

# 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

家族からの感想

ふり返り(次に生かしたいポイント)

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