

	百「市」可樂	舉「市」無雙	武功蓋「市」
上 學 期	<p><b>*新明市場初體驗</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識新明市場</li> <li>2. 市場商品的種類及營養</li> </ol> <p><b>*蔬壓一下:蔬果拓印畫</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹拓印</li> <li>2. 創意蔬果拓印畫</li> </ol> <p><b>*食叨選擇停看聽</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識六大食叨的營養素</li> <li>2. 認識食叨紅綠燈</li> </ol> <p><b>*打開五感愛上食材</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 真假湯頭比一比</li> </ol>	<p><b>*學校的午餐私廚</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 午餐哪裡來</li> <li>2. 參觀午餐廚房，訪問午餐秘書及廚工</li> </ol> <p><b>*愛上營養午餐</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 設計一日菜單</li> <li>2. 心動就要行動</li> </ol> <p><b>*第一名健康餐盤</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 美味的健康餐盤</li> <li>2. 獎落誰家-第一名健康餐盤美食獎</li> </ol>	<p><b>*我是市集小達人</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 認識不同市場的種類</li> </ol> <p><b>*健康年菜大挑戰</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 做菜我最行</li> <li>2. 美食紀錄趣</li> </ol>
下 學 期	<p><b>「市」如珍寶</b></p> <p><b>*我是市場探險家</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 市場巡禮</li> <li>2. 傳統市場的優缺點分析</li> </ol> <p>優點:新鮮, 不過度包裝, 人情味</p> <p>缺點:不夠整潔, 食材浪費</p>	<p><b>「市」在必行</b></p> <p><b>*講客(閩)語也行</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 逛市場前的準備</li> <li>2. 用客(閩)語說食材</li> <li>3. 挑選食材的技巧</li> <li>4. 挑選食材的禮儀</li> </ol> <p><b>*市場出任務</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 市場採買大挑戰:每人準備100元, 每組需買齊六大類食叨。</li> </ol>	<p><b>好「市」多魔</b></p> <p><b>*施點小魔法</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 我逛市場的感受</li> <li>2. 給點顏色-彩繪新明市場</li> <li>3. 改造新明市場大作戰-我來思考</li> <li>4. 改造新明市場大作戰-我來獻計</li> <li>5. 新明市場大變身</li> </ol>

