

低糖低鹽健康食物餐單設計比賽

參加者姓名(學生)：_____

參加者姓名(家長)：_____

班別：_____



我的參賽食譜

菜式名稱：_____

菜式介紹/創作理念：_____

*所有食譜必須原創，不可抄襲。

材料(請列明份量，如 砂糖 1/2 茶匙)



健康食材

材料及調味料





製作步驟

A large, empty, light green rounded rectangular box intended for writing the preparation steps.



全書菜式的彩色照片

A large, empty, light blue rounded rectangular box intended for pasting color photographs of all recipes.

