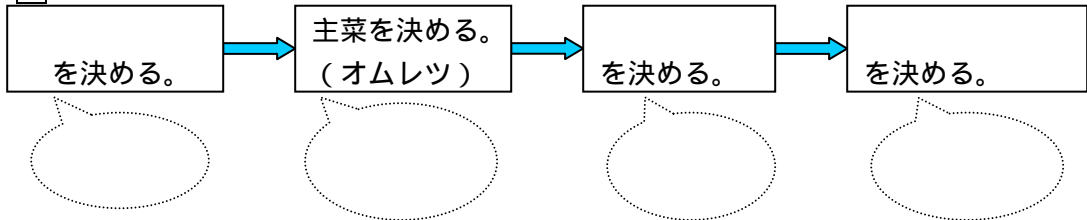


ねらい「献立の立て方を知り、栄養バランスのいい朝食の献立を考えよう」

～オムレツを使った献立を考える～



献立はどのような手順で立てるとうまくいくでしょうか？



それはなぜでしょう。主に含まれる栄養素を考えてみよう。(吹き出しの中に)

献立を作成するとき、どんなことに気をつけるといいでしょうか？

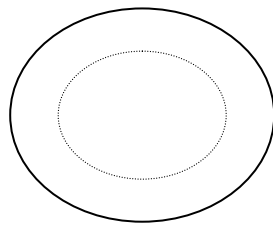


①「オムレツ」を中心に朝食の献立を立てよう。

自分の課題 「 _____ 」

その課題を選んだ理由は？

☒でかこう。(決定したら色をぬろう)



工夫したことや
気をつけたこと



同じ課題の友達からのコメント(良いところ・もっとこうしたら?など 書いてもらう)

_____ (より)

_____ (より)

