

2学年 家庭科課題～お昼ご飯をつくろう～

年 組 番 ( )

☆自分でお昼ごはんをつくって食べよう☆

・・・2年では「日常食の調理」について考えます。

どんな料理をつくるか

・・・中学生の昼ご飯

役割 栄養 盛り付けかた  
食べやすさ アレルギー

※教科書をみて、中学生に必要なカロリーや栄養を調べましょう。  
中学生がおいしく食べるための工夫を考えてみましょう。

☆注意

- ・調理をするときは、家の人に言うしておく。
- ・火、刃物、に気を付けて、事故、ケガのないようにする。
- ・作った料理は、早めに食べる。
- ・高価な食材は使わない。
- ・家にあるものを使う工夫も必要です。

☆しっかりレポートを書く。

- ・できるだけ写真を撮ってほしいが、イラストでもよい。
- ・かかった金額は、できるだけ調べて書く。

課題～おひるごはんをつくろう～

〈メニュー〉		年 組 番		名前	
出来上がり写真（イラストでもよい）					
作った日 月 日 ( )					
このメニューを 選んだ理由					
材 料	食品名	数量（g、個、などで書く）	金額	〈合計金額〉  円	
作り方					
まとめ	上手にできたところ				
	うまくいかなかったところ				
	感想				
先生からの コメント					