

献立マスタースクール

強い要望にお応えして！ 献立学習用シール教材新登場！



シール (献立シールと「つ (SV)」シール)

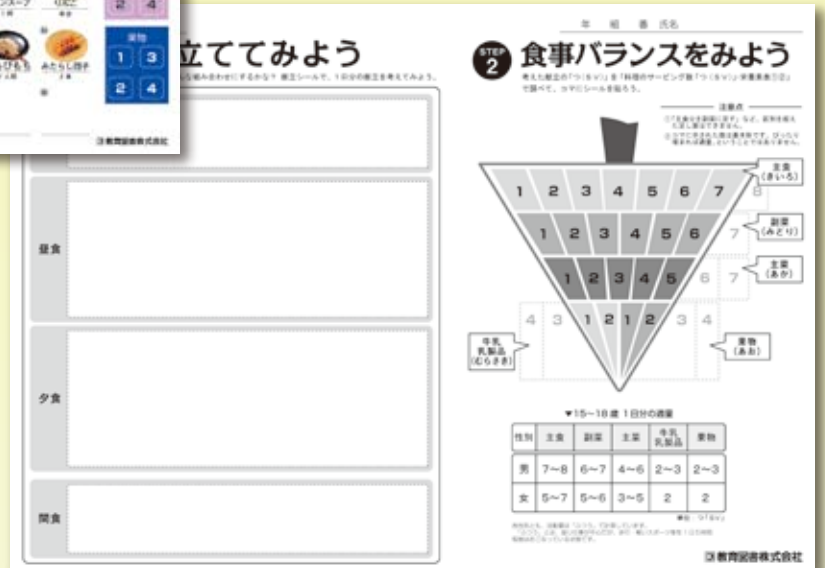
94種類の献立シールを用いて、献立作成、栄養計算、食事バランスガイドを用いたバランスチェックなどが学習できるシール教材です。シールを貼り換えることで、試行錯誤しながらバランスのとれた食事を目指し、楽しく学習することができます。

1946330

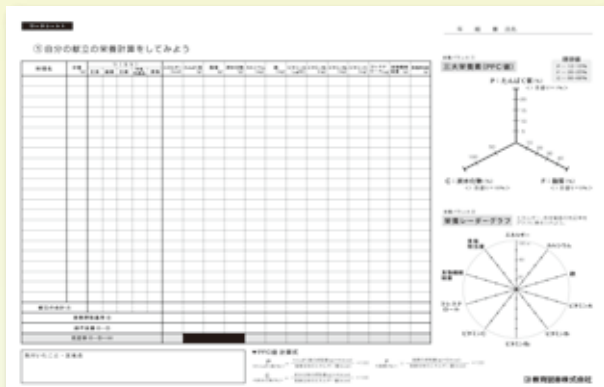
定価：252円 (本体 240円)

セット内容：献立・「つ (SV)」シール 1枚 (A4判)、シール台紙 1枚 (A4判)、ワークシート 1、2 (B4判)、栄養素表 2枚 (B4判)

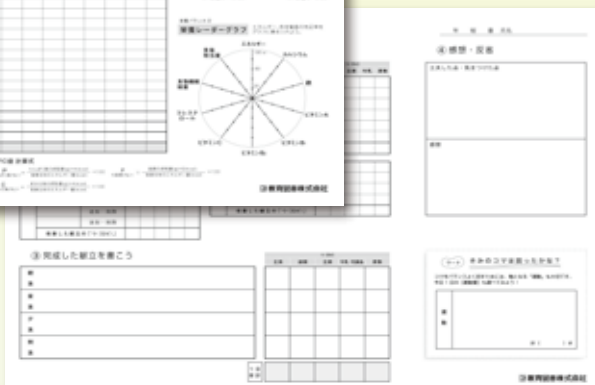
※ワークシートは、先生方のアレンジが可能なように、弊社ホームページよりフォーマットデータをダウンロードできるようにいたします。



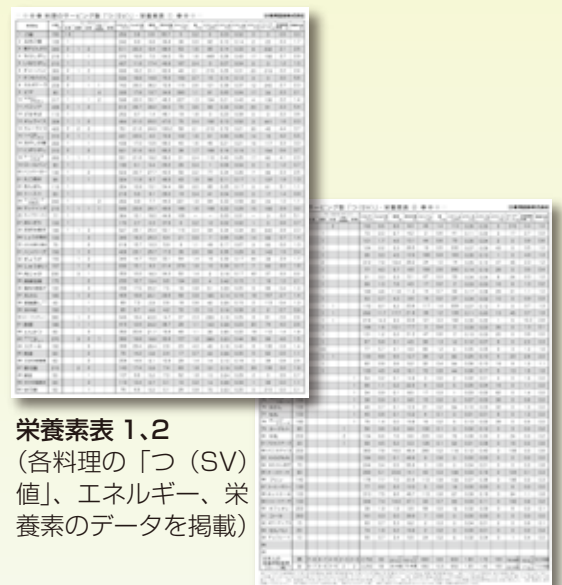
シール台紙 (シールを貼って献立と食事バランスガイドのコマを作成)



ワークシート1
(栄養計算とPFCバランス、栄養レーダーグラフを作成)



ワークシート2
(献立の調整と感想、反省を記入する)



栄養素表 1、2
(各料理の「つ (SV) 値」、エネルギー、栄養素のデータを掲載)



見本を同封しています。
是非、先生ご自身でお試ください！

学習例

1. 献立シールを台紙に貼りつけて献立を作る。

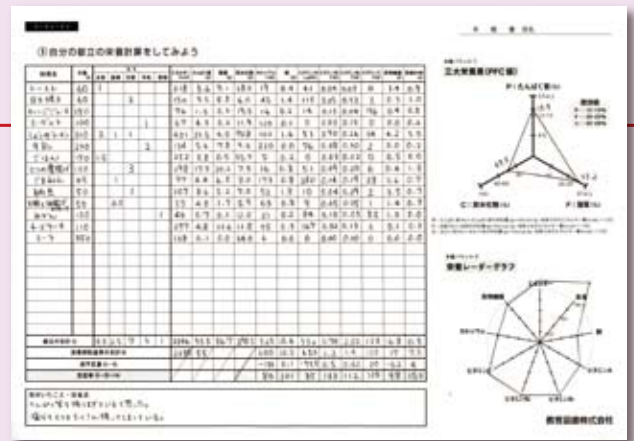
94種類の献立シールの中から、自分の好きなものを選び、1日分の献立を考えます。献立シールを、シール台紙に貼っていきます。献立シールにないものは、白地シールに記入して貼ることもできます。



献立シール

2. 栄養素を調べ、計算する。 その結果をPFCバランス、栄養レーダーグラフに記入する

作成した料理の栄養素や「つ(SV)」値を栄養素表で調べ、ワークシート1に書き入れます(栄養素表を切って、貼り付けることもできます)。たんぱく質、脂質、炭水化物については、PFCバランスを計算してグラフに記入します。他の栄養素は、合計値と食事摂取基準と比較し充足率をレーダーグラフに記入します。



ワークシート1

3. 「食事バランスガイド」を用いて栄養チェックも。

「つ(SV)」値の合計をもとに、コマに「つ(SV)シール」を貼ることで、栄養バランスのチェックをすることもできます。「食事バランスガイド」については、台紙の裏側に詳しい説明が掲載されています。



「つ(SV)シール」

4. バランスのとれた献立に挑戦！

ワークシート2では、「食事バランスガイド」を用いて、「つ(SV)」値を調整することで、バランスのよい献立を目指します。うまくコマを立たせられるように、過不足を調整したり、「感想」や「反省」の記入欄もついています。



ワークシート2

●お問い合わせ・ご注文は…●

ご注文につきましては、お近くの書店にご注文いただくか、弊社へ直接ご注文いただくことができます。弊社に直接ご注文をいただく場合は、同封のFAX注文書をご利用ください。

2010.01



教育図書株式会社

〒170-0012 東京都豊島区上池袋1-38-2
TEL.03-3917-9151(代) FAX. 03-3917-7338

http://www.kyoiku-tosho.co.jp
info@kyoiku-tosho.co.jp