

令和2年度

授業内容（シラバス）

調理師科

---

学校法人 長岡総合学園

---

悠久山栄養調理専門学校

## 授業内容（シラバス）

### 《教育目的》

1. 食生活に関する理論と技術の基礎を学び、応用・実践して、社会の発展に寄与しうる人材を育成する。
2. 社会に出て能力を発揮できるよう、自分の専門分野に強く、人格円満で常識を兼ね備えた心豊かな人材を育成する。

### 《課程、学科及び修業年限並びに定員》

本校の課程、学科及び修業年限並びに定員は、次のとおりとする。

課程名	学科名	修業年限	入学定員	総定員	学級数	備考
衛生専門課程	栄養士科	2年	40名	80名	2	昼間
衛生専門課程	調理専攻科	2年	40名	80名	2	昼間
	調理師科	1年	40名	40名	1	昼間

## 2020年度調理師科 教育課程

規程教育内容	規程時間数	教科科目名	学則規定時間数	前期	後期	担当者	頁
食生活と健康	90	公衆衛生学	90	○	○	川上 直也	3
食品と栄養の特性	150	栄養学	90	○	○	川上 紗恵	4
		食品学	60	○	○	長谷川 千賀子	5
食品の安全と衛生	150	衛生法規	30		○	川上 直也	6
		食品衛生学	90	○	○	東 澄子	7
		食品衛生学実験	30		○	西川 眞	8
調理理論と食文化概論	180	調理理論	120	○	○	高野 壮浩	9
		食文化概論	60	○	○	清水 まり子	10
調理実習	300	日本料理	100	○	○	新野 卓実	11
		西洋料理	100	○	○	高橋 実	12
		中国料理	100	○	○	天野 浩明	13,14
総合調理実習	90	製菓実習	40	○	○	平野 芳春	15
		基本・集団調理	60	○	○	天野、川上 他	16
		レストランサービス	20		○	加藤 弘朗	17
小計	960		990				

《全体目標》

食をとおして、国民の健康保持の使命を果たすために必要な幅広い知識の習得を目指す。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1～10	調理師と健康	・健康の考え方、食と健康の関係と調理師としての役割について学習する。
11～20	食生活と疾病	・疾病について疫学、免疫、疾病予防、生活習慣病について学習する。
21～29	健康づくり	・健康づくり対策として健康増進、我が国の状況、健康教育、健康と食生活について学習する。
30～36	調理師と食育	・食育の定義、意義、食育基本法について学習する。
37～42	労働と健康	・労働と健康の関係及び調理師の職場環境について学習する。
43～49	環境と健康	・環境と健康の関係について学び、環境汚染と対策、取り組みについて学習する。

教科書

「新調理師養成教育全書  
必修編 1 食生活と健康」  
全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

プリント

《評価方法》

筆記試験

《全体目標》

栄養の基本的な知識を身に付け、自分自身や家族の人生を豊かにするとともに、健康を考えて調理のできる調理師を目指す。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1～3	栄養と健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 栄養学を学ぶ目的</li> <li>・ 栄養とは何か、健康との関わり</li> </ul>
4～26	栄養素について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 炭水化物</li> <li>・ 脂質</li> <li>・ たんぱく質</li> <li>・ ビタミン</li> <li>・ ミネラル</li> <li>・ その他の成分</li> </ul>
27～32	消化と吸収	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食品の摂取</li> <li>・ 栄養素の消化・吸収・代謝</li> </ul>
33～36	エネルギー代謝	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ エネルギー代謝とは</li> <li>・ エネルギー摂取量とエネルギー消費量</li> <li>・ 身体活動の計測</li> </ul>
37～39	食品の選択	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 日本人の食事摂取基準</li> <li>・ 食品標準成分表</li> <li>・ 食品分類法</li> <li>・ 食事バランスガイド</li> <li>・ 栄養価計算について</li> </ul>
40～44	ライフステージと栄養	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 妊娠期・授乳期の栄養</li> <li>・ 成長期の栄養</li> <li>・ 成人期の栄養</li> <li>・ 高齢期の栄養</li> </ul>
45～49	病態と栄養	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事療法</li> <li>・ 栄養素の過不足と病気</li> <li>・ さまざまな病気と栄養</li> </ul>
教科書 「新調理師養成教育全書 必修編 2 食品と栄養の特性」 全国調理師養成施設協会 編		教材並びに参考図書 プリント 「最新食品標準成分表」 全国調理師養成施設協会
《評価方法》		
	筆記試験	7割
	小テストへの取り組み姿勢とその内容	2割
	ノート提出	1割

《全体目標》

食品をよりおいしく、より美しく、かつ栄養価を高めるような調理ができるように、食品の性質と種類、及び食品の加工と貯蔵、また食品の生産と流通について学ぶ。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1	食品学とは  食品の種類と分類 食品の成分と性質  植物性食品とその加工品 穀類、いもおよびでんぷん類、 砂糖および甘味類、豆類、 種実類、野菜類、果実類、 きのこ類、藻類  動物性食品とその加工品 魚介類、食肉類、卵類、乳類  その他の食品 油脂類 菓子類 嗜好飲料類 調味料および香辛料類 調理加工食品類 ゲル状食品 特別用途食品、保健機能食品  食品の加工と貯蔵	<ul style="list-style-type: none"> <li>食品学を学ぶ意義</li> <li>食品とその特性、食品が持つ働き</li> <li>栄養素、生産様式、用途による分類</li> <li>水分、炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、無機質、嗜好成分</li> <li>食品の特徴、旬、成分、種類、加工品等について</li> <li>食品の特徴、旬、成分、種類、加工品等について</li> <li>食品の特徴、分類及び種類</li> <li>加工の目的、方法、微生物の利用</li> <li>貯蔵の目的と貯蔵法</li> </ul>
32	食品の生産と流通	<ul style="list-style-type: none"> <li>国内生産と輸入</li> <li>食品の流通の仕組みと各食品の流通経路</li> </ul>
教科書 「新調理師養成教育全書 必修編 2 食品と栄養の特性」 全国調理師養成施設協会 編		教材並びに参考図書 「オールフォト食材図鑑」 「食品標準成分表」 「新調理師養成教育全書 必修編 4 調理理論と食文化概論」 全国調理師養成施設協会 編
《評価方法》 定期試験、ノート提出、レポート、出席状況		

《全体目標》

食の安全と衛生についての関係制度と法律、衛生管理方法を中心に、調理師として必要な知識を習得する。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1	飲食による健康被害	<ul style="list-style-type: none"> <li>・近年話題の健康被害について学習する。 (BSE、鳥インフルエンザ、農薬及び動物用医薬品)</li> </ul>
2～3	食品安全対策と食品安全対策にかかわる法律	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品衛生の最大の目的である食品の安全対策と関係法令・制度を学習する。</li> </ul>
4	食品安全行政	<ul style="list-style-type: none"> <li>・我が国の食品安全行政について学習する。</li> </ul>
5～6	食品安全情報の共有	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品表示について学習する。</li> </ul>
7～9	食品調理施設・設備の安全対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品営業施設の施設基準、管理運営基準について学習する。</li> </ul>
10～12	調理従事者の健康管理 調理作業時における安全対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理従事者の健康管理と衛生的な食品取扱い、洗淨・殺菌・消毒について学ぶ。</li> </ul>
13～14	自主衛生管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>・HACCPによる自主衛生管理について学ぶ。</li> </ul>
15～16	食品事故対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品事故発生時の危機管理と食中毒の実例について学習する。</li> </ul>

教科書

「新調理師養成教育全書  
必修編 3 食品の安全と衛生」  
全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

プリント

《評価方法》

筆記試験

《全体目標》

食品の安全の重要性を認識し、飲食による危害の原因とその予防法に関する知識や技術について学ぶ。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1～2	1. 食の安全と衛生	
3～7	2. 食品と微生物	
8～14	3. 食品と化学物質	
15～18	4. 器具・容器包装の衛生	
19～49	5. 飲食による健康危害	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食中毒とは</li> <li>・ 細菌性食中毒</li> <li>・ ウィルス性食中毒</li> <li>・ 自然毒食中毒</li> <li>・ 化学性食中毒</li> <li>・ 寄生虫による食中毒</li> <li>・ 経口感染症</li> <li>・ 食物アレルギー</li> </ul>

教科書

「新調理師養成教育全書  
 必修編 3 食品の安全と衛生」  
 全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

《評価方法》

筆記試験

《全体目標》

調理師として衛生的な作業環境を科学的に管理できるよう、食材や加工に使用する器具、器材について、衛生検査法を実技として学ぶ。危害因子を実際に観察することにより、危害予測と安全処理の技術を身につける。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1	食品衛生検査の目的 安全管理規程・基本手技	正しい検査を行うための基本知識と、安全な取り扱いのための行動手順を学ぶ。
2	食品微生物検査と消毒法	食品微生物を観察し、資材を消毒する。
3～12	食品微生物を培養、染色し顕微鏡で形態を観察する	食品や飲料水、器具等からカビ、酵母、細菌（球菌、桿菌、芽胞菌）を培養し、形態的、生化学的に各性状を調べ、分類する。寄生虫を観察する。それぞれの由来を調べ、制御法を考える。
13～14	食品の鮮度判定	簡易な試験法で正しく鮮度判定ができる。
15～16	安全な食品製造のための手法： HACCPの実効性	手指汚染を可視的に捉える。耐熱性芽胞の制御法を考える。重要管理点の選択の意味を実際的に把握する。
教科書 「新調理師養成教育全書 必修編 3 食品の安全と衛生」 全国調理師養成施設協会 編		教材並びに参考図書 講師作成プリント
《評価方法》		
1 出席日数、標準手技に基づいた実験態度、実験レポートの記載内容		
2 筆記試験		



《全体目標》

- ・調理実習で行っている調理操作には「こつ」と呼ばれる科学的な理由がある。「こつ」の科学的根拠を知り、調理実習と結びつけて理解を深める。
- ・給食システムの中で行われる大量調理について学び、一連の業務についての技術や知識を身に付ける。フードビジネスとしての給食、チームワークで作る給食について考える。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1～4	調理とおいしさ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理とは（調理理論を学ぶ意義、調理の目的）</li> <li>・おいしさの構成</li> </ul>
5～13	調理設備、器具と熱源	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理施設、設備とは</li> <li>・調理器具、食器、容器、調理と熱源</li> </ul>
14～24	調理の基本操作	<ul style="list-style-type: none"> <li>・非加熱調理器具、加熱調理器具</li> <li>・食器と容器（材質別特徴、料理別食器の種類）</li> <li>・調理と熱源（熱源の種類と特徴、熱効率）</li> </ul>
25～50	食品の調理科学	<ul style="list-style-type: none"> <li>・非加熱調理操作 （計量、洗浄、浸漬、切碎、混合、攪拌、磨砕、粉砕、成形・圧搾・ろ過、冷却、冷凍、解凍）</li> <li>・加熱調理操作（湿式加熱、乾式加熱、誘電加熱、誘導加熱）</li> <li>・植物性食品 （穀類、いも及びでんぷん類、砂糖、豆類、種実類、野菜類、果実類、きのこ類、藻類）</li> <li>・動物性食品（魚介類、食肉類、卵類、乳類）</li> <li>・その他食品（油脂類、調味料、ゲル状食品）</li> </ul>
(給食) 1～4	集団調理実習①	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団調理にあたって</li> <li>・集団調理実習の進め方</li> </ul>
5～6	集団調理施設衛生管理マニュアル	<ul style="list-style-type: none"> <li>・趣旨、重要管理項目、標準作業書</li> </ul>
7～13	集団調理実習②	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大量調理の特徴と調理技術</li> <li>・献立作成と調理</li> </ul>
14～16	危機管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>・災害時給食</li> <li>・調理従事者として</li> </ul>

教科書

「新調理師養成教育全書  
 必修編 4 調理理論と食文化概論  
 必修編 6 総合調理実習」  
 全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

技術考查問題集  
 「新調理師養成教育全書  
 必修編 2 食品と栄養の特性  
 必修編 3 食品の安全と衛生  
 必修編 5 調理実習」  
 「オールフォト食材図鑑」  
 全国調理師養成施設協会 編

《評価方法》

筆記試験	90%	
提出物	10%	
出席状況	10%	※合計が100点を超えた場合は、100点とする。

《全体目標》

- ①日本をはじめ、世界各国の食文化がどのように発展してきたかを歴史的背景等と関連付けて学び、伝統的な技術や料理様式などを受け継ぎ、更に新しい文化を創造していく、食文化継承者としての調理師の役割を理解する。
- ②和・洋・中各分野のテーブルマナーを取り入れ、それぞれの食事作法を実践で学ぶ。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1	調理師と食文化	・調理師が食文化を学ぶ意義について学ぶ。
2～5	食と文化 (1) 食文化の成り立ち (2) 多様な食文化 (3) 食文化の共通化と国際化	・食文化とは何か、人類の歴史の中でどのように発展してきたか、現代の食文化はどのような事態を迎えているかについて学ぶ。
6～14	日本の食文化 (1) 日本の食文化史 (2) 日本料理の食文化 (3) 行事食と郷土料理 (4) 現代の食生活と未来の食文化	・日本の食文化の変遷をたどり、日本料理の様式や行事食、郷土料理について学ぶ。さらに現代の食環境から、食文化の未来を考える。
15～24	世界の料理と食文化 (1) 西洋料理の食文化 (2) 中国料理の食文化 (3) その他の国の料理の食文化  これからの食生活	・現代の日本の食生活を彩る様々な国の料理を、西洋料理、中国料理、その他の国の料理に大別して学ぶ。  ・これからの食環境はどのようになっていくか、学んだことを踏まえて考察する。
25～32	世界の食事作法 (演習)	

教科書

「新調理師養成教育全書  
必修編 4 調理理論と食文化概論」  
全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

《評価方法》

筆記試験：70%  
出席状況、平常点：30%

《全体目標》

- ・包丁の取り扱いを習得する。(包丁は常に切れるように手入れをする。)
- ・基本技術を正確に習得する。(魚、野菜、それぞれに合った包丁選び、包丁の握り方を修得する)

《授業内容》

実施回	授業項目	進め方 (献立内容)
1	調理実習に入る前に心得ておくこと 包丁研ぎ	・講義；調理実習に入る前に心得ておくこと ・実習；包丁研ぎ、実習室の使い方
2	筍の茹で方 野菜の基本的な切り方 だしの取り方 (復習)	・筍の土佐煮 ・大根を切る練習、味噌汁
3	ご飯の炊き方、だし 椀物の仕立て方 (清汁仕立て) 中間試験課題 (大根の桂むき)	・筍ご飯 ・春野菜の吸い物 ・大根サラダ
4	お作り、魚の三枚おろし、大根の桂むき ご飯の炊き方 (復習) 酢の物の下処理	・まぐろの平作り、鰯の糸作り (レシピ集 P.8-9) ・大根飯 ・きゅうりとわかめの酢の物
5	椀物 (椀種・椀づま・吸い口) 浸し物 (材料の下処理) 大根の桂むき	・海老しんじょ 清汁仕立て (レシピ集 P.3 参考に) ・春野菜の焼き浸し ・大根と豚ばら肉の年輪巻き (煮物)
6	お作り (いかのおろし方)、大根の桂むき 椀物 (清汁仕立て)	・いかのお作り鳴門作り、鹿の子作りなど (レシピ集 P.10 他) ・生麩と海老 清汁仕立て ・小柱と大根と三つ葉の和え物
7	煮物 (とろみのついた煮物) 椀物 (沢煮仕立て) 大根の桂むき	・治部煮 (レシピ集 P.22) ・沢煮椀 ・砵巻き (酢の物)
8	前期中間試験	・実技試験；大根の桂むき・筆記試験
9	揚げ物 (豆腐の水切り・油の温度) 煮物 (茄子の下処理) 期末試験課題 (だし巻き玉子)	・揚げ出し豆腐 (レシピ集 P.27) ・茄子の翡翠煮 ・だし巻き玉子
10	焼き物 (串の打ち方・魚の焼き方) 酢の物 (合わせ酢の種類) だし巻き玉子	・魚の塩焼き (鰹または鮭) (レシピ集 P.13) ・カブとサーモンの黄身酢かけ ・だし巻き玉子
11	椀物 (すり流し仕立て) お作り (鰹の処理、火入れ) だし巻き玉子	・枝豆すり流し仕立て (レシピ集 P.6) ・鰹のたたき (レシピ集 P.11) ・だし巻き玉子
12	調理技術コンクールの課題を踏まえたレシピ①	・大根の桂むきを使った料理 ・だし巻き玉子 ・梅人参
13	調理技術コンクールの課題を踏まえたレシピ②	・大根の桂むきを使った料理 ・だし巻き玉子 ・梅人参
試験	前期中間試験	・実技試験：だし巻き玉子 ・筆記試験：大根の桂むき
14	煮物 (冬瓜 (またはゆうごう) の下処理) 酢の物 甘味 (寒天の使い方)	・ゆうごうの鶏そぼろあんかけ (レシピ集 P.23) ・からし酢みそあえ (レシピ集 P.35) ・水ようかん
15	蒸し物 (火かげんと蒸しかげん・卵液の割合) あえ物 (材料の下処理・あえ衣) 他	・茶碗蒸し (レシピ集 P.30) ・野菜のごま白和え (レシピ集 P.37) 他
16	焼き物 (火かげん・串打ち・照りの出し方) 煮物 (魚の下処理・基本的な煮つけ)	・照り焼き (レシピ集 P.14) ・魚の煮つけ (レシピ集 P.20) 他
17	お作り (酢締めの手法) 煮物 (野菜の切り方・煮詰めかげん) 他	・締め鯖 ・筑前煮 (レシピ集 24) 他
18	焼き物 (串打ち・幽庵地の作り方) 椀物 (味噌仕立て) 甘味	・魚の幽庵焼き (レシピ集 P.18) ・豚汁 (レシピ集 P.5) ・栗蒸しようかん (レシピ集 P.47)
19	煮物 (下処理法・彩りよい盛り付け) 飯物 (もち米の蒸し方) お作り (姿作り)	・炊き合わせ (レシピ集 P.25) ・長岡赤飯 ・魚の姿作り (鯛または鰯)
20	揚げ物 (揚げ物のバリエーション) 蒸し物 (材料の下処理) お作り (姿作り)	・鶏ささ身 みの揚げ (レシピ P.29) ・土瓶蒸し (レシピ集 P.34) ・魚の姿作り
21	煮物 (試験課題；梅人参、里芋六方) 甘味	・炊き合わせ ・どら焼き・雑煮
22	後期中間試験	・実技試験；梅人参、里芋六方 ・筆記試験
23	蒸し物 (かぶのすりおろし方・卵白の起泡) あえ物 お作り (姿作り)	・かぶら蒸し (レシピ集 P.33) ・温州和え (レシピ集 P.38) ・魚の姿作り
24	鍋物 (材料の相性や彩りの工夫) お作り (姿作り)	・鍋物 (レシピ集 P.39) ・魚の姿作り
25	巻き寿司	・太巻きずし ・飾り巻き寿司
26	特別講義 手打ちそば	
試験	後期中間試験	・実技試験；魚の姿作り

教科書

「新調理師養成教育全書

必修編 5 調理実習」

全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

「新調理師養成教育全書 必携 調理実習レシピ集」

全国調理師養成施設協会 編

「基本調理のためのレシピ」(悠久山栄養調理専門学校)

《評価方法》

実技試験 5 割、筆記試験 4 割、ノート提出 1 割

《全体目標》

西洋料理の基本的な作り方の習得。 地理・気候・歴史からくる料理の違いを、実習を通して体得する。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方（献立内容）	実施回	授業項目	授業の進め方（献立内容）
1	西洋料理の実習に入る前に	・概要説明、実習室の使い方、自己紹介、包丁の使い方	14	応用料理	・ポテトとベーコンの田舎風フラン ・長岡巾着なすとフォワグラのミルフィユ仕立てタイムの香り ・ペンネのボローニャ風（ミートソース）
2	基本のだし汁（ブイヨン）	・浅網のスパゲッティ ・ブイヨン ・ミルファンテ スープ	15	応用料理	・スパゲッティ 赤唐辛子入りガーリックオイル ・ヒューマー ド ポアソン ・鯛と海老のムニエル二色のソース
3	基本的な冷製ソース	・マヨネーズとピネグレット ・白身魚のグージョネット・タルタルソース添え ・サラダ コンポーゼ	16	応用料理	・海の幸 サラダ造りカレー風味 ・野菜のクリームスープ ・牛フィレ肉のステーキベアルネズソース
4	卵料理	・卵料理の色々 ・オムレツ	17	応用料理	・ムール貝の漁師風 ・鴨のロースト オレンジ風味 ・ワルドルフサラダ
5	前期中間試験	・キャベツの千切り 筆記試験	18	応用料理	・マルセイユ風アサリのスープ ・若鶏のクリーム煮 ・パンツァネラ
6	サラダの応用と混合セバター	・帆立貝のサラダ仕立て イチゴドレッシング ・トウモロコシのクリームスープ ・ミックスサンドイッチ	19	応用料理	・スペイン風かき卵入りガーリックスープ ・帆立貝と海老の蒸し煮ベアルモットソース ・チキンソテー シャスールソース
7	白いソース 肉のブイヨン煮	・ソース ベシヤメル ・マカロニと小海老のグラタン ・ポークロースのプレーゼアルザ	20	応用料理	・クラムチャウダー ・プーレー・ロティ・グランメール ・ボルチーニとシメジのコンソメ炊き込みご飯
8	褐色のだし汁 おなじみのイタリアン	・フォン ド ブォー ・ミネストローネ ・スパゲッティ カルボナーラ	21	応用料理	・カブのピューレー スープ ・ビーフ・シチュー 温野菜添え ・アメリカン クラブハウス サンドイッチ
9	褐色のソース	・デミグラスソース ・ハンバーグステーキ	22	応用料理	・チーズフォンデュ ・牛フィレ肉のパイ包み焼
10	魚料理とバターソース	・舌ひらめのムニエル（焦がしバターソース） ・トマトのクロスティーニ	23	応用料理	・ポタージュ・マリガトーニ ・鴨胸肉の軽い燻製サラダ造りバルサミコドレッシング
11	冷製スープ	・かぼちゃの冷製スープ ・ハム入りのオムレツ ・カプリ風サラダ	24	応用料理	・冷製デコレーション
12	カレーライス	・コンソメ用ブイヨン ・チキンカレーライス ・スパイスを多用して作る本格的チキンカレー	25	応用料理	・舌ヒラメのボン・ファム風 ・他
13	コンソメスープ 冷製パスタ	・コンソメ ・スカンピとルコラの冷製カッペリーニ ・ビーフストロガノフ	26	応用料理	・仔羊のコートレット・ニース風 ・他
	前期期末試験	前期のまとめ (筆記試験 オムレツ ハンバーグ)		後期期末試験	

教科書

「新調理師養成教育全書  
必修編 5 調理実習」  
全国調理師養成施設協会 編

教材並びに参考図書

《評価方法》

実技試験 5 割 筆記試験 5 割

《全体目標》

基本知識と技術を反復する。多岐に亘る料理体系を理解する。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方	
1	実習室の基本的な使い方を学習する。中華鍋の手入れの仕方。野菜の切り方	基本知識 実習の流れ (挨拶・衛生・片づけ・器具)	中華鍋焼き掃除 野菜の切り方 葱油 辣油 甜麵醬
2	中華包丁さばきを学ぶ。中華基本スープの理解・利用方法。	基本スープの取り方 (清湯・毛湯・哨湯・白湯) 包丁さばき (野菜の切り方) 干しエビと大根のスープ 玉子炒飯	蘿蔔蝦米湯 蛋炒飯
3	中華包丁さばきを学ぶ。中華基本スープの理解・利用方法。乾物の戻し方を学ぶ。	鶏の唐揚げ薬味ソースかけ 玉子炒飯 包丁さばき (野菜の切り方) 大根と干貝柱のスープ	油淋鶏 蛋炒飯 蘿蔔干貝湯
4	豚肉ボイルの方法・切り方を学ぶ。乾物の戻し方を学ぶ。	豚肉の薄切りニンニクソースかけ ザーサイと大根のトロミのついたスープ 玉子チャーハン練習。	雲白肉片 搾菜蘿蔔羹湯 蛋炒飯
5	拍子木切りの練習。手打ち麺の打ち方を学ぶ。	大根と挽き肉の炒め煮 玉子チャーハン練習 ラーメン調理法	蘿蔔肉末醬 蛋炒飯 坨麵
6	野菜や肉の千切りの方を学ぶ。トロミの濃度を学ぶ。	ピーマンと牛肉の細切り炒め トロミのついた酸っぱいスープ 玉子チャーハン練習	青椒牛肉絲 酢辣湯 蛋炒飯
7	学生の理解度を把握する。	前期中間試験 (大根の切り方・片・絲・末)	海蜇蘿蔔蛋捲
8	イカの飾り切りを学ぶ。中国風パイの包み方を学ぶ。	イカの飾り切りの冷菜山椒ソースかけ 大根とハム入り揚げパイ 玉子チャーハン練習	涼拌魷魚 蘿蔔酥餅 蛋炒飯
9	生地の作り方、延ばし方、包み方の理解。	焼き餃子、焼売、玉子チャーハン練習	鍋貼餃子 鮮肉焼売 蛋炒飯
10	鶏肉の炒め方・煮込み方の理解。薄焼き玉子の焼き方を把握。焼売の包み方、揚げ方を学ぶ	カシューナッツと鶏肉の炒め物 鶏肉の醬油煮込み 薄焼き玉子	腰果鶏丁 紅燒鶏塊 蛋皮
11	調理技術コンクール練習	ピーマンの千切り、薄焼き玉子	
12	野菜の切り方の復習。水烹法の調理法	冷やし中華、肉味噌そば、薄焼き玉子	涼拌麵 炸醬麵 蛋皮
13	玉子の焼き方、炒め方の理解	中華風カニ入り玉子焼き、中華風コーンスープ、杏仁豆腐	芙蓉蟹蛋 玉米湯 杏仁豆腐

14	揚げ方、点心蒸し方温度の理解	揚げ春巻き、スープ入り饅頭、玉子チャーハン練習	炸春捲 小籠包子 蛋炒飯
15	豚肉の用途・部位を把握・理解	豚肉のぶつ切り甘酢あんかけ（酢豚） 玉子と豚肉の薄切り炒め、薄焼き玉子	糖醋肉塊 蛋炒肉片 蛋皮
16	イカの切り方・炒め方の理解	イカの花切り辛し炒め、イカの薄切りミルク炒め 薄焼き玉子	公爆魷花 奶油魷花 蛋皮
17	生地の作り方、発酵、のばし方、 包み方の理解。	肉入り饅頭、桃饅頭、薄焼き玉子	鮮肉包子 寿桃包子 蛋皮
18	麺の焼き方・麺の茹で方の理解	五目焼きそば、四川風胡麻辛味そば、薄焼き玉子	什錦炒麵 坦々麵 蛋皮
19	海老の取り扱い・用途・火加減、 揚げ方、理解。	海老のチリソース、海老のマヨネーズ和え、 五目チャーハン	乾焼蝦仁 沙律蝦球 什錦炒飯
20	鶏肉の切り方、炒め方、揚げ方を理 解する。	鶏肉のさいの目切り甘味噌炒め 鶏肉の唐揚げ香味ソースかけ、薄焼き玉子	醬爆鷄丁 油淋鷄塊 蛋皮
21	学生の理解度を把握する。	後期確認テスト （薄焼き玉子）（海老のすり身の巻物） 蒸し物、揚げ物	炸如意蝦捲 蒸如意蝦捲
22	豆腐の利用方法・扱い方。	豆腐の四川風煮込み、揚げ豆腐の煮込み	麻婆豆腐 家常豆腐 白飯
23	魚の取り扱い・用途・火加減理解。	鮮魚の蒸し物、カレイ香り揚げ、青椒肉絲	清蒸鮮魚 香炸左口魚 青椒肉絲
24	肉団子の丸め方、豚肉の切り方理解 餡の糸引きの技法を理解。	肉団子の甘酢かけ、摩芋の糸ひき餡がらめ、青椒肉絲	糖醋丸子 拔絲紅薯 蛋炒飯
25	野菜の彫刻の技術を学ぶ。	特別授業、野菜の彫刻、鈴木勝之先生	
26	作り方工程・デクパージュの理解。	若鶏の香り揚げ・薄餅 青椒肉絲	香酥鷄 薄餅 青椒肉絲

教科書

「新調理師養成教育全書 必修編 5 調理実習」 全国調理師養成施設協会 編  
「調理実習レシピ集」 全国調理師養成施設協会 編

《評価方法》

・ 定期試験 70 ・ 出席点 10 ・ 学習態度 10 ・ 提出物 10+筆記試験 100 ÷ 2 = 点数

《全体目標》

お菓子を作る為の基本技術及び知識を学ぶ。  
チョコレートや飴を使った簡単な飾り菓子の技術を習得。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1                     11	ストロベリームース チュイル・ダンテル  レモン風味のシフォンケーキ他  アーモンド風味のシュークリーム  ガトー・ショコラ・クラシック フルーツコンポート  フルーツ・タルト  アップルパイ  ババロア・マルグリート  ビッシュ・ド・ノエル  ドームショコラ  飾り菓子	ゼラチンの扱い方 クッキー生地作り方、焼き方  別立て法のスポンジ生地  パータ・シュー、クレームパティシエール  チョコレートの扱い及び生地作り方、 コンポートの作り方  タルト生地、アーモンドクリーム  パイ生地の扱い方（特に伸ばし方）  ゼリー張りの方法、盛り付け方 （ソースやフルーツとのバランス等）  ロールケーキの作り方 クリスマス風飾り付け  グラサージュショコラの作り方  チョコレートのテンパリング 簡単な飴細工・シュガークラフト
教科書	教材並びに参考図書 「新調理師養成教育全書 調理実習レシピ集」 全国調理師養成施設協会 編	
《評価方法》		
実技による個人評価、ノートの内容評価、授業態度、出席率の個人評価		

《全体目標》

- ・基本的な調理技術の修得。 ・1食の献立構成、配膳の形態を理解する。
- ・お客様に提供する料理を作るという意識を持ち、衛生管理、味、見た目、盛付の細部まで注意して調理する。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1～3	調理の基本 包丁の使い方、野菜の切り方 だしの取り方	・味噌汁、サラダ、豚汁、胡瓜もみ
4	小テスト	切り方の小テスト
5	ご飯の炊き方①	・ご飯、煮魚、かき玉汁、お浸し
6	ご飯の炊き方②	・ご飯、ハンバーグステーキ、スープジュリエヌ コールスロー
7	豚肉料理の定番	・豚肉の生姜焼き、根菜の炒り煮、人参とこんにゃく の白和え
8	前期中間試験	
9	中華鍋の扱い	・炒合菜、涼拌茄子、玉米羹湯羹
10	乾物の戻し方	・高野豆腐の炊き合わせ、茄子の田楽、浅漬け
11	肉料理、夏野菜料理	・豚肉の鉄焼き、南瓜の含め煮、きゅうりもみ
12	パスタ料理、魚の手開き	・スパゲティナポリタン、鯛の炒め揚げ、白菜のサ ラダ
13	照り焼き、蒸し器の扱い	・鮭の鍋照り焼き、茶碗蒸し、切り干し大根の煮物
14	煮込料理	・ロールキャベツ、ポテトサラダ、きのこのホイル 焼き
15	蝦の下処理、麺の扱い、ゼラチンの 扱い	・沙律蝦球、炸醬麵、芒果凍布甸
16	期末テスト対策（魚の卸し方）	・鯰フライ、ひじきの炒り煮、ほうれん草のスープ
	集団給食実習	集団調理として2日間の実習を行う。
教科書		教材並びに参考図書 「新調理師養成教育全書 調理実習レシピ集」 全国調理師養成施設協会 編
《評価方法》 定期試験 7割、出席率 1割、授業態度 1割、提出物 1割		



教科名 総合調理実習 (全4単位)  
レストランサービス (20 授業時間)

調理師科

担当 加藤 弘朗  
内海 安彦

《全体目標》

料理知識及び料飲サービスに関する基礎を学ぶ。

《授業内容》

実施回	授業項目	授業の進め方
1             11	プロを目指すあなたへの基礎  サービスマンとしての知識一般 什器、食器、備品の知識  西洋料理の基礎知識  朝食の基本料理  和食料理知識全般 中国料理知識全般  実践	プロになる為の心構え、考え方 挨拶、言葉遣い、姿勢、態度  什器、食器、備品の取り扱い シルバーウェア、チャイナウェア、 グラスウェア他  フルコース、ディナーの順序 オードブルの説明、オードブルの種類 スープの説明、分類、特殊スープ、浮き実 魚の種類、サービス、ソース 肉の種類、ステーキ、ソース 調理法、アントレー類 サラダ各種、野菜の名称切り方 スイーツ類、チーズ、コーヒー  朝食のコース順序 ジュース、シリアル、玉子料理、パン類  ナプキンの折り方 テーブルセッティング
	デクパージュ  フレーミングサービス	フルーツ各種  クレープシュゼット
教科書	教材並びに参考図書	
「新調理師養成教育全書 レストランサービス」 全国調理師養成施設協会 編		
《評価方法》 筆記試験		