

步驟1

按下電源開關



步驟2

按下扣重



# 步驟3

驅動問題：我們該如何減少學校營養午餐的剩食問題並解決食物浪費的問題？

文賢國小 110 學年度專案式學習(PBL)課程午餐剩食紀錄表 (9/9~9/30)

日期	米飯 rice	剩食 A(克) leftovers	主菜 main course	剩食 B(克) leftovers	副菜 side dish	剩食 C(克) leftovers	蔬菜 vegetable	剩食 D(克) leftovers	剩食總 重(克) A+B+C+D
9月9日(四)	米飯		香滷肉燥		蒜香高麗菜		蒜香白花椰		
9月10日(五)	關廟麵		什錦湯				四季豆炒豆干		
9月11日(六)	米飯		五木炊飯		珊瑚蛋				
9月13日(一)	米飯		家常滷肉		豆干油菜		鮮筍炒蛋		
9月14日(二)	米飯		豆干炒肉絲		黃瓜花片		芝麻地瓜葉		
9月15日(三)	關廟麵		鍋燒意麵				小蛋糕		
9月16日(四)	米飯		蒜頭雞		炒青江菜		洋蔥炒蛋		
9月17日(五)	米飯		四喜烤麩		彩椒花椰		玉米炒什錦		
9月22日(三)	米粉		擔擔米粉湯		燒賣		藍莓麵包		
9月23日(四)	米飯		馬鈴薯燉雞		螞蟻上樹		雪菜毛豆		
9月24日(五)	關廟麵		麻醬涼麵		滷蛋				
9月27日(一)	米飯		蒜泥白肉		芋香白菜		芝香拌海味		
9月28日(二)	米飯		塔香雞丁		黃瓜炒什錦		醬滷雙味		
9月29日(三)	關廟麵		肉燥湯麵		蜜汁滷味		銅鑼燒		
9月30日(四)	米飯		日式咖哩		涼拌毛豆		蒜炒花菜		

紀錄剩食的公克，登記在紀錄表上，加總剩食總重

周三不用登記，每天湯也不用登記



# 營養午餐剩食紀錄觀察表

年級 第 組



MONDAY 2021/\_\_\_/\_\_\_

TUESDAY 2021/\_\_\_/\_\_\_

WEDNESDAY 2021/\_\_\_/\_\_\_

THURSDAY 2021/\_\_\_/\_\_\_

FRIDAY 2021/\_\_\_/\_\_\_

## 步驟4

只有周三9/29需要寫  
觀察表

請負責的組別討論為什麼會有剩，並且每天**列點**敘述剩食的原因，一週一組。

例如：

2021/9/9

1. 蒜香白花椰：我們這組歸納出可能的原因有三點：
  - (1) 花椰菜煮的太硬
  - (2) 自己不愛吃
  - (3) 顏色不好看