

科目区分	専門教育科目	授業科目名	調理学実習 I (調理実験を含む)			科目コード	24S708	担当者	太田 智子		担当形態	単独	
対象学科・コース	生活創造学科 栄養士コース	配当年次	1年次	開講学期	前期	単位数	1	必修・選択の別	必修	免許・資格要件	栄養士必修		
授業形態	実習	履修条件									教育職員免許法施行規則に定める科目区分等	科目区分	
実務の経験を有する教員担当科目		実務の経験内容及び科目との関連										科目に含めることが必要な事項	

授業の主題	調理の基礎的な知識と技術を身につける。	課題等への対応 (フィードバックの方法等)	提出物は添削・返却し、必要に応じて解説を行う。
授業の方法	グループでの実習形式を基本とし、協働して調理する。関連資料を適宜配布する。	アクティブ・ラーニングの実施方法	

回数	授業計画	事前・事後学修	回数	授業計画	事前・事後学修	
第1回	調理の基礎① 衛生管理、栄養価計算 課題：計算問題	割合の計算について予習し、理解しておく。 実習内容のポイントを整理し、配布する課題に取り組む。	第9回	実技試験	実技試験にむけ、自主的に練習するなど準備を万全にしておく。	
第2回	調理の基礎② 調理の基本操作 重量と容量、廃棄率 課題：計算問題、配布プリント	重量と容量の違いについて予習する。 実習内容のポイントを整理し、配布する課題に取り組む。	第10回	日本料理② 三色丼他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。	
第3回	調理の基礎③ 調理の基本操作、食品の切り方、だしのとり方 課題：計算問題、配布プリント	だしのとり方、切り方を予習する。 実習内容のポイントを整理し、配布する課題に取り組む。	第11回	西洋料理② ムニエル他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。	
第4回	調理の基礎④ 調理の基本操作、食品の切り方、炊飯 課題：計算問題、配布プリント	食品の切り方、炊飯方法、うるち米ともち米の違いについて予習する。 実習内容のポイントを整理し、配布する課題に取り組む。	第12回	調理の基礎⑥ ゲル化食品、 課題：計算問題、配布プリント	ゲル化食品の種類と調理法について予習する。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる。	
第5回	調理の基礎⑤ 調理の基本操作、揚げ物各種 課題：計算問題、配布プリント	揚げ物の種類、特徴について予習する。 実習内容のポイントを整理し、配布する課題に取り組む。	第13回	中国料理② 八宝菜他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。	
第6回	日本料理① 魚の煮つけ他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。	第14回	日本料理③ そうめん他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。	
第7回	西洋料理① ハンバーグ他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。	第15回	実技試験	実技試験にむけ、自主的に練習するなど準備を万全にしておく。	
第8回	中国料理① ピーマンと牛肉の炒め物他 課題：栄養価計算、ノートまとめ	レシピをよく読み、不明な点を明確にしておく。 実習内容を整理し、作り方やポイントをノートにまとめる(栄養価計算を含む)。			事前・事後学修時間 (分/授業1回)	30分/授業1回

教科書 [書名/著者名/出版社]	新調理学実習 第二版/宮下朋子 村元美代/同文書院、オールガイド食品成分表/実教出版編集部/実教出版、調理のためのベーシックデータ/女子栄養大学出版社	受講生へのメッセージ	おいしく、安全な食事を提供することは、とても重要です。 調理技術や段取り、栄養計算、衛生管理等、調理の基本をしっかりと身につけましょう。
参考書 [書名/著者名/出版社]	調理の基本まるわかり便利帳/松本伸子/女子栄養大学出版社		

