

講義名	調理学実習 I
開講学年	1
単位	1

授業の達成目標	1. 実習を通して、各調理法を理解する 2. 和・洋・中・菓子の基本を学ぶ 3. 新調理システムの調理法を学習すると共に集団調理を理解する 4. 実習時の衛生、服装等での調理の現場を学ぶ 5. 日々の献立、特別メニュー等、季節と料理の関係を学ぶ
授業の概要	調理方法の要点と踏点をふまえ、目的を明確にした調理方法を通して基礎的・基本的な知識技術を身に着けるとともに、大量調理に対する応用力、集団調理の配膳や衛生について学んでいく
授業形式	講義、5～6 人グループでの調理実習

授業計画表 調理学実習 I

回	項目	内容	キーワード・備考
1	調理室、調理台の使い方、庖丁の研ぎ方	庖丁のあつかい方、庖丁の研ぎ方	調理室、調理台の使い方、計量の知識
2	実習の手順と庖丁の使い方の基本①	・魚の野菜あんかけ・小松菜のおひたし ・吸い物（干し若芽、絹ごし豆腐）	実習と掃除の仕方 切り方の練習①
3	食材の下処理と炊飯	・鶏肉の甘酢あんかけ・ほうれん草の胡麻和え・吸い物(麩、梗)	下処理 御飯の炊き方
4	揚げ物の基本調理①	・じゃがいものコロッケ・マカロニサラダ ・ミルクスープ	粉吹きいもの作り方 温度計の使い方
5	魚の焼物の基本調理	・鯖の塩焼き・切り干し大根の煮物 ・胡瓜の胡麻酢和え・つららどり	一汁三菜と酢の物の基本

6	西洋料理の 基本調理①	・ロールキャベツ・温野菜サラ ダ ・スパゲティナポリタン	西洋料理の煮物 (野菜・肉)
7	中国料理の 基本調理①	・軟炸鸡 ・糖醋豆芽・洋葱湯	中国料理の揚げ物と 和え物 (肉・野菜)
8	庖丁の使い 方の基本②	・お好み焼き・味噌汁(キャベツ)	切り方の練習② 出しの取り方
9	魚の焼物の 基本調理②	・魚の幽庵焼き・厚揚げのみぞれ 煮 ・沢煮汁・わらびもち	串の打ち方 直火焼き
10	中国料理の 基本調理②	・八宝菜・蛋花湯 ・涼拌三絲・炒飯①	中華鍋の振り方
11	日本料理の 煮物の基本 調理	・魚のフライ・じゃがいもの煮 物 ・鶏肉と胡瓜の酢の物	切り身の切り方 煮物の煮方 (野菜) 中心温の取り方
12	庖丁の使い 方の基本③	・ボジャルスキー・ポテトサラ ダ ・野菜サラダ・コンソメスープ	ドレッシングの作り方
13	西洋料理の 焼物①	・ポークピカタ・スパゲッティサラダ ・ 南瓜のポタージュ・ヨーグルトムース	マヨネーズの作り方
14	西洋料理の 煮物の基本 料理	・スチームフィッシュあんかけ・海老ピラ フ ・コンソメスープ・オレンジゼリー	蒸し器の使い方、 ゼラチンと寒天の違い
15	蒸し物	・白身魚の野菜蒸し ・ひじきの煮 物 ・鶏肉と胡瓜のとろとろみぞれ和え	

事前・事後学習の内容	事後の基礎技術練習と実習内容と理論の復習
成績評価の方法	実習ノート 20% 実技試験 60% 授業態度 20% 《評価基準》 90 点以上 S 、85～89 点 A+ 、80～84 点 A 、75～79 点 B+ 70 ～74 点 B 、65～69 点 C+ 、60～64 点 C 、60 点以下 D D は 不合格とする ただし、出席が 2/3 未満の場合は評価をせず不合格とする
参考書	調理学実習
教材	適宜プリントの配布

講義名	調理学実習Ⅱ
開講学年	1
単位	1

授業の達成目標	1. 実習を通して、各調理法を理解する 2. 和・洋・中・菓子の基本を学ぶ 3. 新調理システムの調理法を学習すると共に集団調理を理解する 4. 実習時の衛生、服装等での調理の現場を学ぶ 5. 日々の献立、特別メニュー等、季節と料理の関係を学ぶ
授業の概要	調理方法の要点と踏点をふまえ、目的を明確にした調理方法を通して基礎的・基本的な知識技術を身に着けるとともに、大量調理に対する応用力、集団調理の配膳や衛生について学んでいく
授業形式	講義、5～6 人グループでの調理実習

授業計画表 調理学実習Ⅱ

回	項目	内容	キーワード・備考
1	揚げ物の基本調理②	・揚げ茄子のあんかけ ・水ようかん ・白和え ・そうめんの吸い物	素揚げ
2	揚げ物の基本調理③	・咕咾肉 ・炒飯② ・若芽スープ	唐揚げ
3	卵料理①	・だし巻き卵①・胡瓜もみ（胡瓜、若芽、大葉）・肉豆腐（すき焼き風）	日本料理の卵料理 ・基本調理①
4	西洋料理の焼物②	・白身魚のムニエル ・チキンライス ・カスタードプリン	西洋料理の焼き物
5	味付け御飯①	・混ぜご飯・ほうれん草のピーナッツ和え ・蒸し卵	基本調理と蒸し物
6	西洋料理の焼物③	・ハンバーグステーキ・キャロットグラッセ・ほうれん草のソテー・粉吹きいも ・レモンゼリー	西洋料理の肉料理

7	卵料理②	・だし巻き卵②・蛇腹胡瓜の酢の物 ・小芋のくずとじ・味噌汁（豆腐、薄揚げ る）	日本料理の卵料理 ・基本調理②
8	卵料理③	・芙蓉蟹 ・炒米粉 ・青菜湯	中国料理の卵料理
9	ソースの作 り方	・マカロニグラタン・小松菜のスー プ ・ポークチャップ	西洋料理 ・基本のソース
10	おせち料理 ①	・おせち料理：富貴寄せ煮、紅白吸い物、 揚げ田作り、結び昆布、りんご金団	おせち料理①
11	クリスマス 料理	・クリスマス料理:キャンドルライス、 チューリップ、ポテトサラダ、人参の ポタージュ	クリスマス料理
12	食べやすい 日本料理	・蒸し鶏・南瓜のうすくず 煮 ・烏賊のぬた和え	調理のとりみのつけ方
13	中国料理の 揚げ物①	・炸溜丸子・涼拌蘿 蔔 ・豆乳花	中国料理の揚げ物 と炒め物
14	伝統料理	・豚肉の生姜焼き、隠元のごまよご し ・卵の花煮・きのこのすまし汁	日本料理の煮 物 ・伝統料理
15	日本料理 寿司の基本	・五目ちらし寿司 ・吸い物	

事前・事後学習の内容	事後の基礎技術練習と実習内容と理論の復習
成績評価の方法	実習ノート 20% 実技試験 60% 授業態度 20% 《評価基準》 90 点以上 S 、85～89 点 A+ 、80～84 点 A 、75～79 点 B+ 70 ～74 点 B 、65～69 点 C+ 、60～64 点 C 、60 点以下 D D は 不合格とする ただし、出席が 2/3 未満の場合は評価をせず不合格とする
参考書	調理学実習
教材	適宜プリントの配布

講義名	調理学実習Ⅲ
開講学年	2 年
単位	1

授業の達成目標	1. 実習を通して、各調理法を理解する 2. 和・洋・中・菓子の基本を学ぶ 3. 新調理システムの調理法を学習すると共に集団調理を理解する 4. 実習時の衛生、服装等での調理の現場を学ぶ 5. 日々の献立、特別メニュー等、季節と料理の関係を学ぶ
授業の概要	調理方法の要点と踏点をふまえ、目的を明確にした調理方法を通して基礎的・基本的な知識技術を身に着けるとともに、大量調理に対する応用力、集団調理の配膳や衛生について学んでいく
授業形式	講義、5～6 人グループでの調理実習

授業計画表 調理学実習Ⅲ

回	項目	内容	キーワード・備考
1	季節料理	・ 鱈の木の芽焼き ・ たけのこの炊合せ ・ 菜の花の吸い物	旬
2	寿司①	・ ちらし寿司 ・ 汁物	合わせ酢
3	中華料理の揚げ物	・ 春巻き ・ 乾焼蝦仁	油の温度
4	スチームコンベクション	グリルについて	スチームコンベクション
5	西洋料理の焼き物	・ 鮭のムニエル ・ ナスのソース煮 ・ 野菜スープ	フライパンの使い方
6	中国料理の切り方炒めもの	・ 青椒肉絲 ・ 雲吞 ・ 泡菜	
7	旬の食材を使った料理	・ たけのこご飯 ・ 若竹煮 ・ 天ぷら ・ 汁物	旬
8	中国料理 四川	・ 湯米粉 ・ ザーサイの漬物 ・ スープ	四川料理の特徴
9	日本料理の揚げ物	・ かき揚げにゅうめん ・ 水菜の煮物 ・ きんぴられんこん	揚げ物の温度

10	スチームコンベクション	・蒸し物	
11	日本料理の酢を使った献立	・白身魚の南蛮漬け　・野菜と卵の味噌汁　・青菜と鶏のお浸し	料理とpH
12	西洋料理 スパイス料理	・カレーライス　・とんかつ　・海藻サラダ　・フルーチェ	スパイスの種類
13	試験課題練習	・チャーハン　・餃子　・涼拌三絲	
14	日本の伝統料理	・大豆ご飯　・延命煮	
15	基本的な菓子	・クッキー	ドウ、バター

事前・事後学習の内容	事後の基礎技術練習と実習内容と理論の復習
成績評価の方法	実習ノート 20% 実技試験 60% 授業態度 20% 《評価基準》 90 点以上 S 、 85～89 点 A+ 、 80～84 点 A 、 75～79 点 B+ 70～74 点 B 、 65～69 点 C+ 、 60～64 点 C 、 60 点以下 D D は不合格とする ただし、出席が 2/3 未満の場合は評価をせず不合格とする
参考書	調理学実習
教材	適宜プリントの配布

講義名	調理学実習Ⅳ
開講学年	2年
単位	1

授業の達成目標	1. 実習を通して、各調理法を理解する 2. 和・洋・中・菓子の基本を学ぶ 3. 新調理システムの調理法を学習すると共に集団調理を理解する 4. 実習時の衛生、服装等での調理の現場を学ぶ 5. 日々の献立、特別メニュー等、季節と料理の関係を学ぶ
授業の概要	調理方法の要点と踏点をふまえ、目的を明確にした調理方法を通して基礎的・基本的な知識技術を身に着けるとともに、大量調理に対する応用力、集団調理の配膳や衛生について学んでいく
授業形式	講義、5～6人グループでの調理実習

授業計画表 調理学実習Ⅳ

回	項目	内容	キーワード・備考
1	麺料理	・涼拌麺 ・杏仁豆腐	中国料理の麺料理
2	日本料理の揚げ物	・天麩羅・高野豆腐の煮物 ・味噌汁（干し若芽、絹ごし豆腐）	日本料理の揚げ物 ・魚と野菜
3	季節料理	・竜田揚げ・野菜の焼き合わせ ・茄子の味噌汁	季節料理
4	魚の焼物 基本調理②	・魚の蒲焼き・ひろずの煮物 ・金平ごぼう	日本料理焼き物 ・照り焼き
5	豆腐料理	・麻婆豆腐・糖醋豆芽 ・雲吞湯	中国の豆腐料理
6	スチームコンベクション①	・鯖のクリームソースかけ・きのこのスープ・豚肉と大豆のトマト煮	スチームコンベクション調理法①
7	魚の三枚おろし	・鰯のピロア（三枚おろし） ・コーンポタージュ	魚料理の下処理と揚げ物の基本調理

8	スチームコンベクション②	・赤飯・鶏肉と野菜の蒸し物・翁吸い物・紅白団子	スチームコンベクション調理法②
9	おせち料理②	おせち料理: 伊達巻き、松風焼、紅白なます 煮しめ・鶏真薯椀・日の出蒲鉾	おせち料理②
10	クリスマスケーキ	クリスマスケーキ	クリスマスケーキ
11	西洋料理の焼物④	・鶏肉のホイル焼・ミートスパゲッティ・クラムチャウダー	西洋料理の包み焼き
12	味付け御飯②	・太巻き寿司・赤だし味噌汁	日本料理・巻き寿司の巻き方
13	軟食	・おかゆ・焼酎の煮物・青菜と厚揚げの胡麻和え・長芋の梅和え・茶碗蒸し	介護食、軟食
14	スチームコンベクション③	・魚の葱油蒸し・ブロッコリーのカニあんかけ・蕪菜豆腐湯・蒸しパン	スチームコンベクション調理法③
15	スチームコンベクション④	・白身魚のチーズ焼き・南瓜のそぼろあんかけ・野菜スープ	

事前・事後学習の内容	事後の基礎技術練習と実習内容と理論の復習
成績評価の方法	実習ノート 20% 実技試験 60% 授業態度 20% 《評価基準》 90 点以上 S、85～89 点 A+、80～84 点 A、75～79 点 B+ 70～74 点 B、65～69 点 C+、60～64 点 C、60 点以下 D D は不合格とする ただし、出席が 2/3 未満の場合は評価をせず不合格とする
参考書	調理学実習
教材	適宜プリントの配布