**環保飲食**

高小至初中

附件一 低碳食物大搜羅工作紙

根據第一節課堂的所學，請進行資料搜集，寫出／畫出三項你喜歡吃的**低碳食物**，並列明該食品或菜式**如何符合低碳飲食的原則**。

1. 低碳食物：

|  |
| --- |
|  |

2. 低碳食物：

|  |
| --- |
|  |

3. 低碳食物：

|  |
| --- |
|  |





**環保飲食**

高小至初中

附件二 綠色小廚房工作紙

根據活動二的所學，與家人一同商討一個**環保飲食餐單**，並按照餐單準備菜式，最後以短片、相片或畫作配合文字，**分享實踐環保飲食的感想**。

如何設計你的環保菜式：

* 多菜少肉
* 本地食材
* 天然或加工較少的食物
* 低碳烹調方法
* 環保海鮮
* 肉類代替品

你的環保菜式：

|  |
| --- |
|  |

實踐環保飲食的感受：

|  |
| --- |
|  |