

科目区分	専門教育科目	科目名	調理学実習 I (調理学実験を含む)	科目コード	20708	担当者	北 克子
対象学生	栄養士コース1年生	学期区分	前期	単位数	1	卒業要件	必修
						免許・資格要件	栄養士免許必修
科目の主題						成績評価の方法と割合	
調理の基礎的な知識と技術を習得する。						定期試験 (30%)	実技試験 (10%)
						提出物 (30%)	受講態度 (30%)
科目の到達目標						教育目標に基づく学修成果の到達目標	
						誠実な人柄と人間力 (尽心)	高度な知性と創造力 (創造)
							明確な意志と実践力 (実践)
1.	調理器具の使い方を習得する。						○
2.	栄養価計算方法を習得する。						○
3.	食品衛生に関する基礎知識を習得する。						○
4.	様式別調理の概要と調理操作の基本及び献立構成を習得する。						○
5.	包丁さばきを覚え、包丁に慣れる。						○
授業方法							
4～5人のグループ形式を取り、分担しながら協働して料理を作りあげる。また示範台でポイントごとの実演を行い、出来上がりを展示する。包丁さばきの練習。							
準備学修 (予習、復習等に必要な時間または具体的な学修内容)							
各自、事前に料理ごとの実際の手順を考えて書いてくる。担当する料理を決め全体の流れを話し合いまとめる。調理の割合を覚える。							
授業計画							
第1回	①日本・西洋・中国料理の概要 ②実習内容 ③実習心得 ④栄養価計算方法 ⑤その他						
第2回	調理の基礎1 (食材の切り方・調理器具の使い方・献立作成の基礎)						
第3回	調理の基礎2 (出しの取り方、調味%、野菜の茹で方、加熱食品の容積の変化、味の相乗効果)						
第4回	日本料理 ①白飯 ②味噌汁 ③魚の照り焼き ④南瓜のそばろあんかけ ⑤桜餅 ⑥緑茶						
第5回	西洋料理 ①Sandwiches ②Consomme julienne ③Sable ④black tea						
第6回	中国料理 ①炒飯 ②奶湯白菜 ③涼拌三絲 ④烏龍茶						
第7回	日本料理 ①えんどう飯 ②あさりの潮汁 ③ふくさ焼き ④ごま和え						
第8回	西洋料理 ①Consomme printanier ②Carangue a la meuniere ③ Salade ④Wine jelly						
第9回	中国料理 ①芙蓉蟹 ②清湯三鮮 ③清燉白菜 ④炸花餅						
第10回	日本料理 ①そばろ飯 ②沢煮椀 ③いかと胡瓜の吉野酢和え ④水羊羹						
第11回	西洋料理 ①Spaghetti with meat souse ②Sslade de legumes ③Choux a la cleme						
第12回	中国料理 ①乾焼大蝦 ②白菜肉団子湯 ③麻辣豆魚 ④拔糸地瓜						
第13回	日本料理 ①冷やしソーメン ②豚肉の味噌焼き ③焼き茄子の胡麻酢かけ ④わらび餅						
第14回	西洋料理 ①Curry and rice ②Cauliflower Salad ③Fruit jelly						
第15回	中国料理 ①炒青椒牛肉絲 ②玉米会豆腐 ③蝦仁吐司 ④杏仁豆腐						
教科書・参考書				受講生へのメッセージ			
たのしい調理：栗津原宏子著、医歯薬出版 食品成分表：香川芳子著、女子栄養大学出版				調理学実習は、調理技術を習得するだけでなく、段取りや栄養、また衛生的な手法を学びます。調理学で学んだ理論とすり合わせながら基本的な和食・洋食・中華料理を一から学んでいきます。			