

NGĀ PĀTAI E 5 E PĀ ANA KI Ō RONGOĀ HEI TUKU MĀU

i a koe ka kite atu i tō tākuta, nēhi,
kaituku rongoā rānei.

1. HE PANONI?

Kua tāpirihia, kua mutu, kua panonihia rānei ētahi rongoā, ā, he aha ai?

2. HAERE TONU?

He aha ngā rongoā me kai tonu ahau, ā, he aha ai?

3. WHAKAMAHI TIKA?

Ka pēhea taku kai i aku rongoā, ā, kia hia te roa?

4. AROTURUKI?

Ka pēhea taku mōhio mēnā rānei e whai hua ana taku rongoā, ā, me mataara ahau ki ēhea tūpono raruraru?

5. TURUKITANGA?

Me whakamahi au i ētahi whakamātautau, ā, āhea au whakarite ai i taku toronga whai ake?



**Kia kaha kia hou
tonu tō mauhanga
rongoā.**

Me maumahara ki te tuhi:

- ✓ ngā mate pāwera rongoā
- ✓ ngā huaora me ngā manawa whenua
- ✓ ngā hua otaota/māori
- ✓ ngā rongoā katoa tae atu ki ngā hua kore whakahau rongoā

**Uiuia tō tākuta, nēhi,
kaituku rongoā rānei
hei arotake i te katoa o
ō rongoā kia kite ai
mēnā rānei ka taea te
whakamutu, te
whakaheke rānei i
ētahi.**