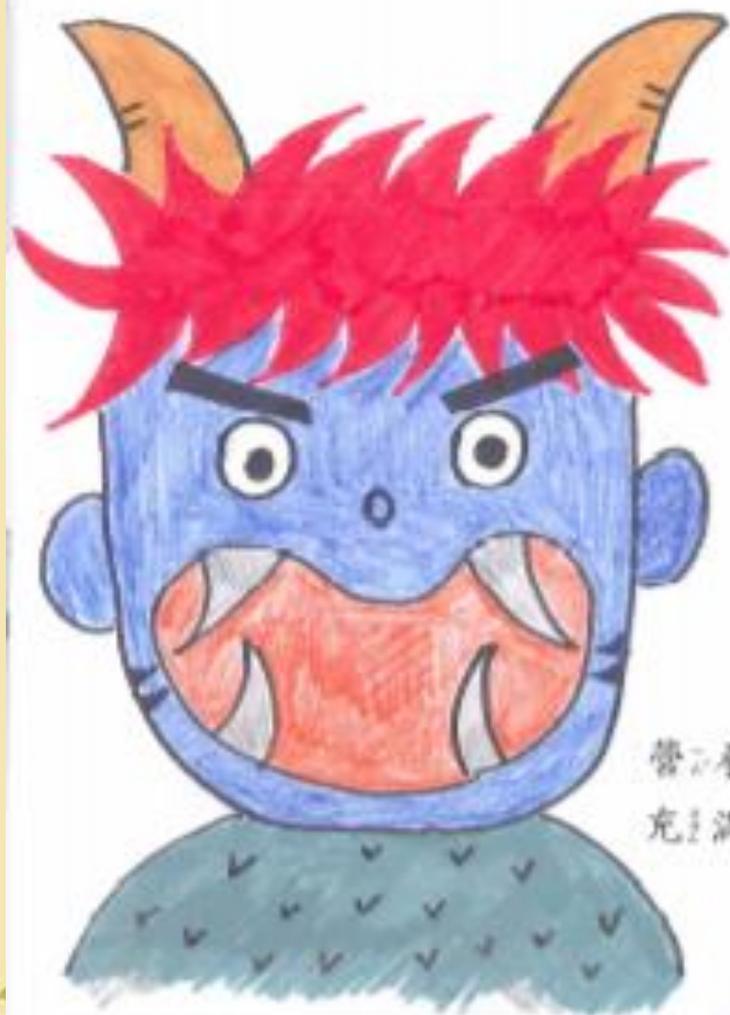


在他正吃的開心時，  
突然，  
帥氣的營養超人  
出現了！





營 養 超 人 第 一 個 丟 出 了  
充 滿 維 生 素 的 茄 子 給 胖 胖 獸 吃 。



營<sub>2</sub>養<sub>2</sub>超<sub>1</sub>人<sub>2</sub>第<sub>2</sub>二<sub>2</sub>個<sub>2</sub>丟<sub>2</sub>出<sub>2</sub>了<sub>2</sub>！  
充<sub>2</sub>滿<sub>2</sub>花<sub>2</sub>青<sub>2</sub>素<sub>2</sub>的<sub>2</sub>藍<sub>2</sub>莓<sub>2</sub>給<sub>2</sub>胖<sub>2</sub>胖<sub>2</sub>獸<sub>2</sub>吃<sub>2</sub>。



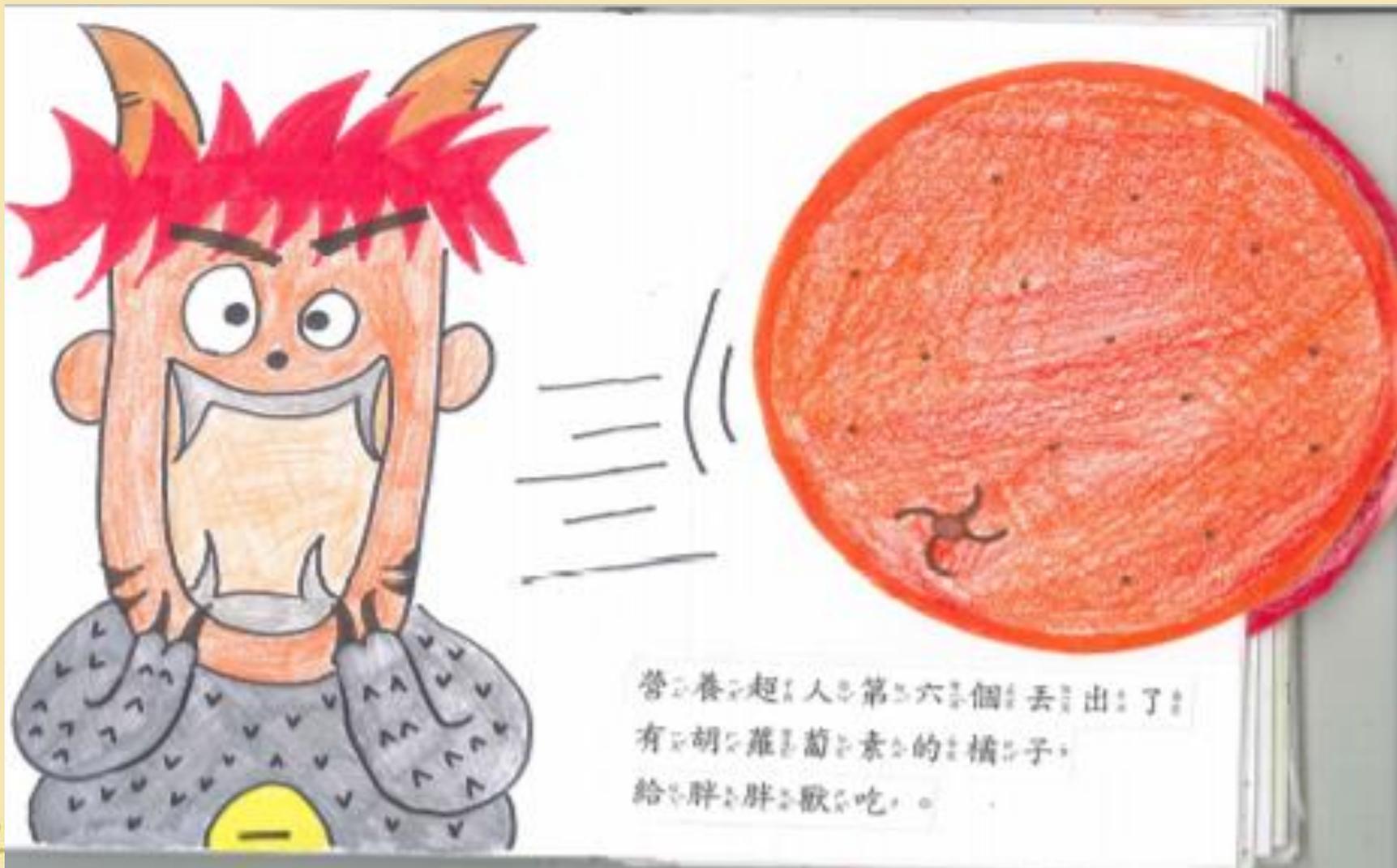
營<sub>2</sub>養<sub>2</sub>超<sub>2</sub>人<sub>2</sub>第<sub>2</sub>三<sub>2</sub>個<sub>2</sub>丟<sub>2</sub>出<sub>2</sub>了<sub>2</sub>  
不<sub>2</sub>可<sub>2</sub>或<sub>2</sub>缺<sub>2</sub>的<sub>2</sub>水<sub>2</sub>給<sub>2</sub>胖<sub>2</sub>胖<sub>2</sub>獸<sub>2</sub>喝<sub>2</sub>。



營養起見，人類第四個丟出了：  
充滿膳食纖維的「高麗菜」  
給胖胖的獸吃。



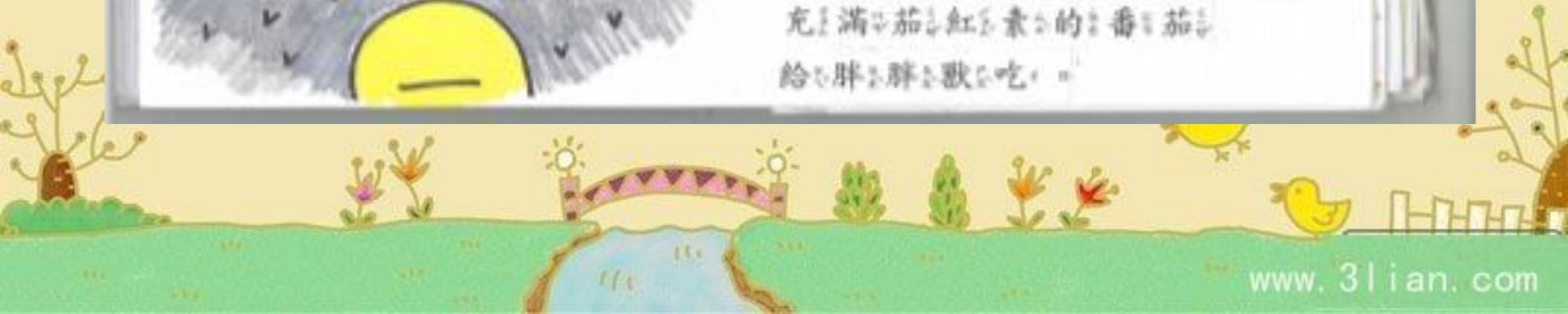
營、養、超、人、第、五、個、丟、出、了、  
幫、助、消、化、的、香、蕉、給、胖、胖、獸、吃。



營の養の起は人の第の六の個を丟き出：了：  
有の胡の蘿の蔔の素の的の橋の子、  
給の胖の胖の獸の吃。

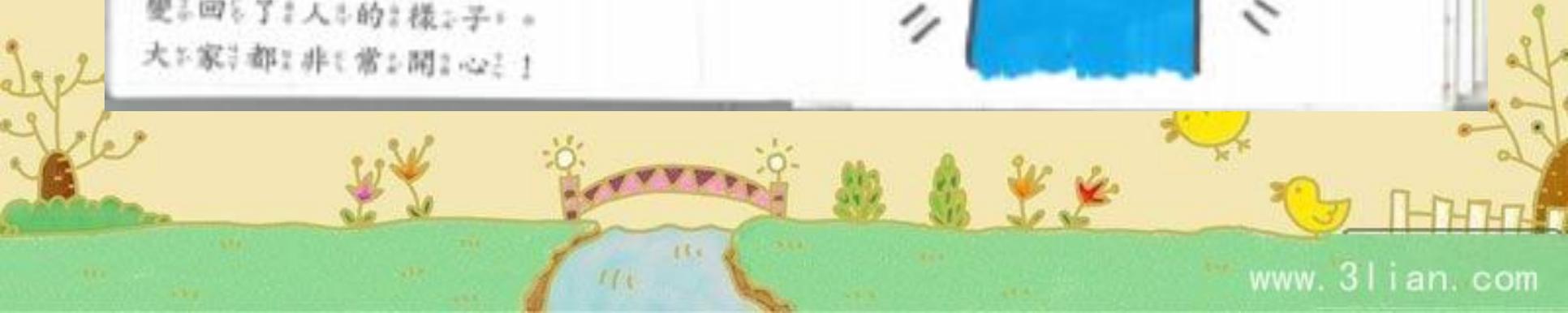


營<sub>2</sub>養<sub>2</sub>超<sub>1</sub>人<sub>2</sub>第<sub>2</sub>七<sub>2</sub>個<sub>2</sub>丟<sub>2</sub>出<sub>2</sub>了<sub>2</sub>！  
充<sub>2</sub>滿<sub>2</sub>茄<sub>2</sub>紅<sub>2</sub>素<sub>2</sub>的<sub>2</sub>番<sub>2</sub>茄<sub>2</sub>！  
給<sub>2</sub>胖<sub>2</sub>胖<sub>2</sub>獸<sub>2</sub>吃<sub>2</sub>。





吃·光·了·  
七·個·彩·虹·顏·色·的·蔬·果·後·，  
可·怕·的·胖·胖·獸·  
變·回·了·人·的·樣·子·。  
大·家·都·非·常·開·心·！



營養超人說，



如果要有  
健康的  
身體，  
一定要吃  
有營養的  
蔬果，  
絕對不可以  
挑食喔！





肉多又多，很高興的  
向營養超人道謝，  
大聲的說：「我以後  
絕對不會再挑食了！」



肉多多的突然從夢中驚醒，  
才發現原來是一場夢呀！



他發誓，  
以後絕對  
不會再挑食，  
要多吃營養的  
蔬菜和水果，  
平常也要多喝水，  
不能再繼續  
胖下去了！



# 小故事大啟發...



有很多小朋友跟故事裡的肉多多一樣，不愛吃青菜和水果，看到不喜歡的食物通通都不吃。這本繪本裡告訴我們，像彩虹一樣有七種顏色的蔬菜和水果，具有豐富的營養成分，除了讓我們的身體健康，也不會肥胖唷！讓我們也一起把彩虹吃光光吧！

胖嘟嘟的肉多多，  
只愛吃零食，  
有一天晚上做了個夢，  
夢到了……



ISBN 108-02-101-091-5



1 0802 1010913