

# 第三课 我的一日三餐

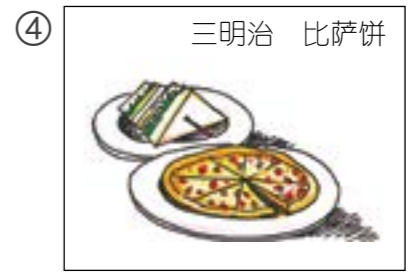
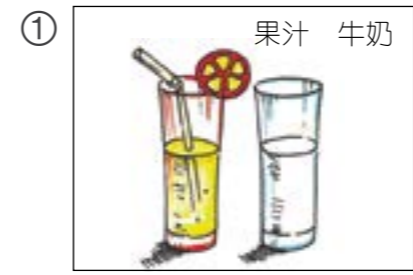
## 生词 1

- ① 餐 cān meal; food
- ② 中 zhōng Chinese 中餐 zhōng cān Chinese food
- ③ 西 xī Western 西餐 xī cān Western food 中餐、西餐, 我都喜欢吃。  
 Grammar: a) The object can be put in the front of a sentence for emphasis.  
 b) Sentence Pattern: Object, Subject + Verb
- ④ 快 kuài fast 快餐 kuài cān fast-food
- ⑤ 面 miàn (麵) wheat flour; noodles 面包 miàn bāo bread ⑥ 条 tiáo long narrow piece 面条 miàn tiáo noodles
- ⑦ 鸡 jī (雞) chicken ⑧ 蛋 dàn egg 鸡蛋 jī dàn egg ⑨ 奶 nǎi milk 牛奶 niú nǎi milk
- ⑩ 汁 zhī juice 果汁 guǒ zhī juice
- ⑪ 或者 huò zhě either; or 我喝牛奶或者果汁。  
 Grammar: “或者” is used in statements.
- ⑫ 还是 hái shì or 你喜欢吃中餐还是西餐?  
 Grammar: “还是” is used in questions.
- ⑬ 热 rè (熱) hot ⑭ 狗 gǒu dog 热狗 rè gǒu hotdog ⑮ 三明治 sān míng zhì sandwich
- ⑯ 饼 bǐng (餅) round flat cake 比萨 bǐ sà (薩) 饼 bǐng pizza
- ⑰ 比如 bǐ rú for example; such as 我一般吃快餐, 比如热狗、三明治、比萨饼。
- ⑱ 炒 chǎo stir-fry 炒面 chǎo miàn fried noodles ⑲ 饭 fàn cooked rice 炒饭 chǎo fàn fried rice
- ⑳ 盒 hé box 盒饭 hé fàn box meal ㉑ 可乐 kě lè coke ㉒ 做 zuò make 做饭 zuò fàn cook

## 1 模仿例子, 编对话

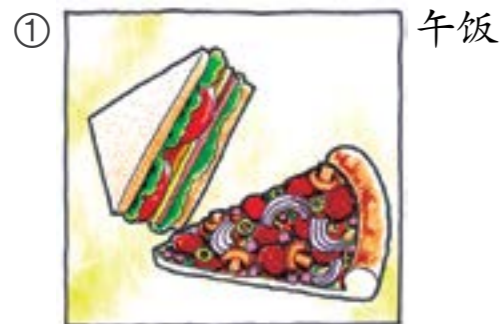
例子:  
 A: 你喜欢吃中餐还是西餐?  
 B: 中餐、西餐, 我都喜欢吃。

- 你可以用**
- a) 你早饭吃面包还是鸡蛋?
  - b) 你会做炒面还是炒饭?
  - c) 你想吃热狗还是三明治?
  - d) 你明天穿短裤还是裙子?
  - e) 你家住在十楼还是十一楼?



2 用所给结构看图说话

结构：我晚饭吃炒面或者炒饭。



3 听课文录音，回答问题

- 1) 周冰每天都吃早饭吗?
- 2) 她早饭吃什么? 喝什么?
- 3) 她午饭一般吃快餐还是中餐?
- 4) 她经常吃什么快餐?
- 5) 她晚饭吃什么?
- 6) 她喜欢吃中餐还是西餐?
- 7) 她会做饭吗?
- 8) 她想学做饭吗?

课文 1



zhōubīng nǐ měi tiān dōu chī zǎo fàn ma  
周冰, 你每天都吃早饭吗?

duì wǒ měi tiān dōu chī  
对, 我每天都吃。

nǐ zǎo fàn chī shén me  
你早饭吃什么?

wǒ chī miànbāo jī dàn hē niú nǎi huò zhě guǒ zhī  
我吃面包、鸡蛋, 喝牛奶或者果汁。

wǔ fàn ne  
午饭呢?

wǒ yì bān chī kuài cān bǐ rú rè gǒu sān míng zhì bǐ  
我一般吃快餐, 比如热狗、三明治、比  
sà bǐng wǒ yǒu shí hou yě chī zhōng cān bǐ rú miàntiáo  
萨饼。我有时候也吃中餐, 比如面条、  
chǎo fàn hé fàn wǒ jīng cháng hē kě lè hé guǒ zhī  
炒饭、盒饭。我经常喝可乐和果汁。

nǐ men jiā wǎn fàn chī shén me  
你们家晚饭吃什么?

zhōng cān xī cān wǒ men dōu chī  
中餐、西餐, 我们都吃。

nǐ xǐ huan chī zhōng cān hái shì xī cān  
你喜欢吃中餐还是西餐?

zhōng cān xī cān wǒ dōu xǐ huan chī  
中餐、西餐, 我都喜欢吃。

nǐ huì zuò fàn ma  
你会做饭吗?

wǒ bú huì dàn shì wǒ xiǎng xué wài pó nín jiāo wǒ zuò chǎomiàn ba  
我不会, 但是我想学。外婆, 您教我做炒面吧!





4 角色扮演

Fill in what you eat and drink for your three meals in a day. Complete the conversation below.

例子:

周冰: 你每天都吃早饭吗?

你: 对, 我每天都吃。你呢?

周冰: 我也每天都吃早饭。我早饭吃  
面包、鸡蛋, 喝牛奶或者果汁。

你早饭吃什么?

你: 我早饭吃……

周冰: 你午饭吃什么?

……



你可以用

- a) 粥 porridge; congee
- b) 包子 steamed stuffed bun
- c) 酸奶 yoghurt
- d) 米饭 cooked rice
- e) 汤 soup
- f) 牛排 beef steak
- g) 炒菜 stir-fried dish
- h) 蒸鱼 steamed fish
- i) 土豆 potato
- j) 胡萝卜 carrot

周冰的一日三餐	你的一日三餐
早饭: 面包、鸡蛋、牛奶 / 果汁	早饭:
午饭: 快餐 (热狗 / 三明治 / 比萨饼) 中餐 (面条 / 炒饭 / 盒饭)	午饭:
晚饭: 中餐 / 西餐	晚饭:

生词 2



- 1 酸 sour 酸奶 yoghurt
- 2 常常 often
- 3 猪 (猪) pig
- 4 肉 meat 猪肉 pork 牛肉 beef
- 5 最 most 我最喜欢吃肉。
- 6 排 ribs 猪排 pork chop 我中午经常吃猪排饭和牛肉饭。
- 7 米 rice 米饭 cooked rice
- 8 菜 dish 炒菜 stir-fried dish
- 9 蒸 steam
- 10 鱼 (鱼) fish
- 11 汤 (汤) soup 我们吃米饭、炒菜、蒸鱼, 还喝汤。
- 12 粥 porridge; congee
- 13 包子 steamed stuffed bun
- 周末, 我们家早饭一般喝粥, 吃包子。
- 14 总 (总) always 总是 always 中午我们总是去一家上海饭店吃饭。
- 15 饭菜 meal
- 16 好吃 delicious 他们做的饭菜很好吃。
- Grammar: Pattern: ( Noun + Verb ) + 的 + Noun
- 17 那里 there
- 18 笼 (笼) steamer 小笼包 small steamed meat dumplings 那里的小笼包很好吃。