

|   |                |                     |                |
|---|----------------|---------------------|----------------|
| 教育内容・授業科目名<br>食生活と健康・公衆衛生学  | 開講時期<br>2年次・前期 | 時間数<br>60時間         | 受講学科<br>調理科夜間部 |
| 担当教員名<br>岩崎 忍   |                | ※実務経験のある教員はその主な実務経験 |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>「調理師法」によって身分が定められている調理師は、重要な社会的使命が与えられています。その中の一つに衛生的な食を提供することもあります。その「調理師法」と「公衆衛生」について学びます。公衆衛生とは食の安全にとどまらず、食の文化的な要素・保健や環境についても包括していて、これからの私たちの生活に深く結びついています。   |                |                     |                |
| <b>到達目標</b><br>・調理師法のもっとも大切な部分を理解する。<br>・食生活が健康に果たす役割を理解する。<br>・食生活と疾病（特に生活習慣病）の関連を理解する。<br>・食育や、労働と健康、環境と健康の関連を理解する。   |                |                     |                |
| <b>授業の進め方</b><br>教科書を中心に、配布プリントやスライドを適時使用。<br>各章を終了することに演習問題を行う。  |                |                     |                |
| <b>授業計画</b><br>第1回：健康増進法①<br>第2回：健康増進法②<br>第3回：健康日本2 1（第2次）<br>第4回：健康教育<br>第5回：食品表示法①<br>第6回：食品表示法②<br>第7回：食品表示法③<br>第8回：心身相関とストレス<br>第9回：ストレスのしくみと対処方法、練習問題<br>第10回：食育と食育基本法<br>第11回：食育における調理師の役割<br>第12回：フード・マイレージ<br>第13回：食品ロス①<br>第14回：食品ロス②<br>第15回：食育の実践、練習問題 |                |                     |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>教科書、配布プリント、問題集   |                |                     |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>学期末定期試験   |                |                     |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b><br>調理師養成教育全書1（食生活と健康）、調理師養成教育全書必携問題集   |                |                     |                |
| <b>備考</b>   |                |                     |                |

|   |                |                     |                |
|---|----------------|---------------------|----------------|
| 教育内容・授業科目名<br>食生活と健康・公衆衛生学  | 開講時期<br>2年次・前期 | 時間数<br>60時間         | 受講学科<br>調理科夜間部 |
| 担当教員名<br>岩崎 忍   |                | ※実務経験のある教員はその主な実務経験 |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>「調理師法」によって身分が定められている調理師は、重要な社会的使命が与えられています。その中の一つに衛生的な食を提供することもあります。その「調理師法」と「公衆衛生」について学びます。公衆衛生とは食の安全にとどまらず、食の文化的な要素・保健や環境についても包括していて、これからの私たちの生活に深く結びついています。   |                |                     |                |
| <b>到達目標</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>調理師法のもっとも大切な部分を理解する。</li> <li>食生活が健康に果たす役割を理解する。</li> <li>食生活と疾病（特に生活習慣病）の関連を理解する。</li> <li>食育や、労働と健康、環境と健康の関連を理解する。</li> </ul>   |                |                     |                |
| <b>授業の進め方</b><br>教科書を中心に、配布プリントやスライドを適時使用。各章を終了することに演習問題を行う。  |                |                     |                |
| <b>授業計画</b><br>第16回：作業環境・作業条件と健康<br>第17回：職業病<br>第18回：労働災害<br>第19回：調理施設の職場環境<br>第20回：調理施設での労働災害、練習問題<br>第21回：生活環境の衛生と環境因子<br>第22回：環境条件 - 大気<br>第23回：環境条件 - 水（上水道と下水道）<br>第24回：環境条件 - 住居・廃棄物<br>第25回：環境条件 - 放射線<br>第26回：環境汚染 - 公害<br>第27回：環境汚染 - 空気汚染、水質汚染、騒音、振動、悪臭<br>第28回：環境ホルモン、地球温暖化<br>第29回：酸性雨、オゾン層の破壊、食品に含まれる放射線物質<br>第30回：循環型社会の形成（リサイクル法など）、練習問題 |                |                     |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>教科書、配布プリント、問題集   |                |                     |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>学期末定期試験   |                |                     |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b><br>調理師養成教育全書1（食生活と健康）、調理師養成教育全書必携問題集   |                |                     |                |
| <b>備考</b>   |                |                     |                |

| 教育内容・授業科目名<br>食品学  | 開講時期<br>2年次・前期 | 時間数<br>20時間 | 受講学科<br>調理科夜間部 |
|--|----------------|-------------|----------------|
| 担当教員名<br>古川 美穂子  |                |             |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>調理の現場で触れる多くの食材について、その成分や特徴を学ぶ。また、同じ食品でも様々な品種があり、それぞれに特徴を持つ。更に、それらの食品を原料とする加工品も欠かすことはできない。この授業ではそれらについての知識を得ることで、食品を選ぶ能力を身に付け、その食品の特徴を生かした調理が出来ることを目的とする。  |                |             |                |
| <b>到達目標</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・食肉について、その成分や特性を理解した取り扱い方が出来る</li> <li>・卵について、卵黄と卵白の違いを理解する</li> <li>・牛乳の成分の特徴を学習し、様々な乳製品の種類およびその製法を理解する</li> </ul>  |                |             |                |
| <b>授業の進め方</b><br>授業は板書を中心に行う。適宜、プリント資料や映像を用いて更なる理解を促す。   |                |             |                |
| <b>授業計画</b><br><br>第1回：動物性食品：魚類③各論2<br>第2回：動物性食品：食肉類①成分について<br>第3回：動物性食品：食肉類②各論（牛肉・豚肉・鶏肉 ほか）<br>第4回：動物性食品：卵類（卵黄、卵白それぞれの成分、特徴）<br>第5回：動物性食品：乳類（牛乳の成分とその加工品）<br>第6回：その他の食品：油脂類<br>第7回：その他の食品：嗜好飲料類（アルコール飲料、非アルコール飲料）<br>第8回：その他の食品：香辛料、調味料<br>第9回：食品の加工と貯蔵、生産と流通<br>第10回：食における諸問題と将来について<br><br>その他、期末試験対策を行う。 |                |             |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>教科書、配布資料などを用いて復習をする。詳細は授業時に説明する。  |                |             |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>学期毎に行われる定期試験による成績評価  |                |             |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・「新調理師養成教育全書必修編 ②食品の栄養と特性」（全国調理師養成施設協会）</li> <li>・「新調理師養成教育全書必携問題集」（全国調理師養成施設協会）</li> </ul>   |                |             |                |
| <b>備考</b>  |                |             |                |

|  |                |             |                |
|--|----------------|-------------|----------------|
| 教育内容・授業科目名<br>食品と栄養の特性・栄養学   | 開講時期<br>2年次・前期 | 時間数<br>30時間 | 受講学科<br>調理科夜間部 |
| 担当教員名<br>上坂 真智子  |                |             |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>健康の維持・増進における栄養的な役割を理解し、調理やメニュー作成に必要な基礎知識を身につける。目的に応じた適切な栄養摂取の方法や、健康管理のための食事について学ぶことができる。  |                |             |                |
| <b>到達目標</b><br>①健康維持と食事の関係を学修する。②疾病予防と食事の関係を学修する。  |                |             |                |
| <b>授業の進め方</b><br>配布資料と教科書を用いて授業を進める。   |                |             |                |
| <b>授業計画</b><br>第1回: 成人期の栄養<br>第2回: 高齢期の栄養<br>第3回: ストレスと食事<br>第4回: ダイエットと食事<br>第5回: 腸内環境を整える食事<br>第6回: 免疫力アップと食事<br>第7回: アンチエイジングと食事<br>第8回: 疲労回復と食事<br>第9回: 貧血、冷え性の予防と食事<br>第10回: スポーツと栄養<br>第11回: メタボリックシンドローム<br>第12回: 糖尿病<br>第13回: 高血圧、高尿酸結症（痛風）<br>第14回: 脂質異常症、動脈硬化<br>第15回: まとめ |                |             |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>教科書、配布資料などで復習する。詳細は授業時に解説する。  |                |             |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>学期毎に実施される定期試験による成績評価（平素の受講態度なども加味する）   |                |             |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b><br>新調理師養成教育全書2「食品と栄養の特性」（全国調理師養成施設協会）、ノート   |                |             |                |
| 備考   |                |             |                |

|   |   |             |                |
|---|---|-------------|----------------|
| 教育内容・授業科目名<br>食品の安全と衛生・食品衛生学  | 開講時期<br>2年次・前期                                | 時間数<br>30時間 | 受講学科<br>調理科夜間部 |
| 担当教員名<br>金子 裕子  | ※実績経験のある教員はその主な実務経験<br>給食受託会社で衛生の教育・指導を20年間実施 |             |                |
| 授業の概要、目的<br>食品を取り扱う職業のひとつである、調理師として必要な、食品衛生の留意点について学び、人体への安全面での影響や評価、さらに衛生上の管理手法を理解・習得することを到達目標とします。  |   |             |                |
| 到達目標<br><ul style="list-style-type: none"> <li>食品表示法について理解する</li> <li>食品事業者等が実施すべき管理運営基準に関する指針の内容を理解する</li> <li>調理作業時における安全対策を理解し、事故のない調理作業内容を学ぶ</li> <li>衛生的な手洗いを実践し身に付ける</li> </ul>   |   |             |                |
| 授業の進め方<br>授業は板書、スライド、厚生労働省HP資料、プリント演習・資料を用いて理解を促す。  |   |             |                |
| 授業計画<br><p>第1回：食品安全対策にかかわる法律（食品衛生法・食品安全基本法）</p> <p>第2回：食品安全行政（食品安全委員会、厚生労働省）（農林水産省、消費者庁、地方組織）</p> <p>第3回：食品表示法と実際（特定保健用食品、機能性表示食品など）</p> <p>第4回：遺伝子組み換え食品とは、その他の法律による表示（JAS法、景表法、計量法）</p> <p>第5回：食品事業者等が実施すべき管理運営基準に関する指針(ガイドライン) 解説</p> <p>第6回：大量調理施設衛生管理マニュアル 解説</p> <p>第7回：調理従事者の健康管理、実践例</p> <p>第8回：調理作業時における安全対策（食材の衛生管理、調理中の衛生的取り扱い・異物混入）</p> <p>第9回：手洗いについて（考え方、タイミング、手順など）。手洗い実習</p> <p>第10回：洗浄・消毒・殺菌（食品、容器、器具などの洗浄、殺菌と消毒）</p> <p>第11回：HACCPとは。歴史と国際的背景。HACCP導入の意義について</p> <p>第12回：技術審査対策。過去問解説及び傾向と対策（食の安全と衛生・食品と微生物）</p> <p>第13回：技術審査対策。過去問解説及び傾向と対策（食品と化学物質・器具・容器包装の衛生）</p> <p>第14回：技術審査対策。過去問解説及び傾向と対策（飲食による健康危害・食品安全対策）</p> <p>第15回：食中毒事故対応の実例・企業における食品衛生管理の現状</p> |   |             |                |
| 授業時間外学修の方法<br>教科書、配布プリントなどを用いて復習をする。詳細は授業時に説明する。  |   |             |                |
| 評価方法、基準<br>学期毎に行われる定期試験による成績評価  |   |             |                |
| テキスト等、必要な教材<br>調理師養成教育全書 3.食品の安全と衛生 消費者庁発行の食品表示ガイド(抜粋)  |   |             |                |
| 備考  |   |             |                |

|   |                |             |                |
|---|----------------|-------------|----------------|
| 教育内容・授業科目名<br>調理理論と食文化概論・調理学総論  | 開講時期<br>2年次・前期 | 時間数<br>60時間 | 受講学科<br>調理科夜間部 |
| 担当教員名<br>遠田 悦子・実習担当教員   |                |             |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>調理方法や技術には、必ず科学的根拠が存在する。どう調理するかには何かしらの科学的な裏付けがあり、調理を上手にすることの原理になっている。授業を通して調理技術に関する原理を学び、理論に裏付けされた技術を工夫し、応用することで調理の幅を広げられるようになることを目的とする。また異文化との交流によって変化する食文化をグローバルな視野でとらえることの必要性について理解を深める。   |                |             |                |
| <b>到達目標</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・食べ物のおいしさとは何かを考え、おいしさを構成する要因について理解する。</li> <li>・調理の基本操作の種類を学び、それぞれの操作に適する食材を選択できるようになる。</li> <li>・様々な食品の性質と調理による変化を捉え、実際の調理に活用できるようになる。</li> <li>・日本の食文化と各国の食文化を学び、基礎知識を身につける。</li> </ul>   |                |             |                |
| <b>授業の進め方</b><br>教科書を中心に進め、参考資料、プリントの活用、映像資料などの活用を行い授業を展開する。  |                |             |                |
| <b>授業計画</b><br><br>第1回: 世界の料理と食文化③ イタリアの地方料理と食材<br>第2回: 世界の料理と食文化④ フランスの地方料理と食材<br>第3回: 世界の料理と食文化⑤ 中国の地方料理と食材<br>第4回: 日本の料理と食文化① 年中行事と食<br>第5回: 日本の料理と食文化② 地方の食材<br>第6回: 日本料理の種類と特徴<br>第7回: 日本料理の調理例と調理用語<br>第8回: 西洋料理の器具と調理法<br>第9回: 西洋料理の食材<br>第10回: 西洋料理 各国の献立構成<br>第11回: 中国料理の種類と特徴<br>第12回: 中国料理の器具と調理法<br>第13回: 中国料理の食材<br>第14回: 中国の地方料理<br>第15回: まとめ<br><br>他、実習授業時にて行う。 |                |             |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>普段から食に関する話題に関心を持ち、また、食品店では何が並んでいるかなど、自分の目で見て考えることが日常的に出来ることが望ましい   |                |             |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>定期試験（80％）、授業時に行う小テスト、提出物、授業態度（20％）により評価する。  |                |             |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・「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）</li> <li>・「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）</li> </ul>  |                |             |                |
| 備考  |                |             |                |

| 教育内容・授業科目名<br>総合調理実習・総合調理実習   | 開講時期<br>2年次・前期  | 時間数<br>30時間 | 受講学科<br>調理科夜間部 |
|---|---|-------------|----------------|
| 担当教員名<br>大野 浩平 (日本料理・専門調理師)<br>野村 一正 (西洋料理・専門調理師)<br>後明 祐希 (西洋料理・専門調理師)<br>片岡 忠徳 (中国料理・専門調理師)<br><br>他、実習非常勤講師  | ※実務経験のある教員はその主な実務経験<br>大野：ホテル日本料理4年、給食1年<br>野村：ホテル洋食7年、レストラン4年<br>後明：ホテル洋食9年、レストラン3年<br>片岡：ホテル中国料理18年、レストラン9年<br><br>調理師として従事 |             |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>衛生管理、献立・調理、食事環境、接客等を総合的に学ぶことにより、調理師の業務全体を理解する。集団調理の基本技術を習得するとともに、食品、栄養と健康の関わりについて、調理を通して食事に調整する意義を理解する。  |   |             |                |
| <b>到達目標</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>調理設備について、機器の使用方法、施設を理解し、安全に衛生的な調理をすることが出来る</li> <li>集団調理における衛生面の大切さを理解することが出来る</li> <li>飲食店を営業するのに必要な接客を学び、お客様の心理を把握して対応することが出来る</li> </ul>   |   |             |                |
| <b>授業の進め方</b><br>実習形式で行う。それ以外の形式で行う際は別途伝える。   |   |             |                |
| <b>授業計画</b><br>以下の内容を学ぶ。時期等は不特定で複数回行う為、内容のみ示す。<br><br><b>調理設備・設備、集団調理実習</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>調理施設、設備について、機器の特徴や使用方法など</li> <li>衛生や安全性を保つ為の設備とは</li> <li>集団調理実習の進め方、衛生管理計画について、献立作成と調理</li> </ul> <b>接客サービス</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>接客サービスの基本と実務について</li> <li>食事の場におけるセッティングと演出</li> <li>ドリンクサービスについて（カクテル、ワイン他）</li> </ul> |   |             |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>教科書、配布資料などを用いて復習をする。詳細は授業時に説明する。   |   |             |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>履修状況、授業態度等を勘案して評価する。  |   |             |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>「新調理師養成教育全書必修編 ⑥総合調理実習」（全国調理師養成施設協会）</li> <li>実習衣一式      ・包丁等一式</li> </ul>  |   |             |                |
| <b>備考</b>   |   |             |                |

| 教育内容・授業科目名<br>調理実習・調理実習  | 開講時期<br>2年次・前期 | 時間数<br>90時間   | 受講学科<br>調理科夜間部 |
|--|----------------|---|----------------|
| 担当教員名<br>大野 浩平 (日本料理・専門調理師)<br>野村 一正 (西洋料理・専門調理師)<br>後明 祐希 (西洋料理・専門調理師)<br>片岡 忠徳 (中国料理・専門調理師)<br><br>他、実習非常勤講師   |                | ※実務経験のある教員はその主な実務経験<br>大野：ホテル日本料理4年、給食1年<br>野村：ホテル洋食7年、レストラン4年<br>後明：ホテル洋食9年、レストラン3年<br>片岡：ホテル中国料理18年、レストラン9年<br><br>調理師として従事 |                |
| <b>授業の概要、目的</b><br>調理師としての基本的な態度を身につけ、調理師の業務について、調理技術の習熟度による業務内容の分担や役割を理解する。調理の基本技術を反復することにより習得することで、その重要性と必要性を理解する。調理機器・器具の取扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛りつけ等の調理過程全体の基本技術を習得するとともに、各種料理の特性を調理を通して理解する。             |                |   |                |
| <b>到達目標</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>食品の基本的な取扱法および調理操作（包丁の使い方、調理器具の扱い方）などの基礎技術を習得する。</li> <li>調理の際の衛生管理を学び、実習を通じて身に付け実践することが出来る</li> <li>日本料理、西洋料理、中国料理それぞれの基礎的技法を修得し、調理することが出来る</li> </ul> |                |   |                |
| <b>授業の進め方</b><br>実習形式で行う。レシピは始業前に配布する。それ以外の形式で行う際は別途伝える。   |                |   |                |
| <b>授業計画</b><br><br>授業内容は別途。  |                |   |                |
| <b>授業時間外学修の方法</b><br>授業で学修したことを自宅や実習室（開放時）で反復する。   |                |   |                |
| <b>評価方法、基準</b><br>学期内に行われる筆記試験により評価する。   |                |   |                |
| <b>テキスト等、必要な教材</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>「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）</li> <li>実習衣一式      包丁等一式      クリアファイル（レシピホルダー：日本、西洋、中国）</li> </ul>  |                |   |                |
| <b>備考</b>  |                |   |                |

光塩学園調理製菓専門学校 シラバス

2021～2022年度 調理科夜間部（2年次）

| 科目名 | 調理実習（日本料理1）  |
|-----|--|
| 単元  | 講義内容と目的  |
| 1   | <p>〈実習室、器具の説明〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・実習室の使い方、基本的な使い方は現場と変わらないので就職後においても役に立つ。</li> </ul> <p>〈飾り切り〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本料理の包丁の技術を見せることにより少しでも興味を持たせる。</li> </ul> |
| 2   | <p>〈包丁の研ぎ方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・片刃という日本料理独特の包丁の特徴、用途、手入れ法などを学ぶ。</li> </ul> <p>〈日本料理について〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・現在の型に至るまでの歴史、料理の型などを学ぶ。</li> </ul>                |
| 3   | <p>〈包丁の使い方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・包丁の持ち方、構え方、基本の3本の使用法、用途など</li> <li>・基本の包丁の動かし方を桂剥きで練習</li> </ul> <p>「大根の桂剥き、妻打ち」</p>   |
| 4   | <p>〈出汁について〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・種類、出汁の引き方などを実際に体験、学習</li> </ul> <p>「一番出汁、二番出汁」</p>   |
| 5   | <p>〈ご飯について〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お米の研ぎ方、漬け時間、炊き方を学ぶ</li> <li>・出汁の復習を兼ね、お握りと味噌汁を作る</li> </ul> <p>「お握り、味噌汁、野菜の浅漬け」</p>  |
| 6   | <p>〈郷土料理〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・色々な料理がある中で北海道に根付いている古くからの料理に触れる数少ない機会としての学習の機会</li> </ul> <p>「甘納豆赤飯他」</p>  |
| 7   | <p>〈魚の卸し方〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・魚の卸し方（3枚卸し）を練習</li> <li>・魚の焼き方について</li> </ul> <p>「鱈の塩焼き」</p>  |
| 8   | <p>〈おさらい〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・今迄の、包丁、出汁、ご飯の復習（炊き込み御飯、味噌汁、漬物）</li> </ul> <p>「炊きこみ御飯、赤出汁、野菜の浅漬け」</p>   |
| 9   | <p>〈揚げ物①〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・揚げ方、油の温度管理、衣の堅さ等を基本の天婦羅で学ぶ</li> </ul> <p>「天婦羅盛り合わせ・搔き揚げ」</p>   |

光塩学園調理製菓専門学校 シラバス

| 科目名 | 調理実習（日本料理2）  |
|-----|--|
| 単元  | 講義内容と目的  |
| 10  | <p>〈揚げ物②〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 材料の下処理法、揚げ衣の種類、揚げ油の温度の使い分けについて学ぶ</li> </ul> <p>「変わり揚げ」</p>                            |
| 11  | <p>〈反復授業〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 実技テストの内容を告知しデモンストレーションで見せる。</li> <li>• 練習させることにより課題を理解させ各自の弱点を確認し、改善点を見つける</li> </ul> |
| 12  | <p>〈和え物〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 材料の持ち味を生かした下処理、和え衣の扱い方について学ぶ</li> </ul> <p>「ほうれん草の胡麻和え」</p>                            |
| 13  | <p>〈酢の物〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 材料の持ち味を生かした下処理、利用法、酢の効果利用法、合せ酢の種類を学ぶ</li> </ul> <p>「北寄の酢の物」</p>                        |
| 14  | <p>〈焼き物〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 基本的な串の打ち方、焼き物の火加減、合せタレの種類について学ぶ</li> </ul> <p>「鮭の柚庵焼き、黄身焼き」</p>                        |
| 15  | <p>〈蒸し物〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 他の加熱法との比較、特徴などを基本の茶碗蒸しで体験し、道明寺蒸しで応用を学ぶ</li> </ul> <p>「茶碗蒸し、道明寺蒸し」</p>                  |
| 16  | <p>〈煮物〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 調味料についての講義と加熱による調味料、食材の変化について学ぶ</li> </ul> <p>「炒り鶏、金平牛蒡」</p>                            |
| 17  | <p>〈寿司〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ご飯を炊き、シャリ切り迄を実際に体験し基本の巻物（太巻き、細巻き）を体験する</li> </ul> <p>「太巻き、細巻き」</p>                      |
| 18  | <p>〈卵料理〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 調理の基本である卵料理について</li> <li>• 卵の特性を改めて見直し調理に生かす。</li> </ul> <p>「出汁巻き玉子」「薄焼き卵」「ちらし寿司」</p>  |

光塩学園調理製菓専門学校 シラバス

| 科目名 | 調理実習（日本料理3）  |
|-----|--|
| 単元  | 講義内容と目的  |
| 19  | 〈反復授業2〉<br>・実技テストの内容を知らせ解説し、練習させることにより課題を理解させ各自の弱点を確認し練習点を見つける                       |
| 20  | 〈正月料理〉<br>・節供料理の中でも最も重要な正月、御節料理について学ぶ<br><br>「伊達巻、栗きんとん」                             |
| 21  | 〈煮物〉<br>・一つの鍋で一度で含め煮を作り、大きさを揃える事の大切さ、下処理の大切さを学ぶ<br><br>「おでん」                         |
| 22  | 〈寄せ物・練り物〉<br>・寄せ物の特性、練り物の特性について学ぶ<br>・ゼラチンの扱い方、くず粉の練り方について<br><br>「ホワイトアスパラ豆腐」「ごま豆腐」 |
| 23  | 〈節句料理〉<br>・節句料理を季節折々の基本的な授業の要素を含んだものでおさらいし、五法全ての関連を学ぶ                                |
| 24  | 〈お造り〉<br>・包丁の使い方、木取り、造り方などを学ぶ<br>・あしらい物の作り方を学ぶ                                       |
| 25  | 〈寿司〉<br>・基本の握り方を学ぶ<br>・ネタに鮪を1本使い部位の説明、利用法、卸し方なども学ぶ<br><br>「鮪の握り寿し」                   |
| 26  | 〈日本料理特別授業〉<br>・京都から講師を招き京料理の授業<br>・日本を代表する京料理や食文化について学ぶ                              |
| 27  | 〈蕎麦〉<br>・我が国古くから親しまれてきた庶民的な麺類である蕎麦について学ぶ<br>・蕎麦の産地からつゆのバリエーションについて、蕎麦打ちの一連の流れをつかむ。   |

光塩学園調理製菓専門学校 シラバス

|     |  |
|-----|--|
| 科目名 | 調理実習（日本料理4）  |
| 単元  | 講義内容と目的  |
| 28  | <p>〈一汁三菜〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・主食の飯に対して汁物1品とおかず3品の組み合わせ。和食献立の基本となる形について学ぶ</li> <li>・季節に合わせた前菜の種類と盛り付け方、八寸の基本的な盛り込みについて</li> </ul> |
| 29  | <p>〈松花堂弁当〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一汁三菜を松花堂弁当に盛り込み、1品料理と弁当（盛り込み料理）の違いを学ぶ</li> </ul>  |
| 30  | <p>〈鮫鯨料理〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鮫鯨独自の卸し方であるつるし切りや、他の魚の卸し方との共通点を学ぶ</li> <li>・鍋料理について材料の相性や彩の工夫について学ぶ</li> </ul> <p>「鮫鯨鍋」</p>        |

2021～2022年度 調理科夜間部（2年次）

| 科目名 | 調理実習（西洋料理1）  |  |
|-----|--|--|
| 単元  | 講義内容と目的  |  |
| 1   | <実習室の使い方について><br>・器具や調理台の使用方法をフランス語を交えて学ぶ<br><包丁砥ぎ><br>・西洋包丁の名称及び砥石の使い方を実際に砥いで学ぶ     |  |
| 2   | <西洋料理について><br>・フランス料理の特色を始め、食文化を学ぶ<br><一年次の最終の型を体験する><br>・デモンストレーションの料理を実際に盛り付けて試食する | ・包丁研ぎについて<br>・レギューム・ショー                                      |
| 3   | <野菜の切り方について><br>・包丁の持ち方や立つ姿勢を学ぶ<br>・野菜を3種切って、切り方のフランス語を学ぶ                            | ・シュージュリエヌ<br>・キャロットジュリエヌ<br>・オニオンアッシェ                        |
| 4   | <ドレッシングについて><パスタ1><br>・野菜をゆでる際の塩分濃度について<br>・パスタの茹で方と濃度のつけ方について学ぶ<br>・乳化について          | ・ポム・トゥルネ<br>・シーザーサラダ<br>・スパゲティボンゴレビアンコ                       |
| 5   | <西洋料理のスープ、ソースについて><br>・基本のフイヨン、フォンの作り方<br>・フイヨンを使ってスープの基本を学ぶ                         | ・フイヨンドヴォライユ<br>・フォンドヴォー(デモのみ)<br>・フュメドポワソン(デモのみ)<br>・ミネストローネ |
| 6   | <反復授業><br>・一人ずつ限られた時間の中で仕事を進め現状を確認する   | ・シュージュリエヌ<br>・キャロットジュリエヌ<br>・オニオンアッシェ                        |
| 7   | <ルーとブルーテについて><br>・ベシャメルソースについて<br>・オーブンの使い方  | ・魚介のグラタン<br>・クリームコロッケ  |
| 8   | <油脂とオリーブオイルについて><br>・オリーブオイルについて   | ・オリーブオイルのテイスティング<br>・ヴァージンオイルを使って一品                          |
| 9   | <料理の応用 フランス料理><br>・古典フランス料理を通して基本の技術・味付けについて学ぶ<br>・オーブンを火の通し方を学ぶ                     | ・フリカッセドヴォライユ<br>・ラトゥイユ                                       |

| 科目名 | 調理実習（西洋料理2）  |   |
|-----|--|---|
| 単元  | 講義内容と目的  |   |
| 10  | <p>&lt;肉のつなぎについて&gt;&lt;パスタについて&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・肉の扱いについて</li> <li>・ショートパスタについて</li> <li>・洋食の基本メニューを作り、料理の組み立てを学ぶ</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ロールキャベツ</li> <li>・リガトーニ カルボナーラ</li> </ul>                       |
| 11  | <p>&lt;反復授業2&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・素材を指定の大きさ、時間内に切り</li> <li>洋包丁の 使い方を習得する</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜の切り方</li> <li>・包丁の使い方</li> <li>・仕事の流れ</li> </ul> <p>30分</p>   |
| 12  | <p>&lt;料理の応用3 イタリア料理2&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イタリア料理の技法、食文化を実習を通じて学ぶ</li> <li>・イタリア料理のコースの流れについて</li> <li>・揚げ物について</li> <li>・リゾットについて</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・フリットミスト</li> <li>・魚介のリゾット</li> <li>・豚肉のピッツァイオーラ</li> </ul>      |
| 13  | <p>&lt;料理の応用4 フランス料理&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スープについて</li> <li>・貝の特性</li> <li>・古典フレンチについて</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉のシャリュキュティエール</li> <li>・アサリ貝のサフランスープ</li> </ul>                |
| 14  | <p>&lt;デザートについて&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・基本のパティシエールについて</li> <li>・シュー生地について</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・クレームパティシエール</li> <li>・シューアラクレーム</li> </ul>                      |
| 15  | <p>&lt;料理の応用3 イタリア料理2&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・基本のトマトソースについて</li> <li>・ニョッキについて</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・タコのカルパッチョ</li> <li>・ニョッキサルサポモドーロ</li> <li>・基本のトマトソース</li> </ul> |
| 16  | <p>&lt;料理の応用5 イタリア料理&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・イタリア地方の郷土料理について</li> <li>・マリネについて</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・魚介のサラダ仕立て</li> <li>・ポレンタのサルシッチャソース</li> </ul>                   |
| 17  | <p>&lt;料理の応用6 フランス料理&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉の部位について学び、ソースの組み立て方を覚える</li> <li>・ポワルを使い焼き方を学ぶ</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛ロース肉のポワレ、ロッシー二風</li> <li>・キャロットグラッセ</li> <li>・オムレツ</li> </ul>  |
| 18  | <p>&lt;反復授業3&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・一人ずつ限られた時間の中で仕事を進め</li> <li>現状を確認する</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・人参のシャトーむき</li> <li>・オムレツ</li> </ul>                             |

| 科目名 | 調理実習（西洋料理2）   |   |
|-----|---|---|
| 単元  | 講義内容と目的   |   |
| 19  | <料理の応用7 フランス料理><br>・豚肉の部位について<br>・スフレについて<br>・バターライスについて      | ・豚肉のシャリアピン風パネバターライス添え<br>・パッションフルーツのスフレ   |
| 20  | <料理の応用8 フランス料理><br>・豚肉について学ぶ<br>・二枚貝の下処理の仕方について               | A { <ul style="list-style-type: none"> <li>・活帆立のタルタル マリモ風</li> <li>・豚ロースの香草パン粉焼き</li> </ul> |
| 21  | <デザートについて><br>・パイ生地扱い方を学ぶ                                     | ・アップルパイ   |
| 22  | <反覆授業4><br>・与えられた2つの課題を時間内に正確に仕上げる                            | ・人参のシャトーむき15分<br>・オムレツ  |
| 23  | <料理の応用10 創作料理><br>・各班で西洋料理を考えレシピの作り方、創造力を高め、組み合わせ方について学ぶ      |   |
| 24  | <料理の応用11 フランス料理><br>・マリネについて学ぶ<br>・鴨肉について学ぶ                   | ・鮭と秋刀魚のエスカベッシュ<br>・鴨胸肉のサラダ仕立て   |
| 25  | <料理の応用12 イタリア料理><br>・手打ちパスタについて学ぶ<br>・フルーツのソースと料理の組み合わせについて学ぶ | ・パッパルデッレ ポスカイオーラ<br>・カジキマグロのインボルティエーニ<br>オレンジソース  |
| 26  | <料理の応用13 フランス料理><br>・焼き菓子<br>・アシェットデザートについて                   | ・ガトーショコラ<br>・フルーツの冷製サバイヨングラタン桜風味  |
| 27  | <食肉加工><br>・食肉加工について<br>・スモーク(燻製)について                          | ・ベーコン<br>・ポークソーセージ  |

| 科目名 | 調理実習（西洋料理3）                                       |   |
|-----|---|---|
| 単元  | 講義内容と目的   |   |
| 28  | <特別授業1 イタリア料理><br>・イタリア人シェフによる現代イタリア料理を学ぶ         | ・アンティパスト<br>・プリモ・ピアット<br>・セコンドピアット<br>・ドルチェ |
| 29  | <レストラン実習1><br>・ルミエールを使用し、調理、サービス<br>お客様の立場を経験して学ぶ |   |
| 30  | <レストラン実習2><br>・ルミエールを使用し、調理、サービス<br>お客様の立場を経験して学ぶ |   |
| 31  | <クードレィ校特別授業1><br>・姉妹校教授によるフランス語での授業、<br>文化の違いを学ぶ  |   |
| 32  | <クードレィ校特別授業2><br>・姉妹校教授によるフランス語での授業、<br>文化の違いを学ぶ  |   |
| 33  | <パンについて><br>・生地の特徴や、成形、焼成を触れて学ぶ                   |   |

2021～2022年度 調理科夜間部（2年次）

| 科目名 | 調理実習（中国料理1）  |   |
|-----|--|---|
| 単元  | 講義内容と目的  |   |
| 1   | <中国料理オリエンテーション 1><br>・実習室の機能について<br>・包丁について              | ・実習室の使い方とその機能、安全な使用法を学ぶ<br>・中華包丁の特性を学び手入れ方法を習得する                                |
| 2   | <中国料理のオリエンテーション 2><br>・中国料理について<br>・鍋振りの練習               | ・料理の歴史や特色、中国茶・中国種などを学ぶ<br>・器具の使用方法を習得する   |
| 3   | <基本のだし汁(スープストック)><br>・だし汁の広義について<br>・吊湯(スープをとる)<br>・上湯雲呑 | ・種類を学び、使用方法を探る<br>・「毛湯」の取り方を習得する<br>・おのおの作ったスープで作り試食<br>・実習準備方法(材料・機具等)を習得する    |
| 4   | <野菜の基本切り><br>・「片」「絲」「末」を切る                               | ・まな板の扱い方、洗浄方法を習得する<br>・包丁の持ち方、立ち位置、姿勢を習得する<br>・野菜の切り方の基本を学ぶ                     |
| 5   | <炸(揚げる)の基本><br>・「炸」の広義について<br>・春捲<br>・上海油淋鶏              | ・炸の基本、ポイント、主な種類を学ぶ<br>・巻包炸について習得する<br>・軟炸、打献を習得する<br>・実習後の片づけについて学ぶ             |
| 6   | <煎(煎り焼く)の基本><br>・「煎」の広義について<br>・生煎鍋貼<br>・金華煎釀帶子          | ・煎の基本、ポイントを学ぶ<br>・鍋貼の方法と生地を習得する<br>・煎・釀を習得し、あわせて金華ハムについて学ぶ                      |
| 7   | <炒(炒める)の基本 1><br>・「炒」の広義について<br>・鮮炒素菜<br>・宮保鶏丁           | ・炒の基本、一連の手順を学ぶ<br>・湯通しからの炒を習得する<br>・油通しからの炒を習得する ] 対比して学ぶ                       |
| 8   | <麵・飯・粥の基本 1><br>・「麵・飯・粥」について<br>・蟹肉炒飯<br>・炸醬麵            | ・中国の主食について。また「北麵南飯」の特徴をとらえ、その種類を学ぶ<br>・炒飯の技法を習得する<br>・拌麵(あえ麵)を習得し、あわせて甜麵醬について学ぶ |
|     | <肉の切り方の基本(牛肉を使って)><br>・「刀工」の広義について<br>・牛肉絲炒麵<br>・水煮牛肉    | ・刀工、刀法、上漿について学ぶ<br>・牛肉絲について刀法を習得する<br>・牛肉片について習得し、あわせて四川料理の調味料を学ぶ               |

| 科目名 | 調理実習（中国料理2）  |   |
|-----|--|---|
| 単元  | 講義内容と目的  |   |
| 10  | <湯(スープ料理)の調理法><br>・「湯」の広義について<br>・冬瓜薏仁煲鷄湯<br>・酸辣上湯<br>・清燉獅子頭           | ・湯とは何か、またその種類について学ぶ<br>・深手の鍋で長時間煮込むスープを習得する<br>・比較的短時間で調味するとろみスープを習得する<br>・器に材料を入れ長時間蒸すスープを習得する |
| 11  | <甜品(デザート)の基本><br>・甜品の広義について<br>・蛋撻(エッグタルト)<br>・脆皮芝麻球<br>・杏仁豆腐          | ・点心とその種類、調理法について学ぶ<br>・西洋的な焼く点心を習得する<br>・揚げる点心と生地を習得する<br>・冷やし固める点心と漢方について習得する                  |
| 12  | <鹹點の基本 1><br>・鹹點の広義について<br>・小籠包<br>・蝦餃皇                                | ・点心とその種類、調理法について学ぶ<br>・小麦の生地と餡の特性を習得する<br>・小麦粉デンプンの生地の特性を知り習得する                                 |
| 13  | <麵・飯・粥の基本 2><br>・瑶柱靚白粥<br>・家鄉炒米粉<br>・荷葉珍珠鷄                             | ・粥の作り方と日本との違いを検証する<br>・米から作る麵(米粉)の戻し方、作り方の基本を習得する<br>・もち米を包んで蒸すを習得する                            |
| 14  | <焼(煮込み)の基本 1><br>・焼の広義について<br>・豉汁炆鷄球(鷄レッグ使用)<br>・陳麻婆豆腐                 | ・焼とそのポイント、とろみ付けやつけ合わせなどを学ぶ<br>・炆(軽い煮込み)を習得する<br>・麻婆豆腐完成の成り立ちや調味料、調理法を習得する                       |
| 15  | <焼(煮込み)の基本 2><br>・東坡肉<br>・胡蝶餅<br>・沙爹粉絲蝦煲                               | ・長時間煮込む調理法を学ぶ<br>・東坡肉に添えるバーズを習得する<br>・土鍋煮込みを習得する。あわせて沙爹醬について学ぶ                                  |
| 16  | <冷菜(前菜)の基本><br>・冷菜の広義について<br>・椒麻魷魚花 ・蜜汁叉焼<br>・涼拌海蜇皮<br>・棒棒鷄<br>・金磚脆皮豆腐 | ・冷菜について、盛り付け方、出し方、主な調理法について学ぶ<br>・冷菜の個人盛りを習得する<br>・各種調理法、調味料、ソースを学ぶ                             |
| 17  | <蒸(蒸す)の基本><br>・蒸の広義について<br>・荷葉粉蒸羊肉<br>・家鄉蒸魚腩                           | ・蒸について、蒸のポイント、主な種類について<br>・米の粉をまぶして蒸す特徴を習得する<br>・清蒸について習得する                                     |
| 18  | <焼烤(焼き物)の基本><br>・焼烤の広義について<br>・北京烤鴨<br>・蜜汁叉焼                           | ・焼烤について、焼烤のポイントや種類、提供の仕方について学ぶ<br>・北京ダックの仕込みや調理、提供方法を学ぶ。あわせて包餅を習得する<br>・叉焼の仕込み方法、火加減などを学ぶ       |

| 科目名 | 調理実習（中国料理3）                            |  |
|-----|--|--|
| 単元  | 講義内容と目的                                |  |
| 19  | <炒(炒める)の基本 2><br>・沙律炒蝦仁<br>・刀豆鶏片       | ・マヨネーズ炒めの香りの出し方と失敗例を学ぶ<br>・鶏ささみの刀法と上漿、いんげんの火入れのタイミングを習得する                            |
| 20  | <鹹點の基本 2><br>・焼売<br>・豆豉蒸排骨             | ・豚肉とエビの下処理、蒸し加減を習得し、大量に作ることで熟練度を上げる<br>・骨付き肉の特性と蒸し加減、豆豉について習得する                      |
| 21  | <前期実技テスト テスト前授業><br>・「片」「絲」「末」を切る      | ・試験課題を提示し、調理手順の説明と注意すべき点を確認する<br>・重要点(出来栄え、衛生、時間内修了)を再認識する<br>・弱点を見つけ克服する            |
| 22  | <前期実技テスト><br>・「片」「絲」「末」を切る             | ・前期の習得目標「刀工」の熟練度をはかる   |
| 23  | <後期実技テスト テスト前授業><br>・軟炸子鶏を仕上げる         | ・試験課題を提示し、調理手順の説明と注意すべき点を確認する<br>・重要点(出来栄え、衛生、時間内修了)を再認識する<br>・弱点を見つけ克服する            |
| 24  | <後期実技テスト><br>・軟炸子鶏を仕上げる                | ・年間の習得目標「刀工・調理・盛付」の習熟度をはかる   |
| 25  | <四川料理の調理法><br>・回鍋肉<br>・搾菜肉崧炒飯<br>・乾焼蝦仁 | ・ここ数年流行している「四川料理」の理由を探る<br>・四川料理の調理法、泡菜、調味料を使用したベーシックメニューを習得する                       |
| 26  | <香港中華廚藝學院 特別授業>                        | ・中国料理の本場・香港の伝統料理、革新料理を香港トップクラスのシェフから習得する<br>・中国料理の本場・香港の伝統点心、革新点心を香港トップクラスのシェフから習得する |