



創意罐沙拉學習單

班級：_____ 組別：_____ 組員號碼：_____

★注意事項

- 1.個人必備：餐盒（或玻璃罐）、餐具（叉子與湯匙）、餐巾紙
- 2.小組必備：沙拉食材與醬料任選，建議以當季、當地食材為主（請適量攜帶）
- 3.食材請一早借置於冰箱

★沙拉食材


類 別	食 材	份 量	負 責 人
1 果乾類			
2 堅果類			
3 水果類			
4 蔬菜類			
5 芽菜類			
6 主食類			
7 其 他			

★沙拉醬料

醬料名稱：_____

材 料	做 法

★請於下圖繪出分層堆疊的方式



資料來源：