

教 科	家 庭	科 目	調 理	学 年	3 学年 D 選択	単位数	2 単位
-----	-----	-----	-----	-----	--------------	-----	------

### 【学習目標】

様式別調理・集団調理などに関する知識と技術を習得させ、食生活の充実向上を図るとともに、創造的に調理する能力と態度を育てる。

### 【学習内容】

- ① 調理の基礎・・・調理の基礎的な理論として、調理の目的を理解させるとともに、代表的な食品の調理上の性質、加熱操作、非加熱操作などの調理操作の方法と特徴を理解させる。
  - ア 調理の目的
  - イ 食品の性質
  - ウ 調理の種類と基本操作
- ② 様式別の献立と調理・・・日本料理、西洋料理、中国料理、その他の料理について、代表的な料理の特徴と献立構成の基本を理解させ、実習を通して、目的や条件に応じた献立作成と調理ができるようにする。また、様式別の食器、食卓構成、食卓作法などについても扱い、適切に供することができるようにする。
  - ア 日本料理
  - イ 西洋料理
  - ウ 中国料理
  - エ その他の料理
- ② 目的別・対象別の献立と調理・・・行事食・供応食、病人食、幼児と高齢者の食事など、目的や対象に応じた献立を作成し、適切な調理ができるようにする。
  - ア 行事食・供応食
  - イ 病人食
  - ウ 幼児と高齢者の食事

### 【学習方法】

調理実習を中心に、様式別調理・集団調理などに関する知識と技術を習得させ、生徒自身の食生活をより充実させるようにする。

### 【学習評価】

- ① 定期テスト  
学期ごとに学期末考査を実施し調理実習で学習した理論が確実に理解されているかを確認、評価する。
- ② 提出物  
調理実習や実験ごとの記録やワークシート・プリント学習などの提出状況および提出内容を評価する。
- ③ 授業および調理実習の態度  
調理実習の際はエプロンや爪、髪など身なりについて評価する。

### 【学習者へのアドバイス】

- ① 調理実習のポイントをおさえ、技術だけでなく、理論も確実に理解する。
- ② 調理実習の際は身なりを整え、安全や衛生に留意してグループで協力して取り組む。

### 【調理実習計画】

- (1) 調理の基礎
- (2) 親子どんぶり・すまし汁
- (3) 鶏肉のなべ照り焼き・青菜のごま和え・大根と油揚げのみそ汁

- (4) たけのご飯（炊き込みご飯）・だし巻き卵・なめこと豆腐の赤だし
- (5) 弁当の和風献立（自由献立）
- (6) ちらし寿司（巻きずし・いなり寿司）・あさりの潮汁
- (7) ムニエル（白身魚のホイル焼）・コンソメスープ
- (8) ミートローフ・マッシュポテト・にんじんグラッセ
- (9) 鶏のグリルディアール・トマトカップサラダ
- (10) ロールキャベツ
- (11) 青椒牛肉絲（チンジャオロース）・粟米湯（スーミータン）
- (12) 春巻き・肉団子と白菜のスープ・涼拌三絲（リャンバンサンズー）
- (13) 琉球料理 菜飯（サーファン）・田芋のディンガク
- (14) 琉球料理 沖縄そば（イナムドゥチ）
- (15) デザート

**【その他】** 学年始めに1年間の調理実習費として、5,500円を徴収する。期限内に納めること。