

2022-2023 FA'ATOAGA I LE A'OGA- LISI O MEA'AI FA'ATA'AMILO A LE MALŪ O LE TAEAO

O meaai uma e aofia ai le afa-pini o le susu: 6 YO ma le matua, 1% susu e le'i su'ia po'o le susu sukalati e leai se ga'o 2-5 YO-1% (maualalo ga'o) po'o le ga'o (skim) susu le sui'a.

VAIASO 1				
PISA O LE MALŪ TAEAO	FALAOA ESI	SILIO, VEVELA PE MALŪLŪ	LOCO MOCO (fuamoa, hemupeka, kaleve) MA LE ALAISA FA'APUNA	FALAOA LAPOTOPOTO SINAMONI
FU'ALA'AUAINA MATA FOU	FU'ALA'AUAINA MATA FOU	FU'ALA'AUAINA MATA FOU FALAOA FA'APA'U MA LE SIELI KELENIPERI	FU'ALA'AUAINA MATA FOU	FU'ALA'AUAINA MATA FOU
VAIASO 2				
FALAOA FA'APA'U FARANI	SILIO, VEVELA PE MALŪLŪ	PEKO MA FUAMOA FA'AFEILOI	SOSISI POTUKALE MA LE ALAISA FA'APUNA	FALAOA APUSOSI
FU'ALA'AUAINA MATA FOU SUA SUAMALIE O LE MAPO	FU'ALA'AUAINA MATA FOU FALAOA FA'APA'U MA LE SIELI KELENIPERI	FU'ALA'AUAINA MATA FOU SISI KULIMI SOSI TAMATO	FU'ALA'AUAINA MATA FOU SOSI TAMATO	FU'ALA'AUAINA MATA FOU
VAIASO 3				
FALAOA ESI	SILIŌ, VEVELA PE MALŪLŪ	KEKE KOFE	MĀLŪ O LE TAEAO LOKO MOKO (fuamoa, hemupeka, kaleve) MA LE ALAISA FA'APUNA	PEKO MĀMĀ MA LE SISI KULIMI
FU'ALA'AUAINA MATA FOU	FU'ALA'AUAINA MATA FOU FALAOA FA'APA'U MA LE SIELI KELENIPERI	FU'ALA'AUAINA MATA FOU	FU'ALA'AUAINA MATA FOU	FU'ALA'AUAINA MATA FOU
VAEGA 4				
FALAOA FA'APA'U FARANI	PĪPĪ FA'AASU MA LE PANI SISI	FALAOA FA'APA'U SINAMONI	SOSISI POTUKALE MA LE ALAISA FA'APUNA	SILIŌ, VEVELA PE MALŪLŪ
FU'ALA'AUAINA FOU SUA SUAMALIE O LE MAPO	FU'ALA'AUAINA FOU	FU'ALA'AUAINA FOU MALŪLŪ/VEVELA SILIŌ	FU'ALA'AUAINA FOU SOSI TAMATO	FU'ALA'AUAINA FOU FALAOA FA'APA'U MA LE SIELI KELENIPERI