

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΣΥΝΤΑΓΩΝ

Περιγραφή

Αυτή η δραστηριότητα σας ενθαρρύνει να εμβαθύνετε σε μαθηματικές έννοιες μέσω του σχεδιασμού μιας συνταγής. Μέσω της προσαρμογής των συστατικών, της εκτίμησης του κόστους και της διατροφικής ανάλυσης, θα αποκτήσετε πρακτική εμπειρία στην εφαρμογή αριθμητικών δεξιοτήτων σε μαγειρικά σενάρια.

Μαθησιακοί Στόχοι



Συμμετέχετε σε μια δημιουργική και εκπαιδευτική δραστηριότητα με το σχεδιασμό μιας συνταγής, την προσαρμογή των συστατικών και την κατανόηση των αριθμητικών εννοιών.

Αναμενόμενα Αποτελέσματα

Βαθύτερη κατανόηση των αριθμητικών εννοιών στο πλαίσιο της μαγειρικής και του προγραμματισμού του προϋπολογισμού.

Χρόνος που Απαιτείται



30 - 60 λεπτά

Περιβάλλον Μάθησης

Ατομική ή ομαδική δραστηριότητα

Υλικά που Απαιτούνται



- Κενές κάρτες συνταγών ή χαρτί
- Στυλό/Μολύβι
- Αριθμομηχανή (προαιρετικά)

Πρακτικές Συμβουλές

- Για να κάνετε αυτή τη δραστηριότητα πιο ευχάριστη, επιλέξτε την αγαπημένη σας συνταγή ή χρησιμοποιήστε τη συνταγή για μπισκότα κολοκύθας με σοκολάτα ή σπαγγέτι μπολονέζ που θα βρείτε παρακάτω.
- Ερευνήστε τις τιμές των συστατικών στο διαδίκτυο ή σε ένα τοπικό παντοπωλείο για να υπολογίσετε το ακριβές κόστος.
- Μπορείτε να επιλέξετε την ευκολότερη εκδοχή παραλείποντας ένα ή μερικά βήματα (βήματα 4-7).

Καθοδήγηση Βήμα προς Βήμα

1. Επιλέξτε μια συνταγή. Παράδειγμα: Μπισκότα κολοκύθας με σοκολάτα.
2. Γράψτε τα συστατικά που απαιτούνται για τη συνταγή σε μια κενή κάρτα συνταγών ή σε ένα φύλλο χαρτί.
3. Διερευνήστε τις ισχύουσες τιμές των συστατικών στο τοπικό σας παντοπωλείο ή στο διαδίκτυο. Υπολογίστε το εκτιμώμενο κόστος κάθε συστατικού και το συνολικό κόστος της συνταγής.
4. Προσαρμόστε τις μερίδες της συνταγής. Για παράδειγμα, αν η αρχική συνταγή είναι για τέσσερα άτομα, υπολογίστε τις αναλογίες για δύο ή έξι μερίδες.
5. Διερευνήστε τις διατροφικές πληροφορίες για κάθε συστατικό. Υπολογίστε το συνολικό διατροφικό περιεχόμενο για ολόκληρη τη συνταγή και ανά μερίδα.
6. Τροποποιήστε τη συνταγή χρησιμοποιώντας κλασματικές προσαρμογές. Για παράδειγμα, αν η αρχική συνταγή απαιτεί $\frac{3}{4}$ φλιτζανιού ζάχαρη, προσαρμόστε την σε $\frac{1}{2}$ φλιτζάνι ή 1 φλιτζάνι.
7. Δημιουργήστε μια οπτικά ελκυστική κάρτα συνταγής ή ένα έντυπο που περιλαμβάνει όλες τις πληροφορίες που συγκεντρώθηκαν κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας. Συμπεριλάβετε ένα τμήμα για σημειώσεις και προβληματισμούς.
8. Αναλογιστείτε τις μαθηματικές έννοιες που εμπλέκονται στη δραστηριότητα. Εξετάστε πώς οι προσαρμογές στις μετρήσεις, το κόστος και τις μερίδες επηρεάζουν τη συνολική συνταγή. Εάν είναι δυνατόν, μοιραστείτε το μαθηματικό σχέδιο συνταγής σας με φίλους ή την οικογένεια. Συζητήστε τις προκλήσεις που αντιμετώπισατε και τις γνώσεις που αποκομίσατε από τη δραστηριότητα.

Πηγή

SIF

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΣΥΝΤΑΓΩΝ

Μπισκότα κολοκύθας με σοκολάτα ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

250 γραμμάρια αλεύρι σίτου

120 γραμμάρια βούτυρο

120 γρ. καστανή ζάχαρη

50 γρ. ζάχαρη

120 γρ. σταγόνες σοκολάτας

120 γρ. πουρέ κολοκύθας
(παχύρρευστο)

1 κουταλάκι του γλυκού
εκχύλισμα βανίλιας

1 κουταλάκι του γλυκού
μπαχαρικό τζίντζερμπρεντ

0,5 κουταλάκι του
γλυκού κανέλα

1,5 κουταλάκι του γλυκού
μπέικιν πάουντερ

1/4 κουταλάκι του γλυκού
αλάτι

Αριθμός μερίδων - 16

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΣΥΝΤΑΓΩΝ

ΕΥΚΟΛΗ ΣΠΑΓΓΕΤΙ ΜΠΟΛΟΝΕΖ

Συστατικά

- 2 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- 400γρ. / 14oz μοσχαρίσιος κιμάς
- 1 κρεμμύδι, κομμένο σε κύβους
- 2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 100γρ. / 3½oz καρότο, τριμμένο
- 2 κονσέρβες 400γρ. ψιλοκομμένες ντομάτες
- 400ml / 14fl oz ζωμός (από κύβο ζωμού. Ιδανικά βοδινό κρέας, αλλά οποιοδήποτε κάνει)
- 400γρ./14oz σπαγγέτι
- Αλάτι και πιπέρι

Αριθμός μερίδων - 5