



美味關係

士林國中 黃乙玉

美味關係



創意火鍋



母親節巧克力與卡片



水果拼盤



夏季創意飲品



創意火鍋

新春火鍋企劃案

組別：二

組長	陳麒方 (03)
組員	吳宗軒 (01) 呂東易 (11) 陳敏纖 (23) 賴宥儒 (07) 陳妍卉 (32)

火鍋命名 牛肉海鮮雙拼火鍋

特色說明 我們有牛肉、蝦子、文蛤，所以我們這麼取名：海鮮

◎工作分配

人員	工作
(03) 陳麒方	牛肉(蝦子+瓦斯)x1 50. 40.
(01) 吳宗軒	冬粉+鍋子+高麗菜 冬粉+鍋子+湯勺x1 70
(11) 呂東易	高麗菜 魚餃 高麗菜 魚餃x2 30 40 = 70
(23) 陳敏纖	布丁x6 + 汽水x2 布丁+汽水x2 60 85元
(07) 賴宥儒	丸子+金針菇+大湯匙x2 丸子+金針菇+大湯匙x2 40元 60元 X
(32) 陳妍卉	火鍋料+文蛤+瓦斯x1 火鍋料+文蛤+瓦斯x1 50元 30元 40元

食材帶過，份量太多，了頁算這太多，共1070元，一人約179元。



創意火鍋 感想

第一組 黃士哲

今天，我們家政課煮火鍋來吃，這是我們第一次在學校吃火鍋，而且是由班上同學共同一起做的，跟平常去外面的火鍋店吃的火鍋，感覺非常不一樣。我們的料有很多，有泡麥麵，貢丸，香菇……等，還有很多很多的火鍋料。希望以後還可以再辦一次關於這種活動。

A

7/27

第一組 強仔萱

經過這次家政課吃火鍋後，我覺得是很特別的經驗，從規劃要買得食材到吃完後收拾整理乾淨都是大家一起動手完成的，這次家政課後我知道了怎麼買才能省錢，要怎麼才能省瓦斯，雖然我們女生出比較多力，但是我們也學到比較多經驗，總之這次的家政課大家都有吃飽，錢也沒有花得很多，所以如果下次還有機會的話，相信大家都知道如何採買，煮熟，收拾，希望下次家政課還有特別的經驗。(162)

A+
2/11

母親節巧克力



- 組員：男女各半
- 現場評分後帶回家
- 家長簽收



母親節卡片

- 提供參考書籍
- 自備材料
- 製作兩張卡片(父親+母親)
- 作品展示，人氣卡片票選
- 黑板開票



水果拼盤

水果拼盤/沙拉企劃案

◎水果建議

切片/塊：柳丁、香吉士、奇異果、蓮霧、西洋梨、草莓

削皮、去籽、切片：蘋果、水梨

去籽、切片：芭樂

其他：番茄、葡萄、水蜜桃（罐頭）、木瓜、哈密瓜、西瓜、（芒果）、原味優格

◎預算：每人不超過 30 元

◎準備工作：

器具：（砧板）、削皮刀、水果刀、盤子、（大湯匙）、個人餐具（不可使用免洗餐具）

食材採買、清洗

帶器具食材到校

◎善後工作：清洗、寫水果拼盤/沙拉製作及食用感想與分享

組別：

◎工作分配

人員	工作
1 賴育儒	水蜜桃罐頭、柳丁、香蕉、盤子、刀
2 陳敬鐵	芭樂、葡萄、盤子、刀
3 李庭瑋	蘋果、番茄、蓮霧、削皮刀、盤子、刀
32 陳妍卉	水梨、奇異果、盤子、刀
33 陳曉涵	草莓、西瓜、煉乳、盤子、刀



A white plate filled with various sliced fruits, including apples, bananas, grapes, strawberries, and oranges, arranged in a circular pattern. The plate is set on a wooden table.



到校時間: 6 點 5 分 離校時間: 5 點 0 分		張、成績單 (張) 但重要由還		由罷總過效果沒有那麼像好 自動增值焉! 到最後 厥少由樣子, 是水果會 切但水果由量似乎沒有 雖然大家息過吃息過 一起而變得趣味非凡。 果也因為是跟大家在 未來令人乏味的加水	
家長簽章 李		生活規範 ☐ 課業進步 ☐ 上課認真 ☐ 認真打掃 ☐ 上學遲到 ☐ 午休違規 ☐ 用具未帶 ☐ 要事請與導師聯繫 是吃焉		導師核閱 黃 3/14	
【英文佳句】All that glitters is not gold. (金玉其外, 未必皆善 (不可僅以貌取人)。)					
生活札記 Note / 心得小語 今天家政課時全切水果和吃水果。 從買水果到切完擺盤, 大家討論 的轉轉烈烈, 不過超乎預期的 男生也很乖的把水果帶來了, 但跟 女生同組時東西總是缺三落四的, 真不知他們在想什麼啊! 我總覺 得最有趣的過程是在切水果,			A+ 表演大師 有一位表演大師上場前, 他的弟子告訴他鞋帶鬆了。大師點頭致謝, 蹲下來仔細繫好。等到弟子轉身後, 又蹲下來將鞋帶解鬆。 有個旁觀者看到了這一切, 不解地問: “大師, 您為什麼又要將鞋帶解鬆呢?” “大師回答道: “因為我飾演的是一位勞累的旅者, 長途跋涉讓他的鞋帶鬆開, 可以通過這個細節表現他的勞累憔悴。” “那你為什麼不直接告訴你的弟子呢?” “他能細心地發現我的鞋帶鬆了, 並且熱心地告訴我, 我一定要保護他這種熱情的積極性, 及時地給他鼓勵, 至於為什麼要將鞋帶解開, 將來會有更多的機會教他表演, 可以下一次再說啊。” 人一個時間只能做一件事, 懂抓重點, 才是真正的人才。		

希望大家都能享受到動手做與吃的樂趣

在家實作切水果



家長簽名 YV 7/24

實作日期 10/26/19

實作成果 (請打 V)

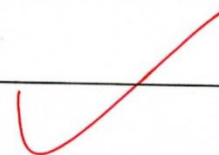
- ☒ 非常好，水果完整美觀。
- ☒ 通過，仍有進步空間。
- ☐ 待加強，若用心一定會進步。
- ☐ 未在家實作切水果

家長回饋

用心專心切水果也是一種學習
學到耐心，敬請家人與家人生活
互相互助，非常讚

good!

6/10



夏季創意飲品

創意飲品 / 冰品 DIY

組別: (1)

座號	姓名	座號	姓名
組員 21	呂紹瑜	30	李育綺
26	強仔萱	34	李沛秦
29	曹雅琪		✓

飲品 / 冰品名稱 愛琴海果汁

姓名	工作分配	備註
呂紹瑜	番薯土.西瓜.果汁機.鉗子	
強仔萱	冰塊.杯子.毛巾	
曹雅琪	冰塊.杯子	
李育綺	玻璃杯.榨汁機.冰塊	
李沛秦	冰塊.杯子	✓

參考資料:

清涼蔬果汁



- 提供參考書籍
- 自備水果
- 教師示範
- 小組實作切水果和飲品
- 同儕試喝. 互評
- 小組成果口頭報告



夏季創意飲品



愛琴海果汁



南洋水果冰沙



西瓜牛奶



忘情水



冰之物語



夏季創意飲品

創意飲品製作全紀錄

組別 /

A.組員

座號	姓名	座號	姓名
21	呂紹瑜	30	李詩綺
26	張竹宜	34	李詩豪
29	曹雅潔		

B.備忘錄

類別	食材	單位	單價	數量	負責同學	實際支出(元)	備註
水果	西瓜	顆		1	呂紹瑜	110	
	柳丁	顆		10	呂紹瑜	75	
	冰塊			26.29.30.34		0	

C.相關器具

器具名稱	負責同學	器具名稱	負責同學
杯子x2	李有綺	果汁機x1	呂紹瑜
榨汁機x1	李有綺	鐵盤x1	呂紹瑜

D.製作過程

實作流程	項目	工作內容	負責同學
把西瓜切成塊狀，把柳丁榨汁，把西瓜汁和柳丁汁混合，再加冰塊，攪拌均勻，即可。 good! ✓	食材清洗	洗柳丁	全組
	食材製備	切柳丁、西瓜、打冰塊、碎冰、柳丁	全組
	盛杯美化	分兩層(柳丁+西瓜)	張竹宜、呂紹瑜
	善後清潔	清理冰塊、擦桌子	全組



E.創意飲品名稱 蜜夢海果汁

組別 /

特色描述：

我嚐到西瓜的清甜，也嚐到酸酸的柳丁，這酸甜的口味，多麼
棒的滋味啊！也可以在餐後飲用，消滯一下，另有一番風味。

good! ✓

第一組 愛琴海果汁



先嚐到西瓜的香甜，再喝到微酸的柳橙，酸甜的口感，多像是愛情的滋味啊！也可以在飲用前先攪拌一下，別有一番風味。

人氣指數13



第一組 愛琴海果汁



○ 製作方法

1. 西瓜切塊用果汁機打成汁
2. 柳丁榨汁
3. 用槌子把冰塊敲碎
4. 將柳橙汁倒入杯中
5. 加碎冰
6. 最後慢慢加入西瓜汁



第一組 愛琴海果汁



○ 試喝報告

1. 因為他們很認真在做。
2. 有蔬菜汁的感覺，很養生。
3. 吃的到果粒。
4. 西瓜和柳丁的味道很棒!
5. 味道剛好，不會太甜太酸或太稀太濃!



教學省思與建議

- 教學活動貼近學生的生活，培養生活能力
- 事前規劃，訓練自我負責
- 小組合作學習，培養團隊分工合作能力
- 善用同儕互評，提供觀摩與自省機會
- 引導學生跳脫形式，發揮創意
- 運用延伸活動，讓課程融入學生家庭



