

1. 6대 영양소의 종류와 역할을 정리해봅시다.

6대 영양소	역할	음식의 종류
탄수화물		
단백질		
지방		
비타민		
무기질		
물		

2. 다음 주 학교 급식 식단표에서 6대 영양소를 찾아 다음 예시와 같이 표시해봅시다.

예시1) 발아현미밥: 탄수화물이므로 글자 옆에 → 탄 이라고 표시

예시	화	수	목	금
현미참쌀밥 탄	통밀밥	토마토스파게티	현미참쌀밥	보리밥
감자탕 단	콩가루배추국	치킨텐더	육개장	근대된장국
흰살생선튀김 단	편육장조리	사과오이초무침	아귀살강정	훈제오리구이
콩나물냉채 비	감자채볶음	요구르트	미역줄기볶음	웨이감자
오렌지 비	총각김치	깍두기	배추김치	열무김치
배추김치 비	아이스홍시	우유	수박	우유
우유 무	우유		우유	