

KO E FAKAKAUKAU 'O E ME'ATOKONI MA 'A E LONGA'I PEPE 'A E PASIFIKI 'OKU MĀHINA 10-12

Hokohoko atu pe 'a hono 'oange mo faka'ai'ai ke 'ahi'ahi'i mo fafanga'aki 'a e ngaahi me'atokoni kehekehe me i he me'atokoni 'a e famili 'oku nau ma'u me'atokoni me i ai. Kae teuteu'i pe 'aki hono tofitofi ke iiki.



Tousi faka-Falanise pea mo e fua'i'akau piisi kuo 'osi tofitofi iiki pea mo e sepuni iookati



Polisi kuo haka'aki 'a e niu pea mo e fainā kuo momosi



Toast piini ta'o 'oku si'isi'i ai 'a e māsima pea mo e konga 'avoka



Kale moa pea mo e kongokonga pateta mo e polokolii



Supo moa mo e konga talo



Supo moa mo e talo



Sapasui pulu kuo momosi pea mo e vesitapolo



Sanuisi tuna mo e poulu iookati



Ika, lū mo e siane mata kuo moho



Kongokonga'i moa kāliki, sālati koulusiloa mo e laise haka'aki 'a e niu



Kongokonga ika, koane kuo momosi, siane mata kuo moho, pea mo e lau'i luu moho



Puaka ta'o, kongokonga kāloti moho, piisi kuo o'i mo e siane mata kuo haka'o moho

Ko e longa'i pēpē pe 'oku nau 'ilo 'a e taimi 'oku fe'unga ai 'a e lahi 'enau ma'u me'atokoni, ko ia ai muimuia 'a 'enau ngaahi faka'ilo.