

家庭で実践してみよう(調理)

年 組 番 名前 (月 日)

<献立名>	<献立のねらい(だれのため・どんなとき)>
-------	-----------------------

できあがり図(写真)	使用する用具
------------	--------

献立	材 料	分量 (1人分)	分量 (人分)	費用 (人分)	
				合計	円

衛生・安全のための注意事項	環境に配慮するポイント									
(分) 調理の手順										
0										
10										
20										
30										
40										
50										
60										
70										
80										
90										
100										
【自己評価】	計画・準備	身じたく	手順	計量	味つけ	盛りつけ	配膳	安全	環境	かたづけ
◎ ○ △										
感想・反省点 ふり返り(次に生かしたいポイント)						家族からの感想				

チェック

衛生や安全、環境への配慮に気をつけて、目的に合った調理をすることができた

A: よくできた B: できた C: もう少しがんばりたい