

しょくいく  
食育ワークシート

りょうり つく じゆうけんきゅう  
料理を作って、自由研究にしよう



しょくいく つか かた  
食育ワークシートの使い方



ステップ1

かんさつ かんせい  
トマトの観察シートを完成させよう。

ステップ2

りょうり つく  
料理を作ろう。

ざいりょう つく かた か しゃしん  
材料や作り方を書き、できあがり写真をとってはろう。

くふう き か  
また、工夫したことや気がついたことなどを書こう。

そのほか、自分で調べたことを足してもOK！  
オリジナルのレシピ本を完成させよう！



ぜひ、おうちで  
つく  
作ってほしいっちい！

なつやす

おやこ

# 夏休みおうちで親子クッキング

はかせ  
～トマト博士になろう!～



がつ  
月

にち  
日

ねん  
年

くみ  
組

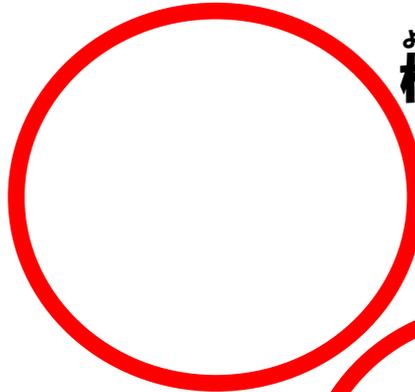
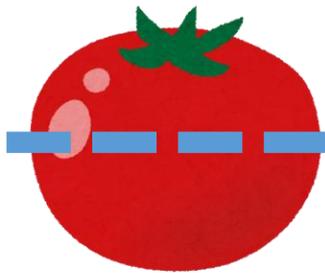
なまえ  
名前

## ● トマトを絵にかいてみよう

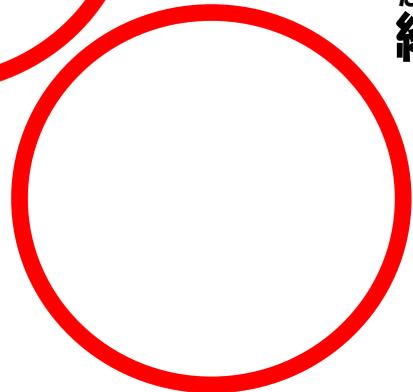
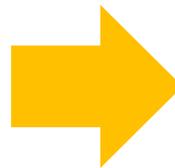
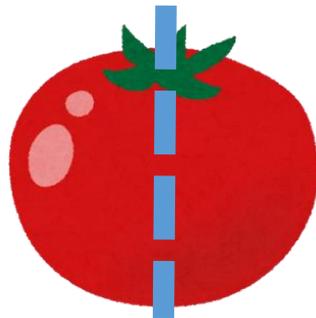
おお いろいろ かたち  
大きさは? 色は? 形は?



き  
切ったら、どうなる?



よこ  
横



たて  
縦

さわいごごちは? においは?

<sup>あじ</sup>味・かたさは？ <sup>おと</sup>かんだときの音は？

ほかに<sup>き</sup>気がついたことをかいてみよう！

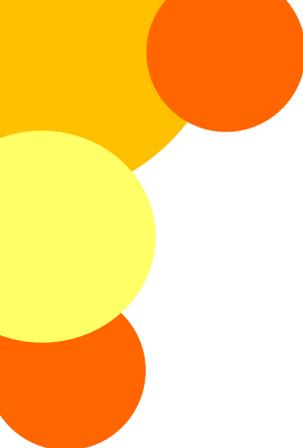
🍎 トマトの「しゅん」はいつかな？ ( )

🍎 <sup>なつ</sup>夏が<sup>やさい</sup>しゅんの<sup>しら</sup>野菜を調べてみよう！

🍎 <sup>つか</sup>トマトを使った<sup>りょうり</sup>料理などを<sup>しら</sup>調べてみよう！

これできみも<sup>きょう</sup>今日から<sup>はかせ</sup>トマト博士！





りょうりめい  
**料理名**



しゃしん  
**写真**

ざいりょう  
**★材料**

つく かた  
**★作り方**



つか どうく  
★使った道具

くふう  
★工夫したこと

むずか  
★難しかったこと

かんそう  
★感想

ほごしゃ かんそう  
★保護者の感想

