

TIẾT 15

DỰ ÁN 2. 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.

2. 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.

3. CÂU HỎI GỢI Ý

- Thế nào là bữa ăn dinh dưỡng hợp lí ?

- Món ăn kèm (món phụ) trong bữa cơm gia đình thường là những món gì ?

- Thực đơn trong bữa cơm gia đình em gồm những món ăn nào?

4. Sản phẩm

- Sản phẩm 1:Thực đơn về bữa ăn dinh dưỡng hợp lí.

- Sản phẩm 2: Thực hành một món ăn không sử dụng nhiệt.

(các em thực hành 1 món ăn tại nhà có sự giám sát của phụ huynh nhé)