

令和5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

2023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
食生活と健康	90	公衆衛生学	90	○	○	川上 直也
食品と栄養の特性	150	栄養学	90	○	○	武田 雅子
		食品学	60	○	○	長谷川 千賀子
食品の安全と衛生	150	衛生法規	30		○	川上 直也
		食品衛生学	90	○	○	東 澄子
		食品衛生学実験	30		○	西川 眞
調理理論と食文化概論	180	調理理論	120	○	○	吉田 健太郎
		食文化概論	60	○	○	清水 まり子
調理実習	300	日本料理	100	○	○	新野 卓実
		西洋料理	100	○	○	高橋 実
		中国料理	100	○	○	天野 浩明
総合調理実習	90	製菓実習	40	○	○	平野 芳春
		基本・集団調理	60	○	○	吉田・古川
		レストランサービス	20		○	加藤・内海
小計	960		990			

教科名 公衆衛生学	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 48コマ
授業方法 講義	担当者名 川上 直也	

教科概要	公衆衛生にかかる健康と様々な課題について、テキストと映像から広く学び、食をとおして人々の健康の維持増進、疾病の予防、生活の質の向上、環境の改善などに寄与していきける指導的及び実践的役割を果たす調理師を養成する。
到達目標	健康について様々な角度から学び、食の専門家の立場で、公衆衛生・環境衛生の向上と健康の保持増進に寄与することができる人材となる。

授業計画

1	第一章 調理師と健康 1 健康の考え方 我が国の水準、目指すべき健康について	9	2 食育における調理師の役割 調理師の役割、食育の実践、食育の例と練習
2	2 食と健康の関係 食生活と健康的な生活習慣について メタボや摂食障害など	10	第五章 労働と健康 1 労働と健康 作業環境、作業条件、職業病、労働災害
3	3 調理師の役割 調理師の成り立ち、調理師法、調理師免許の取得方法について	11	2 調理師の職場環境 職場の現状や環境、労働災害発生時の身の守り方について
4	第二章 食生活と疾病 1 疾病の動向とその予防 疾病の動向、コロナなどの感染症の予防	12	第六章 環境と健康 1 生活環境 生活環境の現状、環境因子について
5	2 生活習慣病 生活習慣の重要性、がん、心疾患、脳血管疾患を中心とした疾病の予防方法	13	2 環境条件 大気、水、住居について世界の状況と日本の状況について
6	第三章 健康づくり 1 健康づくり対策 健康づくり対策、健康教育、食品情報	14	環境条件その2 廃棄物、放射線と放射性物質の影響
7	2 心の健康づくり 心身相関、ストレス、心の健康について 幸せになる方法	15	3 環境汚染とその対策 環境汚染、空気汚染、水質汚染、感覚公害の実例と現状について
8	第四章 調理師と食育 1 食育とは 食育の定義、意義、食育基本法について	16	環境汚染とその対策その2 環境ホルモン、オゾンホール、温暖化、生物多様性の保全とその取り組み等について
評価方法 定期試験 90点 授業態度等10点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・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 ・補足資料	

教科名 栄養学	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 48 コマ
授業方法 講義 单元ごとに小テスト実施	担当者名 武田 雅子	

教科概要	食品に含まれる栄養素の種類や働き、体内での仕組み(消化・吸収・代謝)について学びます。また、食と健康の関係を理解するために、エネルギー代謝や食品の選択方法、ライフステージ栄養学等についても学びます。
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> 健康を考えた調理のできる調理師を目指すため、栄養の基本的な知識を身に付ける。 自分自身や家族の健康管理を食事面から考え、生活に取り入れられるようになる。

授業計画

栄養と健康	1	栄養学を学ぶ目的	
	2~3	栄養とは何か、健康との関わり ① なぜ調理師にとって栄養学が必要なのか理解する。 ② 身体の構成成分と五大栄養素について理解する。	●小テスト①
栄養素について	4~7	炭水化物 ① 種類とその働きについて学ぶ。 ② 疾病との関り、糖尿病についても理解を深める。	●小テスト②
	8~11	脂質 ① 種類とその働きについて学ぶ。 ② 疾病との関り、肥満についても理解を深める。	●小テスト③
	12~14	たんぱく質 ① 種類とその働きについて学ぶ。 ② 疾病予防機能などについて学ぶ。	●小テスト④
	15~20	ビタミン(脂溶性ビタミンと水溶性ビタミン) ① 種類とその働きについて学ぶ。 ② 欠乏症・過剰症について理解を深める。	●小テスト⑤
	21~26	ミネラル(多量ミネラルと微量ミネラル) ① 種類とその働きについて学ぶ。 ② 欠乏症・過剰症について理解を深める。	●小テスト⑥ ●レシピ作成
	27	その他の成分 ① 水の働きや摂取と排泄について理解を深める。	●小テスト⑦
	消化と吸収	28~29	食品の摂取 ① 空腹、満腹になる理由「食べる」という行動について学ぶ。
30~34		栄養素の消化・吸収・代謝 ① 口から摂取した食品に含まれる栄養素が体内でどのように消化・吸収・代謝されるかを学ぶ。 ② 代表的な疾病についても体の構造とともに理解を深める。(肝臓病・腎臓病・便秘など)	●小テスト⑧
★前期期末試験 実施(範囲 : 1~27)			

エネルギー代謝	35～37	<p>エネルギー代謝とは・身体活動の計測</p> <p>① 実際に自分自身の身体計測を実施し、栄養評価に必要な指標(BMI・基礎代謝量・身体活動レベル・エネルギー消費量)が求められるようになる。</p> <p>エネルギー摂取量とエネルギー消費量</p> <p>① エネルギー摂取量と消費量の関係を理解する。</p>	<p>●小テスト⑨</p> <p>●生活時間調査作成</p>
食品の選択	38 39 40～41	<p>日本人の食事摂取基準</p> <p>食品標準成分表・食品分類法</p> <p>食事バランスガイド</p> <p>① 健康な生活を送るための栄養素摂取のもととなる食事摂取基準について学ぶ。</p> <p>② 1日の食事をバランスよくとる工夫や、自分自身の食事内容を評価する。</p>	<p>●小テスト⑩</p> <p>●食事バランスガイド作成</p>
ライフステージ栄養学	42～43	<p>ライフステージについて</p> <p>妊娠期・授乳期の栄養</p> <p>① 成長、発達、加齢の概念を学び、ヒトのライフステージについて理解する。</p> <p>② この時期の身体的特徴と食事の関わりについて理解する。</p>	
	44	<p>乳児期の栄養</p> <p>① この時期の身体的特徴と食事の関わりについて理解する。</p> <p>② 母乳(粉ミルク)から、離乳食、食事への流れについて学ぶ。</p>	
	45～46	<p>幼児期の栄養</p> <p>学童期の栄養</p> <p>思春期・青年期の栄養</p> <p>① この時期の身体的特徴と食事の関わりについて理解する。</p> <p>② それぞれの時期特有の問題点を理解し、改善策を提案できるようにする。</p>	
	47 48	<p>成人期の栄養</p> <p>高齢期の栄養</p> <p>① この時期の身体的特徴と食事の関わりについて理解する。</p> <p>② 疾病との関り、生活習慣病についても理解を深める。</p>	
★後期期末試験 実施(範囲 : 28～48)			
<p>評価方法</p> <p>●小テスト、プリント提出 30%</p> <p>★定期試験 60%</p> <p>ノート提出 10%</p>		<p>使用教科書等</p> <p>・「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</p> <p>・プリント</p>	
80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		<p>学生授業準備品</p> <p>・ノート、A4 ファイル、電卓</p>	

教科名 食品学	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 32 コマ
授業方法 講義	担当者名 長谷川 千賀子	

教科概要	旬、調理実習の食材に合わせながら、「食品の特性、成分、機能性」を理解する。個人の嗜好や喫食場面に応じて食品を適切に選択、利用できるための知識を学ぶ。
到達目標	食品の旬、性質、成分の知識を深め、食品の特徴を生かした調理ができるようになる。食品の生産・流通、利用法を学び、食材を無駄なく利用する姿勢を身につける。

授業計画

1	食品の特性 旬の食材	17 18	動物性食品とその加工品 (魚介類) 旬、種類、構造、成分、 死後変化、加工品
2 3 4	植物性食品とその加工品 (穀類) 種類、構造、成分、利用法、生産	19 20	(食肉類) 種類、構造、成分、熟成と成分変化、 加工品等
5 6	(いも類) 種類・性状、成分、利用法	21 22 23	(卵類)鶏卵の構造、成分、鮮度と貯蔵 (乳類)牛乳の成分、乳製品等
7 8	(豆類) 種類・性状、成分、利用法、生産 加工食品	24	(油脂類) 植物性・動物性油脂・加工油脂の特徴
9	(種実類) 種類・性状、成分、利用法、	25 26	(嗜好飲料) 製造、分類・種類等 (調味料・香辛料・膨張剤) 製造、分類・種類、用途等
10 11 12	(野菜類) 分類・種類、性状、成分、 利用法、旬・生産	27 28	食品の加工と貯蔵 目的と原理、加工、貯蔵法、 微生物利用
13 14	(果実類) 定義と分類、成分、旬 生理変化と貯蔵、利用と加工	29 30	食品の生産と流通 生産と輸入、流通の仕組みと供給
15 16	(きのこ類)(藻類) 栽培法と種類(成分表収載)、成分 利用法、産地	31 32	1年間の復習・演習問題
評価方法 期末試験 50%、確認テスト 40% 提出物 10% 80点以上:A、65点以上:B、50点以上:C		使用教科書等 ・新調理師養成教育全書 必修編 2「食品と栄養の特性」 オールフォト食材図鑑 全国調理師養成施設協会 編	

教科名 衛生法規	開講時期 後期	時間数(コマ数) 授業時間 16コマ
授業方法 講義	担当者名 川上直也	

教科概要	食の安全に関する様々な事例と関係法規についてテキストと映像で学び、関係法規を理解し、最新の衛生管理手法を習得することにより、実践の場で指導的役割を果たす調理師を養成する。
到達目標	食品衛生について、様々な場面で「食の安全・安心」の中心的役割を担うことができる知識と技術を習得する。

授業計画

1	飲食による健康被害 BSE(牛海綿状脳症)、人と動物の共通感染症
2	飲食による健康被害 新型コロナ感染症、鳥インフルエンザと人インフルエンザの予防法等
3	飲食による健康被害 農薬、動物用医薬品等に対する日本と海外の考え方の違い
4	食品安全対策にかかる法律 食品衛生法における食品の定義とは
5	食品安全対策にかかる法律 改正食品衛生法と食品安全基本法について
6	食品安全行政 我が国の食品安全行政のしくみ
7	食品安全情報の共有 食品表示について表示の見方
8	食品調理施設・設備の安全対策 食品営業施設、管理運営基準など許可条件について
9	調理従事者の衛生管理 調理従事者の健康管理と感染の予防方法等
10	調理従事者の衛生管理 衛生的な食品取扱いとは
11	調理作業時における安全対策 食材の衛生管理と異物の検出、鑑定の実践
12	調理作業時における安全対策 洗浄、殺菌、消毒と殺菌方法による風味、味覚等の関係
13	自主衛生管理 HACCP による衛生管理手法とは
14	自主衛生管理 HACCP に対する取り組み
15	自主衛生管理 HACCP による衛生管理の実践演習
16	食品事故対応 危機管理と過去に発生した食中毒から学ぶこと
評価方法 定期試験 90点 授業態度等10点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C	使用教科書等 ・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 ・補足資料

教科名 食品衛生学	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 48 コマ
授業方法 講義	担当者名 東 澄子	

教科概要	食品の安全の重要性を認識し、飲食による健康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。
到達目標	食の安全に関する知識技術を習得し、調理現場における科学的根拠に基づいた衛生管理の実践を目標とする。

授業計画

1 ～ 2	第1章 食の安全と衛生 食の安全を守るために調理師が果たすべき役割について学習する。	21 ～ 32	3 細菌性食中毒 主な食中毒菌の特徴とそれらによる食中毒の予防法について学ぶ。
3 ～ 7	第2章 食品と微生物 微生物の特徴を理解し、微生物による健康危害の発生を未然に防止する基礎を学ぶ。	33 ～ 35	4 ウイルス性食中毒 ノロウイルスなど食中毒の原因となるウイルスの特徴とその予防法について学ぶ。
8 ～ 10	第3章 食品と化学物質 1 食品添加物 利点と安全性および使用時の注意点などについても理解する。	36 ～ 39	5 自然毒食中毒 フグや有毒キノコなど自然界の動植物の体内成分による食中毒について学ぶ。
11 ～ 12	2 食品と重金属 食品に含まれる重金属の有害性などについて。	40 ～ 41	6 化学性食中毒 有害化学物質による食中毒について。
13 ～ 14	3 食品と放射性物質 放射性物質の人体への影響などについて。	42 ～ 45	7 寄生虫による食中毒 主な寄生虫の特徴とそれらによる食中毒の予防法について学ぶ。
15 ～ 17	第4章 器具・容器包装の衛生 器具・容器包装について、その材質や特性について理解し、適正な用途と使用方法について学ぶ。	46	8 経口感染症 経口感染症と食中毒の関係などについて。
18	第5章 飲食による健康危害 1 飲食による健康危害の種類	47 ～ 48	9 食物アレルギー 食物アレルギーについて学ぶ。
19 ～ 20	2 食中毒の概要 国内の食中毒発生状況について学ぶ。		
評価方法 定期試験(中間試験・期末試験) 90% 提出物および出席状況等 10% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・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	

教科名 食品衛生学実験	開講時期 後期	時間数(コマ数) 授業時間 16 コマ
授業方法 実習	担当者名 西川 眞	

教科概要	食品衛生学の講義内容を、実際の標本で確認する。 生物危害要因を主に、培養・増殖法、同定法、滅菌法、分類法を学ぶ。
到達目標	調理師として 安全な食品のための衛生管理技術と、その科学的根拠が説明できる。 消費者が納得し、信頼する安全情報を、自ら発信できる。

授業計画

1	安全操作、顕微鏡操作 酵母観察	9	空中落下細菌を分類、対策を決める
2	真菌(カビ)の形態を観察・分類	10	食品製造用水を検査する
3	酵母をグラム染色する	11	食品製造用水の衛生度を評価、 対策も併せて提言する
4	食品の細菌と酵母を比較する	12	体表付着菌を検査する
5	食品細菌を培養する	13	体表付着菌を分類し、衛生対策を提言する
6	細菌の集落を観察、鏡検する	14	手洗い、器具洗浄が適正か調べ、 対策を提言する
7	食品寄生虫を検査し、対策を提言する	15	模擬テスト
8	空中落下細菌を検査する	16	全体の総括
評価方法 定期テスト60点, レポート40点, 計100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・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	

教科名 調理理論	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 64 コマ
授業方法 講義・グループワーク 教科書を中心に授業を行い、必要に応じて資料を配布する。	担当者名 吉田 健太郎 古川 満美子	

教科概要	<ul style="list-style-type: none"> 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。 フードサービスとしての給食、チームワークで作る給食について考える。
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> 調理操作によって起こるうる、食品の組織・物性の変化を理解し、科学的根拠を説明できる。 実際の調理に応用できる。 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。

授業計画

1 ～ 4	第1章 調理とおいしさ ・調理の目的・意義を知り、科学的側面と文化的側面を理解する。 ・おいさを構成する要因について理解する。	25	植物性食品④ 砂糖 砂糖の調理性について理解する。
		26	
5 ～ 9	第2章 調理の基本操作 ①非加熱調理操作 ・種類と特徴、操作により生じる食品材料の変化について理解する。 ②加熱調理操作 ・伝熱方法と原理および特徴について理解する。	27	植物性食品⑤ 豆類、種実類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。
		28	
10 ～ 15	第4章 調理施設 器具と熱源 ①非加熱調理器具 ②加熱調理器具 ・調理器具の種類と用途を理解する。	29	植物性食品⑥ 野菜類、果実類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。
		34	
		35	植物性食品⑦ きのこと類、海藻類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。
		36	
		37	動物性食品① 魚介類 ・構成するたんぱく質の特徴を理解する。 ・種類と調理特性について理解する。
		39	
16 ～ 18	第3章 食品の調理科学 植物性食品① 穀類(米) ・米の種類・構造・構成成分について学び、種類別の調理法について理解する。	40	動物性食品② 食肉類 ・構成するたんぱく質の特徴を理解する。 ・種類と調理特性について理解する。
		42	
19 ～ 22	植物性食品② 穀類(小麦) ・小麦の構造・種類・小麦粉の調理性と特徴を理解する。	43	動物性食品③ 卵類 ・構造、鮮度による変化、調理特性について理解する。 乳類 ・成分と調理特性について理解する。
		46	
23 24	植物性食品③ いも及びでんぷん類 ・それぞれの種類と構成成分、調理性について理解する。	47	その他の食品油脂類調味料類 ゲル状食品 ・種類と特性を学び、使用方法について理解する。
		48	
評価方法 定期試験(筆記) 80% 提出物(ノート) 20% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 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	

集団調理実習

1	集団調理実習にあたって 集団調理実習の進め方 ・給食とは	9	・献立の立て方 (荷重平均、献立作成表の作成・内容検討)
2	・給食施設 給食システム ・調理師の仕事	10	・対象別献立作成と調理(学校給食)
3	・集団調理実習の流れ ・食品発注計画(発注量計算) ※成分表・電卓用意	11	・対象別献立作成と調理 (病院・老人施設)
4	・運営計画 (作業指示書・作業工程表)	12	・対象別献立作成と調理 (児童施設・事業所)
5	大量調理施設衛生管理 マニュアル ・趣旨・重要管理事項・標準作業書	13	※技術考査勉強
6	・衛生管理計画	14	危機管理(食中毒時の対応) 事例(対応例3、衛生管理)
7	大量調理の特徴と調理技術 ・献立とは、献立作成の基本・指標	15	危機管理(災害時給食) 事例(阪神淡路、中越地震、中越沖地震)
8	・献立の立て方 (調査把握・目標量・荷重平均)	16	調理従事者として まとめ、感想文、試験対策
評価方法 定期試験(筆記) 100% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・新調理師養成教育全書 必修編 2「食品栄養の特性」 必修編 3「食品安全と衛生」 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 ・プリント ・食品標準成分表・電卓用意	

教科名 食文化概論	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 32 コマ
授業方法 講義	担当者名 清水 まり子	

教科概要	日本および世界の食文化の成り立ちや特徴を学習し、現代の食の問題点や食をとりまく環境にも目を向け、調理師が食文化の担い手であるという自覚を養う。
到達目標	①食文化の成り立ちを自然環境、社会的背景、歴史などに関連させて考察する。 ②日本の食生活、食文化の変遷を理解し、未来の食文化へも目を向ける。 ③世界の食文化の特徴を知る。

授業計画

1	食文化とは何か、自然環境と食文化	14	現代の食生活
2	食物と宗教、食法、調理法の多様性	15	中食と外食、食品ロス
3	食文化の共通化と国際化	16	食生活の問題点と食育
4	日本の食文化史	17	食と環境
5	日本の食文化史	18	西洋料理の変遷
6	日本料理の特徴	19	西洋料理の特徴
7	日本料理様式	20	西洋料理様式、西洋料理の食事作法
8	日本料理様式	21	中国料理の変遷
9	日本料理の食事作法	22	中国料理の特徴
10	行事食	23	中国料理様式、中国料理の食事作法
11	五節句の食事	24	その他の国の食文化
12	郷土料理	25	その他の国の食文化
13	まとめ、試験対策	26	試験対策、作文課題

テーブルマナー

1 2	西洋料理	3 4	日本料理
5 6	中国料理		
評価方法 期末試験(定期テスト) 9割 出席および提出物 1割 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・新調理師養成教育全書 必修編 4「調理理論と食文化概論」 (第5章～7章) 全国調理師養成施設協会 編	

教科名 日本料理	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 56 コマ
授業方法 実習	担当者名 新野 卓美	

教科概要	包丁の取り扱い方を習得する(包丁は常に切れるように研ぎ手入れをする) 日本料理の基本技術を習得する(調理から盛り付けまで一連の操作の基本を習得する)
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・包丁の基本の研ぎ方を習得する ・魚介、野菜の包丁の使い分け、包丁の握り方 ・基本の魚介、野菜の切り方を習得する ・綺麗な盛り付けをする ・グループ作業にて社会に出る調理仕事の流れを身に付ける

授業計画

1	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜の切り方 ・筍の茹で方 ・包丁の研ぎ方 	9	<ul style="list-style-type: none"> ・鰹のたたき ・野菜の胡麻和え
2	<ul style="list-style-type: none"> ・だしの取り方 ・大根の桂むき 	10	<ul style="list-style-type: none"> ・鰹あちゃら漬け ・とうもろこしの炊き込み
3	<ul style="list-style-type: none"> ・鰹の三枚おろし ・豚汁 	11	<ul style="list-style-type: none"> ・烏賊鳴門巻き ・茄子ゼリー寄せ
4	<ul style="list-style-type: none"> ・蛇腹胡瓜と若布の酢の物 ・新じゃが芋炊き込みご飯 	12	<ul style="list-style-type: none"> ・揚げ出し豆腐 ・刺身の二種盛り
5	<ul style="list-style-type: none"> ・鰹の揚げ物 ・出し巻き玉子 	13	<ul style="list-style-type: none"> ・鮎塩焼き ・冷し豆乳仕立
6	<ul style="list-style-type: none"> ・大根と豚肉の年輪巻き ・海老真丈の吸物 	14	<ul style="list-style-type: none"> ・胡麻豆腐 ・カレーの煮付け
7	前期(小テスト) <ul style="list-style-type: none"> ・出し巻玉子 ・大根の桂むき ・蛇腹胡瓜 	15	<ul style="list-style-type: none"> ・イナリ寿司 ・飾り太巻き寿司
8	<ul style="list-style-type: none"> ・千種焼き ・鶏肉の治部煮 	16	<ul style="list-style-type: none"> ・天婦羅 ・くず練り

17	前期期末試験 ・鱈の三枚おろし	23	後期(小テスト) ・魚の姿作り
18	・土瓶蒸し ・筑前煮	24	・蓮根饅頭 ・大学芋
19	・締め鯖 ・船場汁	25	・五色なます ・みの揚げ
20	・秋の前菜 ・秋刀魚 ・いが栗	26	・のっぺい ・雑煮
21	・鰯のつみれ汁 ・長岡赤飯	27	期末試験課題
22	・鱈の姿作り ・沢煮椀	28	後期期末試験 ・お造り
<p>評価方法 実技試験(筆記) 80点 提出物(ノート) 20点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C</p>		<p>使用教科書等 ・新調理師養成教育全書 必修編 5「調理実習」 必携 調理実習レシピ集 全国調理師養成施設協会 編</p>	

教科名 西洋料理	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 56 コマ
授業方法 実習	担当者名 高橋 実	

教科概要	日本料理や中国料理に対して西洋で発達した料理の基本を学びます。日本に本格的な西洋料理が導入された最初は明治時代のフランス料理ですが、イタリアやスペイン、その他西欧各国には独特の料理があります。食文化概論の知識も思い出しながら実習をしてほしいです。
到達目標	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。

授業計画

西洋料理の基礎を学ぶ(フレンチを元に)			
1	西洋料理の実習に入る前に ・概要説明、実習室の使い方、包丁の使い方	8	前期中間試験 (筆記、個人実技) 6月予定
2	基本のだし汁(ブイヨン) ・ブイヨン ・ミルファンテ スープ ・浅蜷のスパゲッティ	9	褐色のソース ・デミグラスソース ・ハンバーグステーキ
3	基本的な冷製ソース ・マヨネーズとビネグレット ・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	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) ・仔羊のコートレット・ニース風 ・トマトのクロスティーニ
4	卵料理 ・卵料理の色々 ・オムレツ	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
5	サラダの応用と混合せバター ・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	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
6	白いソースと応用 ・ソース ベシャメル ・マカロニと小海老のグラタン ・ポークロースのブレーゼ アルザス風	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
7	褐色のだし汁、おなじみのイタリアン ・フォン ド ブオー ・ミネストローネ ・スパゲッティ カルボナーラ	14	前期期末試験 (筆記、個人&チーム実技) オムレツ、ハンバーグ
前期定期試験			
前期中間試験 (筆記、個人実技) 6月予定		前期期末試験 (筆記、個人&チーム実技)9月予定	

応用料理(各国の料理とその応用)			
15	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・ペンネのボローニャ風(ミートソース) 	22	<ul style="list-style-type: none"> ・クラム チャウダー ・プーレー・ロティ・グランメール ・ポルチーニとシメジのコンソメ 炊き込みご飯
16	<ul style="list-style-type: none"> ・スパゲッティ 赤唐辛子入り ガーリックオイル ・ヒューメード ポアソン ・鯛と海老のムニエル二色のソース 	23	<ul style="list-style-type: none"> ・カブのピューレー スープ ・ビーフ・シチュー 温野菜添え
17	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ベアルネーズソース 	24	<ul style="list-style-type: none"> ・ポタージュ・マリガトーニ ・アメリカン クラブハウスサンドイッチ ・フルーツサンド
18	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	25	<ul style="list-style-type: none"> ・鴨胸肉の軽い燻製サラダ造り バルサミコ ドレッシング ・舌ヒラメのボン・ファミ風
19	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	26	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズフォンデュ ・牛フィレ肉のパイ包み焼
20	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ベェルモットソース ・チキンソテー シャスールソース 	27	<ul style="list-style-type: none"> ・冷製デコレーション
21	後期中間試験 (筆記、個人&チーム実技)11月予定 人参・ポテトシャトウ 鴨のオレンジソース	28	後期期末試験 (筆記、感想文、個人実技) ポテトシャトー・人参千切り 玉ねぎ微塵切り

後期定期試験	
後期中間試験 (筆記、個人&チーム実技) 11月予定	後期期末試験 (筆記、感想文、個人実技) 2月予定
評価方法 実技試験(個人70%・班30%)50点 筆記試験50点(実技ノートチェック含む) 合計100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C	使用教科書等 ・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

教科名 中国料理	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 56 コマ
授業方法 実習	担当者名 天野 浩明	

教科概要	中国料理の基礎知識を身に着け(挨拶、衛生管理、包丁管理、調理技術片付け)全体の段取りができるように指導する。 班の人たちとのコミュニケーションが取れるよう学生に配慮し就職してから困らない様に指導する。
到達目標	1年次は、中国料理の基本知識と技術を反映する。多岐にわたる料理体系を理解し習得する。調理技術の反復練習や中国語の料理名や材料名を学習し定期試験に備える。

授業計画

1	① 基本知識と実習の流れ(挨拶・衛生・片付け・器具) ② 中華包丁の研ぎ方。 ③ 中華鍋焼き掃除 ④ 包丁さばき(野菜の切り方) ⑤ ネギ油(葱油) ⑥ ラー油(辣油) ⑦ 中国甘味噌(甜麵醬)
2	① 基本スープの取り方(清湯・毛湯・哨湯・白湯) ② 包丁さばき(野菜の切り方) ③ 干しエビと大根のスープ(蘿蔔蝦米湯) ④ 玉子炒飯鍋振り練習(蛋炒飯)
3	① 包丁さばき(野菜の切り方) ② 冷菜「茹で鶏の四川風胡麻ソースかけ」(棒棒鶏) ③ 干し貝柱と大根のスープ(蘿蔔干貝湯) ④ 玉子炒飯鍋振り練習(蛋炒飯)
4	① 豚肉の薄切りニンニクソースかけ(雲白肉片) ② ザーサイと大根のトロミのついたスープ(榨菜蘿蔔羹湯) ③ 玉子炒飯鍋振り練習(蛋炒飯)
5	① 大根と挽き肉の炒め煮(蘿蔔肉末醬) ② ラーメン調理法(拉麵) ③ 玉子炒飯鍋振り練習(蛋炒飯)
6	① ピーマンと牛肉の細切り炒め(青椒牛肉絲) ② トロミのついた酸っぱ辛いスープ(酸辣湯) ③ 玉子炒飯鍋振り練習(蛋炒飯)
7	① 前期中間試験(大根の切り方・片・絲・末) ② 大根とクラゲの味付け彩り盛り(海蜇蘿蔔蛋捲)

8	<ul style="list-style-type: none"> ① イカ飾り切りの冷菜山椒ソース(涼拌魷魚) ② 大根とハム入り揚げパイ(蘿蔔酥餅) ③ 玉子炒飯鍋振り練習(蛋炒飯)
9	<ul style="list-style-type: none"> ① 焼き餃子(鍋貼餃子) ② シューマイ(鮮肉焼売) ③ 薄焼き玉子練習(蛋皮)
10	<ul style="list-style-type: none"> ① カシューナッツと鶏肉の炒め(腰果鶏丁) ② 鶏肉の醤油煮込み(紅焼鶏塊) ③ 薄焼き玉子練習(蛋皮)
11	<ul style="list-style-type: none"> ① 冷やし中華(涼拌麵) ② 肉味噌そば(炸醬麵) ③ 薄焼き玉子(蛋皮)
12	<ul style="list-style-type: none"> ① 中華風カニ入り玉子焼き(芙蓉蟹蛋) ② アンニン豆腐(杏仁豆腐) ③ ハムレタス炒飯(洋火腿生菜炒飯)
13	<ul style="list-style-type: none"> ① 揚げ春捲き(炸春捲) ② スープ入り饅頭(小籠包子) ③ 玉子炒飯(蛋炒飯)
14	<ul style="list-style-type: none"> ① 前期期末試験 玉子炒飯(蛋炒飯)
15	<ul style="list-style-type: none"> ① 豚肉のぶつ切り甘酢あんかけ・酢豚(糖醋肉塊) ② 玉子と豚肉の薄切り炒め(蛋炒肉片) ③ 薄焼き玉子(蛋皮)
16	<ul style="list-style-type: none"> ① イカの花切り辛し炒め(公爆魷花) ② イカの薄切りミルク炒め(奶油魷片) ③ 玉子スープ(蛋花湯)
17	<ul style="list-style-type: none"> ① 肉入り饅頭(鮮肉包子) ② 桃饅頭(寿桃包子) ③ 薄焼き玉子(蛋皮)
18	<ul style="list-style-type: none"> ① 五目焼きそば(什錦炒麵) ② 四川風胡麻辛味そば(坦々麵) ③ 薄焼き玉子(蛋皮)
19	<ul style="list-style-type: none"> ① 豆腐の四川風煮込み白ご飯添え(麻婆豆腐) ② 揚げ豆腐の煮込み(家常豆腐) ③ 薄焼き玉子(蛋皮)

20	① 鶏肉のさいの目切り甘味噌炒め(醬爆 鶏丁) ② 鶏肉の唐揚げ香味ソースかけ(油淋 鶏塊) ③ 薄焼き玉子(蛋皮)
21	① 後期中間試験「薄焼き玉子」(蛋皮) ② 海老のすり身の巻物「蒸し物、揚げ物」(蒸如意蝦捲・炸如意蝦捲)
22	① 海老のチリソース(乾焼 蝦仁) ② 海老のマヨネーズ和え(沙律 蝦球) ③ 五目炒飯(什錦 炒飯)
23	特別授業 鈴木勝之先生 ① 野菜の彫刻 野菜の彫刻の技術を学ぶ(花、鳥、蝶)
24	① 鮮魚の蒸し物(清蒸 鮮魚) ② カレイの香り揚げ(香炸 鰈魚) ③ ピーマンと豚肉細切り炒め(青椒肉絲)試験課題練習
25	① 肉団子の甘酢かけ(糖醋 丸子) ② さつま芋の糸ひき飴がらめ(拔絲 紅薯) ③ キクラゲと玉子と豚肉細切り炒め(木犀肉絲)
26	① 豚肉の薄切りカレー味炒め(咖哩 肉片) ② 中国風変わりドーナツ揚げ(開口笑) ③ ピーマンと豚肉細切り炒め(青椒肉絲)試験課題練習
27	① 若鶏の香り揚げ(香酥 鶏)・中国風クレープ(薄餅) ② タピオカ入りココナッツミルク(椰汁 西米露) ③ ピーマンと豚肉細切り炒め(青椒肉絲)試験課題練習
28	① 後期期末試験 ピーマンと豚肉細切り炒め(青椒肉絲)
評価方法 実技試験 60点 筆記試験 20点 ノート提出 10点 学習態度 10点 合計 100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C 出席が75%に満たない場合は 特別補講を実施する	
使用教科書等 ・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 ・講師独自のレシピ	

教科名 製菓実習	開講時期 通年	時間数(コマ数) 授業時間 22コマ
授業方法 実習	担当者名 平野 芳春	

教科概要	お菓子やデザートを作る為の基本的技術や知識を習得。 創造力を働かせて色彩やデザイン等美的感覚を養う。
到達目標	見て美しく、食べておいしい夢のあるお菓子を作る。 材料を正しく計量し、作業手順をしっかり守る。

授業計画

1	ゼラチンの扱い方、クッキー生地の作り方、 生クリームの泡立て方。 ストロベリームース、チュイル・ダンテル	7	栗を使ったお菓子の代表作 ガトーモンブラン、マロンクリーム の作り方、絞り方、餡の飾り等を学ぶ。
2	別立て法のスポンジ生地の作り方。 バナナ風味のシフォンケーキ他	8	タルト生地とアーモンドクリームでフルーツ タルトを作る。餡の糸に挑戦し飾ってみる。
3	シュー生地、クレームパティシエール 表面がサクリパリパリのアーモンド風味の シュークリームを作ろう。	9	ロールケーキを作る。共立て法で作るスポ ンジ生地を焼いて、クリスマスケーキの定番 ビッシュ・ド・ノエルを作る。
4	チョコレートの扱い方、生地の作り方。 香り高いチョコレートケーキ、ガトーショコ ラ・クラシックを作ります。	10	クリームチーズを使ってパンプキンチーズ ケーキとティラミスを作る。
5	前期期末試験	11	後期期末試験
6	パイ生地の扱い方、伸ばし方を習得しよう。 リンゴの甘酸っぱい味が際立つアップルパイ		
評価方法 定期テスト(実技)60点(筆記)20点 (実技ノート)20点 合計100点 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・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	

教科名 総合調理実習(基本調理)	開講時期 前期	時間数(コマ数) 授業時間 28 コマ
授業方法 実習	担当者名 吉田 健太郎 古川 満美子	

教科概要	調理というのは分野が違って、基本的な知識・技術は共通しています。これを身に付けることによってより高度な調理が可能になります。まずは、基礎から習得しましょう。しかし、大量調理というのはレストランや専門店の料理とは異なる調理工程があります。こちらも実習を通じて身につけて欲しいです。
到達目標	包丁の使い方、食材の下処理の基本を習得する。 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、盛り付けの細部まで注意して調理する。

授業計画

1	調理器具について 包丁の持ち方・使い方 基本的な切り方	8	回鍋肉 中華スープ 白菜の中華風甘酢漬け 杏仁豆腐 ※寒天の煮溶かし方
2	かきたま汁 煮魚 お浸し 草餅 ※炊飯の炊き方、とろみについて 煮魚の要点 葉野菜の茹で方	9	スパゲティミートソース ジュリエンヌス ープ グリーンサラダ プリン ※卵の希釈 湿式加熱
3	豚ロース肉の蒸し焼きどんぶり 中華スープ ナムル りんごゼリー ※肉の筋切り アガールの扱い方	10	五目おこわ すまし汁 鰯のかば焼き 春雨の酢の物 ※もち米の扱い方、鰯の手開き
4	かぶのスープ煮 ミートローフ コールスローサラダ フルーツ ※挽肉の扱い方 フルーツの基本的な切り方	11	沢煮椀 鱈フライ 筑前煮 ※鱈の3枚卸し バター液について パン粉のつけ方
5	味噌汁 鮭の鍋照り焼き 切り干し大根の煮物 白和え ※乾物の扱い、あえ物のコツ	12	ちらし寿司 あさりの吸い物 南瓜の含 め煮(そばろあん) ※酢飯の作り方、面取り
6	冷うどん 天婦羅 酢の物 ※海老の下処理 天ぷらコツ	13	校内コンクール練習 ※鱈の3枚卸し
7	前期中間試験 実技・かきたま汁 きゅうりの輪切り	14	前期期末試験 実技・大根のせん切り ポークソテー
評価方法 定期試験 70% 出席 10% 授業態度 10% 提出物 10% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 ・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 メニューの変更あり	

教科名 総合調理実習(集団調理)	開講時期 後期	時間数(コマ数) 授業時間 16 コマ
授業方法 実習	担当者名 吉田 健太郎 古川 満美子	

教科概要	集団調理の特徴を理解し、調理作業書に沿って衛生的に作業することができる。 班作業を意識して協力し合い、責任をもって実習に取り組むことができる。
到達目標	①大量調理の特性を理解することができる ②大量調理施設衛生管理マニュアルに沿った行動ができる ③コミュニケーションをとりながら作業をすることができる

授業計画

1	<p>集団調理実習の目的と実習内容</p> <p>集団調理の運営</p> <p>集団調理の特徴と配膳</p> <p>給食後の作業</p> <p>集団調理実習</p> <p>試作</p> <p>検収作業</p> <p>実習</p> <p>後方付け</p> <p>反省会</p>	<p>授業の進め方</p> <p>実習上の注意・心構え</p> <p>実習結果のまとめ・レポート</p> <p>食材管理、調理作業管理</p> <p>大量調理の特徴、献立作成</p> <p>盛り付け・配膳、検食</p> <p>食器の洗浄と保管、調理器具の洗浄・消毒</p> <p>給食関係事務処理</p> <p>試作、作業工程の確認、大量調理</p> <p>盛り付け、配膳・配食作業、食器・調理機器の洗浄と消毒、その他の清掃作業他</p> <p>作業効率の向上とケガや災害の防止に努める。</p> <p>施設・設備、食品(調理過程の食品の取り扱い)人の衛生管理、検食保存を行う。</p>
11	まとめ	実習結果のまとめ・レポート
評価方法	使用教科書等	
出席 100%	・新調理師養成教育全書	
授業態度 100%の平均で算出	・大量調理マニュアル	
80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		
ただし、レポートが未提出の場合は不合格とする。		

教科名 レストランサービス	開講時期 後期	時間数(コマ数) 授業時間 11コマ
授業方法 講義・実技	担当者名 内海 安彦 加藤 弘朗	

教科概要	料理知識及び料飲サービスに関する基礎を学ぶ。
到達目標	調理場での最低限の知識を持つ。

授業計画

1	プロをめざすあなたへの基礎接遇の基礎知識	プロになる為の心がまえ、考え方、学び方、発想、こだわり、差別化、健康と仕事、挨拶、言葉遣い、進み方、生き方、積極性と消極的
	料飲一般知識	接客サービス、サービスの種類、サービスの心得、身だしなみ、コミュニケーション、チームワーク、ホスピタリティー
	什器、食器、備品の知識	什器、食器、備品の取扱い、シルバーウエアー、チャイナウエアー、グラスウエアー、リネン、ワゴン、その他備品
	西洋料理の基礎知識	西洋料理の概要
	メニュー	メニューの役割、メニューの意味とサービスの仕方
	フルコースの知識	フルコースの順序、コース料理の解説
	朝食の基本料理	コース料理の順序、解説
	実践	テーブルセッティング、ナプキンの折り方
	フレーミングデザート	クレープシュゼット
11		◎保護者食事会(12月上旬予定)
評価方法 筆記試験:80% 実技試験:20% 80点以上:A 65点以上:B 50点以上:C		使用教科書等 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