

食育料理カード No.1

登録番号	題 名	
22-001	第1集 手軽な食事編	 <p>4つの料理群(主食・主菜・副菜・もう一品)から好きなカードを選ぶだけで健康メニューが自由自在! ・実物大料理写真くりぬきタイプ ・料理数各100枚 料理成分値一覧つき 一般家庭でよく作られる料理・写真が満載。</p>
22-002	第2集 ちよっぴりごちそう編	 <p>4つの料理群(主食・主菜・副菜・もう一品)から好きなカードを選ぶだけで健康メニューが自由自在! ・実物大料理写真くりぬきタイプ ・料理数各100枚 料理成分値一覧つき 日常よりも豪華な料理カード集。</p>
22-003	そのまんま 食材カード	 <p>日常よく使う分量の食材写真をそのまま切り抜いたカード。 ・実物大食材カード165点 ・分類カード13点 ・とれたて! 丸ごと食材ポスター2枚 泥つき・葉つきだいこん1本、ぶり1尾、稲穂・玄米・精白米の実物大写真。ﾀﾞｲ84×ヨｺ30cm、紙製 ・活用マニュアル(B5判32ページ)</p>
22-004	そのまんま3皿で バイキングカード	 <p>料理を選ぶ「選択型」の食育教材。 ・実物大カード(料理・食器など90ピース) ・オリジナル・マイカード(厚紙2枚) ・ランチョンマット(紙製、A3) ・活用の手引き(レシピ・料理成分表つき、B5判24ページ)</p>
22-005	食事 バランスガイド編	 <p>「食事バランスガイド」に対応した料理区分で学べる新型食材教材。 ・実物大料理カード131ピース ・活用の手引き(B5、12ページ)</p>
22-006	そのまんま 菓子・飲み物カード	 <p>市販の菓子・嗜好飲料のエネルギー量がひと目で分かる。菓子・飲み物のとり過ぎなどの問題点を見つけたり、「そのまんま料理カード」との併用で使い方は自由自在。 ・菓子、飲み物カード44ピース</p>
22-007	そのまんま お弁当料理カード	 <p>主食3:主菜1:副菜2の表面積比で詰めれば、栄養バランスが理想的に! ・ケース(実物大の弁当箱) ・実物大料理カード134枚(主食15、主菜30、副菜60、その他29)カード裏面に作り方やエネルギーを表示。 ・料理の栄養成分一覧</p>

食育料理カード No.2

登録番号	題名	内容
24-001	野菜・くだものカード	野菜やくだものが育つ畑の様子まで理解できる



収録カード一覧

さつまいも・さといも・じゃがいも・アスパラガス・さやいんげん・えだまめ・かぶ・か
おちゃ・キャベツ・きゅうり・ごぼう・こまつな・春菊・セロリー・大根・玉ねぎ・とうもろこし・トマト・なす・にら・にんじん・
ねぎ・はくさい・ピーマン・ブロッコリー・ほうれんそう・レタス・れんこん・しいたけ・いちご・すいか・メロン・みかん・かき・キウイフルーツ・さくらんぼ・なし・バナナ・ぶどう・りんご



Aカード

Aカード 食品の外観写真・食品名
食品のシルエット写真・ヒント



Bカード

Bカード 畑などの栽培の様子
食品の育て方・解説やクイズ

A4判カード 両面カラー
カード数 80枚(40×2種)
指導解説書付