



臺中市天主教教育仁國小

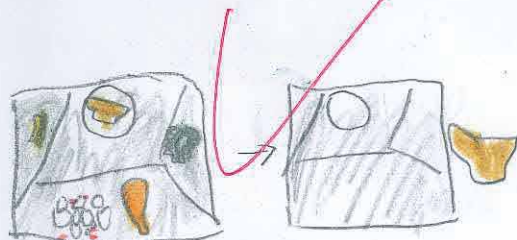
糧食英雄-珍惜糧食暨全穀雜糧

均衡飲食學習單

三年 仁 班 座號： 28 姓名： 洪明聖 導師： 洪明聖

請寫出或畫出，日常生活中，減少食物浪費的方法？

1. 吃完所有自己餐盤裡的糧!



請寫出或畫出，學校菜單中，你最喜歡的全穀類食物？

① 糙米飯

② 綠豆

③ 甘藷

5/3
Good!



臺中市天主教教育仁國小

糧食英雄-珍惜糧食暨全穀雜糧

均衡飲食學習單

三年 仁 班 座號：9 姓名：周○賢 導師：洪明聖

請寫出或畫出，日常生活中，減少食物浪費的方法？

減少剩餘。



請寫出或畫出，學校菜單中，你最喜歡的全穀類食物？

糙米飯。



5/3

Good!



臺中市天主教教育仁國小

糧食英雄-珍惜糧食暨全穀雜糧

均衡飲食學習單

洪明聖

印

三年仁班 座號：40 姓名：鄭○君 導師：洪明聖

請寫出或畫出，日常生活中，減少食物浪費的方法？



請寫出或畫出，學校菜單中，你最喜歡的全穀類食物？





臺中市天主教教育仁國小

糧食英雄-珍惜糧食暨全穀雜糧

均衡飲食學習單

三年仁班 座號：43 姓名：賴○螢 導師：洪明聖

請寫出或畫出，日常生活中，減少食物浪費的方法？

- ① 吃完
- ② 吃多少煮多少

請寫出或畫出，學校菜單中，你最喜歡的全穀類食物？

- ① 糙米飯
- ② 紅豆
- ③ 綠豆

Good!



臺中市天主教教育仁國小

糧食英雄-珍惜糧食暨全穀雜糧

均衡飲食學習單

三年仁班 座號：44 姓名：羅○童 導師：洪明聖

請寫出或畫出，日常生活中，減少食物浪費的方法？

少買或煮適量的早午晚餐。



請寫出或畫出，學校菜單中，你最喜歡的全穀類食物？



5/3
6100 ↓ !

