



# 「チャレンジ!クッキング」カード

ねん 年      くみ 組 (                      )

## コース名

1	ありがとう コース	つく べんとう じぶん つつ しょくじ なら 作ってもらったお弁当を自分で包み、(食事を並べ)、 つく ひと きも つた 作ってくれた人に「ありがとう」の気持ちを伝える。
2	もりつけ <sup>めいじん</sup> 名人 コース	つく ばん べんとうばこ さら 作ってもらったおかずやご飯をお弁当箱につめる(お皿にもり つける)。それを自分で包み(食卓に並べ)、作ってくれた人に 「ありがとう」の気持ちを伝える。
3	チャレンジ コース	うち ひと いっしょ お家の人と一緒に、おにぎりやおかずを一品以上作る。自分 で弁当箱につめ(お皿にもりつけ)、一緒に作ってくれた人 に「ありがとう」の気持ちを伝える。
4	パーフェクト コース	うち ひと たす べんとう じぶん お家の人に助けてもらいながら、お弁当(おかず等)を自分 で作る。自分で弁当箱につめ(お皿にもりつけ)、アドバイ スをくれた人に「ありがとう」の気持ちを伝える。食べ終わった お弁当箱(食器)を洗う。
5	べんとう 弁当マスター コース	ごんたく かんが べんとう つく かたつ 献立を考えると、お弁当(おかず等)作り、片付けま で全部自分で行う。いつも食事やお弁当の準備をしてもらっ ていることに対して「ありがとう」の気持ちを伝える。食べ終わ ったお弁当箱(食器)を洗う。



チャレンジしたコースを書いて、ふり返りをしましょう。

ひ 日にち	コース	かんそう おも 感想 (思ったこと)	うち ひと お家の人から
5/17 (金) ~5/27 (月)			
11/14 (木) こうがいがくしゅう 校外学習DAY			
1/17 (金) ~1/27 (月) 給食旬間			

べんとう  
お弁当や食事の絵をかいたり写真をはったりしてもいいですね！

第1回

第2回

第3回