**DỰ ÁN: MÓN ĂN CHO BỮA CƠM GIA ĐÌNH**

1. Mục tiêu

Xây dựng bữa ăn dinh dưỡng hợp lí cho gia đình và chế biến được một món ăn theo phương pháp chế biến không sử dụng nhiệt.

1. Nhiệm vụ
* Xây dựng một bữa ăn dinh dưỡng hợp lí cho gia đình, trong đó có món ăn được chế biến bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.
* Tìm hiểu những nguyên liệu cần sử dụng và cách thực hiện món ăn đó.
* Chế biến và trình bày món ăn.
1. Vật liệu, dụng cụ
* Nguyên liệu cần thiết tuỳ theo món ăn.
* Các dụng cụ nhà bếp thông dụng: bát to, bát, đĩa, đũa, thìa,...
* Thiết bị hỗ trợ: máy tính có kết nối internet.
1. Câu hỏi gợi ý
* Bữa ăn dinh dường hợp lí có những yêu cầu gì?
* Món ăn kèm trong bữa cơm gia đình thường là những món gì?
* Bữa ăn dinh dưỡng của nhóm em xây dựng gồm những món ăn nào? Món ăn mà nhóm định thực hiện là món gì?
* Nguyên liệu và cách chế biến món ăn đó như thế nào?
* Màu sắc, mùi, vị, trạng thái của món ăn như thế nào là đạt yêu cầu kĩ thuật?
1. Sản phẩm
* Bài thuyết minh về bữa ăn dinh dường hợp lí.