MUSASHINO COOKING COLLEGE

TRAINING SYLLABUS

調理実習シラバス

2021

学校法人 後藤学園

武蔵野調理師専門学校

目 次

調理実習概要 ―― 3
第1章 基本技術 ―― 4
基本技術実習概要 ―― 5
基本技術 ―― 6
第2章 1人1台 ―― 24
1人1台実習概要 ―― 25
西洋料理 ―― 26
日本料理 ―― 32
中国料理 ―― 38
製菓・製パン ―― 44
第3章 一般実習 ―― 48
一般実習概要 ―― 49
西洋料理 ―― 52
日本料理 ―― 78
中国料理 ―― 104
製菓・製パン 〈調理師科・高度調理経営科〉 ―― 138
製菓・製パン 〈高度調理製菓科〉 ―― 164
第4章 特別講義 ―― 186
特別講義概要 ―― 187
西洋料理 ―― 188
日本料理 ―― 192
中国料理 ―― 196
製菓・製パン ―― 204
第5章 テーブルマナー 卒業制作 学園祭運営 ―― 208
テーブルマナー ―― 209
卒業制作 〈調理師科〉 ―― 210
学園祭運営 〈高度調理経営科・高度調理製菓科〉 ―― 211
第6章 実技試験対策 ―― 212
実技試験対策概要 ―― 213
西洋料理 ―― 214
日本料理 ―― 216
中国料理 ―― 218
製菓・製パン ―― 220
第7章 西洋料理実習理論1・2 西洋料理実習1・2 ―― 222
第8章 日本料理実習理論1・2 日本料理実習1・2 ―― 254
第9章 専門実習理論1・2 専門実習1・2 ―― 286
第10章 総合調理実習 ―― 352

履修コース
調理師科・高度調理経営科・高度調理製菓科

教育内容	教科科目名		履修方法	学年	学期
調理実習	**調理実習**		**必修**	**1**	**前期・後期**
授業の方法	時間数		担当者名		
講義・実習	**100回**	**300時間（1回×3時間）**	**実習課担当職員**		

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容･経歴(調理師養成以外)	実務経験	担当者名	科目に対する実務内容･経歴(調理師養成以外)
○	福島　正八	ホテル総料理長など、歴任	○	髙山　佳三	ホテル、日本料理店料理長を歴任
	深澤　真一	ホテルにて調理業務に従事		林　卓真	ホテルにて調理業務に従事
	佐藤　洋行	フレンチレストラン調理業務に従事		岡田　聡一郎	ホテルにて調理業務に従事
	矢嶋　孝一	フレンチレストランやホテル、鉄道会社などにて調理業務に従事		飯田　琴乃	すし屋にて調理業務に従事
				金藤　州二	ホテル製菓部門にて永年従事
	川畑　裕康	元ホテル料理長		吉田　正幸	ホテルにて調理業務に従事
	遠藤　秀樹	会館にて調理業務に従事		栗原　恭子	菓子製造販売業にて菓子製造に従事
	井上　光伯	給食受託業にて栄養・調理業務に従事		小高　和也	ホテルにて調理業務に従事
	石川　悠斗	ホテルにて調理業務に従事		杉山　絢音	菓子製造販売業にて菓子製造に従事

補助教員
小野　一至・三中西　歩・眞田　美樹・遠藤　美咲

教科書・参考文献等
新・調理師養成教育全書　必修編　４（調理理論と食文化概論）　新・調理師養成教育全書　必修編　５（調理実習） 新・調理師養成教育全書　必修編　６（総合調理実習） 実習ノート（西洋料理）（日本料理）（中国料理）（製菓・製パン）

教育目標
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し、その重要性と必要性を理解する。 調理機器・器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛付等の調理過程全体の基本技術を習得し、各種料理の特性を調理を通して理解する。

教育の目的
調理師法の目的及び基本理念を理解し、調理・栄養・衛生に関する知識及び技術を備えた調理師の育成。 調理師としての基本的な調理技術を修得し、西洋料理、日本料理、中国料理、製菓・製パン各専門分野における知識と技術を持たせる。

教育到達点
調理師としての基本的な態度が身につき、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し、実行できる。 調理の基本技術を反復することにより習得し、その重要性と必要性を理解できる。 調理機器・器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛付等の調理過程全体の基本技術を習得し、各種料理の特性を調理を通して理解できる。

教育手法
〈調理師科〉基本技術実習（54時間）／１人1台実習（24時間）／一般実習（108時間）／テーブルマナー（3時間）／特別講義・実習（24時間）／卒業作品制作実習（40時間）／実技試験対策（48時間） **〈高度調理経営科・高度調理製菓科〉**基本技術実習（54時間）／１人1台実習（24時間）／一般実習（132時間）／テーブルマナー（3時間）／特別講義・実習（24時間）／学園祭運営（16時間）／実技試験対策（48時間）

評価の目安と方法	出席状況と筆記試験から総合的に評価、及び実技試験
評価	成績評価別の達成度
A	筆記試験において80%以上の理解度を得られたとき
	実技試験においては3名の教員がそれぞれ採点を行いその平均点が80点以上のとき
B	筆記試験において70%以上の理解度を得られたとき
	実技試験においては3名の教員がそれぞれ採点を行いその平均点が70点以上のとき
C	筆記試験において60%以上の理解度を得られたとき
	実技試験においては3名の教員がそれぞれ採点を行いその平均点が60点以上のとき

第1章

[基本技術]

教育形態	教育内容
基本技術実習	集中講義・実技試験対策

授業の方法			教育目標
講義・実習			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。
時間数		担当者名	
18回	54時間	実習課担当職員	

教育手法	
1	服装と衛生観念・実習室と器具器材の取り扱い方
2	包丁の名称・砥石について　洋包丁の研ぎ方
3	日本料理　和包丁の研ぎ方
4	中国料理　中華包丁の研ぎ方
5	製菓･製パン　クリームの絞り①
6	西洋料理　包丁の研ぎ方　洋包丁で大根のイチョウ　短冊切り
7	日本料理　桂剥き
8	中国料理　中華包丁研ぎ　削ぎ切り
9	製菓･製パン　クリームの絞り②
10	西洋料理　洋包丁研ぎ　オニオンアッシュ・スライス
11	日本料理　桂剥き
12	中国料理　胡瓜の削ぎ切り
13	製菓･製パン　クリームの絞り
14	西洋料理　シャトー剝き
15	日本料理　鯖の三枚おろし
16	中国料理　薄焼き卵
17	製菓･製パン　オレンジのカルチェ
18	西洋料理　オムレツ

教育到達点
・西洋料理、日本料理、中国料理、製菓それぞれの基本的な調理技術が習得できる。

評価の目安と方法	出席状況及び受講態度に加え、各授業において担当教員から評価があり学期末に行われる実技試験による修得度、筆記試験による理解度により評価する。

基本 1	教育内容
	服装と衛生観念・実習室と器具機材の取り扱い方

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	**3時間**	**実習課担当職員**

目的

・実習の時の動き方を覚える。
・衛生面の大切さを認識させる。
・実習当番の動き方を覚える。
・講義の聞く姿勢を覚える。
・コックコートの着方、サロンの巻き方、チーフの巻き方を覚える。
・実習室にある器具の種類を覚える。
・火のつけ方を覚える。

ポイント

・実習がある時は特に朝はロッカーが混雑するので座学の時より早めに登校し、準備する。
・頭髪は学校の基準に則る、染色はしない。アクセサリーは着用しない。
・実習当番は始業時間の5分前には実習室前で待機し、すぐ作業に入れるようにする。
・講義受講時は肘をついたり頬杖をついたりしない。寝るのはもってのほか。
・コックコート、サロン、チーフは常にきれいな状態で着用する。週末には持ち帰って洗濯し、アイロンをかける。
・器具の種類を知り、実習時に使えるようにする。

教育到達点

・授業時間に遅れたりしないよう、早めに登校でき、準備できる。
・学校の規則に則り、頭髪を整え衛生的に実習に臨むことができる。
・実習当番は、時間に遅れることなく集合し、作業に入ることができる。
・講義受講時は、きちんとした態度で受講できる。
・コックコート、サロン、チーフを綺麗に身に着けることができる。
・器具の種類を覚え、実習時に使える。

評価の目安と方法	・授業時間に遅れず登校し、準備ができている。 ・学校の規則に則った頭髪ができている。 ・実習当番に遅れず、作業に入れている。 ・講義はきちんとした態度で受講できている。 ・コックコート、サロン、チーフは正しく身につけられている。 ・器具の種類を覚え、実習で使えている。

持ち物に関する注意事項

・コックコート・サロン・帽子・ネッカチーフ・トーション・講義ノート

基本 2	教育内容
	包丁の名称・砥石について　洋包丁の研ぎ方

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・包丁の名称を覚えてもらう。包丁の洗浄の仕方。包丁砥ぎの準備の仕方。包丁の置き方。
・包丁を持って移動する際の包丁の取り扱い方。
・砥石の種類、荒砥、中砥、仕上げ砥の使い分け方。
・洋包丁4種類の砥ぎ方を理解させる。砥石の直し方。

ポイント

・包丁を砥ぐ際には、中砥1つでも仕上げていけるが、まず荒砥で刃を削ると早い。中砥で刃の切れ味をつけていく。
・砥ぐ際の包丁の角度は45度に置く。しのぎから刃先までしっかりと砥石にあて刃の位置を決めて砥石の全面を使って包丁を滑らせて砥いでいく。包丁を押す時に力を入れ引く時に力を抜く。

教育到達点

・包丁の名称を理解した。
・包丁砥ぎの正しい準備ができる。
・包丁の正しい砥ぎ方を理解し、一人でも包丁が砥げる。

評価の目安と方法	・実際に砥いだ後の包丁を直接確認し、修正点があったらそれを伝えていく。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート

基本 3	教育内容
	日本料理　和包丁の研ぎ方
	授業の方法
	講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・包丁の磨き方、砥石の直し方、実習台の片付け方を覚える。
・包丁の角度、指の置き方、腕の動かし方(姿勢を含む)を身体に覚えさせる。
・和包丁と洋包丁との違いを理解し研ぎ方の違いを理解する。

ポイント

・切っ先を研ぎ過ぎないように気をつける。
・包丁を大きく動かして砥面の片減りがなるべくしないように研ぐ。
・刃先に乗せる指は移動しながら研ぐ、
・押す時に多少力を入れ引く時に力を抜く。

教育到達点

・包丁の手入れ、保管方法等の徹底。
・包丁の持ち方、動かし方、角度、力の入れ具合を身を持って覚える。

評価の目安と方法	・正しい姿勢で包丁を触れずに動かす。 ・包丁をしっかり磨き、錆びないように保管する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート

基本 4	教育内容
	中国料理　中華包丁の研ぎ方

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	**3時間**	**実習課担当職員**

目的

・中華包丁の研ぎ方を覚える。
・包丁の動かし方、寝かせる角度を覚える。

ポイント

・刃先を分けて研ぐ。
・刃先、刃中、刃元を同じ回数両面研ぐ。
・包丁を動かすときに刃が砥石からはみ出ないようにする。
・包丁の起こし幅がぶれたり、片側に傾いたりしないように動かす。

教育到達点

・片面ずつ流し研ぎをして同じ回数で研ぎ上げ、両刃に仕上げる。
・研ぎ跡が1.5cm ～ 2cm位でつくようにする。

評価の目安と方法	・刃全体がまな板の上で滑らず、くい込むように止まる。 ・研ぎ跡が1.5cm ～ 2cmできれいにつき、刃が両面同じようにつく。 ・包丁が変形せず、きちんと刃がつく。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・タオル・新聞紙

基本 5	教育内容
	製菓・製パン　クリームの絞り①

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	**3時間**	**実習課担当職員**

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業を練習する。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使ってローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金を使って、幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金は繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかりと洗って乾燥させ、衛生に努める。

基本 6	教育内容
	西洋料理　包丁の研ぎ方　洋包丁で大根のイチョウ　短冊切り

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・牛刀とペティナイフの正しい砥ぎ方ができているかの確認。
・まな板の洗浄の仕方と正しいまな板の準備と使い方。手指の使い方。
・大根の下処理、押え型、指さし型、握り型の３通りの方法を覚える。
・食材を切り出していく際の正しい姿勢、包丁の持ち方。押し切りができているか。

ポイント

・まな板の使い方は、まな板の左側に切っていく物を置く。そして真ん中付近で切り出しを行い切った物は右側にと流れ作業を行うのが基本的な使い方。
・大根のイチョウ、短冊切りを行う際には、食材を細かく切る時に適している。
・押え型で行う。料理を押える手指は軽く握りこみ人差し指の第一関節が触れるようにする。

教育到達点

・包丁砥ぎと切り出しをする際の正しい姿勢を確立する。
・材料を押える手指の使い方をクセにして身につける。
・押え型での押し切りの厚さを均等に薄く切れるようにする。

評価の目安と方法	・学生１人１人の姿勢、切り出し型、切った物を見ていき、修正点があったらそれを伝えていく。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート

基本 7	教育内容
	日本料理　桂剥き

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・大根、包丁の持ち方、動かし方。
・姿勢、指の置き方。

ポイント

・包丁を上下に動かし、同時に大根を回しながら剥いてゆく。
・厚さは上部を目で見て下部は親指で確認しながら剥く。
・集中してまずできるだけ長く剥く。

教育到達点

・薄く、長く、真っ直ぐに剥き、120cm（小俎板１往復の長さ）を目標に実技試験に臨む。

評価の目安と方法	・長さ、厚さ等を評価の重点に置き試験基準に沿って採点する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース

基本 8	教育内容
	中国料理　中華包丁研ぎ　削ぎ切り

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・中華包丁の研ぎ方。(復習)
・削ぎ切りを覚える。

ポイント

・胡瓜をきちんと3等分する。
・すぐ切るものはまな板の右下、それ以外は左上にまとめる。
・包丁を横斜め上にスライドさせて胡瓜を切り、2 ～ 3mmに厚みを揃える。
・削ぎ切りしたものは階段状に並べる。
・マッチ棒状になるように落とし切りする。

教育到達点

・削ぎ切りの厚みを揃え、前後左右から見ても同じ厚みにする。
・切り損じがなく、マッチ棒状に切れている。

評価の目安と方法	・削ぎ切りで厚さ2 ～ 3mmに切れている。 ・マッチ棒状に切り揃えができている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート・包丁ケース・タオル・新聞紙

基本 9	教育内容
	製菓・製パン　クリームの絞り②

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	**3時間**	**実習課担当職員**

目的

・ケーキの仕上げに当たる、美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業を練習する。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使ってローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金を使って、幅、大きさ、高さ、間隔が均一になる。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金は繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかりと洗って乾燥させ、衛生に努める。

基本 10	教育内容
	西洋料理　洋包丁研ぎ　オニオンアッシェ・スライス

授業の方法		
講義・実習		
時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・基本2の反復。(洋包丁研ぎ)
・ペティナイフの砥ぎ方の復習。
・玉葱についてのそうじの仕方や食用部分の見極め。
・まな板を使用する際の衛生観念。

ポイント

・ペティナイフの砥ぎ方、角度のつけ方、どの状態が切れる包丁なのかを知って覚えてもらう。
・玉葱の皮をきちんと剥く。
・玉葱のアッシェは均一に切り込みを入れる。
・玉葱を切る際人差指をつけて包丁を動かせる。

教育到達点

・ペティナイフは初めの刃が消え、刃がつき始めていて切れるようになっている。
・玉葱の皮がきちんと剥け、常にまな板の上をきれいにし薄くスライスできるようにする。
・玉葱のアッシェは均一の大きさに切れているか。
・フレンチナイフで包丁と指をつけ動かしている。

評価の目安と方法	・ペティナイフは刃がついている。 ・切り出しをやる上で常にまな板や回りがきれいに作業している。 ・包丁を動かしている時、きちんと人差指がういている。 ・切り出した食材が切り揃えできている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート

基本 11	教育内容
	日本料理　桂剥き

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・基本3の反復。(和包丁研ぎ)
・大根、包丁の持ち方、動かし方。
・姿勢、指の置き方。

ポイント

・包丁を上下に動かし、同時に大根を回しながら剥いてゆく。
・厚さは、上部を目で見て下部は親指で確認しながら剥く。

教育到達点

・薄く、長く、真っ直ぐに剥き、120cmを目標に実技試験に臨む。

評価の目安と方法	・長さ、厚さ等を評価の重点に置き試験基準に沿って採点する。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース

基本 12	教育内容
	中国料理　胡瓜の削ぎ切り

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	**3時間**	**実習課担当職員**

目的

・中華包丁の研ぎ方。(基本4、基本8の復習)
・胡瓜のそぎ切り、千切り。(基本8の復習)

ポイント

・手振れすることなく包丁を動かし研ぐ。
・胡瓜をきちんと3等分する。すぐ切るものはまな板の右下、それ以外は左上にまとめる。
・包丁を横斜め上にスライドさせて胡瓜を切り、2 ～ 3mmに厚みを揃える。
・削ぎ切りしたものは階段状に並べ、マッチ棒状になるように落とし切りする。

教育到達点

・片面ずつ流し研ぎをして同じ回数で研ぎ上げ、両刃に仕上げる。
・研ぎ跡が1.5cm ～ 2cm位でつくようにする。
・削ぎ切りの厚みを揃え、前後左右から見ても同じ厚みにする。
・切り損じがなく、マッチ棒状に切れている。

評価の目安と方法	・削ぎ切りで厚さ2 ～ 3mmに切れている。 ・マッチ棒状に切り揃えができている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート・包丁ケース・タオル・新聞紙

基本 13	教育内容
	製菓　クリームの絞り

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業を練習する。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸す。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使ってローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフで均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になる。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかりと洗って乾燥させ、衛生に努める。

基本 14	教育内容
	西洋料理　シャトー剥き

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・基本2、基本6 の反復。(洋包丁研ぎ)
・包丁を研ぐ際の動かし方の確認。
・ジャガイモのシャトー剥きのやり方、剥く時の動かし方。
・シャトー剥きは1回でペティナイフが動くようにする。

ポイント

・ジャガイモは1回で剥けることと、6等分にしたものを大体同じ大きさに剥きあげる。
・シャトー剥きはどのような形なのかを知ってもらい、出来上がりの形を想像できるようにする。

教育到達点

・シャトー剥きは5cmで切り揃え、剥きあがりも大体同じ大きさになる。

評価の目安と方法	・５ｃｍで切ってあること。短くても長くても良くない。 ・剥きあがりの大小差がなく、フットボール型に表面がなっている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート

基本 15	教育内容
	日本料理　鯖の三枚おろし
	授業の方法
	講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・魚の骨の位置や部位を覚え魚（鯖）を三枚におろす。

ポイント

・包丁は大きく使い骨に身を残さずにおろし上げる。

教育到達点

・上身、下身を綺麗におろし腹骨を薄くすき取る。

評価の目安と方法	・骨に身を残さない。 ・鰓を綺麗に取る。 ・おろした身の表面が滑らかに。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース

基本 16	教育内容
	中国料理　薄焼き卵

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・錦糸を作るための工程を覚える。
・卵を焼くための適正な鍋の温度を覚える。
・卵を入れてからの鍋の動かし方を覚える。
・鍋に張り付いた卵に火を入れ浮かせるときの火加減や焼く時間。

ポイント

・鍋の扱い方。
・卵の撹拌方法
・鍋に卵を流す際の温度。鍋のまわし方。浮かせるときの火加減や止めるタイミング。
・鍋からはがす際破らないように持ち上げる。

教育到達点

・丸く薄く規定の大きさに焼ける。
・焦がさないように仕上げる。
・破れずにできている。

評価の目安と方法	・破らずに焦がさないで仕上げられている。 ・適切な大きさでできている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート

基本 17	教育内容
	製菓・製パン　オレンジのカルチェ
	授業の方法
	講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・ペティナイフを使ってオレンジの皮を剥き、中の果肉を房取りして、後期の実技試験の題材として皿に美しく盛り付ける。

ポイント

・ペティナイフはよく研いでおくこと。天地を切り落として安定させ、刃を上下に動かして果肉の形を想像しなが　ら沿って外皮を剥いていく。
・果肉が現れたら、果肉を切りすぎないこと。

教育到達点

・果肉がきれいに取れて皿に美しく盛られていること。
・実技試験に合格する。

評価の目安と方法	・ペティナイフをきちんと扱えることができて、整理整頓がなされている。 ・房取りした果肉が皿にきれいに盛り付けられている。 ・実技試験として基準に満たされている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート・筆記用具

基本 18	教育内容
	西洋料理　オムレツ

授業の方法
講義・実習

時間数		担当者名
1回	3時間	実習課担当職員

目的

・オムレツを作る時の動かし方。
・卵に火を入れるとどうなるか覚え、焼く時の火加減と温度を覚える。(復習)
・オムレツの半熟を覚えスムーズに動かせるようにする。
・オムレツの形を整えられ焼きむらなどなくす。

ポイント

・半熟状態の見極めとタイミングを知る。
・短時間でオムレツをかえす。

教育到達点

・オムレツを作る動作がスムーズになり、オムレツの形ができている。
・オムレツパンもブレなく動かし、半熟状態を見極められ手早くまける。

評価の目安と方法	・オムレツの表面の焼き色やムラがない。 ・中が半熟になっている。 ・オムレツの型ができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・試食セット

第2章

［1人1台］

教育形態	教育内容
1人1台実習	計量・配膳・仕込み・調理・試食を通して個人力を高める

授業の方法			教育目標
講義・実習			調理師としての基本的な態度を身につけ、個人技術力の向上や料理のタイミング等、ハード・ソフト両面で1人1台実習室の特性を活かし料理技術を磨いていく。
時間数		担当者名	
8回	24時間	実習課担当職員	

教育手法

西洋料理／日本料理／中国料理／製菓

西洋料理	NO.1	ポークソテー カボチャのクリームスープ
	NO.2	ポルチーニのリゾット エジプト豆のスープ
日本料理	NO.1	松花堂弁当　お作り／煮物／焼物／食事／お椀
	NO.2	稲庭うどん／温玉／煮物 茄子利休煮／水菜煮びたし／白玉汁粉
中国料理	NO.1	焼き小型肉まんじゅう ホタテとイカの葱生姜風味冷製
	NO.2	中華風葱入りおやき／叉焼入りねぎそば／上湯
製菓	NO.1	アシェットデセールジャポネ（抹茶シフォンケーキ、ほうじ茶のパンナコッタ、黒蜜のジュレ）
	NO.2	フルーツタルト レモングラスのゼリー

教育到達点

・自分の使う器具や食材、調味料を正しく用意できる。
・師の動きを見たり、指示を聞きながら一人で材料の切り込みや仕込み、火の入れ具合や仕上げ、盛り付けまで行うことができる。

評価の目安と方法	・自分の使う器具や食材、調味料を正しく用意できている。 ・師の動きを見たり、指示を聞きながら一人で材料の切り込みや仕込み、火の入れ具合や仕上げ、盛り付けまで行うことができている。

西洋
1 人 1 台

教育内容	
献立	
NO.1	ポークソテー カボチャのクリームスープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・豚肉の火入れを覚える
・洋食の基本　ベシャメルソースの作り方を覚える
・シャトー剥きの復習
・ポタージュスープも作り方を理解する。

ポイント

・豚肉は火が入ると反り返るので、筋に切り込みをいれ反り返りを防止する。
・何度も裏返したり肉を触ると、肉からうまみが出てしまう。両面に焼き色をつけ、肉汁をとじこめる。
・小麦粉に牛乳を加え、ダマを作らないようしっかりと手早く混ぜる。
・香味野菜は繊維を断ち切るように薄く切り、煮崩れしやすいようにする。

教育到達点

・筋の位置を理解し、筋切りができているか。
・ソテーで、焦げ・生焼けにならず、適切に焼けているか。
・ベシャメルソースにダマがなく、なめらかであるか。
・香味野菜からの甘みを引き出すことができたか。。

評価の目安と方法	・豚肉の火入れの仕方を理解したか。 ・基本のベシャメルソースの作り方を覚えたか。 ・シャトー剥きができているか。 ・ポタージュが色よく、味よく仕上げられたか。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Côtes de Porc charcutière ポークソテー	**NO.1**	1人分

材料・調味料	使用量	
porc 豚ロース	80	g
mignonnette ミニョネット	適量	
farine 強力粉	適量	
beurre バター	10	g
huile deolive オリーブオイル	15	g
sel・poivre 塩・胡椒		
oignon オニオン	1/8	個
champignon マッシュルーム	1	個
coruichon コルニッション	1	個
vinaigre de vin blanc 白ワインビネガー	10	cc
madère マデラ酒	20	cc
fond de veau フォンドヴォー	100	cc
moutarde マスタード	3	g
beurre バター	15	g
sel・poivre 塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	
Gratin de pommes à la Dauphinoise ジャガイモのグラタン		
pomme de terre ジャガイモ	1/2	個
oignon オニオン	1/8	個
bacon ベーコン	10	g
lait ミルク	100	cc
crème 生クリーム	50	cc
muscade ナツメグ	少々	
fromage チーズ	10	g
sauce béchamel ベシャメルソース		
sel・poivre 塩・胡椒		
Sauce Béchamel ベシャメルソース		
beurre バター	7	g
faarine 強力粉	7	g
lait ミルク	70	cc

西洋料理

献立名	番号	分量
Crème au Potiron カボチャのクリームスープ	**NO.1**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
potiron　カボチャ	100	g
oignon　オニオン	1/4	個
poireau　ポワロー	1/8	個
beurre　バター	20	g
bouillon　ブイヨン	150	cc
laurier　ローリエ	1	枚
crème 生クリーム	20	cc
lait　ミルク	20	cc
ciboulette　シーブレット	少々	
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	

西洋 1人1台	教育内容	
	献立	
NO.2	ポルチーニのリゾット	
	エジプト豆のスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・イタリアの代表的な米料理、調理法を理解する。
・IHの使用法、注意点、電力の調節。
・衛生の重要性。

ポイント

・高級食材ポルチーニの説明。
・日本とイタリアの米の特徴、調理法の違い。
・技法、アルデンテ。
・洗わない米を使用する意味、オイルで米を炒める理由、米を炒める際の見極め方。
・チュイールの意味、作り方。

教育到達点

・国産米とイタリア米の特徴、調理法、料理の違いを理解する。

評価の目安と方法	・学生一人一人の作業工程、料理の仕上がりで理解度チェックする。 ・筆記試験で学生の理解度チェックする。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Risotto di porcino ポルチーニのリゾット	**NO.2**	1人分

材料・調味料	使用量	
porcino　ポルチーニ	7	g
acqua　水	100	cc
cipolla　オニオン	1/4	個
brodo　ブイヨン	40	cc
aglio　ニンニク	1/2	片
sale・pepe　塩・胡椒	適量	
riso　米	70	g
champignon　マッシュルーム	1	個
SHIMEJI　シメジ	1/6	pc
SHIITAKE　シイタケ	1	個
brodo　ブイヨン	300	cc
cipolla　オニオン	1/4	個
olio d' oliva　オリーブオイル	5	cc
crema　生クリーム	20	cc
burro　バター	10	g

材料・調味料	使用量	
parmigiano　パルメザン	20	g
MIZUNA　水菜	適量	
sale・pepe　塩・胡椒	適量	
Tuile（チーズのチュイール）		
parmigiano　パルメザン	適量	

献立名	番号	分量
Zuppa di Cece エジプト豆のスープ	**NO.2**	1人分

材料・調味料	使用量	
pancetta　パンチェッタ	10	g
cece　エジプト豆	20	g
graine de soja verte　枝豆	20	g
aglio　ニンニク	1	片
cipolla　オニオン	1/4	個
porro　ポワロー	1/8	本
brodo　ブイヨン	200	cc
olio d’ oliva　オリーブオイル	20	cc
prezzemolo　イタリアンパセリ	1	枝
basilico　バジル	1	枝
burro　バター	5	g
sale・pepe　塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	

日本 1人1台	教育内容	
	献立	
NO.1	松花堂弁当	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・1人1台の実習器具を使い材料の配膳、下処理、仕込み、調理、盛り付け、試食、後片付けすべてを生徒個人でできるように指導する。
・前菜、刺身、煮物、焼き物をそれぞれ作り上げ松花堂弁当を作り上げる。

ポイント

・モニターを見ながら手順を確認しながら作業を行う。
・器の大きさ、深さ、色合いを考えて盛り付ける。
・師と同じように出来上がるように心がける。

教育到達点

・下処理、調理工程を理解する。
・配置を考え盛り付けをする。
・器の置き方の確認、喫食（マナー）の確認。
・後片づけの重要性。(木製品、漆器、陶器、磁器の取り扱い)

評価の目安と方法	・作業に入る準備、流れに沿った調理がスムーズにできる。 ・切り方、焼き方、煮方の具合を見極める。 ・出来上がり、完成度をより高く。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
松花堂弁当 お造り　鮪　間八　妻、色々	NO.1	1人分

材料・調味料	使用量	
鮪	1/8	柵
間八	2	枚
大葉	1	枚
茗荷	1/2	本
金魚草	1	輪
山葵	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
松花堂弁当 煮物	NO.1	1人分

材料・調味料	使用量	
石川小芋	1	個
南瓜	20	g
人参	1/12	本
絹さや	1	枚
蒟蒻	1/20	枚
鶏胸肉	15	g
片栗粉	小さじ 1	

材料・調味料	使用量	
（鶏）		
出汁	8	（割）
淡口醤油	1	（割）
味醂	1.2	（割）
（野菜）		
出汁	400	cc
砂糖	60	cc
淡口醤油	20	cc

献立名	番号	分量
松花堂弁当 焼物　鮭柚庵焼	NO.1	1人分

材料・調味料	使用量	
鮭切り身	45	g
レモン	1/16	枚
ミニトマト	1	個
砂糖	1	小さじ
和三盆	1	g
厚揚げ	1/24	枚
田楽味噌	2	g
姫胡瓜	25	cm

材料・調味料	使用量	
幽庵地		
濃口醤油	1	大さじ
酒	1	大さじ
味醂	1	大さじ
レモンスライス	1	枚
田楽味噌		
桜味噌	1	k
砂糖	1	k
煮切酒	25	cc
煮切味醂	50	cc
胡麻油	1.5	大さじ
サラダ油	0.5	大さじ
山椒	適量	
胡椒	適量	

献立名	番号	分量
松花堂弁当 食事　四海巻き	**NO.1**	2人分

材料・調味料	使用量	
シャリ	175	g
海苔	1.5	枚
ゆかり	1.25	g
玉子焼き	1/16	本
ガリ	適量	
笹	1/2	枚

材料・調味料	使用量	

日本料理

日本 1人1台	教育内容	
	献立	
NO.2	稲庭うどん（温玉、茄子利久煮）	
	水菜煮びたし	
	白玉粉汁	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・乾麺の茹で方、しめ方。
・正確な包丁使い。
・玉子（卵黄、卵白）の凝固温度を理解する。
・肉の適切な加熱。
・程よい火加減、予熱の使い方。

ポイント

・麺は多めの湯で茹でる。
・蛇腹切は深めに包丁を入れ角度に気をつける。
・タンパク質の凝固温度を考え調理する。
・肉等、加熱をし過ぎないようにする。

教育到達点

・温かいものは温かく提供できるようにする。
・一つ一つの作業を確実に行う。
・美しくバランスが取れた盛り付け。

評価の目安と方法	・手際よく作業を行う。 ・温度管理、火力調節を適確に行う。 ・出来上がりの完成度。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
稲庭うどん 温度玉子　茄子利久煮	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
稲庭うどん	50	g
豚ロース	1	枚
茄子	1	本
おろし生姜	1	小さじ
卵	2	個
万能葱	1	本
糸唐辛子	適量	
うどんつゆ、浸し地		
出汁	900	cc

材料・調味料	使用量	
淡口	90	cc
味醂	110	cc
茄子		
出汁	200	cc
濃口醤油	25	cc
味醂	30	cc
砂糖	3	g
当り胡麻	300ccに対し15g	
↑IHメモリ4		

献立名	番号	分量
水菜煮びたし	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
水菜	20	g
油揚げ	1/4	枚
蟹棒	1/2	本
結び昆布	1	個
すだち	1/8	個
IHメモリ5		

材料・調味料	使用量	
浸し地		
出汁	900	cc
淡口醤油	90	cc
味醂	110	cc

献立名	番号	分量
白玉汁粉	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
生餡	50	g
砂糖	25	g
白玉粉	15	g
ぶぶあられ	1/4	小さじ
IHメモリ5		
↓		
IHメモリ3		

材料・調味料	使用量	
塩	少々	
水	100	cc

中国 1人1台	教育内容	
	献立	
NO.1	焼き小型肉まんじゅう	
	ホタテとイカの葱生姜風味冷製	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国理担当職員

目的

・生地の練り方、伸ばし方、包み方。(麺棒の扱い方)
・芯子の作り方。
・イカの飾り包丁の入れ方。
・1人で仕込みから仕上げまでを行う。

ポイント

・生地はぬるま湯で練る。練りこんだら15分程40℃前後のお湯に浮かせて寝かせ、再び練り、切り分けてガス抜きをしっかりする。
・延ばす際は均等な厚さ、大きさになるようにする。
・あん（具材）を包む時は親指を動かさず、人差し指でひだを作るように生地を集めていく。
・イカは「花」斜め格子状に飾り切りする。包丁を斜めにし、イカの2/3程の深さまで切れ目が入るようにする。
・葱生姜ソースは油を煙が出るまで熱し、葱生姜にかける。
・モニターで師の動きを確認しながら仕込み、仕上げまで行う。

教育到達点

・生地がよく練られ、均一な厚さ、大きさに延ばせている。
・包み終えたときひだができ、上がきちんと閉じられている。
・イカの飾り包丁の入れ方飾り切りが綺麗に入れられている。
・葱生姜ソースを作る際油の温度を見極め作ることができる。
・周りに遅れることなく仕込から仕上げまでできている。

評価の目安と方法	
	・生地が均一な厚さ、大きさに延ばせている。 ・形よく包むことができている。 ・イカがボイルした際飾り包丁が綺麗に見えている。 ・1人で仕込から仕上げまでしっかりできている。 ・盛り付けがバランスよくきれいにできている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
シェン ヂェン パォ ズ **生煎包子** 焼き小型肉まんじゅう	NO.1	1人分

材料・調味料	使用量	
A		
ドライイースト	1	小さじ
砂糖	1/4	小さじ
ぬるま湯	3.5	大さじ
B		
中力粉	65	g
ベーキングパウダー	1/4	小さじ
塩	1	つまみ
C		
肉末　豚挽き肉	50	g
冬菇　干し椎茸	1/2	枚
冬筍　タケノコ	20	g
大葱　長ねぎ	4	cm

材料・調味料	使用量	
生姜	3	g
青葱	3	本
煎りゴマ	1/2	小さじ
調味料		
醤油	1/2	大さじ
塩	1	つまみ
砂糖	1.5	小さじ
老酒	1	小さじ
味精	少々	
胡椒	少々	
胡麻油	1/2	小さじ
溶き卵	1/2	大さじ

献立名	番号	分量
ジャン ツォン ハイ シャン **姜葱海雙** ホタテとイカの葱生姜風味冷製	NO.1	1人分

材料・調味料	使用量	
鮸魚　紋甲いか	1/2	枚
扇貝　ホタテ	1	個
黄瓜　胡瓜	1/6	本
蕃茄　トマト	1/4	個
韮黄　黄ニラ	4	本
姜　姜泥	20	g
大葱　長葱	1/3	本
調味料		
塩	1/3	小さじ
味精	1	つまみ
老酒	1	小さじ
黒椒　ブラックペッパー	適量	
ピーナッツオイル	3	大さじ

材料・調味料	使用量	

中国 1人1台	教育内容	
	献立	
NO.2	中華風葱入りおやき 叉焼入りねぎそば 上湯	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国理担当職員

目的

・麺棒の扱い方（復習）。
・葱油餅の整形の仕方。
・上湯の取り方。その使用方法。
・麺醤油の作り方。

ポイント

・麺棒の扱い方を理解し、生地を均一の薄さに形よく延ばす。
・生地が破れて中身が出ないよう注意しながら整形する。
・上湯は丁寧にあくを取り除き、濁らないよう仕上げる。
・麺醤油は沸騰直前で加熱を止め醤油の風味がとばないようにする。

教育到達点

・生地がむらなく均一な薄さに延ばせている。
・生地が破れず綺麗に整形できている。
・上湯が濁らず、澄んだ状態で仕上げられる。

評価の目安と方法	・生地が同じ薄さ、大きさに延ばせている。 ・整形まで綺麗にでき、焼き色を見ながら焼くことができるている。 ・上湯は鍋底まで見えるような澄んだ状態にできている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
ツォン ヨォウ ピン **葱油餅** 中華風葱入りおやき	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
強力粉	70	g
熱湯	70	cc
大葱末　長ねぎ	1/3	本

材料・調味料	使用量	
麻油　ごま油	適量	
塩	適量	
味精	適量	
黒胡椒	適量	
素油	3	大さじ

中国料理

献立名	番号	分量
ツォン ユー ミェン **葱油麺** 叉焼入りねぎそば	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
広東叉焼　チャーシュー	40	g
大葱　長ねぎ	1/2	本
芽葱	1/3	pc
腰果　カシューナッツ	5	粒
中華麺	1	玉
麺醤油		
水	70	g
昆布	8	g
塩	10	g
味精	1	g
蠣油　オイスターソース	2	g
醤油	90	g
大蒜泥　おろしにんにく	1	g
生姜	1	g
大葱　長ねぎ（青い部分）	3	g

材料・調味料	使用量	
A		
醤油	2	小さじ
味精	少々	
老酒	1	小さじ
豆板醤	1/3	小さじ
麻油　ごま油	1	大さじ
B		
麺醤油	30	cc
上湯	300	cc

献立名	番号	分量
上湯	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
ガラボイル用熱湯	1.5	ℓ
鶏胴ガラ	1	羽分
鶏腿肉	40	g
猪肉（赤身）	40	g
金華火腿	5	g
干貝	1/2	個
蝦米	3	g
鶏脂	10	g
大葱　長ねぎ（青い部分）	少々	
包心菜　キャベツ	20	g
紅蘿葡　人参	10	g
洋葱　玉葱	20	g
熱湯	1250	g

材料・調味料	使用量	

中国料理

製菓 1人1台	教育内容	
	献立	
NO.1	アシェットデセールジャポネ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

1人1台の実習室を使って各自で和素材を使って一つのアシェットデセールを作成する。
①抹茶シフォンケーキ
②ほうじ茶のパンナコッタ
③黒蜜のジュレ

ポイント

①抹茶シフォンケーキ…メレンゲの立て方で決まる。ホイッパーを使って手で立てるので、空気を切るようにホイッパーを使う。
②ほうじ茶のパンナコッタ…ほうじ茶の香りを充分、クリームの中に抽出させる。
③黒蜜のジュレ…凝固剤であるカラギーナンはあらかじめ砂糖と合わせておくと溶けやすい。

教育到達点

・抹茶シフォンケーキは型より生地が上がってふんわりと仕上がっている。
・ほうじ茶のパンナコッタはゼラチンが固まり型からきれいに抜くことができる。
・黒蜜のジュレはバットに流し、冷し固めてさいの目にカットし、これを皿の上に美しく盛り付けられる。

評価の目安と方法	・抹茶シフォンのメレンゲがしっかり立てられ、焼き上がりが型より上まで上がっている。 ・パンナコッタやジュレはその凝固剤の特性を知り、きちんと扱えている。 ・盛り付けが1つの皿に綺麗にできている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Assiette dessert japone アシェット デセール ジャポネ	**NO.1**	1人分

材料・調味料	使用量	
Green tea chiffon cake 抹茶シフォンケーキ		
thé vert 抹茶	7	g
sucre semoule グラニュー糖	5	g
lait 牛乳	30	g
jaune d'œufs 卵黄	2	p
huile de salade サラダ油	20	g
farine 薄力粉	20	g
blanc d'œufs 卵白	2	p
sucre semoule グラニュー糖	30	g
crème de tartre 酒石酸	0.1	g
かのこ豆	10	g
Pannacotta au thé rôti ほうじ茶のパンナコッタ		
thé rôti ほうじ茶	4	g
lait 牛乳	80	g
crème 35% 生クリーム	40	g
sucre semoule グラニュー糖	12	g
gelatine ゼラチン	3	g

材料・調味料	使用量	
Gelee de Mélasse noir 黒蜜のジュレ		
melasse noir 黒蜜	35	g
eau 水	90	g
carraghénane カラギーナン	2.5	g
sucre semoule グラニュー糖	1.5	g
sel 塩	0.2	g
Finition 仕上げ		
黄桃（缶詰）または柿	1/4	p
crème chantilly クレームシャンティイ	20	g

製菓・製パン

製菓
1人1台

教育内容	
献立	
NO.2	フルーツタルト レモングラスのゼリー

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パートシュクレとクレームダマンドの製法を学ぶ。
・オーブンの扱い方と焼き時間について。
・ジュレの製法の際、凝固剤としてのゼラチンを理解する。
・フルーツのカットの仕方を学ぶ。
・フルーツタルトとしての仕上げを学ぶ。

ポイント

・パートシュクレはタルトリングに入れる際は、平均の厚さになるようにはめ込む。
・クレームダマンドはパートシュクレの８割の高さで入れる。
・レモングラスのゼリーはレモングラスの香りを抽出する際は２分間をめどに。
・ジュレを氷水で冷やしながらとろみが出るまで、ゆっくり混ぜ、冷蔵庫に入れて冷やし固める。

教育到達点

・パートシュクレをきちんと作成し、伸してタルトリングに入れる。
・クレームダマンドは全体が均一に混ざり、パートシュクレの中に入れ焼成できる。
・レモングラスのジュレはゼラチンの性質が理解でき、きちんと扱えることができる。
・フルーツタルトのフルーツの飾り付けが美しく仕上がっている。

評価の目安と方法	・パートシュクレとクレームダマンドはきちんと手順通り仕込める。 ・型に平均にはめ込める。 ・ジュレはゼラチンの用法を守り、時間内に固めることができる。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Tarte au fruits フルーツタルト	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
Pâte sucre　パートシュクレ		
beurre　バター	20	g
sel　塩	1	g
sucre glace　粉糖	10	g
œufs　全卵	10	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	5	g
farine　薄力粉	30	g
Crème d'amande　クレームダマンド		
beurre　バター	18	g
sucre glace　粉糖	15	g
sucre de vanille　バニラシュガー	4	g
œufs　全卵	15	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	18	g
grand marnier　グランマニエ	5	cc

材料・調味料	使用量	
Fruits　フルーツ		
mangue　マンゴー	1/8	ケ
fraise　イチゴ	5	粒
framboise　フランボワーズ	3	粒
myrtimlle　ブルーベリー	3	粒
cerise　さくらんぼ	1	粒
Finition　仕上げ		
crème patissiere クレームパティシエール	15	g
crème chantilly　クレームシャンティイ	10	g
napage miroir ナパージュミロワール	10	g

献立名	番号	分量
Gelèe de citronelle レモングラスのゼリー	NO.2	1人分

材料・調味料	使用量	
eau　水	140	cc
citronelle sec　乾燥レモングラス	1.5	g
sucre semoule　グラニュー糖	20	g
jus de citron　レモンジュース	5	cc
feuille de gelatine　ゼラチン	5	g
pamplemousse　グレープフルーツ	1/8	p
Sorbet de yaourt ヨーグルトソルベ（デモのみ）		
yaourt　ヨーグルト	350	g
lait　牛乳	60	g
sucre semoule　グラニュー糖	30	g
trimoline　トレモリン	14	g
stabilisateur　安定剤	1	g

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
menthè　ミント	1	ケ
citronelle　レモングラス	1	ケ

第3章

［一般実習］

履修コース
調理師科

教育形態	教育内容
一般実習	西洋料理・日本料理・中国料理・製菓、製パン　各講義・実習

授業の方法			教育目標
講義・実習			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。調理機器・器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛付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。
時間数		担当者名	
36回	108時間	実習課担当職員	

教育手法

西洋料理	西洋1	チキンブイヨン ミネストローネ	西洋2	オムレツ オムライス	西洋3	フォン ド ヴォー ハンバーグステーキ ソースシャスール 季節のサラダ
	西洋4	ポークカレー 冷製コーンスープ	西洋5	ブルスケッタ 渡り蟹のスパゲッティ―ニトマトソース シーザーサラダ	西洋6	ハムのスフレ サフラン入り魚のスープ
	西洋7	舌平目洋酒蒸しボンヌ・ファム	西洋8	クラムチャウダー 仔羊のロースト	西洋9	バレンシア風シーフードパエリア カスティアーノ風 ガーリックスープ
日本料理	日本1	魚のおろし方 ・鯵の三枚おろし ・蒲焼	日本2	先付 玉子豆腐 お椀 蟹しんじょ 出汁の引き方	日本3	前菜 七種盛り 小鉢 胡麻豆腐
	日本4	焼物 鮎の塩焼き　食事 鶏ご飯 酢物 真蛸の酢味噌掛け　かき玉椀	日本5	揚物 天麩羅 白飯 赤出汁	日本6	厚焼き玉子
	日本7	お作り 五点盛り	日本8	握り寿司 細巻 太巻き いなり寿司 穴子の棒寿司 蒸物 茶碗蒸し	日本9	寄せ鍋
中国料理	中国1	卵スープ 蒸し鶏の辛味ゴマソース掛け 基本のスープ	中国2	野菜炒め 白飯	中国3	五目炒飯 コーンスープ
	中国4	マーボードーフ ゴマ団子	中国5	大海老のチリソース煮 杏仁ドーフ	中国6	フカヒレ餡かけ御飯 タピオカのココナッツミルク
	中国7	なめこと雪菜の卵白スープ 焼き餃子	中国8	かに玉 タンタンメン	中国9	肉まん 胡椒と酸味のきいたスープ
製菓・製パン	製菓1	ロゼットオランジェ クリーム ブリュレ ポワール	製菓2	ピスタチオのバヴァロア ジュレ ド アグリューム	製菓3	フルーツのショートケーキ マンゴーのソルベ
	製菓4	カルツォーネ ブルーベリー マフィン	製菓5	シュー アラ クレーム ケーク オ フィグ エ ドランジュ	製菓6	モンブラン パンナコッタ
	製菓7	ビュッシュ ド ノエル ブラウニー	製菓8	リンゴのガレット ヴァニラ アイスクリーム	製菓9	ミックスベリーのタルト パヴェ オ ショコラ

※メニューは変更になる場合があります。

履修コース
高度調理経営科

教育形態	教育内容
一般実習	西洋料理・日本料理・中国料理・製菓、製パン　各講義・実習

授業の方法			教育目標
講義・実習			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。調理機器・器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛付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。
時間数		担当者名	
44回	132時間	実習課担当職員	

教育手法

西洋料理	西洋1	チキンブイヨン ミネストローネ	西洋2	オムレツ オムライス	西洋3	フォン ド ヴォー ハンバーグステーキ ソースシャスール 季節のサラダ
	西洋4	ポークカレー 冷製コーンスープ	西洋5	ブルスケッタ 渡り蟹のスパゲッティ―ニトマトソース シーザーサラダ	西洋6	ハムのスフレ サフラン入り魚のスープ
	西洋7	舌平目洋酒蒸しボンヌ・ファム	西洋8	クラムチャウダー 仔羊のロースト	西洋9	バレンシア風シーフードパエリア カスティアーノ風 ガーリックスープ
	西洋10	ビーフストロガノフ キャベツとキノコのクレビャーカ	西洋11	仔羊の煮込み ナバラン風		
日本料理	日本1	魚のおろし方 ・鯵の三枚おろし ・蒲焼	日本2	先付 玉子豆腐 お椀 蟹しんじょ 出汁の引き方	日本3	前菜 七種盛り 小鉢 胡麻豆腐
	日本4	焼物 鮎の塩焼き　食事 鶏ご飯 酢物 真蛸の酢味噌掛け　かき玉椀	日本5	揚物 天麩羅 白飯 赤出汁	日本6	厚焼き玉子
	日本7	お作り 五点盛り	日本8	握り寿司 細巻 太巻き いなり寿司 穴子の棒寿司 蒸物 茶碗蒸し	日本9	寄せ鍋
	日本10	煮物　煮〆 鴨ロース煮 食事　赤飯 甘味　蓮餅	日本11	蒸し物 菁蒸し　揚げ物 蓑揚げ 小鉢 菜の花胡麻和え 食事 竹の子ご飯　甘味 桜もち		
中国料理	中国1	卵スープ 蒸し鶏の辛味ゴマソース掛け 基本のスープ	中国2	野菜炒め 白飯	中国3	五目炒飯 コーンスープ
	中国4	マーボードーフ ゴマ団子	中国5	大海老のチリソース煮 杏仁ドーフ	中国6	フカヒレ餡かけ御飯 タピオカのココナッツミルク
	中国7	なめこと雪菜の卵白スープ 焼き餃子	中国8	かに玉 タンタンメン	中国9	肉まん 胡椒と酸味のきいたスープ
	中国10	海老のワンタン麺 カキの甘酢四川唐辛子炒め	中国11	鎮江香醋を使った酢豚 むきエビの塩味炒め		
製菓・製パン	製菓1	ロゼットオランジェ クリーム ブリュレ ポワール	製菓2	ピスタチオのバヴァロア ジュレ ド アグリューム	製菓3	フルーツのショートケーキ マンゴーのソルベ
	製菓4	カルツォーネ ブルーベリー マフィン	製菓5	シュー アラ クレーム ケーク オ フィグ エ ドランジュ	製菓6	モンブラン パンナコッタ
	製菓7	ビュッシュ ド ノエル ブラウニー	製菓8	リンゴのガレット ヴァニラ アイスクリーム	製菓9	ミックスベリーのタルト パヴェ オ ショコラ
	製菓10	苺のクロスタータ 苺のジェラート クラフティー・オー・フリュイ	製菓11	マカロン 抹茶のムース		

※メニューは変更になる場合があります。

履修コース
高度調理製菓科

教育形態	教育内容
一般実習	西洋料理・日本料理・中国料理・製菓、製パン　各講義・実習

授業の方法			教育目標
講義・実習			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。調理機器・器具の取り扱い、食材の扱いと下処理、調理操作、調味、盛付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。
時間数		担当者名	
44回	132時間	実習課担当職員	

教育手法

西洋料理	西洋1	チキンブイヨン ミネストローネ		西洋2	オムレツ オムライス	西洋3	フォン ド ヴォー ハンバーグステーキ ソースシャスール 季節のサラダ
	西洋4	ポークカレー 冷製コーンスープ		西洋5	ブルスケッタ 渡り蟹のスパゲッティ―ニトマトソース シーザーサラダ	西洋6	ハムのスフレ サフラン入り魚のスープ
	西洋7	舌平目洋酒蒸しポンヌ・ファム		西洋8	クラムチャウダー 仔羊のロースト	西洋9	バレンシア風シーフードパエリア カスティアーノ風 ガーリックスープ
	西洋10	ビーフストロガノフ キャベツとキノコのクレビャーカ		西洋11	仔羊の煮込み ナバラン風		
日本料理	日本1	魚のおろし方 ・鯵の三枚おろし ・蒲焼		日本2	先付 玉子豆腐 お椀 蟹しんじょ 出汁の引き方	日本3	前菜 七種盛り 小鉢 胡麻豆腐
	日本4	焼物 鮎の塩焼き 酢物 真蛸の酢味噌掛け	食事 鶏ご飯 かき玉椀	日本5	揚物 天麩羅 白飯 赤出汁	日本6	厚焼き玉子
	日本7	お作り 五点盛り		日本8	握り寿司 細巻 太巻き いなり寿司 穴子の棒寿司 蒸物 茶碗蒸し	日本9	寄せ鍋
	日本10	煮物　煮〆 鴨ロース煮 食事　赤飯 甘味　蓮餅		日本11	蒸し物 菁蒸し　揚げ物 蓑揚げ 小鉢 菜の花胡麻和え 食事 竹の子ご飯　甘味 桜もち		
中国料理	中国1	卵スープ 蒸し鶏の辛味ゴマソース掛け 基本のスープ		中国2	野菜炒め 白飯	中国3	五目炒飯 コーンスープ
	中国4	マーボードーフ ゴマ団子		中国5	大海老のチリソース煮 杏仁ドーフ	中国6	フカヒレ餡かけ御飯 タピオカのココナッツミルク
	中国7	なめこと雪菜の卵白スープ 焼き餃子		中国8	かに玉 タンタンメン	中国9	肉まん 胡椒と酸味のきいたスープ
	中国10	海老のワンタン麺 カキの甘酢四川唐辛子炒め		中国11	鎮江香醋を使った酢豚 むきエビの塩味炒め		
製菓・製パン	製菓1	ロゼット ショコラ オランジュ サブレココ		製菓2	ピスタチオのバヴァロア ジュレ ド アグリューム	製菓3	フルーツのショートケーキ マンゴーのソルベ
	製菓4	菓子パン （メロンパン、クランブルマロン、メープルノワ）		製菓5	シュー アラ クレーム シュースワン	製菓6	モンブラン ケーク オ フィグ エ ドランジュ
	製菓7	ビュッシュ ド ノエル ブラウニー		製菓8	リンゴのガレット ヴァニラ アイスクリーム	製菓9	ミックスベリーのタルト ヴァプール ショコラ
	製菓10	苺のクロスタータ 苺のジェラート クラフティー・オー・フリュイ		製菓11	マカロン 抹茶のムース		

※メニューは変更になる場合があります。

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.1	チキンブイヨン	
	ミネストローネ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・ブロード・ディ・カルネ（だし汁）の種類と取り方とその使用方法。
・基本の野菜の下処理とその切り方。野菜の切り方、名前と種類、その保存方法。
・オリーブオイルの種類、製造方法、保存までを理解する。
・Minestrone（ミネストローネ）、Minestrina（ミネストリーナ）の区別をしっかりと理解させる。

ポイント

・野菜の切り方、下処理（Paysanne）ペイザンヌ　色紙切りを正確に教える。
・Pancetta（パンチェッタ）は、良く炒め油を出しておくこと。
・Aglio（ニンニク）は、オリーブオイルで弱火で香りを引き出すように炒めること。
・固い野菜から順に炒めていき、その時にそれぞれ塩を軽くすることで野菜から水分がでる。これをしっかりと炒めることで野菜の甘味を引き出すことが大切である。

教育到達点

・野菜の取り扱い、下処理、正確な切り方などをマスターする。
・Suer（スュエ）汗をかくように炒めること。野菜の甘味を引き出すようにSuerすることを理解させる。
・ミネストリーナから、ミネストローネに仕上がることを理論的にも覚えてもらう。

評価の目安と方法	・スープ中に野菜の甘味を引き出せている。コクと味の深味が感じられる。 ・ミネストローネとして正確に仕上がっている。塩の割合など。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Brodo di Pollo Bouillon de Volaille チキンブイヨン	**NO.1**	仕上り 40ℓ

材料・調味料	使用量	
carcasse de volaille 鶏ガラ	30	kg
oignon オニオン	3	kg
carotte 人参	1.5	kg
céleri セロリ	800	g
tomate トマト	5	個
laurier ローリエ	5	枚
thym タイム	1/2	pc
eau 水	50	ℓ
ail ニンニク	1	株
poivre en grain 粒黒胡椒	適量	
sel 塩	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Minestrone ミネストローネ	**NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
aglio ニンニク	1	片
pancetta パンチェッタ	50	g
carota 人参	1	本
cipolla オニオン	1	個
rapa 蕪	1	個
porro ポワロー	1/4	本
cavolo キャベツ	1/6	個
patata ジャガイモ	1	個
pomodoro トマト	1	個
taccola 絹サヤ	5	枚
bro cc olo ブロッコリー	1/2	個
cece エジプト豆	50	g
fagioloi rossi 赤インゲン豆	50	g
pasta パスタ	30	g
conserva di pomodoro トマトペースト	30	g

材料・調味料	使用量	
brodo ブイヨン	1	ℓ
prezzemolo イタリアンパセリ	1	枝
formaggio 粉チーズ	20	g
asparago di bassano ホワイトアスパラ	5	本
olio d' oliva オリーブオイル	40	cc
olio extravergine d'oliva エキストラバージンオリーブオイル	30	cc
limone レモン	1/2	個
sale・pepe 塩・胡椒	適量	
Garlic toast ガーリックトースト		
sfilatino バケット	1/2	本
aglio ニンニク	1	片

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.2	オムレツ	
	オムライス	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・朝食には卵料理はかかせないもの。その内のオムレツは特に技術が必要。
・正確なオムレツの作り方。
・チキンライスをオムレツで包む。

ポイント

・卵黄と卵白を混ぜ合わすこと。混ぜすぎるとこしがなくなりでき上がりが張りがなくなる。外側は焼き色をつけず中は半熟状に仕上げること。強火に熱したフライパンにオイル、バターを入れ前後に動かしながらかき混ぜ、全体が半熟状になったら手前から折り曲げ木の葉型にまとめる。焼き色が付かないように手早く作るのがコツ。
・ピラフは良く炒めパリパリにする。

教育到達点

・多くの経験が必要とされる。基本的なプレーンオムレツの外に種々の具が入るので、いかなるオーダーでも対応できる技術が必要だから経験を積むこと。
・オムライス、柔らかなオムレツができた。

評価の目安と方法	・味も大事だが見た目が良く皿に盛った時、客に喜ばれるでき栄え、やわらかにできた。また、型は良くできた。 ・やわらかなオムレツでないとライスと絡まず美味しくない。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Omelette　Omelette Rice オムレツ　オムライス	**NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
Omelette　オムレツ		
œuf　タマゴ	2	個
huile de salade　サラダ油	適量	
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
Omelette Rice　オムライス		
œuf　タマゴ	2	個
oignon　オニオン	1/2	個
cuisse de volaille 鶏モモ肉	1	枚
champignon マッシュルーム	1	pc
ketchup　ケチャップ	適量	
riz　ご飯	適量	
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
Sauce　ソース		
oignon　オニオン	1/2	個
champignon マッシュルーム	4	個
bœuf　牛肉	100	g
ketchup　ケチャップ	50	g
vin rouge　赤ワイン	30	cc
demi－glace　デミグラス	200	cc
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	
卵料理		
・Omelette（オムレット） オムレツ		
・Œufs Brouillés（ウー　ブルーイエ） スクランブルエッグ		
・Œuf Bouillir（ウー　ブイイール） ボイルエッグ		
・Œuf Pocher（ウー　ポッシェ） ポーチドエッグ		
・Œuf Sur la plat（ウー　スシェール　ルプラ） フライエッグ		
・Benedictne（ベネディクト） ベネディクト		

西洋料理

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.3	フォン・ド・ヴォー ハンバーグステーキ ソースシャスルー 季節のサラダ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・フォンドヴォーの作り方と利用法を覚える。
・挽肉について、合挽き肉と牛挽き肉を使った生地の違いを理解する。
・成型と脱気の仕方を習得する。
・リソレやフランベ、デグラッセ等調理用語を覚える。
・サラダのちぎり方を覚える。
・ビネグレットソースの酢と油の割合を覚える。

ポイント

・ハンバーグの生地は粘りが出るまで練る。
・リソレは色よく焼き色を付けオーブンで火を入れる。
・シャッスールソースは茸を香ばしく炒めお酒をしっかり煮詰める。
・サラダはやさしく、一口大にちぎる。
・ビネグレットソースは少量づつ合わせ乳化させる。

教育到達点

・付け合せのシャトー剥きの大きさ形がそろっている。
・脱気成形、リソレ等の調理作業を理解する。
・ハンバーグとソースの味のバランスを取る事ができる。
・ビネグレットソースの基本の割合を理解し調理できる。

評価の目安と方法	・ハンバーグが色形よく仕上がっている。 ・付け合せのシャトー剥きがそろっている。 ・料理の味のバランスがとれている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Fond de Veau フォン ド ヴォー	**NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
os de veau 仔牛の骨	25	kg
oignon オニオン	1.5	kg
carotte 人参	1	kg
céleri セロリ	800	g
ail ニンニク	1	株
tomate トマト	5	個
tomate concentré トマトペースト	50	g
thym タイム	適量	
laurier ローリエ	適量	
poivre en grain 粒黒胡椒	適量	
sel 塩	適量	
eau 水	45	ℓ

材料・調味料	使用量	

西洋料理

献立名	番号	分量
Bifteck Hambourgeois Sauce Chasseur ハンバーグステーキ ソースシャスール	**NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
viande hachè 挽き肉	500	g
oignon オニオン	100	g
mie de pain パン粉	20	g
lait ミルク	40	cc
ketchup ケチャップ	40	g
noix de muscade ナツメグ	少々	
œuf タマゴ	1	個
vin rouge 赤ワイン	50	cc
sel・poivre 塩・胡椒	適量	
Garniture 付け合せ		
Pomme de terre Frite ポテトフライ		
pomme de terre ジャガイモ	2	個
huile 揚げ油	適量	
sel・poivre 塩・胡椒	適量	
Carotte glacè キャロットグラッセ		
carotte 人参	1	本
beurre バター	20	g
sucre 砂糖	5	g
sel・poivre 塩・胡椒	適量	
Haricots Verts Sauté いんげんのバターソテー		
haricots verts インゲン	100	g
beurre バター	20	g
sel・poivre 塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	
Sauce Chasseur ソース シャスール		
fond de veau フォンド ヴォー	200	cc
champignon マッシュルーム	4	個
SHIMEJI シメジ	1/2	pc
MAITAKE マイタケ	1/2	pc
ENOKI エノキ	1/2	pc
maïzena コーンスターチ	少々	
madère マデラ酒	50	cc
sel・poivre 塩・胡椒	適量	

献立名	番号	分量
Salade Saison 季節のサラダ	**NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
salade panachée ミックスサラダ	1/4	pc
chicorée チコリ	1/4	pc
tréviso トレヴィス	1/8	個
petite tomate ペティトマト	5	個

材料・調味料	使用量	
Sauce Vinaigrette ソース ヴィネグレット		
huile d' olive オリーブオイル	90	cc
vinaigre de vin blanc 白ワインビネガー	10	cc
vinaigre de vin xérès シェリービネガー	10	cc
jus de citron レモンジュース	10	cc
sel・poivre 塩・胡椒	適量	

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.4	ポークカレー	
	冷製コーンスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・ルーについて理解する。
・みじん切りの習得。
・豚肉をマリネすることにより、旨味が増すことを理解する。
・冷製スープについて理解する。

ポイント

・野菜のみじん切りをじっくり炒めることにより甘みが増す。
・豚バラをリソレし旨味を閉じ込めること。
・冷製スープの玉葱、ポワローをしっかりと炒めることにより甘みとコクが出る。

教育到達点

・野菜のみじん切りを習得する。
・焦がさない様にみじん切りを炒め甘みを引き出すことができる。
・スープの野菜を色付けない様に炒め甘みを引き出すことができる。

評価の目安と方法	・玉葱、人参、セロリのみじん切りが切りそろえられている。 ・カレーが甘みを引き出すように仕上げられている。 ・冷製スープの濃度よく塩も整っている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Curry de Porc ポークカレー	**NO.4**	**5 人分**

材料・調味料	使用量	
oignon　オニオン	3	個
carotte　人参	1	本
céleri　セロリ	1	本
gingembre　生姜	20	g
ail　ニンニク	20	g
champignon　マッシュルーム	1	pc
laurier　ローリエ	1	枚
bouilli ála tomete　トマト水煮	200	g
huile d´olive　オリーブオイル	50	cc
curry pauder　カレーパウダー	200	g
bouillon　ブイヨン	1.5	ℓ
lait de coco　ココナッツミルク	100	cc
ventre de porc　豚バラ	600	g
riz　米	適量	
beurre　バター	20	g

材料・調味料	使用量	
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

献立名	番号	分量
Crème de Maïs 冷製コーンスープ	**NO.4**	**5 人分**

材料・調味料	使用量	
maïs　トウモロコシ	3	本
oignon　オニオン	1/2	個
poireau　ポワロー	1/4	本
bouillon　ブイヨン	400	cc
lait　ミルク	180	cc
crème　生クリーム	50	cc
ciboulette　シーブレット	適量	
croûton　クルトン	適量	
beurre　バター	30	g
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
crème　生クリーム	200	cc

材料・調味料	使用量	

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.5	ブルスケッタ 渡り蟹のスパゲッティーニトマトソース シーザーサラダ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・イタリア料理のコースについて（アンティパスト、プリモピアット、セコンドピアット）。
・トマトソースについて。
・パスタについて。
・渡り蟹のそうじの仕方。
・マヨネーズの作り方を理解する。

ポイント

・ニンニクのみじん切りで強いニンニクの香りと味を使う時とほんのり香りをつけるやり方と生で使用するやり方の違い。
・パスタの茹でるお湯の塩加減とアルデンテの基準。
・ホールトマト缶だけを使用した時は、短時間煮る。
・渡り蟹のそうじ、しなければいけないガニの部分。
・マヨネーズを作るとき油を少量づつ入れしっかりと乳化させる。

教育到達点

・イタリア料理のコースの名前で順番を覚える。
・玉葱、ニンニクのみじん切りがスムーズにできる。
・パスタのゆでるお湯の塩分濃度がわかる。
・マヨネーズを作るとき乳化をしっかりと理解し作ることができる。

評価の目安と方法	・パスタはソースとパスタがきちんと合わさり、ソースの濃度もきちんとしている。 ・ニンニクを焦がさず味と香りを出している。 ・パスタがアルデンテで仕上がっている。 ・マヨネーズを分離させることなく仕上げることができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Bruschetta ブルスケッタ	**NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
pane バゲット	10	枚
pomodoro piccolo ペティトマト	5	個
mozzarella モッツァレラ	1/2	pc
basilico バジル	3	枚
olio extravergine d'oliva エキストラバージンオリーブオイル	30	cc
aglio ニンニク	1/2	片

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Spaghettini con Granchio al Pomodoro ワタリ蟹のトマトクリームスパゲティーニ	**NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
granchio ワタリ蟹	3	杯
aglio ニンニク	1	片
vino bianco 白ワイン	50	cc
noilly ノイリー酒	50	cc
panna 生クリーム	100	cc
salsa di pomodoro トマトソース	300	cc
prezzemolo イタリアンパセリ	1/4	pc
spaghettini スパゲティーニ	300	g
peperoncino 赤トウガラシ	2	粒
sale・pepe 塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	
Salsa di Pomodoro トマトソース		
pomodoro トマトホール缶	400	g
cipolla 玉葱	1	個
aglio ニンニク	1	片
basilico バジル	1/2	pc
olio d' oliva オリーブオイル	適量	
sale 塩	適量	
pepe 胡椒	適量	

献立名	番号	分量
Caesers Salade シーザーサラダ	**NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
laitue ロメインレタス	1/2	個
avocat アボガド	1/2	個
cresson クレソン	2	束
lard fumé ベーコン	50	g
champignon マッシュルーム	3	個
croûton クルトン	適量	
sel・poivre 塩・胡椒	適量	
Sauce Mayonnaise ソース マヨネーズ（シーザーソース）		
jaune d' œuf 卵黄	2	個
huile d' olive オリーブオイル	150	cc
vinaigre de xèrés シェリービネガー	5	cc
vinaigre de vin blanc 白ワインビネガー	5	cc
jus de citron レモンジュ	5	cc
câpre ケッパー	5	g
estragon エストラゴン	1	枝
cornichon コルニッション	2	本
anchois アンチョビ	2	枚
vinaigre de balsamique バルサミコ	少々	
miel ハチミツ	少々	
worcestershire sauce ウスターソース	少々	
tabasco タバスコ	少々	
ail ニンニク	少々	
parmesan パルメザンチーズ	少々	

材料・調味料	使用量	
sauce de soja 醤油	少々	
sel・poivre 塩・胡椒	適量	

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.6	ハムのスフレ	
	サフラン入り魚のスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・スフレ（ふくらんだの意）卵白を泡立てて加えふわりと仕上げた料理。
・プロヴァンス地方のスープ（サフラン入り）。

ポイント

・時間との勝負。食べる時最高に膨らんだ状態に仕上げることが重要。卵の茹で方（半熟）。
・魚、貝のスープ。あまり時間をかけないで仕上げる。サフランは乾燥させてパリパリにし、もみ小さくすると色が黄色によく出て香りも良い。

教育到達点

・火入れ具合、卵白の泡立て方。具の合わせ方によってでき栄えが異なるので正確にする。
・スープは濁らずきれいにできたか。

評価の目安と方法	・ふんわりと焼けた。上がり方は良いか。焼き色はどうか。真中の卵は半熟に仕上がったか。 ・色、香り共々コクはどうか。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Jambon Mollets ハムのスフレ	NO.6	5 人分

材料・調味料	使用量	
oeuf　タマゴＳ	5	個
sauce bèchamel　ベシャメルソース	200	g
jaune d' œuf　卵黄	2	個
blamc d' œuf　卵白	2	個
jambon　ハム	30	g
purée de jambon　ハムピューレ	100	g
gruyère　グリエールチーズ	60	g
paprika　パプリカ	少々	
beurre　バター	5	g
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	
Sauce Bechamel　ベシャメルソース		
beurre　バター	20	g
farine　薄力粉	20	g
lait　ミルク	200	cc
laurier　ローリエ	1/2	枚

献立名	番号	分量
Aïgo Sau d'iou サフラン入り魚のスープ	NO.6	5 人分

材料・調味料	使用量	
poisson　白身魚	200	g
palourde　アサリ	400	g
poireau　ポワロー	1/2	本
citron　レモン	少々	
orange　オレンジ	少々	
ail　ニンニク	1	片
safran　サフラン	0.3	g
tomate　トマト	1	個
huile d' olive　オリーブオイル	50	cc
bouillon　ブイヨン	750	cc
fumet de poisson フュメドポワッソン	750	cc
persil　パセリ	少々	
pomme de terre　ジャガイモ	1	個
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.7	舌平目の洋酒蒸しボンヌ・ファム	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・舌平目（関東シタビラメ）の３枚のおろし方。
・ボンヌ・ファムの作り方。
・ソースオランデーズの作り方。
・ヴルテドポワソンの作り方。
・フュメドポワソンの作り方。

ポイント

・舌平目は上は黒皮、下白皮、身が薄いのでポッシェする時入りすぎないよう気を使うこと。
この料理はソースがポイント。

教育到達点

・舌平目は3枚おろしにできたか。ソースは分離しないでなめらかにできたか。

評価の目安と方法	・味はしっかりしているか、焼いた時、黄金色に焼けていたか。 盛り付けは良く見た目はどうか。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Filet de Sole Bonne Femme 舌平目の洋酒蒸しボンヌ・ファム	NO.7	5人分

材料・調味料	使用量	
sole（250ｇ） 舌平目	5	枚
champignon マッシュルーム	1	ｐｃ
oignon オニオン	1/2	個
échalotte エシャロット	1	個
fumet de poisson フュメドポワッソン	250	cc
beurre バター	5	g
citron レモン	1/4	個
crème 生クリーム	200	cc
velouté de poisson ブルテドポワッソン	300	g
sauce hollandaise オランデーズソース	30	g
vin blanc 白ワイン	50	cc
fleuron フルーロン	5	個
sel・poivre 塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	
Velouté de Poisson ブルテドポワッソン		
beurre バター	20	g
farine 粉	20	g
fumet de poisson フュメドポワッソン	300	cc
Sauce Hollandaise オランデーズソース		
jaune d' œuf 卵黄	2	個
eau 水	30	cc
vinaigre de vin blanc 白ワインビネガー	30	cc
beurre clarifié 澄ましバター	150	g

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.8	クラムチャウダー	
	仔羊のロースト	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・Agneauのそうじの仕方。
・香草パン粉の作り方。
・Fond de Agneauの作り方。
・肉の焼き上がりを理解する。
・アロゼの意味、用語を理解する。
・ラタトゥイユとはどういう料理かを知る。
・ベシャメルソースの作り方（復習）。

ポイント

・普通のパン粉ではなく香草パン粉を使用することによって羊の臭みを消す。
・アロゼすることによって肉の乾燥を防ぎ焼き色をつける。
・そうじした仔羊のスジを炒めソースに加えることで仔羊の香りをソースに足す。
・肉のソースの濃度をちょうど良くする。

教育到達点

・Agneauのそうじができるようになること。
・香草パン粉を使用する意味と作り方を理解する。
・Arroseの意味、用語を覚える。
・Ratatouilleの意味、作り方を理解する。
・ベシャメルソース（二回目なので）完璧に作れるようにする。

評価の目安と方法	・肉の焼き上がりがわかる。 ・ソースの濃度を調節できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Soupe aux Clams à la Crème クラムチャウダー	**NO.8**	5 人分

材料・調味料	使用量	
clam　アサリ	800	g
oignon　オニオン	1	個
carotte　人参	1	本
poireau　ポワロー	1/4	本
pomme de terre　ジャガイモ	1	個
ail　ニンニク	1	片
lard fumé　ベーコン	50	g
bouillon　ブイヨン	800	cc
crème　生クリーム	200	cc
vin blanc　白ワイン	100	cc
thym　タイム	5	枝
persil　パセリ	少々	
cracker　クラッカー	5	枚
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	
Sauce Béchamel　ベシャメルソース		
beurre　バター	40	g
farine　粉	30	g
lait　ミルク	300	cc

献立名	番号	分量
Carrè d'Agneau Sauce Provence 仔羊のロースト ソースプロバンス	**NO.8**	5 人分

材料・調味料	使用量	
carrè d' agneau　仔羊	1.5	pc
ail　ニンニク	1	片
lait　ミルク	100	cc
crème　生クリーム	50	cc
moitarde　マスタード	適量	
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
Vert de Mie de pain　香草緑パン粉		
mie de pain　パン粉	300	g
ail　ニンニク	3	片
estragon　エストラゴン	1	pc
persil　パセリ	適量	
thym　タイム	1/2	pc
Sauce Provence　ソースプロバンス		
fond d' agneau　フォンド アニョー	200	cc
tomate　トマト	1/2	個
beurre　バター	5	g

材料・調味料	使用量	
vin blanc　白ワイン	50	cc
ciboulet　シーブレット	少々	
maïzena　コーンスターチ	適量	
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
Garniture　付け合せ　Ratatouille　ラタトゥイユ		
ail　ニンニク	1	片
oignon　オニオン	1	個
courgette　ズッキーニ	1	本
aubergine　ナス	1	本
paprika　赤・黄パプリカ	各 1/2	個
tomate　トマト	1/2	個
tomate concentré　トマトペースト	10	g
thym　タイム	少々	
huile d' olive　オリーブオイル	30	cc
sel・poivre　塩・胡椒	適量	

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.9	バレンシア風シーフードパエリア	
	カスティアーノ風　ガーリックスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・洗米していない米を使う意味。(復習)
・パエリアパンの使用法。
・ソーセージとチョリソーの違い。
・スープにバケットを入れることによる濃度の変化。

ポイント

・洗米していない米を使用する意味を理解する。
・アルデンテに仕上げられているか。
・スープは濃度良く、味はしっかりしているか。

教育到達点

・洗米していない米を使用する意味を理解する。
・むらなく米に火がはいっている。

評価の目安と方法	・班好みの米の固さに仕上げることができる。 ・味を整えられる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Paella de marico バレンシア風シーフードパエリア	NO.9	5人分

材料・調味料	使用量	
arroz 米	300	g
caldo ブイヨン	100	cc
aceite de oliva オリーブオイル	30	cc
ajo ニンニク	1	片
champiñón マッシュルーム	1	pc
pimento パプリカ（赤・黄・緑）	各 1/4	個
cebolla オニオン	1/2	個
muslo de pollo 鶏モモ	1	枚
almejas アサリ	300	g
mejillón ムール貝	10	個
camarón ムキエビ	100	g
vieira ホタテ	5	個
calamar イカ	1/2	杯
azafrán サフラン	適量	
limón レモン	1/2	個

材料・調味料	使用量	
tomate トマト	1	個
oliva オリーブ	10	粒
perejil パセリ	適量	
vino blanco 白ワイン	100	cc
sal・pimienta 塩・胡椒	適量	
aceite de oliva virgen extra エクストラバージンオリーブオイル	30	cc

献立名	番号	分量
Soupe Castellianna カスティアーノ風　ガーリックスープ	NO.9	5人分

材料・調味料	使用量	
ajo ニンニク	2	片
chorizo チョリソー	50	g
caldo ブイヨン	1	ℓ
pan tostado バケット	1/4	本
pimentón パプリカ粉	6	g
huevos 卵	2	個
queso parmesano パルミジャーノ	20	g
perejil パセリ	少々	
sal・pimienta 塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.10	ビーフストロガノフ	
	キャベツとキノコのクレビャーカ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・ロシアの代表的な煮込み料理を学ぶ。
・バターライスの炊き方について学ぶ。
・小麦粉料理について学ぶ。

ポイント

・牛肉は筋を断ち切るように細長く切る。小麦粉は焼く直前につけ、余分な粉を落としきれいな焼き色がつくようにする。
・米が熱くなるまでしっかりと加熱し、水分を加えたら混ぜる回数を減らし、粘り気を出さないようにする。
・調理をする日の天気・水の温度・湿度を考慮し水分量を調整する。調整する場合は、生地がまとまる前に水分を含ませる。生地がまとまり、固くなると水分を足すことが難しくなる。

教育到達点

・牛肉は繊維を断ち切るように切られている。
・米をよく炒め、熱いところに水分をいれることができる。
・生地の練り方を理解し調理できる。

評価の目安と方法	・米に合わせ、ちょうどいい塩分濃度で調理が仕上がっている。 ・料理が美味しそうに盛り付けられている。 ・時間配分を考えながら、調理を進められている。 ・生地の基本の練り方、伸ばし方ができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Boeuf Stroganoff ビーフストロガノフ	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.10**	5 人分

材料・調味料	使用量	
romsteck de boeuf　牛ランプ	400	g
farina　小麦粉	少々	
champignon　マッシュルーム	1	パック
oignon　玉葱	1	個
beurre　バター	30	g
vin blanc　白ワイン	100	cc
cognac　コニャック	30	cc
paprika　パプリカ	5	g
huile de olive　オリーブオイル	20	cc
jus de tomate　トマトジュース	300	cc
crème　生クリーム	100	cc
parsil　パセリ	適量	
crème aigre　サワークリーム	80	g
sel　poivre　塩　胡椒	少々	

材料・調味料	使用量	
Riz au beurre　バターライス		
beurre　バター	30	g
oignon　玉葱	1/2	個
riz　米	320	g
bouillon　ブイヨン	400	cc
cayenne　カイエンヌ	少々	
laurier　ローリエ	1	枚
sel　poivre　塩　胡椒	少々	

献立名	番号	分量
Chou et champignons Klebyaka キャベツとキノコのクレビャーカ	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.10**	5 人分

材料・調味料	使用量	
chou　キャベツ	400	g
MAITAKE　舞茸	少々	
SHIMEJI　しめじ	1/2	パック
oignon　玉葱	1/2	個
huile de olive　オリーブオイル	30	cc
sel　塩	適量	
poivre　胡椒	適量	
crème fraîche　サワークリーム	50	g

材料・調味料	使用量	
farine de gruau　強力粉	80	g
farine　薄力粉	40	g
sel　塩	適量	
B.P　ベーキングパウダー	3	g
sucre　グラニュー糖	6	g
yaourt　ヨーグルト	40	g
oeuf　卵	1	個
huile à salade　サラダ油	10	cc

西洋 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.11	仔羊の煮込み ナバラン風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・ガストリックの使用法、作り方を学ぶ。
・煮込み料理を学ぶ。
・野菜の切り方、下処理を学ぶ。

ポイント

・Épaule d'Agneau の臭みを消す。
・ガストリックを加え、ソースにツヤを出す。
・付け合わせ野菜を丁寧に切り出し、面取りをする。下茹での加減を覚える。

教育到達点

・ガストリックの使用法、作り方を理解する。
・煮込み料理の作り方を理解する。
・野菜の切り方、下処理について理解し実践できる。

評価の目安と方法	・丁度よい濃度で仕上げることができる。 ・焦がさず、ツヤよく仕上げることができる。 ・味を整えられる。 ・常に実習台をきれいにしながら作業できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Navarin d' Agneau 仔羊の煮込み　ナバラン風	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
épaule d' agneau　仔羊肩肉	500	g
ail　ニンニク	2	片
oignon オニオン	1	個
farine　小麦粉	10	g
tomate concentré トマトペースト	50	g
vin blanc　白ワイン	100	cc
laurier　ローリエ	1	枚
thym　タイム	少々	
tomate　トマト	1	個
huile d'olive オリーブオイル	適量	
bouillon　ブイヨン	100	cc
fond d'agneau フォン・ド・アニョー	200	cc
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
Gastrique ガストリック		
madère　マデラ酒	50	cc
sucre　砂糖	20	g
eau　水	適量	

材料・調味料	使用量	
Garniture 付け合わせ		
navets　カブ	1	個
carotte　人参	1	本
brocoli　ブロッコリー	1/2	個
pomme de terre ニューポテト	5	個
sel・poivre　塩・胡椒	適量	
nouilles　ヌードル	150	g
beurre　バター	10	g

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.1	魚のおろし方 ・鯵の三枚おろし ・蒲焼	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・魚の部位を覚える。
・包丁の持ち方、入る場所、順番の確認。
・衛生的な作業の確認。
・おろし上がりの良しあしの見極めがわかるようにする。
・鍋に入れるタイミングとたれの煮詰まり具合。
・綺麗な盛り付けを心がける。

ポイント

・必ず真水で魚を洗い水気を綺麗にふき取る。
・鰓、内臓、血合いを綺麗に取り除く。
・骨に身を残さず小骨をしっかり取り除く。
・まな板、タオル、包丁は衛生的に扱う。
・焼き具合、煮詰め具合に注意を払い美しく仕上げる。
・綺麗な盛付を心がける。

教育到達点

・魚の部位、包丁の持ち方、包丁の入る場所、順番を早く覚えて実技試験に合格する。

評価の目安と方法	・実技試験での点数による。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
鯵の蒲焼 鯵の三枚おろし	NO.1	5人分

材料・調味料	使用量	
鯵	10	本
獅子唐	10	本
生姜	30	g

材料・調味料	使用量	
蒲焼煮汁		
出汁	350	cc
濃口醤油	50	cc
味醂	50	cc
砂糖	1	大山
おろし生姜	適量	

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.2	先付 玉子豆腐 お椀 蟹しんじょ 出汁の引き方	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・色々な出汁の種類を学び出汁を引く温度やタイミングを覚える。
・当り鉢と当り棒の使い方、動かし方を覚える。
・材料の切り揃え、アク止めの方法を確認する。

ポイント

・出汁を引く時は温度を上げ過ぎず一旦差し水を行い沸騰を抑える。
・沸騰前に昆布を引き揚げ雑味を出さないようにする。
・滑らかに当り棒を回す。当り棒は握り込まない。
・火加減の確認をする。

教育到達点

・湯温をあげ過ぎずに静かに削りを入れ透き通った出汁を引く。
・最終的に塩加減を自分の舌で調節する。
・道具を使う時の力加減、タイミングの見極めができる。
・切り出しの大切さを身につける。

評価の目安と方法	・澄んだ出汁を引く。 ・当りの調節ができる。 ・素材の固さ、柔らかさの判断ができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・試食セット

献立名	番号	分量
先付 玉子豆腐	**NO.2**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
卵（L玉）	5	個
海老	5	本
素麺	30	g
生姜	5	g
万能葱	2～3	本
海老の煮汁		
水	400	cc
酒	1	大さじ
塩	1	小さじ
酢	1弱	小さじ

材料・調味料	使用量	
玉子豆腐		
出汁	300	cc
塩	1/2	小さじ
淡口醤油	1	小さじ
味醂	1	小さじ
美味出汁		
出汁	150	cc
淡口醤油	15	cc
味醂	18	cc

献立名	番号	分量
お椀 蟹しんじょ 1番出汁の引き方	**NO.2**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
蟹	30	g
生身	150	g
おろし大和芋	20	g
卵白	10	g
隠元	3	本
椎茸	3	枚
木ノ芽	5	枚
三つ葉	5	本
昆布出汁	50	cc

材料・調味料	使用量	
吸い地		
鰹の削り節	50	g
利尻昆布	10	g
水	2	ℓ
赤穂	4	g
淡口醤油	1	小さじ

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.3	前菜 七種盛り	
	小鉢 胡麻豆腐	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・材料の切り揃え、アク止めの方法を確認する。
・葛の練り方、成形を覚える。

ポイント

・火加減の確認をする。
・練り込みは焦がさず練り腰をしっかり出す。

教育到達点

・切り出しの大切さを身につける。
・舌触りが滑らかな胡麻豆腐に仕上げる。

評価の目安と方法	・素材の固さ、柔らかさの判断ができる。 ・出来上がり（火の入り具合）の判断ができる。 ・練り込みのタイミングが適切。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・試食セット

献立名	番号	分量
前菜 七種盛り ほっき貝の酢の物グレープフルーツジュレ掛け、烏賊紫陽花寿司、アスパラ牛肉巻き、畳鰯黄身焼き、丸十レモン煮、川海老唐揚げ、山桃ワイン煮	NO.3	5人分

材料・調味料	使用量	
丸十レモン煮		
水	300	cc
砂糖	90	g
レモン		
丸十	5	枚
レモンスライス（半月）	1/16	枚
ほっき貝の酢の物		
胡瓜（6cm）	1	本
独活（3cm）	2	本
ほっき貝	2と1/2	本
水前寺海苔	1	枚
グレープフルーツ果汁	適量	
黄身焼き		
黄身	1	個分
畳鰯	1	枚
片栗粉・塩	適量	
川海老唐揚げ		
酒	1	大さじ
塩	少々	
川海老	5	本
牛肉巻焼きダレ		
出汁	120	cc
濃口醤油	30	cc
味醂	30	cc
砂糖	5	cc
アスパラ	2	本
牛スライス	2	枚

材料・調味料	使用量	
烏賊紫陽花寿司		
烏賊（3cm）	5	枚
酢飯（1人15g）	75	g
大葉	1	枚
花穂	2	本
飛び子	1	小さじ
梅肉	1	小さじ
グレープフルーツジュレ（1クラス分）		
グレープフルーツ果汁	500	cc
砂糖	30	g
ゼラチン	2.5	枚
山桃ワイン煮		
赤ワイン	75	cc
砂糖	300	g
水	540	cc
山桃	5	個

献立名	番号	分量
小鉢 胡麻豆腐	NO.3	5人分

材料・調味料	使用量	
昆布出汁	570	cc
当り胡麻（白）	67	g
葛粉	63	g
小菊	1	コ
山葵	少々	
煮酒	30	cc

材料・調味料	使用量	
御手洗餡		
出汁	160	cc
淡口醤油	20	cc
味醂	24	cc
水溶き葛粉	8	g

日本 一般実習	教育内容		
	献立		
NO.4	焼物 鮎塩焼き	食事 鶏ご飯	
	酢物 真蛸の酢味噌掛け	かき玉椀	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・魚の串打ちの種類、方法を覚える。
・材料の下処理の重要性を覚える。
・味噌の練り込み方、火加減と練り方。
・下味の重要性。

ポイント

・背骨を金串で巻くように打つ。
・化粧塩のつけ方。
・表面が程良い焼き加減になるように火を使いこなす。
・味噌を焦がさず滑らかに仕上げる。

教育到達点

・焼台の火の強弱を見極め焼位置を決める。
・野菜類の漬け込み、引き上げをタイミング良く行う。

評価の目安と方法	・あくまでもでき上がり（焼色、鰭の状態、うねり具合）良く盛り付ける。 ・味噌の硬さや当りを適確に仕上げる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・試食セット

献立名	番号	分量
焼物 鮎の塩焼き 蓼酢	NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
鮎	5	本
蓼葉	1/2	束
棒生姜	5	本
おもゆ	20	g

材料・調味料	使用量	
蓼酢		
蓼	1/2	束
塩	適量	
酢	30	cc
水	50	cc
おもゆ	20	g
甘酢		
水	200	cc
酢	100	cc
砂糖	100	g
塩	適量	

献立名	番号	分量
酢物 真蛸、帆立、若布、胡瓜、占め地、茗荷、酢味噌	NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
真蛸	180	g
帆立	3	個
占地	1/3	p
胡瓜	1	本
鳴門若布	5	g
茗荷	2	本
昆布	5	cm
西京味噌	50	g
卵黄	1	個

材料・調味料	使用量	
三杯酢		
出汁	100	cc
淡口醤油	25	cc
酢	25	cc
砂糖	1.5	小さじ
玉味噌		
西京味噌	50	g
卵黄	1	個
酒	2	小さじ
味醂	1	小さじ
砂糖	1	小さじ
塩	少々	
酢味噌		
玉味噌		
酢	30	cc
蛸茹で地		
水	600	cc
茶葉	5	g
塩	1	小さじ

献立名	番号	分量
食事 鶏御飯	NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
米	3	cup
鶏笹身	2	本
調味料		
水	600	cc
淡口醤油	2	小さじ
塩	1	小さじ
酒	1	大さじ
油	1	大さじ

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
かき玉椀	NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
卵	3	個
三つ葉	4～5	本
調味料		
出汁	1500	cc
淡口醤油	1	小さじ
塩	1と1/4	小さじ
片栗粉	1	大さじ

材料・調味料	使用量	

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.5	揚物 天麩羅 白飯 赤出汁	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・出来上がりを考え天種の下処理をしっかり行う。
・衣のかき方。
・油の温度の見方。
・米の炊き方。

ポイント

・海老の出来上がりが真すぐになるようにしっかり熨す。
・天粉は低い温度で仕上げる。
・油の温度は目、耳で確認する。
・炊飯は初めはやや強めの火加減、その後は弱火でしっかり蒸らす。

教育到達点

・海老は特に真っ直ぐに揚げ、花衣をつけカラッと揚げる。
・グルテン、温度、混ぜ方を考え衣を作る。
・油の温度を一定に保つ。

評価の目安と方法	・下処理から調理、盛り付けをしっかり行う。 ・器の置く位置、バランスを考える。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
揚物 天麩羅 海老、かしわ、茄子、南瓜、獅子唐	NO.5	5人分

材料・調味料	使用量	
天使の海老（21－25）	5	本
B.T（21－25）	5	本
かしわ	5	枚
茄子	1.5	本
南瓜	1	個
獅子唐	10	本
大根	5	cm
生姜	20	g
卵	1	個

材料・調味料	使用量	
天露		
出汁	320	cc
濃口醤油	80	cc
味醂	80	cc
衣		
薄力粉	400	cc
水	350	cc
卵 Mサイズ	1	個

献立名	番号	分量
食事 白飯	NO.5	5人分

材料・調味料	使用量	
米	3	cup
水	3	cup

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
赤出汁 木綿豆腐、なめこ、三つ葉	NO.5	5人分

材料・調味料	使用量	
なめこ	2	大さじ
木綿豆腐	1/4	丁
糸三つ葉	3	本
桜味噌	50	g
信州味噌	5	g
出汁	800	cc
粉山椒	適量	

材料・調味料	使用量	
けずり	5	g
赤出汁		
出汁	800	cc
桜味噌	50	g
信州味噌	5	g
濃口醤油	少々	

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
	NO.6	厚焼き玉子

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・鍋の温度を見極める。
・一回に入れる卵の量を知る。
・確実に玉子を返す。
・形よく焦がさずに仕上げる。

ポイント

・鍋の温度を確認しながら卵を流し入れる。
・鍋を思い切りよく返す。
・火加減は中火位。
・鍋の角や側面を利用して形を整えながら焼く。
・焦がさずに形よく。

教育到達点

・火の加減を自分に合った状態に調節する。
・流し入れるタイミング、流しこんだ後の動き。
・お客様に提供できる仕上がりとみ盛り付け。

評価の目安と方法	・卵が最後の一回まで均一な量を維持する。 ・焦げ目をつけずに形よく仕上げられる。 ・食欲をそそる出来上がり、盛り付け。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
厚焼き玉子 染おろし	**NO.6**	5人分

材料・調味料	使用量	
卵Ｌ玉（3回分）	60	個
大根	1/3	本

材料・調味料	使用量	
（玉出汁）1回分		
出汁	100	g
砂糖	18	g
酒	10	g
塩	2	g
淡口醤油	3	g
卵Ｌ玉4個に対し、100cc		

日本料理

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
	NO.7	お作り 五点盛り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・魚介類の下処理をしっかりして美しく切り出しができるように。
・妻類の下準備をしっかりと出来上がるように。
・色合いバランスを考えたもりつけをする。
・衛生的に作業を行う。

ポイント

・鯛を丁寧におろし鱗、小骨を残さず綺麗に皮を引く。
・刺身を引く時の筋の確認、置き方や包丁の動かし方に注意。
・特に大根妻は細く均一なつまにする。
・見本の盛り付けと同じように仕上げる。

教育到達点

・特に衛生的で素早い下処理を必要とする。
・均一な大きさに切り揃え盛り付けに備える。
・盛り付けやすく美しいつまを準備する。

評価の目安と方法	・色、配置、器、を考え店売りできる盛り付けを行う。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
お作り 五点盛り	NO.7	5人分

材料・調味料	使用量	
鮪	1	本
鯛	1K1	本
するめ烏賊	1	杯
甘海老	5	本
殻帆立	2	枚
大根	5	cm
紅蓼	適量	
大葉	10	枚
酢橘	1	個
人参	4cm1	本
焼海苔	1/2	枚
生姜	30	g
本山葵	適量	
濃口醤油		

材料・調味料	使用量	

日本料理

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.8	握り寿司	
	蒸物 茶碗蒸し	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・ネタの下準備。
・寿司酢の合わせ方。
・握り方。
・蒸し器の火加減、出来上がりの見極め。

ポイント

・寿司ネタとしての刺身をしっかりと引く。
・シャリ玉の大きさや分量を考えて握る。
・細巻きはネタが中心になるように巻く。
・茶碗蒸しはすが入らないように火加減に注意する。

教育到達点

・均一な形に握るがあくまでも握り込むのではなく形を調えるように行う。
・刺身は幅、厚さを握り用に切り出す。
・滑らかな蒸し上がりに仕上げる。

評価の目安と方法	・柔らかい握り方により食感、味が良い状態に出来上がっている。 ・寿司桶に色配分良く盛り付けできている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット
・玉出汁・和布巾・計り・巻簾・飯台・うちわ・寿司桶・リードペーパー

献立名	番号	分量
握り寿司（鮪、サーモン、赤海老、いくら、ネギトロ） **細巻**（乾瓢、胡瓜）**太巻き**（蟹かま、ちくわ、玉子、胡瓜、椎茸） **いなり寿司　穴子の棒寿司　茶碗蒸し**	**NO.8**	5人分

材料・調味料	使用量	
寿司材料		
米	4	cup
鮪	1人1	枚
サーモン	1人1	枚
赤海老	1人1	枚
いくら	50	g
ねぎとろ	50	g
卵（L）	4	個
焼海苔	半分2	枚
	全形2	枚
軍艦海苔	1人2	枚
胡瓜	1/3	本
白胡麻	適量	
乾瓢	2	本
蟹かま	5	本
ちくわ	1/6本を2本	
椎茸	2	枚
穴子	1	本
油揚げ	5	枚
ガリ	適量	
茶碗蒸し		
卵（L）	2	個
糸三ツ葉	3	本
銀杏	1人1	個
海老	1人1/2	本
鶏笹身	1人1	枚
椎茸	1	枚

材料・調味料	使用量	
蒲鉾（赤）	1/8	本
竹の子	1/4	本
笹	デモのみ	
ツメ	適量	

【調味料】

〈寿司酢〉
米１升に対して
酢　１合
砂糖　100g
塩　30g
（4cup で 155g）

〈穴子煮汁〉
水　300cc
酒　100cc
濃口　50cc
味醂　50cc
砂糖　大１

〈シャリの量〉
細巻き　90g
握り　15g
太巻き　200g
棒寿司　150g

〈乾瓢〉
水　400cc
濃口　100cc
砂糖　100cc

〈茶碗蒸し〉
出汁　360cc
淡口醤油　小 1/3
塩　小 1/3
味醂　小１

〈ちくわ・椎茸〉
水　3
濃口　1
砂糖　1

日本料理

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
	NO.9	寄せ鍋

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・寄せ鍋特有の下処理の方法。
・大皿の盛り付け。
・寄せ鍋の食べ方。

ポイント

・野菜類（白菜、人参、大根）は飾り切り等を施しした後下茹でする。
・蛤以外の魚介類は霜降り後綺麗に掃除する。
・大皿盛りは立体的に。

教育到達点

・白菜の中心に法蓮草が巻かれている。
・材料それぞれの下準備が正しくできている。

評価の目安と方法	・配色を考え立体的に見栄え良く盛り付けられている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
寄せ鍋	NO.9	5人分

材料・調味料	使用量	
真鱈	150	g
有頭海老（BT２１－２５）	5	本
ボイル帆立（M）	5	個
蛤（中）	5	個
鶏挽肉（２度挽き）	100	g
玉葱	50	g
白菜	４～６	枚
蓮草	1/3	束
春菊	1/3	束
椎茸	5	枚
大根（5cm）	1	本
人参（5cm）	1	本
木綿豆腐	1/2	丁
葛切り	150	g
卵	1/2	個
長葱	1	本
うどん	1	玉
白子	適量	
肝	適量	
昆布（10cm）	1	枚

材料・調味料	使用量	
寄せ地割合		
出汁	12	
淡口醤油	1	
味醂	0.5	
塩	適量	
鶏団子		
濃口醤油	1	小さじ
酒	1	小さじ
塩	1/5	小さじ
出汁	1	大さじ
片栗粉	1	小さじ
卵	1/2	個

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.10	煮物　煮〆 鴨ロース煮 食事　赤飯　甘味　蓬餅

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・野菜のむき方、味の整え方。
・鴨に火が入る温度を理解する。
・もち米の火の入り方、色あいのつけ方。
・蓬の扱い方と餅に蒸し上げる方法。

ポイント

・下茹での仕方と調味料の入れ方と割り合い。
・温度管理と時間を把握する。
・蒸しながら細めに状態を確認する。
・蒸しあがった蓬餅を上手につく。

教育到達点

・味の入り方と煮くずれせずに仕上げられる。
・鴨肉の火の入り方を覚える。
・赤飯の色合いと食感。
・蓬餅の包みあげた状態。

評価の目安と方法	・丁寧な盛り付けができる。 ・器に合った大きさに切ることができる。 ・火の入り具合が判断できる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
煮物　煮〆 鴨ロース煮 食事　赤飯　甘味　蓬餅	高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.10	

材料・調味料	使用量	
赤飯		
餅米	3	cup
ささげ	40	g
胡麻塩	適量	
煮〆		
京人参	1/2	本
里芋	1人1	個
椎茸	1人1	枚
絹さや	1人1	枚
蓮根	150	g
筍	100	g
鴨ロース煮		
鴨	1	枚
和辛子	適量	
蓬餅		
白玉粉	75	g
上新粉	112	g
砂糖	13	g
蓬粉	3.7	g
ぬるま湯	150 ～	g
うぐいすこな粉	適量	

材料・調味料	使用量	

【調味料】

（ささげ）
水　650g
ささげ　40g
で煮る。
仕上がり煮汁400ccに
餅米3cupをつける。

（煮〆）
水　1ℓ
濃口醤油　100cc
砂糖　60g（100cc）

（鴨ロース煮）
酒　70cc
淡口醤油　50cc
味醂　50cc
砂糖　15cc
玉葱の汁　25cc

（あんこ）
生餡　1kg
砂糖　600g
水あめ　大2
塩　少々

（蓬餅）
蓬餅　30g
あんこ玉　25g

日本 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.11	菁蒸し　蓋揚げ　竹の子ご飯 菜の花胡麻和え　桜もち

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・食材の旬を知り、下処理の方法を覚える。
・素材の特性を覚える。
・調理法の応用の仕方を覚える。

ポイント

・蕪と卵白の扱い方。
・馬鈴薯の切り方と油の温度。
・竹の子のあくの取り方。
・菜の花の茹で方と胡麻の入り方。
・道明寺粉の色の付け方と蒸し上げ方。

教育到達点

・盛り付けまでの作業工程と仕上げ方。
・季節感を表す方法と素材の相性を覚えること。

評価の目安と方法	・衛生観念を持ち作業ができる。 ・清潔感があり、味付けのバランスが整えられる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・実習ノート・試食セット

献立名	番号	分量
冬から春へ5品 **菁蒸し　蓑揚げ　竹の子ご飯** **菜の花胡麻和え　桜もち**	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
菁蒸し		
蕪	4	個
銀杏	5	個
百合根	10	g
木耳	5	g
鰆（1人40g）	200	g
海老	5	本
卵白	1	個
山葵	5	g
昆布（1人5cm）	5	枚
蓑揚げ		
鶏ささみ	2	本
馬鈴薯	240	g
葛素麺	10	本
みじん粉　赤	適量	
みじん粉　緑	適量	
レモン	1/2	個
竹の子ご飯		
米	3	cup
筍	1	本
油揚げ	1	枚
木の芽	5	枚

材料・調味料	使用量	
菜の花胡麻和え		
菜の花	10	本
白胡麻	20	g
桜もち		
道明寺粉	130	g
あんこ	150	g
桜の葉	10	枚

【調味料】

（銀あん）
出汁　200cc
淡口醤油　10cc
味醂　10cc
片栗粉　小2

（衣）
小麦粉　適量
卵　適量
水　適量

（ご飯調味料）
出汁　700cc
淡口醤油　25cc
酒　15cc
味醂　25cc
塩　小1/5

（胡麻和え調味料）
出汁　小5
淡口醤油　小2弱
砂糖　小2弱

（桜もち蜜）
水　200cc
砂糖　40g
色粉（赤）　適量

（生地）
桜もち　30g
あんこ　15g

日本料理

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.1	卵スープ 蒸し鶏の辛味ゴマソース掛け 基本のスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・鍋、鉄杓他機器の取り扱い方。
・調味料の計算や取り扱い方。
・材料の切り方。
・中国料理の基本のスープ（毛湯）の取り方。

ポイント

・ガラをボイルする際はボイルしすぎないようにし、アクを綺麗に流す。鶏ガラは内臓を取り除く。
・切りものを適した厚さ、太さに切り揃える。
・毛湯を鍋で沸かし、人参、筍などの素材の固い物や火の通りにくい物から入れ、野菜に火が通ったらひと煮立ちさせて灰汁を丁寧に取り除く。全卵を良くときほぐしスープの表面に薄い「膜」を作るように卵を広げ、お玉をふせてゆっくりとかき混ぜる。

教育到達点

・スープを濁らせないようにできる。
・切りものをする際に料理に合わせ、切り揃えができる。
・味を見ながら味付けの調整ができる。
・盛り付けが綺麗になされている。

評価の目安と方法	・ガラを綺麗に掃除し、スープを取ることができる。 ・切ったものの厚さ、太さがきちんと揃えられている。 ・味を見ながら適切な味付けがされている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
タン ホァ タン 蛋花湯 卵スープ	NO.1	5人分

材料・調味料	使用量	
紅羅葡　にんじん	1/8	本
羅葡　大根	30	g
麻筍　たけのこ	30	g
冬菇　椎茸	1	枚
碗豆片　さや	3	枚
白菜　白菜	1/2	枚
口磨　マッシュルーム	2	個
蕃茄　トマト	1/4	個
全蛋　卵	1	個

材料・調味料	使用量	
毛湯　スープ	700	cc
塩	適量	
味精　旨味調味料	少々	
胡椒　コショウ	少々	
酒　料理酒	1	大さじ
鶏油　鶏脂	1	小さじ

中国料理

献立名	番号	分量
バンバンチィ **棒棒鶏** 蒸し鶏の辛味ゴマソース掛け	NO.1	5人分

材料・調味料	使用量	
鶏脯　鶏胸肉	1	枚
黄瓜　キュウリ	1	本
蕃茄　トマト	1	個
檸檬　レモン	1	個
大葱　長ネギ	1/2	本
薑泥　おろし生姜	30	g
洋香菜　パセリ	適量	
食用花	適量	

材料・調味料	使用量	
棒棒鶏ソース		
酒　日本酒	20	g
醤油	50	g
白糖　砂糖	30	g
醋　酢	10	g
芝麻醤　練りごま	80	g
麻油　ごま油	5	g
辣油　ラー油	10	g

献立名	番号	分量
毛湯 基本のスープ	**NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
鶏ガラ　胴ガラ	15	kg
豚ガラ　ゲンコツ	10	kg
老鶏　オスの親鶏	1(8～10kg)	羽
鶏胸肉	4～5	枚
熱湯	70	ℓ
生姜の皮	適量	
葱の青い部分	5～6	本
人参	3	本
玉葱	3	ヶ
キャベツ	1/2	ヶ

材料・調味料	使用量	
実習分毛湯分量		
鶏ガラ	4	本
豚ゲンコツ	2	本
鶏胸肉	200	g
熱湯	4	ℓ
野菜		
生姜の皮	適量	
葱の青い部分	1	本分
人参	適量	
玉葱	適量	
キャベツ	適量	

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.2	野菜炒め	
	白飯	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・野菜の切り方、鍋の振り方、持ち方の復習。
・調味料の計算（復習）。
・合わせ調味料。
・土鍋でのご飯の炊き方。

ポイント

・鍋の空焼きを充分してから油をなじませる。肉を炒める場合、空焼きが良くできていないと鍋にくっつき、それを炒めるとぼろぼろになってしまう。
・固くて火の通りにくいものから鍋に入れていく。
・常に火力は強火で手早く炒め、調味料を加えて仕上げる。
・米はといだら浸水し、水の分量をしっかり量る。
・始めは中火のみで火にかけ、沸騰したら沸騰が止まらない程度に火を弱め、5分火にかける。火の気のないところに移動させ8分蒸らす。

教育到達点

・食材にあった切り方ができる。鍋の持ち方をしっかりと理解し、振ることができる。
・ご飯がしっかり炊けている。

評価の目安と方法	・鍋をきちんと振ることができ、適度に返しながら炒め合わせることができ、調味料を入れてからは焦がさず炒め上げ、野菜に火を通しすぎていない。 ・米が焦げたりせず炊き上げられている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
ツァオ ホウ ツァイ **炒合菜** 野菜炒め	NO.2	5人分

材料・調味料	使用量	
肉片　豚肉	50	g
包心菜　キャベツ	1/8	個
洋葱　玉葱	1/4	個
紅羅ト　人参	1/6	本
韮菜　ニラ	1/3	束
冬菇　椎茸	1	枚
銀芽　もやし	50	g
筍絲　筍千切り	30	g

材料・調味料	使用量	
碗献（合わせ調味料）（6人分）		
白糖　砂糖	25	g
味精　旨味調味料	3	g
蕃茄醤　ケチャップ	8	g
醋　酢	6	g
蠔油　オイスターソース	20	g
酒醸	20	g
酒　料理酒	35	g
醤油	120	g
胡椒　コショウ	少々	
毛湯　スープ	120	g
団粉水（1人分）　水溶き片栗粉	1	小さじ
塩（1人分）	1/2	小さじ
麻油	1/2	小さじ

献立名	番号	分量
白飯 白飯	NO.2	5人分

材料・調味料	使用量	
白米　米	2	cup
清水　水	430	cc

材料・調味料	使用量	

中国料理

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.3	五目炒飯	
	コーンスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・鍋の持ち方、振り方復習。
・長葱みじん切りのやり方。
・味付け、味見について。

ポイント

・鍋の空焼きを充分する。油を鍋全体になじませて、大さじ3の油を鍋に残し、温め、溶き卵を入れる。軽くかき混ぜ、卵が半生のうちにご飯を入れ、お玉の裏側で「ダマ」をほぐしながら鍋をあおり炒める。ダマが無くなってきたら強火にして調味料、材料を加え、ぱらぱらになるまで炒める。
・スープにとろみをつける際、つけすぎないように注意。卵を良くときほぐし、糸状に垂らしながらお玉でかき混ぜる。

教育到達点

・鍋の振り方（復習）ができ、自分で火の調整をしながら作業できる。
・味を見て適度な味付けができる。
・スープのとろみ具合、火加減に注意し、卵が細かく散るようにすることができる。

評価の目安と方法	・鍋をしっかり振ることができている(復習)。 ・卵とごはんがうまく混ざり合うように手早くできている。 ・味を見ながら調整ができている。 ・適度なとろみをつけ、卵が細かく散るようにできている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
スゥー チン ツァオ ファン **什錦炒飯** 五目チャーハン	NO.3	5人分

材料・調味料	使用量	
白飯（一人分） 御飯	250	g
叉焼肉 叉焼	250	g
蟹肉 カニ	5	本
青豆 グリンピース	80	g
大葱 長葱	2	本
鶏蛋 卵	5	個
蝦仁 むきえび	5	尾
調味料		
塩	少々	
味精 旨味調味料	少々	
胡椒 コショウ	少々	
醤油	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
スゥ ミィ タン **粟米湯** コーンスープ	NO.3	5人分

材料・調味料	使用量	
粟米泥 クリームコーン	1/2	缶
鶏蛋 卵	1	個
鮮奶 生クリーム	適量	
洋香菜 パセリ	2	房
調味料		
毛湯 スープ	700	cc
味精 旨味調味料	少々	
塩	3	g
胡椒 コショウ	少々	
鶏油	1	小さじ

材料・調味料	使用量	

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.4	マーボードーフ	
	ゴマ団子	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・中国野菜（蒜葉）。
・豆腐の扱い方、料理法。
・２種豆板醤の違い。
・料理名の由来。諸説あるが陳さんという女将さんが作った麻（しびれ）と辛（辛さ）を利かせた豆腐料理というのが由来とされる。
・生地の作り方。
・ゴマ団子の揚げ方。

ポイント

・豆腐をバットに乗せ、10分～ 20分水切りしてから1.5ｃｍ四方にカットする。豆腐の形は盛り付けるまで崩さないように注意する。豆板醤、豆鼓、にんにくなどは1つ1つ香りが出るまで鍋の中で焼いてからスープ、調味料を加える。
・生地に水を加える際、最後は手に付けて少しずつ加えながら固さを調整する。
・中華あんを包む時、生地の中心にくるように包む。
・揚げる際油の温度は上げ過ぎず、低温から揚げていく。

教育到達点

・崩れやすい素材（豆腐）を形を保ったまま調理できる。
・水溶き片栗粉は鍋を回し、少しずつ垂らしながら入れていき、適度なとろみをつけることができる。
・生地の固さをきちんと調整ができる。
・団子を揚げる際、温度調整をきちんとし、しっかり揚げることができる。

評価の目安と方法	・豆腐を崩さず調理できている。 ・適度なとろみをつけられている。 ・破裂したり、中のあんが出てきたりしていない。 ・大きく膨らむように揚げ、胡麻が適度な色に揚がっている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
麻婆豆腐（マァバォドゥフ） マーボードーフ	NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
豆腐　トーフ	1.5	丁
猪肉末　豚挽き肉	160	g
大葱　長葱	1/2	本
蒜葉　葉ニンニク	2	本
朝天辣椒粉　四川唐辛子	0.5	小さじ

材料・調味料	使用量	
A		
郫県豆瓣醤　四川唐辛子味噌	1	大さじ
豆瓣醤　トウバンジャン	2	小さじ
豆豉醤末　トーチィ	2	小さじ
大蒜末　ニンニク	2	小さじ
甜麺醤　中国甘味噌	1	大さじ
醤油	2	小さじ
味精　旨味調味料	少々	
B 碗献（合わせ調味料）		
毛湯　スープ	300	cc
醤油	2	大さじ
黄酒　老酒	2	小さじ
味精　旨味調味料	少々	
胡椒　コショウ	少々	
C		
花椒油　山椒油	1	大さじ
豆瓣老油　調味油	1.5	大さじ
D		
花椒面　四川山椒粉	少々	

献立名	番号	分量
白飯 白飯	**NO.4**	**5人分**

材料・調味料	使用量	
白米　米	**2**	**cup**
清水　水	**430**	**cc**

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
ヅゥア ツゥ マァ チュウ 炸芝麻球 ゴマ団子	NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
糯米粉　白玉粉	240	g
貫雪粉　浮粉	40	g
白糖　砂糖	40	g
清水　水	210	cc
豆沙　あんこ	150	g
腰果　カシューナッツ	30	g
芝麻　ゴマ	適量	
紅砂糖	適量	

材料・調味料	使用量	

中国料理

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.5	大海老のチリソース煮	
	杏仁ドーフ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・海老の処理法。
・乾焼という技法。
・特殊調味料。
・ゼラチンの扱い方。

ポイント

・はさみを使ってエビを整形し、背開きして塩、片栗粉で洗い、臭みを取る。
・仕上げはソースにとろみをつけて水分を飛ばすように焼き込むので、海老を油通しで火を通すのは５０％ほどに留める。とろみをつけ最後は全体に火が通るように強火で煽る。(乾焼)
・杏仁豆腐のベースを氷水で冷やす際、きちんと粗熱を取ってから生クリーム、アーモンドエッセンスを加える。
・ハイビスカスシロップを煮出す際、色合いを見て火からあげる。

教育到達点

・大海老のチリソースが仕上がった際、海老が固くなりすぎていない。適度なとろみがつけられている。
・時間内に杏仁豆腐がきちんと固まり、分離したりしていない。
・シロップが色よく仕上がっている。

評価の目安と方法	・海老が固くなりすぎていない。とろみがきちんとついている。 ・杏仁豆腐が時間内に固まっている。分離していない。 ・ハイビスカスシロップの色合いが薄すぎたりしていない。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
ガン シャオ ダァ シァ **乾焼大蝦** 大海老のチリソース煮	NO.5	5人分

材料・調味料	使用量	
大蝦　大海老	10	尾
大葱　長葱	2	本
菠菜　ほうれん草	5	束
鮮花　飾り花	5	個
蝦餅　えびせん	5	枚
A		
豆板醤	10	g
薑末　生姜みじん切り	50	g
大蒜末　にんにくみじん切り	40	g
蕃茄醤　ケチャップ	60	g
B　碗献（合わせ調味料）		
塩	10	g
白糖	35	g

材料・調味料	使用量	
酒	10	g
味精	少々	
酒醸	25	g
毛湯	300	cc
C　仕上げ調味料		
蝦油　海老油	20	g
醋　酢	3	g
D　蝦の下処理		
団粉　片栗粉	3	大さじ
塩	2	小さじ
水	適量	

献立名	番号	分量
シン レン ドウ フ **杏仁豆腐** あんにんドーフ	NO.5	5人分

材料・調味料	使用量	
清水　水	200	cc
栗米粉　コーンスターチ　（10g）	18	g
グラニュー糖	90	g
牛奶　牛乳	150	cc
鮮奶　生クリーム	100	cc
杏仁霜　アーモンドパウダー	10	g
清水　水	30	cc
杏仁香精　アーモンドエッセンス	1/3	小さじ
蜜瓜　メロン	適量	
獼猴桃　キウイフルーツ	適量	
ハイビスカスシロップ		
ハイビスカス（乾燥）	6	g
水	200	cc
砂糖	50	g

材料・調味料	使用量	
蜂蜜	8	g
ゼラチン		
粉ゼラチン　（5g）	8	g
水	4	大さじ

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.6	フカヒレ餡かけ御飯	
	タピオカのココナッツミルク	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・フカヒレの種類。
・戻し方や臭みの取り方。
・煮込み方。
・タピオカのもどし方。
・ココナッツミルクの作り方。

ポイント

・戻したフカヒレはスープを加え、調味料で味を整え､「あく」を取りながら煮込む。ただしコラーゲン(旨味）は取らないように。
・フカヒレは柔らかくなるよう硬さを見て煮込む。
・タピオカをもどす際は熱湯に入れ、沸騰が止まらない程度に火を調節する。
・ココナッツミルクは牛乳にしっかり煮出し、ココナッツの香りが移るようにする。

教育到達点

・あくを丁寧にとることができる。
・フカヒレの固さを見て煮込み時間を調整できる。
・水溶き片栗粉をとろみを見て適度に入れることができる。
・タピオカがしっかりもどっている。

評価の目安と方法	・フカヒレが食べやすい柔らかさまで煮込めている。適度なとろみがついている。 ・灰汁を丁寧に取り除き、灰汁のえぐみが残らないよう仕上げられている。 ・タピオカをきちんともどすことができる。 ・ココナッツの香りをしっかりと移してミルクを作れている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
ユイ ツー ホイ ファン **魚翅烩飯** ふかひれご飯広東スタイル	NO.6	5人分

材料・調味料	使用量	
散翅　フカヒレ	150	g
蟹肉　カニ肉	60	g
針菇　えのき	1	束
鶏脯絲　鶏胸肉	80	g
干貝　干し貝柱を戻したもの	2	個分
葱薑片　葱生姜	適量	
蛋白　卵白	1	個分
青梗菜　ミニ青梗菜	5	株
白米　米	3	cup
清水　水	650	cc
A		
上湯	900	cc
醤油	45	g
蠔油　オイスターソース	20	g
鮮味鶏粉	1	小さじ

材料・調味料	使用量	
味精	1/2	小さじ
老酒	15	cc
胡椒	少々	
B　蛋白用		
鮮奶　生クリーム	1/2	小さじ
C　鶏絲上奬		
蛋白	1/3	個
塩	少々	
胡椒	少々	
酒	1/2	大さじ
団粉	1/2	大さじ
素油	1	大さじ
D		
葱油	30	cc

献立名	番号	分量
イエ ヅゥ シィ ミィ **椰汁西米** タピオカのココナッツミルク	NO.6	5 人分

材料・調味料	使用量	
西米　ミニタピオカ	90	g
温水　熱湯	4	ℓ
獼猴桃　キウイフルーツ	1/2	個
洋梅　苺	3	個
A		
水	180	g
椰子　ココナッツロング	60	g
白糖	80	g
牛奶　牛乳	250	cc
B		
牛奶　牛乳	100	cc
栗米粉　コーンスターチ	10	g

材料・調味料	使用量	
C		
鮮奶　生クリーム	120	cc

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.7	なめこと雪菜の卵白スープ	
	焼き餃子	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・中国野菜（雪菜）。
・なめこの処理。
・生地の作り方、伸ばし方。
・餃子の包み方。

ポイント

・なめこはザルにあけ、ぬめりを取ってから使用。
・雪菜から出る塩気に注意して味を整える。
・皮を作る際、お湯をしっかり量り固くならないようにする。
・伸ばす際は麺棒が生地全体にのるように、引くときに力を入れ均一な厚さになるようにする。
・包む際は利き手の甲が上を向くようにし、親指と人差し指を動かし、ひだを作る。

教育到達点

・雪菜から出る味に注意し、味の調整ができる。
・水溶き片栗粉はとろみを見て適度に入れることができる。
・麺棒を一定の力加減、動き方をして、生地を均一の厚さ、大きさに伸ばすことができる。
・親指と人差し指を使い、ひだをきれいに作り、包むことができる。

評価の目安と方法	・適度な味の調整ができている。 ・とろみは適度につけられている。 ・生地が丸く均一に伸ばせている。 ・ひだを作り、きれいに形よく包めている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
シャン クゥ タン **香菇湯** なめこと雪菜の卵白スープ	NO.7	5人分

材料・調味料	使用量	
香菇　なめこ	1/2	缶
雪菜　塩漬け中国野菜	40	g
蛋白　卵白	1/2	個
鮮奶　生クリーム	1/2	小さじ
A		
毛湯	600	cc
塩	適量	
薄口醤油	1/2	小さじ
味精	適量	
胡椒	適量	
団粉水	適量	
B		
麻油　ごま油	1/2	小さじ

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
クゥオ ティエ ヂャオ ズ **鍋貼餃子** 焼きぎょうざ	NO.7	5人分

材料・調味料	使用量	
麺粉　強力粉	120	g
麺粉　薄力粉	80	g
塩	1/2	小さじ
熱湯	140	cc
麺粉　打ち粉	適量	
猪肉末　豚挽き肉	150	g
包心菜末　キャベツ	500	g
韮菜　にら	1/2	束
大蒜泥　おろしにんにく	10	g
薑泥　おろし生姜	7	g
芯子		
猪油	35	g
醤油	20	g
白糖	4	g

材料・調味料	使用量	
味精	3	g
塩	4	g
胡椒	少々	
味噌	10	g
全蛋	1/2	個
酒	8	g
麻油	15	g
B　3%塩水		
清水	1	ℓ
塩	30	g

中国料理

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.8	かに玉	
	タンタンメン	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・卵の溶きほぐし方について。
・卵の焼き方、まとめ方。
・芝麻醤について。
・麺醤油の作り方。
・炸醤の炒め方。
・麺の茹であげ方と湯切り。

ポイント

・卵は焼きムラができないようしっかりときほぐす。
・食材はなるべく細く長さを揃えて切る。
・焼く際は丸く焼きあがるよう整形しながら焼いていく。
・麺は伸びやすいので手早く上げていく。
・麺醤油は火にかけたら沸騰する直前に火からおろす。

教育到達点

・素材が適した細さ、長さ、形に切れている。
・卵が丸く、きれいに焼けている。
・麺を1人前ずつ手早く上げることができる。
・盛り付けを手早く、綺麗にできている。

評価の目安と方法	・素材が適した細さ、長さ、形に切れている。 ・卵が焦げず、丸く焼けている。 ・麺がのびる前に手早く上げ、盛り付けまでできている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
フゥロンシェタン **芙蓉蟹蛋** かに玉広東スタイル	NO.8	5人分

材料・調味料	使用量	
全蛋　卵	3	個
大葱　長葱	1/3	本
冬菇　椎茸	2	枚
冬筍　たけのこ	1/4	個
豌豆片　きぬさや	3	枚
薑絲　生姜の千切り	5	g
蟹肉　カニ	3	本

材料・調味料	使用量	
A　全蛋		
塩	適量	
味精	適量	
胡椒	適量	
酒	適量	
B		
毛湯	200	cc
塩	少々	
味精	少々	
胡椒	少々	
黄酒	1	小さじ
薄口醤油	1/2	小さじ
麻油	少々	
団粉水	適量	

献立名	番号	分量
タンタンミェン **担担麺** 四川胡麻辛味屋台そば	NO.8	5人分

材料・調味料	使用量	
中華麺　中華麺	5	玉
猪肉末　豚挽き肉	120	g
搾菜　ザーサイ	30	g
開洋　干し海老	30	g
干貝　干し貝柱	2	粒
腰果　カシューナッツ	30	g
大葱　長葱	1/2	本
ミニ青梗菜　チンゲンサイ	5	本

材料・調味料	使用量	
A　麺醤油（10 ～ 12人分）		
塩	40	g
砂糖	10	g
味精	5	g
大蒜泥	3	g
蠔油	10	g
清水	270	g
醤油	350	g
だし昆布	26	g
生姜	5	g
大葱	1/8	本
B　炸醤（猪肉末）		
醤油	2	小さじ
甜麺醤	20	g
味精	少々	
黄酒	1	小さじ
C		
芝麻醤	1人60	g
黒胡麻	1人1	g
豆瓣老油　ラー油	1人大さじ1.5	cc
醋　酢	1人小さじ1/3	小さじ
麺醤油　麺ダレ	1人35	cc
D		
毛湯　スープ	1人350	cc

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
NO.9	肉まん	
	胡椒と酸味のきいたスープ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・生地の配合と熱湯の加え方。
・麺棒とアンベラの使い方。
・芯子（あん）の包み方、整形の方法。
・材料の切り方。

ポイント

・生地は必ず熱湯で練る。練りこんだら１０分程寝かせ、再び練り、切り分けてガス抜きをしっかりする。ここまで生地が温かいうちに済ませる。
・あん（具材）を包む時は親指を動かさず、人差し指でひだを作るように生地を集めていく。
・切りものを適した厚さ、太さに切る。
・全卵を良くときほぐしスープの表面に薄い「膜」を作るように卵を広げ、お玉をふせてゆっくりとかき混ぜる。

教育到達点

・生地が固くならず、温かい状態でできている。
・麺棒をうまく使い、生地を伸ばすことができる。
・親指を固定し、ひだをつけて包むことができる。
・全卵を良くときほぐしスープの表面に薄い「膜」を作るように卵を広げ、お玉をふせてゆっくりとかき混ぜる。

評価の目安と方法	・生地が固くなっていない、温かいまま包むところまでできている。 ・ひだをうまくつけて包むことができている。 ・自分たちで味を見ながら調整ができる。 ・水溶き片栗粉で適度なとろみをつけ、卵がふんわり広がるように仕上げられている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
ツァイ ロウ パオ ツ **菜肉包子** 肉まんじゅう	**NO.9**	5人分

材料・調味料	使用量	
麺粉　薄力粉	480	g
麺粉　強力粉	80	g
ベーキングパウダー（赤）	9	g
ベーキングパウダー（青）	8	g
熱湯　熱湯	280	cc
イースト	20	g
白糖　砂糖	120	g
猪油　ラード	50	g
洋葱　玉ねぎ	150	g
筍　タケノコ	150	g
冬菇　椎茸	90	g
薑末　生姜みじん切り	20	g
五花肉　豚ばら肉	400	g

材料・調味料	使用量	
A　碗献		
猪油	30	g
蠔油	15	g
醤油	50	g
白糖	15	g
塩	5	g
酒	25	g
味精	2	g
団粉水	少々	
香油	18	g
B　肉の下味付け		
塩	7	g
白糖	15	g
鮮味鶏粉	2	小さじ
胡椒	適量	
酒	25	g
団粉	10	g

献立名	番号	分量
酸辣湯 胡椒と酸味のきいたスープ	NO.9	5人分

材料・調味料		使用量	
肉絲	豚肉の千切り	60	g
冬筍	たけのこ	1/4	ケ
冬菇	干し椎茸	1	枚
火腿	ハム	1	枚
干貝	干し貝柱	1	個
粉絲	春雨	30	g
海参	なまこ	1/3	本
豆腐	豆腐	1/3	丁
薑絲	生姜千切り	10	g
大葱	長葱	1/3	本
青葱	万能ねぎ	2	本
鶏蛋	卵	1	個

材料・調味料		使用量	
A 肉絲下味			
塩		少々	
老酒	紹興酒	1	大さじ
胡椒	コショウ	少々	
鶏蛋	卵	2	大さじ
団粉	片栗粉	1	大さじ
素油	サラダ油	適量	
B 湯			
毛湯	スープ	700	cc
塩		1	小さじ
醤油	しょうゆ	2.5	大さじ
老酒	紹興酒	1	大さじ
胡椒	コショウ	適量（多め）	
味精	旨味調味料	少々	
団粉水	水溶き片栗粉	2	大さじ
香醋	中国黒酢	0.5	小さじ
黒醋	国産黒酢	2	小さじ
豆瓣老油	調味油	1.5	大さじ

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.10	海老のワンタン麺
		カキの甘酢四川唐辛子炒め

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・牡蠣の下処理。
・宮保油の作り方。
・麺の上げ方。(復習)
・雲呑の包み方。

ポイント

・牡蠣は汚れを取った後衣をしっかりつけて揚げる。
・宮保油を作るときは弱火でゆっくりと火を入れていく。
・雲呑を包む際、中身が出ないように包む。

教育到達点

・牡蠣の下処理を適切に行い、仕上げられている。
・宮保油は唐辛子や花椒を焦がさないようにして作る。
・雲呑をうまく包むことができる。

評価の目安と方法	・牡蠣を崩したりせず仕上げまでできている。 ・宮保油を適切に作れている。 ・雲呑が中身が出ず、包むことができている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
シャレヌワンタンメン **蝦仁雲呑麺** 海老のワンタン麺	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
蝦仁（３１/４０） 海老	10	尾
猪肉末 豚挽き肉	40	g
大葱末 万能ねぎ	1/3	本
雲呑皮 ワンタンの皮	18	枚
中華麺	3	玉
調味料		
＜A＞芯子		
塩	1	小さじ
味精 旨味調味料	少々	
砂糖	少々	
醤油	2	小さじ
老酒 紹興酒	2	小さじ
蠔油 オイスターソース	2	小さじ
胡椒	少々	
全蛋 全卵	2	小さじ
薑汁 生姜汁	1	小さじ
紅南乳 中国発酵豆腐	2	小さじ
麻油 ゴマ油	2	小さじ
団粉 片栗粉	2	小さじ

材料・調味料	使用量	
＜B＞湯		
毛湯 スープ	1000	cc
塩	適量	
味精 旨味調味料	適量	
胡椒	適量	
鶏油 トリ油	1	大さじ
芝麻 煎り胡麻	少々	

中国料理

献立名	番号	分量
コンボウシェンハオ **宮保鮮蠔** カキの甘酢四川唐辛子炒め	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
鮮牡蠣（３Ｌ） カキ	12	粒
黄柿椒 黄パプリカ	1/8	個
紅柿椒 赤パプリカ	1/8	個
銀杏 ギンナン	12	個
大葱（細） 細長葱	1	本
舞茸 マイタケ	1	PC
蒜苗 葉ニンニク	1	本
朝天辣椒 四川唐辛子	6	個
腰果 カシューナッツ	12	粒
調味料		
＜A＞		
砂糖	６５ｇ	ｇ
香醋	４０ｃｃ	cc
老酒	２０ｃｃ	cc
味精	少々	
酒醸	2	小さじ
団粉水	1	小さじ

材料・調味料	使用量	
＜B＞牡蠣		
団粉	適量	
＜C＞宮保油		
素油	3	大さじ
干辣椒	5	本
四川花椒	3	g
＜D＞仕上げ		
泡椒老油	2	大さじ

中国 一般実習	教育内容	
	献立	
高度調理経営科・高度調理製菓科 NO.11	鎮江香醋を使った酢豚	
	むきエビの塩味炒め	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課中国料理担当職員

目的

・中国黒酢を使った甘酢の合わせ方。
・豚肉の下味の付け方。
・むきエビの下味の付け方。
・各素材の油通しの温度管理。

ポイント

・甘酢に使用する酢は3種類使う。
・肉の揚げ方は120 ～ 130℃位で油に入れ、徐々に温度を上げていく。
・エビは油通しで火を通しすぎず、炒め上げたときに火が通りきるようにする。

教育到達点

・肉は油の温度を適温にして入れ、しっかり火を入れることができる。
・酢豚の野菜は火を入れすぎず色よくなるように油通しする。
・とろみを見て水溶き片栗粉を入れ、その後煮詰めて更につくとろみを調整することができる。
・衣がはがれないように適切な下味ができる。
・火を通しすぎないように仕上げられる。

評価の目安と方法	・素材をそれぞれ適度な大きさに切れている。油通ししすぎていない。 ・甘酢のとろみがきちんとつけられ、素材に絡んでいる。 ・適切な上奬がされている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
シャンツウロウクァイ **香醋肉塊** 鎮江香醋を使った酢豚	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
猪脊背肉　肩ロース	200	g
洋葱　玉ねぎ	1	個
紅籮葡　人参	1/4	本
紅柿椒　赤パプリカ	1/4	個
黄柿椒　黄パプリカ	1/4	個
青柿椒　青パプリカ	1/4	個
冬筍　タケノコ	1/2	個
冬菇　椎茸	2	枚
生菜　レタス	5	枚
調味料		
＜A＞碗献		
白糖	90	g
醤油	30	g
黄酒　紹興酒	45	g
鎮江香醋　中国黒酢	90	g
老抽王　中国醤油	2/3	小さじ
バルサミコ酢	30	g
水	30	g

材料・調味料	使用量	
＜B＞仕上げ		
麻油　ゴマ油	15	g
素油　サラダ油	20	g
団粉水　片栗粉	適量	
〈C〉猪脊背肉下味		
全蛋　全卵	1/2	個分
醤油	5	g
老酒　紹興酒	10	g
塩	3	g
胡椒	少々	
団粉　片栗粉	50	g
清水　水	適量	

中国料理

献立名	番号	分量
シェンツァオシァレヌ **鮮炒蝦仁** むきエビの塩味炒め	高度調理経営科・高度調理製菓科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
蝦仁（26/30） むきエビ	15	尾
細筍 細タケノコ	5	本
銀果 銀杏	20	個
秋葵 ミニオクラ	15	本
虎掌 しめじ	1/2	pc
蘭花 ブロッコリー	1/2	株
葱姜片	適量	
調味料		
＜A＞上奬		
卵白	1/2	個
塩	少々	
胡椒	少々	
老酒	少々	
団粉	1.5	大さじ
素油	2	大さじ

材料・調味料	使用量	
＜B＞碗献		
鮮味鶏粉	1	小さじ
塩	1/2	小さじ
胡椒	少々	
老酒	1	大さじ
砂糖	1	つまみ
毛湯	3	大さじ
団粉水	1	小さじ
＜C＞		
鶏油	1/2	大さじ
蝦油	1/2	大さじ

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.1	ロゼットヴァニラ クリーム ブリュレ ポワール

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・材料や器具を直接手で触れ、扱い方を習得する。
・絞り袋、口金の扱い方、絞り方（ローズ）の習得。
・材料名、作り方の手順をしっかりノートする。
・食材の特性について。

ポイント

・クッキー生地の材料の合わせ方。
・絞り袋を使って絞り出す力と、絞り方に注意する。
・ブリュレは混ぜる温度とオーブンでの蒸し焼きの方法と時間。
・カラメリーゼについて。

教育到達点

・クッキー生地が正しく混ざり、しっかり絞り出してローズの形になるようにする。
・ブリュレは正確に混ぜることができ、焼けたあと、カラメリーゼがうまくできる。

評価の目安と方法	・材料の説明を良く理解し、合わせ方を正確に行える。 ・器具を正しく扱い、衛生を考えながら作業が行える。

持ち物に関する注意事項

・ナイフの管理は慎重に

献立名	番号	分量
Rosette Vanille ロゼット　ヴァニラ	調理師科・高度調理経営科 **NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
beurre　バター	80	g
sucre glace　粉糖	56	g
jaune d'œufs　卵黄	1	ヶ
lait　牛乳	15	cc
essence de vanille バニラエッセンス	適量	
farine　薄力粉	132	g
orange peel　オレンジピール	20	g

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Crème brulee Poire 洋ナシのクレームブリュレ	調理師科・高度調理経営科 **NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
crème 45%　生クリーム	300	cc
lait　牛乳	100	cc
vanille　バニラビーンズ	1/4	本
sucre semoule　グラニュー糖	60	g
œufs　全卵	1	ヶ
jaune d'œufs　卵黄	3	ヶ
poire　洋ナシ	2	ヶ
poire liquer　洋ナシリキュール	15	cc
cassonade　カソナード	適量	

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.2	ピスタチオのバヴァロア ジュレ ド アグリューム

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・凝固剤を使って、流動する食材を合わせて１つの作品に仕上げる。
・アングレーズの製法。
・フルーツのカッティング。
・生クリームの種類と特性。

ポイント

・２種類の凝固剤（ゼラチン・カラギーナン）の特性と扱い方。
・生クリームの扱い方に注意。
・アングレーズソースを作るときのとろみのタイミングを計れることが大事である。

教育到達点

・凝固剤はそれぞれ正しい方法で混ぜ込むことができる。
・生クリームの立て方の目安が理解できる。
・アングレーズソースの煮上がりのタイミングを把握できる。
・フルーツカットが美しくできる。（ナイフの扱い）

評価の目安と方法	・手順通りに正しく食材を合わせていくことができる。 ・器具を正確に扱うことができる。

持ち物に関する注意事項

・フルーツカットの場合、日頃からナイフを研ぐ習慣が付いていると美しいカッティングになるので、当然大事にしてほしい。

献立名	番号	分量
Bavaroise au pistache ピスタチオのバヴァロワ	調理師科・高度調理経営科 **NO.2**	5 人分

材料・調味料	使用量	
Bavaroise　バヴァロワ		
lait　牛乳	150	cc
gousse de vanille バニラビーンズ	1/4	本
jaune d'œufs　卵黄	2	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	30	g
pâte de pistache　ピスタチオペースト	25	g
gelatine　ゼラチン	3	g
kirsch　キルシュ	5	cc
crème 38%　生クリーム	130	cc
Sauce fraise　イチゴソース		
purée de fraise　イチゴピューレ	90	g
eau　水	50	cc
sucre semoule　グラニュー糖	25	g
fécule　コーンスターチ	3	g

材料・調味料	使用量	
jus de citron　レモンジュース	5	cc
gourmandise fraise グルマンディーズフレーズ	2.5	cc
fraise　冷凍イチゴ	100	g
Finition　仕上げ		
pistache　ピスタチオスライス	適量	

献立名	番号	分量
Gelée de agrume ジュレ ド アグリューム	調理師科・高度調理経営科 **NO.2**	5 人分

材料・調味料	使用量	
purée de Pabana パバナピューレ	80	g
jus d'ogange　オレンジジュース	100	cc
eau　水	180	g
sucre semoule　グラニュー糖	50	g
carraghénane　カラギーナン	5	g
Finition　仕上げ		
kiwi　キウイ	1	ヶ
pamplemousse グレープフルーツ	1	ヶ
orange　オレンジ	1	ヶ
menthe　ミント	適量	
zest de citron vert　ライムの皮	1/2	ヶ

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.3	フルーツのショートケーキ マンゴーのソルベ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・基本の生地、ジェノワーズの製法を学ぶ。
・卵の起泡性と温度の関係を知る。
・生クリームの立て方を知り、ショートケーキの組み立てとデコレーションを学ぶ。
・ソルベの製法。

ポイント

・卵と砂糖を湯煎で40℃まで温め、ミキサーで立てる。(リュバン状になるまで)
・クレームシャンティーは立て方に充分気をつけて扱う。
・パレットナイフの動かし方を知り、なめらかに均一に伸す。

教育到達点

・ふんわりとしたジェノワーズが仕上がる。
・生クリームを7分立てで作業し続けられる。
・パレットナイフで均一にナッペできる。
・組み立てたショートケーキをカットナイフで正確に切り分けられる。
・ソルベを作る際に、シロップをきちんと作ることができる。

評価の目安と方法	・組み立てたシュートケーキは正確にカットされて初めて、美しさを出す。また、最後に行うデコレーションはシェル絞りがきちんとできている。 ・ソルベはディッシャーを使ってきれいに盛られる。

持ち物に関する注意事項

・波刃包丁の扱いには充分気をつける。
・ソルベを盛る際、ディッシャーの扱いをよく憶える。

献立名	番号	分量
Gâteau au fruits ガトーフリュイ	調理師科・高度調理経営科 **NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
Genoise　ジェノワーズ		
œufs　全卵	4	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	150	g
farine　薄力粉	135	g
beurre　バター	45	g
lait　牛乳	20	g
Crème chantilly　クレームシャンティイ		
crème　生クリーム	400	cc
sucre semoule　グラニュー糖	28	g
Sirop　シロップ		
sucre semoule　グラニュー糖	40	g
eau　水	80	cc
grand marnier　グランマニエ	10	cc

材料・調味料	使用量	
Fruits　フルーツ		
fraise　イチゴ	4	粒
melon　メロン	1/8	ヶ
pâche jaune　黄桃	1	ヶ
banane　バナナ	1/2	本
jus de citron　レモンジュース	5	cc
Finition　仕上げ		
fraise　イチゴ	3	粒
pistache　ピスタチオ	適量	

献立名	番号	分量
Sorbet au mangue マンゴーのソルベ	調理師科・高度調理経営科 **NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
purée de mangue　マンゴーピューレ	200	g
sucre semoule　グラニュー糖	75	g
eau　水	200	cc
trimoline　トレモリン	40	g
jus de citron　レモンジュース	10	cc
jus de citron vert　ライムジュース	10	cc

材料・調味料	使用量	

製菓
一般実習

教育内容	
献立	
調理師科・高度調理経営科 NO.4	カルツォーネ
	ブルーベリー マフィン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パン生地の製法。
・膨張剤としてのイースト、ベーキングパウダーの扱いを知る。
・イタリアの惣菜パンについて。
・アメリカ発祥のカップケーキについて。

ポイント

・パン生地は良くこねることによりグルテンを最大に引き出す。
・中味の具材の挽き肉は塩胡椒を強めにする。(他が淡白なため)
・中の具材を包むとき、生地からはみ出ないようにする。
・マフィンは材料を合わせるとき、混ぜすぎない。
※ブルーベリーの色と生地の色がマーブルになるのが理想。

教育到達点

・カルツォーネの生地を丸くめん棒で伸し、具材をきれいに包んで成形できる。
・マフィンは順番通り合わせてマーブル状生地を型に入れて、焼ける。

評価の目安と方法	・生地の合わせ方、こね方がしっかりとできており、焼き上がりにふんわりとした食感を得られる。 ・具材の塩胡椒の味の付け方がしっかりできており、具材を生地で包み込んで、きれいに成形できている。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Calzone カルツォーネ	調理師科・高度調理経営科 **NO.4**	5人分

材料・調味料	使用量	
生地		
famire de force 強力粉	345	g
sel 塩	6	g
sucre 上白糖	3.7	g
levure sèche インスタントドライイースト	4.1	g
huile d' olive オリーブオイル	16	g
eau 水	215	g
トッピング		
huile d' olive オリーブオイル	1	大さじ
ail ニンニク	1	片
chair de viande 合挽肉	160	g
pâte de tomate トマトペースト	25	g
kechup aux tomates トマトケチャップ	1	大さじ
sel 塩	適量	
poivre コショウ	適量	
tomate トマト	1	ヶ
basilic バジル	6	枚
mozzarella モッツァレラチーズ	120	g
parmesan パルメザンチーズ	2	大さじ
仕上げ		
huile d' olive オリーブオイル	1	大さじ

材料・調味料	使用量
料理過程	
室温発酵　30 分	
↓	
分割・丸め　6 等分	
↓	
ベンチタイム　10 分	
↓	
成形　約 15cm 丸	
↓	
焼成　220℃　約 8 分	

製菓・製パン

献立名	番号	分量
Blue berry Muffin ブルーベリーマフィン	調理師科・高度調理経営科 **NO.4**	5人分

材料・調味料	使用量	
beurre　バター	60	g
sel　塩	1	つまみ
sucre　上白糖	110	g
œufs　卵	60	g
trimoline　トレモリン	40	g
farine　薄力粉	150	g
levure chimique ベーキングパウダー	5	g
lait　牛乳	50	g
crème45%　生クリーム	30	g
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
congelé de myrtille 冷凍ブルーベリー	90	g

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
調理師科・高度調理経営科 NO.5	シュー アラ クレーム	
	ケーク オ フィグ エ ドランジュ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・シュー生地の製法と原理。
・シュー生地を使用しての応用とバリエーション。
・クレームディプロマットについて。
・バターケーキの製法と応用。
・ベーキングパウダーの性質について。

ポイント

・シュー生地は牛乳とバターを沸騰させてから火を止めて粉を入れ、ダマができないようによく混ぜる。卵を少しずつ混ぜながら堅さ調節を行う。
・シュー生地を絞り出す時、絞り袋を動かさないでこんもり絞る。
・ケークオフィグエドランジュは生地に気泡を入れずに材料をすり合わせることにより、目の細かいしっとりとした生地に焼成する。

教育到達点

・シュー生地は堅さに気を付けて（宮島で生地を持ち上げて落とした時、三角形の生地が残るくらい）生地を作れる。
・クレームパティシエールはしっかりと煮上げる。
・生クリームの立てすぎに注意する。
・バターケーキのベーキングパウダー（膨張剤）の役割、性質が理解できる。

評価の目安と方法	・調節したシュー生地が天板に丸く絞られ、焼き上がりが丸く球体になる。 ・クレームパティシエールはしっかり火を入れて粉っぽさが残らないなめらかなクリームにまで煮れる。 ・生地に気泡を入れずに仕込み、焼き上がりがしっとりしている。

持ち物に関する注意事項

・焼き上がったシュー生地をスライサーで切る時、十分気をつける。

献立名	番号	分量
Choux à la crème シュー ア ラ クレーム	調理師科・高度調理経営科 **NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte à choux パータシュー		
beurre バター	36	g
eau 水	39	g
lait 牛乳	39	g
sel 塩	1	g
œufs 全卵	90	g
farine 薄力粉	48	g
Crème pâtissiere クレームパティシエール		
lait 牛乳	200	cc
vanille バニラビーンズ	1/4	本
jaune d'œufs 卵黄	2	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	43	g
farine 薄力粉	8	g
poudre a crème プードル・ア・クレーム	8	g
Crème diplomate クレームディプロマット		
crème pâtissiere クレームパティシエール	上記の物	
crème 45% 生クリーム	160	cc
sucre semoule グラニュー糖	11	g
cointreau コアントロー	10	cc

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ		
crème 生クリーム	150	cc
sucre semoule グラニュー糖	11	g
poudre décor プードルデコール	適量	
Pâte sable amande パートサブレアマンド		
beurre バター	140	g
sucre glace 粉糖	92	g
farine 薄力粉	200	g
amande アーモンド	40	g

献立名
Cake au figue et d'orange ケーク オ フィグ エ ドランジュ

番号	分量
調理師科・高度調理経営科 **NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
farine 薄力粉	65	g
poudre de noisette ヘーゼルナッツパウダー	25	g
levure chimique ベーキングパウダー	1.5	g
trimoline トレモリン	25	g
sucre semoule グラニュー糖	55	g
œufs 全卵	70	g
figue イチジク（コンポート）	75	g
orange confites オレンジピール	30	g
beurre バター	70	g

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.6	モンブラン パンナコッタ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・クレームダマンドの製法と応用。
・モンブラン用口金での絞り方を習う。
・イタリアの代表的なドルチェについて知る。

ポイント

・クレームダマンドの卵を加える際、分離しないよう混ぜる。
・モンブラン用口金でクリームを絞る時はらせん状に均等に巻きながら絞り上げる。
・パンナコッタの生クリームは沸騰寸前で火を止めて、ゼラチンを溶かす。
・とろみが出るまで、氷水で冷やし、型に流し込む。とろみが出ないまま流すと、バニラビーンズが沈んでしまうため。

教育到達点

・モンブランは中のクリーム、外のクリームが、らせん状に絞られている。
・パンナコッタは型に流し込み、冷えて固まって、型から抜く時が技術を伴う。お湯につけるタイミングが計れる。

評価の目安と方法	・モンブランの外側のクリームが、中が見えないようにらせん状に絞られている。 ・パンナコッタは流し込んだ型の原形を留めて、なおアシェットデセールとして盛られている。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Mont Blanc モンブラン	調理師科・高度調理経営科 **NO.6**	5人分

材料・調味料	使用量	
Crème d'amande　クレームダマンド		
beurre　バター	50	g
sucre glace　粉糖	50	g
œufs　全卵	40	g
poudre d'amande アーモンドプードル	25	g
poudre de niosette ヘーゼルナッツパウダー	25	g
rhum　ラム酒	5	cc
Crème de marron　マロンクリーム		
pate de marron 蒸し栗ペースト	200	g
beurre　バター	30	g
rhum　ラム酒	2.5	cc
クレームパティシエール　2班分		
lait　牛乳	70	g

材料・調味料	使用量	
jaune d'œufs　卵黄	1	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	15	g
farine　薄力粉	4	g
Crème fouettée　クレームフェテ		
crème　生クリーム	150	cc
Finition　仕上げ		
marron　栗	3	粒
poudre décor　プードルデコール	適量	

献立名	番号	分量
Panna cotta パンナコッタ	調理師科・高度調理経営科 **NO.6**	5人分

材料・調味料	使用量	
Panna cotta　パンナコッタ		
lait　牛乳	150	cc
crème 45%　生クリーム	350	cc
vanille　バニラビーンズ	1/2	本
sucre semoule　グラニュー糖	35	g
gelatiine　ゼラチン	7	g
Sauce passion mangue　パッションマンゴーフルーツソース		
purée de passion パッションピューレ	90	g
purée de mangue マンゴーピューレ	30	g
sucre semoule　グラニュー糖	25	g
eau　水	40	cc
fécule　コーンスターチ	4	g

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
kiwi　キウイ	1	ヶ
fraise　イチゴ	6	粒

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.7	ビュッシュ ド ノエル ブラウニー

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・ヨーロッパでのクリスマスの文化や歴史を知る。
・クリスマスの伝統的なケーキを学ぶ。
・クリスマスならではのプレゼンテーションの在り方を学ぶ。
・チョコレートの種類と扱い方。（ブラウニー）
・アシェットデセールに於ける盛り付け方。（ブラウニー）

ポイント

・ロールにする生地の仕込みは、立てたメレンゲと粉類を合わせたときに、混ぜすぎない。せっかくのメレンゲが死んでしまい、ふんわりとした生地に焼き上がらない。
・生地に生クリームのナッペして、ロール状に巻くときは、一気に巻いていく。
・チョコレートを湯せんで溶かす際、50℃以上に温度を上げないでとかす。（チョコレートの風味を大事にする）

教育到達点

・生地がしっかり仕込めて、パレットナイフを使いこなしてクリームを均一にナッペできる。
・ロールにクリームを塗り、クリスマスのデコレーションにふさわしい作品に仕上がっている。
・ブラウニーは材料がしっかり混ざり合うことで焼き上がりが均一になる。

評価の目安と方法	・生地はふんわりと焼き上がっている。 ・クレームシャンティーをぼそぼそになるまで立てすぎていない。 ・ロールが均等に巻かれている。 ・ブラウニーは製法の手順を守り、材料の合わせ方が適切である。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Bûche de Noël ビュッシュ ド ノエル	調理師科・高度調理経営科 **NO.7**	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuit leger cacao ビスキュイレジェールカカオ		
blanc d'œufs 卵白	3	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	75	g
jaune d'œufs 卵黄	5	ヶ
farine 薄力粉	40	g
poudre d'cacao ココアパウダー	20	g
beurre バター	30	g
Crème de marron マロンクリーム		
pâte de marron マロンペースト	200	g
crème de marron マロンクリーム	100	g
beurre バター	65	g
rhum ラム酒	5	cc
Crème chantilly クレームシャンティイ		
crème 生クリーム	200	cc
sucre semoule グラニュー糖	14	g

材料・調味料	使用量	
purée de framboise フランボワーズピューレ	30	g
framboise 冷凍フランボワーズ	10	g
Sirop シロップ（2台分）		
eau 水	50	cc
sucre semoule グラニュー糖	30	g
liquer de framboise フランボワーズリキュール	10	cc
Finition 仕上げ		
framboise フランボワーズ	3	ヶ
poudre décor プードルデコール	適量	
オーナメント		

献立名	番号	分量
Brownie ブラウニー	調理師科・高度調理経営科 **NO.7**	5 人分

材料・調味料	使用量	
sel 塩	0.5	g
beurre バター	55	g
vanille バニラビーンズ	1/6	本
sucre semoule グラニュー糖	65	g
œufs 全卵	1	ヶ
chocolat noir チョコレート	40	g
farine 薄力粉	30	g
noix クルミ	28	g
Finition 仕上げ		
fraise イチゴ	4	粒
frambiose フランボワーズ	6	粒
crème 38% 生クリーム	100	cc
poudre décor プードルデコール	適量	

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.8	リンゴのガレット
		ヴァニラ アイスクリーム

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パイ生地の種類とパートブリゼの製法。
・めん棒の扱い方。
・クレームダマンドの製法。
・アングレーズソースの製法。(復習)
・アイスクリームの製法に於ける衛生管理について。

ポイント

・キューブ状の冷えたバターと粉を合わせる手法（サブラージュ）に気をつける。
・めん棒での伸し方は、圧力のかけ方、打ち粉のタイミングが重要。
・アングレーズソースの火の入れ方のタイミング。
・雑菌が増えやすいアイスクリームはアイスクリームマシンの洗浄がいかに大事であるか。

教育到達点

・パートブリゼが均等に伸され、クレームダマンドもパレットナイフを使って平均にナッペできている。
・アングレーズソースにとろみがつき、滑らかな食感に仕上がっていること。

評価の目安と方法	・サブラージュを正確にやり、残りの材料をきちんと合わせられる。 ・めん棒をうまく使いこなして平均に伸ばせられる。 ・アングレーズはとろみがついて火から降ろすタイミングを理解できている。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Galette de pomme リンゴのガレット	調理師科・高度調理経営科 **NO.8**	5 人分

材料・調味料	使用量	
Pâte brisee　パートブリゼ（練りパイ）		
farine　薄力粉	60	g
farine force　強力粉	60	g
eau　水	45	g
sel　塩	3	g
beurre fermenter　発酵バター	100	g
※Sablage サブラージュ…粉類と油脂を手ですり混ぜ、そぼろ状にすること		
Crème d'amande　クレームダマンド		
beurre　バター	65	g
sucre glace　粉糖	65	g
œufs　全卵	1	ヶ
poudre d'amande　アーモンドパウダー	70	g

材料・調味料	使用量	
Sauce caramel　カラメルソース		
sucre semoule　グラニュー糖	70	g
lait　牛乳	70	g
crème 38%　生クリーム	100	g
beurre　バター	10	g
noix　クルミ	70	g
Finition　仕上げ		
pomme　リンゴ	1.5	ヶ
sucre de cannelle シナモンシュガー	適量	
beurre de fondu　溶かしバター	適量	

献立名	番号	分量
Glace au vanille ヴァニラアイスクリーム	調理師科・高度調理経営科 **NO.8**	5 人分

材料・調味料	使用量	
lait　牛乳	200	cc
crème 45%　生クリーム	200	cc
jaune d'œufs　卵黄	4	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	80	g
vanille　バニラビーンズ	1/3	本

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	調理師科・高度調理経営科 NO.9	ミックスベリーのタルト パヴェ オ ショコラ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パートについて。
・フォンサージュの仕方と焼成。
・チョコレートの種類と扱い方。
・チョコレートの乳化について。

ポイント

・めん棒で平均に伸ばした生地を型にはめ込む際、生地が切れないように、両手で弛みをつけて型取りする。
・チョコレートを湯せんで溶かす際、温度を上げないでとかす。(チョコレートの風味を大事にする)
・生クリームを沸騰させてチョコレートを溶かし乳化させる。一気に混ぜないで少しずつ生クリームを入れて合わせていく。

教育到達点

・パートシュクル、パートサブレ、パータフォンセの製法を知り、その１つのパートシュクルの用法を覚える。
・クレームダマンドの材料が良く合わさって焼き上がりがタルトのフチの同じ高さまで届いている。
・チョコレートの溶解温度、取り扱いについて、理解でき、扱える。

評価の目安と方法	・フォンサージュが正しく行われているか、練り過ぎて食感が固くなりすぎない。 ・チョコレートを乳化させる際、温度を守り、口どけの良いものができる。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Tarte au fruit rouge ミックスベリーのタルト	調理師科・高度調理経営科 **NO.9**	5 人分

材料・調味料	使用量	
Pâte sucre パートシュクレ		
beurre バター	100	g
sucre glace 粉糖	52	g
œufs 全卵	1/2	ヶ
farine 薄力粉	150	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	16	g
essence de vanille バニラエッセンス	適量	
Crème d'amande クレームダマンド		
beurre バター	65	g
sucre glace 粉糖	65	g
œufs 全卵	1	ヶ
poudre d'amande アーモンドパウダー	65	g

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ		
fraise イチゴ	15	粒
frambiose フランボワーズ	5	粒
myrtille ブルーベリー	5	粒
confiture framboise フランボワーズジャム	3	大さじ
cerfeuil セルフィーユ	適量	
Crème chantilly クレームシャンティイ		
crème 生クリーム	100	cc
sucre semoule グラニュー糖	7	g

献立名	番号	分量
Pave au chocolat パヴェ オ ショコラ	調理師科・高度調理経営科 **NO.9**	5 人分

材料・調味料	使用量	
chocolat au lait チョコレート（ミルク）	120	g
chocolat noir チョコレート（エキストラビター）	30	g
beurre de cacao カカオバター	15	g
crème 38% 生クリーム	80	g
Finition 仕上げ		
poudre d'cacao ココアパウダー	適量	

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 NO.10	苺のクロスタータ　苺のジェラート クラフティー・オー・フリュイ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・イタリアのタルトの製法を学ぶ。
・苺ピューレと牛乳でイタリアンジェラートを作る。
・フランス、リムーザン地方のゆるい生地とフルーツで焼いた伝統的なデザートを学ぶ。

ポイント

・パータフォンセを型に均一にフォンサージュを行い、ジャムを伸した後、残りの生地を美しく帯を作る。
・クラフティーのアパレイユはダマにならないように混ぜること。

教育到達点

・生地を均一にめん棒を使って伸ばすことが出来る。
・型にはめるので、帯状の生地も正確に貼ることが出来る。
・クラフティーのアパレイユはダマが出来ないよう仕込むことが出来る。

評価の目安と方法	・めん棒の扱い方、生地の扱いがスムーズであるかどうか。 ・クラフティーの中に入れるフルーツのカットが均一であるかどうか。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の扱い方　・ナイフの扱い方　・筆記用具

献立名	番号	分量
Crostata di fragola 苺のクロスタータ	高度調理経営科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pasta frola パータフォンセ		
burro　バター	60	g
zucchero　グラニュー糖	40	g
uovo　全卵	20	g
farina　薄力粉	60	g
farina di mandorla アーモンドパウダー	30	g

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
marmellata di fragola　イチゴジャム	150	g
guanto bosta di uovo battuto　塗り卵	適量	
panna montata　ホイップクリーム	50	g
fragola　イチゴ	6	ヶ
menta ミント	6	ヶ

献立名	番号	分量
strawberry milk gelato 苺ミルクジェラート	高度調理経営科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
purée de fraise　苺ピューレ	40	g
lait　牛乳	300	cc
crème 45%　生クリーム	85	cc
sucre semoule　グラニュー糖	35	g
sel　塩	1	g
stabilisateur　安定剤	2	g
gourmandise au fraise　グルマンディーズ	2	g

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Clafoutis aux fruits クラフティ　オー　フリュイ	高度調理経営科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
lait　牛乳	30	cc
crème　生クリーム38%	30	cc
vanille　バニラビーンズ	1/6	本
oeufs　全卵	50	g
sucre semoule　グラニュー糖	30	g
farine de riz　米粉	4	g
kirsch　キルシュ	7	g

材料・調味料	使用量	
Fruits フルーツ		
banane　バナナ	1/2	本
fraise　イチゴ	4	粒
kiwi　キウイ	1/2	ヶ
orenge　オレンジ	1/2	ヶ
pomme　リンゴ	1/4	ヶ
cerise　さくらんぼ	8	粒
sucre décor　デコールシュガー	適量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 NO.11	マカロン 抹茶のムース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・小菓子として、フランスの代表的なマカロンの製法を学ぶ。
・ゼラチンの使い方、生クリームの立て方と合わせ方。抹茶とホワイトチョコレートを使ってムースの製法を学ぶ。
・抹茶ゼリーを作成するにあたり、凝固剤の特性を学ぶ。

ポイント

・マカロンはメレンゲと粉を合わせて濃度に気を付けながら混ぜる。焼けて２枚を正確に貼り合わせることが出来る。
・生クリームは立て過ぎに注意すること。
・抹茶、ホワイトチョコレート、ゼラチンの混ぜたものは生クリームと合わせるときの温度に気を付けること。熱いのもダメ、冷たいのもダメ。

教育到達点

・マカロンはマカロナージュの製法をきちんと理解して焼けて、均一にムースが混ざり、食感が軽くて滑らかであること。
・カップにムース、ゼリーを流して、仕上げの材料が美しく盛り付けられていること。

評価の目安と方法	・マカロンは、ピエ(足）が出来ていて２枚がクリームときちんとサンドされているか。 ・材料の合わせ方を順序よく知り、均一に仕込めているかどうか。飾り付けの材料が美しく盛られ、カップデザートとしてのクオリティーが感じられているかどうか。

持ち物に関する注意事項

・ナイフの扱い方　・筆記用具　・試食セット

献立名	番号	分量
Macaron マカロン	高度調理経営科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
macaron base マカロン		
poudre d' amande　アーモンドパウダー	116	g
sucre glace　粉糖	116	g
blanc d' oeufs　卵白	48	g
sucre semoule グラニュー糖	125	g
eau　水	31	g
crème au beurre		
eau　水	45	g
suere semoule　グラニュー糖	60	g
jaune d'œufs　卵黄	3	ヶ
beurre　バター	165	g
vanille　バニラビーンズ	1/5	本

材料・調味料	使用量	
pâte d' pistche　ピスタチオペースト	15	g
kirsch　キルシュ	5	cc
gourmandise au fraise　グルマンディーズ	適量	

献立名	番号	分量
Mousee thé vert 抹茶のムース	高度調理経営科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
mousee thé vert 抹茶のムース		
poudre de thé vert　抹茶パウダー	15	g
sucre semoule　グラニュー糖	50	g
lait　牛乳	125	g
gelatine　板ゼラチン	7.5	g
chocolat blanc　ホワイトチョコレート	75	g
crème fouettée（35%）　生クリーム	250	g
gelee de　thé vert 抹茶のジュレ		
poudre de thé vert　抹茶パウダー	3	g
eau　水	250	g
carraghénane　カラギーナン	3	g
sucre semoule　グラニュー糖	20	g

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ材料		
fraise　イチゴ	5	ケ
pêche jaune　黄桃	2	ケ
かのこ豆	25	粒
menthe　ミント	5	枚
白玉	5	玉

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
高度調理製菓科 NO.1	ロゼット ショコラ オランジェ	
	サブレココ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・材料や器具を直接手で触れ、扱い方を習得する。
・絞り袋、口金の扱い方、絞り方（ローズ）の習得。
・材料名、作り方の手順をしっかりノートする。
・食材の特性について。

ポイント

・クッキーの生地の合わせ方。
・絞り袋を使って絞り出す力と、絞り方に注意する。
・クッキーを棒状に伸す際、同じ太さで均一に伸ばす。
・カットするとき、同じ幅で正確に切る。

教育到達点

・クッキー生地が正しく混ざり、しっかり絞り出してローズの形になるようにする。
・棒状の生地を同じ厚さでカットでき、天板に並べた際、形が丸く、同じになるようにする。

評価の目安と方法	・材料の説明を良く理解し、合わせ方を正確に行える。 ・器具を正しく扱い、衛生を考えながら作業が行える。 ・ローズの形が均一である。 ・棒状の生地を正確に伸して、均一にカットできる。

持ち物に関する注意事項

・ナイフの管理は慎重に・ノートの整理

献立名	番号	分量
Rosette chocolat orange ロゼット ショコラ オランジェ	高度調理製菓科 **NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
beurre バター	83	g
sucre glace 粉糖	83	g
jaune d'œufs 卵黄	3	ヶ
pâte d'orange オレンジペースト	15	g
farine 薄力粉	135	g
poudre d'cacao ココアパウダー	15	g
orange peel オレンジピール	20	g
pâte glacer パータグラッセ	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Sable coco サブレココ	高度調理製菓科 **NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
beurre バター	150	g
sucre glace 粉糖	60	g
jaune d'œufs 卵黄	2	ヶ
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
farine 薄力粉	160	g
coco fin ココナッツファイン	150	g
sucre semoule グラニュー糖	適量	

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.2	ピスタチオのバヴァロア ジュレ ド アグリューム

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・凝固剤を使って、流動する食材を合わせて１つの作品に仕上げる。
・アングレーズの製法。
・フルーツのカッティング。
・生クリームの種類と特性。

ポイント

・２種類の凝固剤（ゼラチン・カラギーナン）の特性と扱い方。
・生クリームの扱い方に注意。
・アングレーズソースを作るときのとろみのタイミングを計れることが大事である。

教育到達点

・凝固剤はそれぞれ正しい方法で混ぜ込むことができる。
・生クリームの立て方の目安が理解できる。
・アングレーズソースの煮上がりのタイミングを把握できる。
・フルーツカットが美しくできる。（ナイフの扱い）

評価の目安と方法	・手順通りに正しく食材を合わせていくことができる。 ・器具を正確に扱うことができる。

持ち物に関する注意事項

・フルーツカットの場合、日頃からナイフを研ぐ習慣がついていると美しいカッティングになるので、当然大事にしてほしい。

献立名	番号	分量
Bavaroise au pistache ピスタチオのバヴァロワ	高度調理製菓科 **NO.2**	5 人分

材料・調味料	使用量	
Bavaroise　バヴァロワ		
lait　牛乳	150	cc
gousse de vanille バニラビーンズ	1/4	本
jaune d'œufs　卵黄	2	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	30	g
pâte de pistache　ピスタチオペースト	25	g
gelatine　ゼラチン	3	g
kirsch　キルシュ	5	cc
crème 38%　生クリーム	130	cc
Sauce fraise　イチゴソース		
purée de fraise　イチゴピューレ	90	g
eau　水	50	cc
sucre semoule　グラニュー糖	25	g
fécule　コーンスターチ	3	g

材料・調味料	使用量	
jus de citron　レモンジュース	5	cc
gourmandise fraise グルマンディーズフレーズ	2.5	cc
congelé de fraise　冷凍イチゴ	100	g
Finition　仕上げ		
pistache　ピスタチオスライス	適量	

献立名	番号	分量
Gelée de agrume ジュレ ド アグリューム	高度調理製菓科 **NO.2**	5 人分

材料・調味料	使用量	
purée de Pabana パバナピューレ	80	g
jus d'ogange　オレンジジュース	100	cc
eau　水	180	g
sucre semoule　グラニュー糖	50	g
carraghénane　カラギーナン	5	g
Finition　仕上げ		
kiwi　キウイ	1	ヶ
pamplemousse グレープフルーツ	1	ヶ
orange　オレンジ	1	ヶ
menthe　ミント	適量	
zest de citron vert　ライムの皮	1/2	ヶ

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.3	フルーツのショートケーキ マンゴーのソルベ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・基本の生地、ジェノワーズの製法を学ぶ。
・卵の起泡性と温度の関係を知る。
・生クリームの立て方を知り、ショートケーキの組み立てとデコレーションを学ぶ。
・ソルベの製法。

ポイント

・卵と砂糖を湯煎で40℃まで温め、ミキサーで立てる。(リュバン状になるまで)
・クレームシャンティーは立て方に充分気をつけて扱う。
・パレットナイフの動かし方を知り、なめらかに均一に伸す。

教育到達点

・ふんわりとしたジェノワーズが仕上がること。
・生クリームを7分立てで作業し続けられる。
・パレットナイフで均一にナッペできる。
・組み立てたショートケーキをカットナイフで正確に切り分けられる。
・ソルベを作る際に、シロップをきちんと作ることができる。

評価の目安と方法	・組み立てたシュートケーキは正確にカットされて初めて、美しさを出す。また、最後に行うデコレーションはローズ絞りとシェル絞りがきちんとできている。 ・ソルベはディッシャーを使ってきれいに盛られる。

持ち物に関する注意事項

・波刃包丁の扱いには充分気をつける。
・ソルベを盛る際、ディッシャーの扱いをよく憶える。

献立名	番号	分量
Gâteau au fruits ガトーフリュイ	高度調理製菓科 **NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
Genoise　ジェノワーズ		
œufs　全卵	4	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	150	g
farine　薄力粉	135	g
beurre　バター	45	g
lait　牛乳	20	g
Crème chantilly　クレームシャンティイ		
crème　生クリーム	400	cc
sucre semoule　グラニュー糖	28	g
Sirop　シロップ		
sucre semoule　グラニュー糖	40	g
eau　水	80	cc
grand marnier　グランマニエ	10	cc

材料・調味料	使用量	
Fruits　フルーツ		
fraise　イチゴ	4	粒
melon　メロン	1/8	ヶ
pâche jaune　黄桃	1	ヶ
banane　バナナ	1/2	本
jus de citron　レモンジュース	5	cc
Finition　仕上げ		
fraise　イチゴ	3	粒
pistache　ピスタチオ	適量	

献立名	番号	分量
Sorbet au mangue マンゴーのソルベ	高度調理製菓科 **NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
purée de mangue　マンゴーピューレ	200	g
sucre semoule　グラニュー糖	75	g
eau　水	200	cc
trimoline　トレモリン	40	g
jus de citron　レモンジュース	10	cc
jus de citron vert　ライムジュース	10	cc

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.4	菓子パン （メロンパン、クランブルマロン、メープルノワ）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パンを作るにあたって、材料や器具を知り、製造工程を実習する。

ポイント

・パン生地の材料を混ぜたら、しっかりこねてグルテンを引き出し、一連の作業工程（発酵～焼成）をしっかり理解して行う。

教育到達点

・パン生地がしっかり出来て、めん棒をうまく扱って形良く成形し、焼けること。

評価の目安と方法	・パン生地を良くこねて、グルテンを引き出し、発酵から成形まで作業できること。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートは整理し、復習に努める。

献立名	番号	分量
菓子パン３種 （メロンパン、クランブルマロン、メープルノワ）	高度調理製菓科 **NO.4**	5人分

材料・調味料	使用量	
菓子パン生地		
farine force 強力粉	450	g
levure sèche インスタントドライイースト	9	g
sucre 上白糖	105	g
sel 塩	4.5	g
lait écrémé スキムミルク	9	g
œufs 全卵	80	g
eau 水	195	g
beurre バター	36	g
メロンパン生地※デモのみ		
beurre バター	23	g
sucre semoule グラニュー糖	43	g
jaune d'œufs 卵黄	10	g
blanc d'œufs 卵白	11	g
farine 薄力粉	80	g
クランブル生地		
beurre バター	15	g
cassonade カソナード	15	g
farine 薄力粉	19	g
cannelle シナモン	0.1	g
amande emince アーモンドスライス	8	g
crème de marron マロンクリーム	80	g
confiture de cassis カシスジャム	15	g

材料・調味料	使用量	
メープル　ノワ		
beurre バター	40	g
sucre d'érable メープルシュガー	20	g
raisin au rhum ラムレーズン	80	g
noix クルミ	60	g
アイシング		
sucre glace 粉糖	30	g
sirop d'érable メープルシロップ	15	g
eau 水	5	g
仕上げ材料		
sucre semoule グラニュー糖	適量	
oeufs 塗玉	適量	

ホイロ　温度　30℃　　湿度　85%

一次発酵　35分

分割・丸め　メロンパン　40g×6ヶ　　残り生地 2等分

ベンチタイム　10分

成形

·メロンパン 丸

·クランブルマロン　めん棒でのばす　横 20cm ×縦 40cm
ロール状　6 カット

·メープルノワ　めん棒でのばす　横 35cm ×縦 25cm
ロール状　8カット

二次発酵 30分

焼成 オーブン温度　190℃

メロンパン 10分

クランブルマロン 13分

メープルノワ 25分

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.5	シュー アラ クレーム シュースワン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・シュー生地の製法と原理。
・シュー生地を使用しての応用とバリエーション。
・クレームディプロマットについて。

ポイント

・シュー生地は牛乳とバターを沸騰させてから火を止めて粉を入れ、ダマができないようによく混ぜる。卵を少しずつ混ぜながら堅さ調節を行う。
・シュー生地を絞り出す時、絞り袋を動かさないでこんもり絞る。
・シュー生地でスワンの首を絞る際は、口金を離して出して、ゆっくり形づけて絞っていく。

教育到達点

・シュー生地は堅さに気をつけて（宮島で生地を持ち上げて落とした時、三角形の生地が残るくらい）生地を作れる。
・クレームパティシエールはしっかりと煮上げる。
・生クリームの立てすぎに注意している。
・絞り袋を使って、正確にそれぞれを絞られる。

評価の目安と方法	・調節したシュー生地が天板に丸く絞られ、焼き上がりが丸く球体になる。またスワンの絞り（胴体と首）ができる。 ・クレームパティシエールはしっかり火を入れて粉っぽさが残らないなめらかなクリームにまで煮れる。

持ち物に関する注意事項

・焼き上がったシュー生地をスライサーで切る時、十分気をつける。

献立名	番号	分量
Choux à la crème ／ Cygne シュー ア ラ クレーム／シーニュ	高度調理製菓科 **NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte à choux パータシュー		
beurre バター	54	g
eau 水	59	g
lait 牛乳	59	g
sel 塩	1	g
œufs 全卵	135	g
farine 薄力粉	72	g
Crème pâtissiere クレームパティシエール		
lait 牛乳	250	cc
vanille バニラビーンズ	1/3	本
jaune d'œufs 卵黄	2	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	55	g
farine 薄力粉	12	g
poudre a crème プードル ア クレーム	12	g
Crème diplomate クレームディプロマット		
crème pâtissiere クレームパティシエール	上記の物	
crème 45% 生クリーム	200	cc
sucre semoule グラニュー糖	14	g
Crème diplomate thé vert 抹茶のクレームディプロマット		
crème diplomate 上記のクレームディプロマット	200	g
thé vert 抹茶	1.5	g
eau 水	10	g

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ		
crème 生クリーム	250	cc
sucre semoule グラニュー糖	18	g
poudre décor プードルデコール	適量	
Pâte sable amande パートサブレアマンド		
beurre バター	140	g
sucre glace 粉糖	92	g
farine 薄力粉	200	g
amande アーモンド	40	g

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.6	モンブラン ケーク オ フィグ エ ドランジェ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・クレームダマンドの製法と応用。
・モンブラン用口金での絞り方を習う。
・バターケーキの製法と応用。
・ベーキングパウダーの性質について。

ポイント

・クレームダマンドの卵を加える際、分離しないよう混ぜる。
・モンブラン用口金でクリームを絞る時はらせん状に均等に巻きながら絞り上げる。
・ケークオフィグエドランジュは生地に気泡を入れずに材料をすり合わせることにより、目の細かいしっとりとした生地に焼成する。

教育到達点

・モンブランは中のクリーム、外のクリームがらせん状に絞られている。
・バターケーキのベーキングパウダー（膨張剤）の役割、性質が理解できる。

評価の目安と方法	・モンブランの外側のクリームが、中が見えないようにらせん状に絞られている。 ・生地に気泡を入れずに仕込み、焼き上がりがしっとりしている。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Mont Blanc モンブラン	高度調理製菓科 **NO.6**	5人分

材料・調味料	使用量	
Crème d'amande　クレームダマンド		
beurre　バター	50	g
sucre glace　粉糖	50	g
œufs　全卵	40	g
poudre d'amande アーモンドプードル	25	g
poudre de niosette ヘーゼルナッツパウダー	25	g
rhum　ラム酒	5	cc
Crème de marron　マロンクリーム		
pâte de marron 蒸し栗ペースト	200	g
beurre　バター	30	g
rhum　ラム酒	2.5	cc
クレームパティシエール　2班分		
lait　牛乳	70	g

材料・調味料	使用量	
jaune d'œufs　卵黄	1	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	15	g
farine　薄力粉	4	g
Crème fouettée　クレームフェテ		
crème　生クリーム	150	cc
Finition　仕上げ		
marron　栗	3	粒
poudre décor　プードルデコール	適量	

献立名	番号	分量
Cake au figue et d'orange ケーク オ フィグ エ ドランジュ	高度調理製菓科 **NO.6**	5人分

材料・調味料	使用量	
farine　薄力粉	65	g
poudre de noisette ヘーゼルナッツパウダー	25	g
levure chimique　ベーキングパウダー	1.5	g
trimoline　トレモリン	25	g
sucre semoule グラニュー糖	55	g
œufs　全卵	70	g
figue　イチジク（コンポート）	75	g
orange confites　オレンジピール	30	g
beurre　バター	70	g

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.7	ビュッシュ ド ノエル ブラウニー

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・ヨーロッパでのクリスマスの文化や歴史を知る。
・クリスマスの伝統的なケーキを学ぶ。
・クリスマスならではのプレゼンテーションの在り方を学ぶ。
・チョコレートの種類と扱い方。
・アシェットデセールに於ける盛り付け方。

ポイント

・ロールにする生地の仕込みは、立てたメレンゲと粉類を合わせたときに、混ぜすぎないこと。せっかくのメレンゲが死んでしまい、ふんわりとした生地に焼きあがらない。
・生地に生クリームのナッペして、ロール状に巻くときは、一気に巻いていく。
・チョコレートを湯せんで溶かす際、50℃以上に温度を上げないでとかす。(チョコレートの風味を大事にする)

教育到達点

・生地がしっかり仕込めて、パレットナイフを使いこなしてクリームを均一にナッペできる。
・ロールにクリームを塗り、薪の形になるようクリスマスのデコレーションにふさわしい作品に仕上がっている。
・ブラウニーは材料がしっかり混ざり合うことで焼き上がりが均一になる。

評価の目安と方法	・生地はふんわりと焼き上がっている。 ・クレームシャンティーをぼそぼそになるまで立てすぎていない。 ・ロールが均等に巻かれている。 ・ブラウニーは焼き菓子としての手順を守り、材料の合わせ方が適切である。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Bûche de Noël ビュッシュ ド ノエル	高度調理製菓科 **NO.7**	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuit leger cacao ビスキュイレジェールカカオ		
blanc d'œufs　卵白	3	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	75	g
jaune d'œufs　卵黄	5	ヶ
farine　薄力粉	40	g
poudre d'cacao　ココアパウダー	20	g
beurre　バター	30	g
Crème de marron　マロンクリーム		
pâte de marron　マロンペースト	200	g
crème de marron マロンクリーム	100	g
beurre　バター	65	g
rhum　ラム酒	5	cc
Crème chantilly クレームシャンティイ		
crème　生クリーム	200	cc
sucre semoule　グラニュー糖	14	g

材料・調味料	使用量	
purée de framboise フランボワーズピューレ	30	g
framboise 冷凍フランボワーズ	10	g
Sirop　シロップ（2台分）		
eau　水	50	cc
sucre semoule　グラニュー糖	30	g
liquer de framboise フランボワーズリキュール	10	cc
Finition　仕上げ		
framboise　フランボワーズ	3	ヶ
poudre décor　プードルデコール	適量	
オーナメント		

献立名	番号	分量
Brownie ブラウニー	高度調理製菓科 **NO.7**	5 人分

材料・調味料	使用量	
sel　塩	0.5	g
beurre　バター	55	g
vanille　バニラビーンズ	1/6	本
sucre semoule　グラニュー糖	65	g
œufs　全卵	1	ヶ
chocolat noir　チョコレート	40	g
farine　薄力粉	30	g
noix　クルミ	28	g
Finition　仕上げ		
fraise　イチゴ	4	粒
frambiose　フランボワーズ	6	粒
crème 38%　生クリーム	100	cc
poudre décor　プードルデコール	適量	

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.8	リンゴのガレット ヴァニラ アイスクリーム

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パイ生地の種類とパートブリゼの製法。
・めん棒の扱い方。
・クレームダマンドの製法。
・アングレーズソースの製法（復習）。
・アイスクリームの製法に於ける衛生管理について。

ポイント

・キューブ状の冷えたバターと粉を合わせる手法（サブラージュ）に気をつける。
・めん棒での伸し方は、圧力のかけ方、打ち粉のタイミングが重要。
・アングレーズソースの火の入れ方のタイミング。
・雑菌が増えやすいアイスクリームはアイスクリームマシンの洗浄がいかに大事であるか。

教育到達点

・パートブリゼが均等に伸され、クレームダマンドもパレットナイフを使って平均にナッペできている。
・アングレーズソースにとろみがつき、滑らかな食感に仕上がっている。

評価の目安と方法	・サブラージュを正確にやり、残りの材料をきちんと合わせられる。 ・めん棒をうまく使いこなして平均に伸ばせられる。 ・アングレーズはとろみがついて火から降ろすタイミングを理解できている。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Galette de pomme リンゴのガレット	高度調理製菓科 **NO.8**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte brisee　パートブリゼ（練りパイ）		
farine　薄力粉	60	g
farine force　強力粉	60	g
eau　水	45	g
sel　塩	3	g
beurre fermenter　発酵バター	100	g
※Sablage サブラージュ…粉類と油脂を手ですり混ぜ、そぼろ状にすること		
Crème d'amande　クレームダマンド		
beurre　バター	65	g
sucre glace　粉糖	65	g
œufs　全卵	1	ヶ
poudre d'amande　アーモンドパウダー	70	g

材料・調味料	使用量	
Sauce caramel　カラメルソース		
sucre semoule　グラニュー糖	70	g
lait　牛乳	70	g
crème 38%　生クリーム	100	g
beurre　バター	10	g
noix　クルミ	70	g
Finition　仕上げ		
pomme　リンゴ	1.5	ヶ
sucre de cannelle シナモンシュガー	適量	
beurre de fondu　溶かしバター	適量	

献立名	番号	分量
Glace au vanille ヴァニラアイスクリーム	高度調理製菓科 **NO.8**	5人分

材料・調味料	使用量	
lait　牛乳	200	cc
crème 45%　生クリーム	200	cc
jaune d'œufs　卵黄	4	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	80	g
vanille　バニラビーンズ	1/3	本

材料・調味料	使用量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 NO.9	ミックスベリーのタルト ヴァプール ショコラ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パートについて。
・フォンサージュの仕方と焼成。
・チョコレートの種類と扱い方。
・チョコレートの乳化について。
・メレンゲの立て方について。
・湯せん焼きについて理解する。

ポイント

・めん棒で平均に伸ばした生地を型にはめ込む際、生地が切れないように、両手で弛みをつけて型取りする。
・チョコレートを湯せんで溶かす際、50℃以上に温度を上げないでとかす。(チョコレートの風味を大事にする。
・メレンゲの立て方に注意してチョコレートのアパレイユに合わせる際、混ぜすぎると生地が湯せん焼きの際上りが悪くなるので気をつける。

教育到達点

・パートシュクル、パートサブレ、パータフォンセの製法を知り、その１つのパートシュクルの用法を覚える。
・クレームダマンドの材料が良く合わさって焼き上がりがタルトのフチの同じ高さまで届いている。
・チョコレートの溶解温度、取り扱いについて、理解でき、扱える。
・メレンゲの立て方を理解して、きめの細かいメレンゲができる。

評価の目安と方法	・フォンサージュが正しく行われているか、練り過ぎて食感が固くなりすぎない。 ・チョコレートを乳化させる際、温度を守り、口どけの良いものができる。 ・チョコレートのアパレイユにメレンゲがきれいに合わせることができる。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Tarte au fruit rouge ミックスベリーのタルト	高度調理製菓科 **NO.9**	5 人分

材料・調味料	使用量	
Pâte sucre パートシュクレ		
beurre バター	100	g
sucre glace 粉糖	52	g
œufs 全卵	1/2	ヶ
farine 薄力粉	150	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	16	g
essence de vanille バニラエッセンス	適量	
Crème d'amande クレームダマンド		
beurre バター	65	g
sucre glace 粉糖	65	g
œufs 全卵	1	ヶ
poudre d'amande アーモンドパウダー	65	g

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ		
fraise イチゴ	15	粒
frambiose フランボワーズ	5	粒
myrtille ブルーベリー	5	粒
confiture framboise フランボワーズジャム	3	大さじ
cerfeuil セルフィーユ	適量	
Crème chantilly クレームシャンティイ		
crème 生クリーム	100	cc
sucre semoule グラニュー糖	7	g

献立名	番号	分量
Vapeure chocolat ヴァプール ショコラ	高度調理製菓科 **NO.9**	5 人分

材料・調味料	使用量	
Pâte パート		
graham cracker グラハムクラッカー	75	g
sucre vanille バニラシュガー	24	g
beurre バター	35	g
Appareil chocolat アパレイユ ショコラ		
chocolat noir チョコレート（スイート）	56	g
beurre バター	42	g
jaune d'œufs 卵黄	2	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	28	g
crème 45% 生クリーム	45	cc
poudre de cacao ココアパウダー	32	g
farine 薄力粉	14	g
blanc d'œufs 卵白	85	g
sucre semoule グラニュー糖	55	g

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ		
poudre décor デコールシュガー	適量	
chocolat noir チョコレート（スイート）	適量	
crème 45% 生クリーム	100	cc

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 NO.10	苺のクロスタータ　苺のジェラート	
	クラフティー・オー・フリュイ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・イタリアのタルトの製法を学ぶ。
・苺ピューレと牛乳でイタリアンジェラートを作る。
・フランス、リムーザン地方のゆるい生地とフルーツで焼いた伝統的なデザートを学ぶ。

ポイント

・パータフォンセを型に均一にフォンサージュを行い、ジャムを伸した後、残りの生地を美しく帯を作る。
・クラフティーのアパレイユはダマにならないように混ぜること。

教育到達点

・生地を均一にめん棒を使って伸ばすことが出来る。
・型にはめるので、帯状の生地も正確に貼ることが出来る。
・クラフティーのアパレイユはダマが出来ないよう仕込むことが出来る。

評価の目安と方法	・めん棒の扱い方、生地の扱いがスムーズであるかどうか。 ・クラフティーの中に入れるフルーツのカットが均一であるかどうか。

持ち物に関する注意事項

・めん棒の扱い方　・ナイフの扱い方　・筆記用具

献立名	番号	分量
Crostata di fragola 苺のクロスタータ	高度調理経営科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pasta frola パータフォンセ		
burro　バター	60	g
zucchero　グラニュー糖	40	g
uovo　全卵	20	g
farina　薄力粉	60	g
farina di mandorla アーモンドパウダー	30	g

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
marmellata di fragola　イチゴジャム	150	g
guanto bosta di uovo battuto　塗り卵	適量	
panna montata　ホイップクリーム	50	g
fragola　イチゴ	6	ヶ
menta ミント	6	ヶ

献立名	番号	分量
strawberry milk gelato 苺ミルクジェラート	高度調理経営科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
purée de fraise　苺ピューレ	40	g
lait　牛乳	300	cc
crème 45%　生クリーム	85	cc
sucre semoule　グラニュー糖	35	g
sel　塩	1	g
stabilisateur　安定剤	2	g
gourmandise au fraise　グルマンディーズ	2	g

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Clafoutis aux fruits クラフティ　オー　フリュイ	高度調理経営科 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
lait　牛乳	30	cc
crème　生クリーム38%	30	cc
vanille　バニラビーンズ	1/6	本
oeufs　全卵	50	g
sucre semoule　グラニュー糖	30	g
farine de riz　米粉	4	g
kirsch　キルシュ	7	g

材料・調味料	使用量	
Fruits フルーツ		
banane　バナナ	1/2	本
fraise　イチゴ	4	粒
kiwi　キウイ	1/2	ヶ
orenge　オレンジ	1/2	ヶ
pomme　リンゴ	1/4	ヶ
cerise　さくらんぼ	8	粒
sucre décor　デコールシュガー	適量	

製菓 一般実習	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 NO.11	マカロン 抹茶のムース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・小菓子として、フランスの代表的なマカロンの製法を学ぶ。
・ゼラチンの使い方、生クリームの立て方と合わせ方。抹茶とホワイトチョコレートを使ってムースの製法を学ぶ。
・抹茶ゼリーを作成するにあたり、凝固剤の特性を学ぶ。

ポイント

・マカロンはメレンゲと粉を合わせて濃度に気を付けながら混ぜる。焼けて２枚を正確に貼り合わせることが出来る。
・生クリームは立て過ぎに注意すること。
・抹茶、ホワイトチョコレート、ゼラチンの混ぜたものは生クリームと合わせるときの温度に気を付けること。熱いのもダメ、冷たいのもダメ。

教育到達点

・マカロンはマカロナージュの製法をきちんと理解して焼けて、均一にムースが混ざり、食感が軽くて滑らかであること。
・カップにムース、ゼリーを流して、仕上げの材料が美しく盛り付けられていること。

評価の目安と方法	・マカロンは、ピエ(足）が出来ていて２枚がクリームときちんとサンドされているか。 ・材料の合わせ方を順序よく知り、均一に仕込めているかどうか。飾り付けの材料が美しく盛られ、カップデザートとしてのクオリティーが感じられているかどうか。

持ち物に関する注意事項

・ナイフの扱い方　・筆記用具　・試食セット

献立名	番号	分量
Macaron マカロン	高度調理経営科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
macaron base マカロン		
poudre d' amande　アーモンドパウダー	116	g
sucre glace　粉糖	116	g
blanc d' oeufs　卵白	48	g
sucre semoule グラニュー糖	125	g
eau　水	31	g
crème au beurre		
eau　水	45	g
suere semoule　グラニュー糖	60	g
jaune d'œufs　卵黄	3	ヶ
beurre　バター	165	g
vanille　バニラビーンズ	1/5	本

材料・調味料	使用量	
pâte d' pistche　ピスタチオペースト	15	g
kirsch　キルシュ	5	cc
gourmandise au fraise　グルマンディーズ	適量	

献立名	番号	分量
Mousee thé vert 抹茶のムース	高度調理経営科 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
mousee thé vert 抹茶のムース		
poudre de thé vert　抹茶パウダー	15	g
sucre semoule　グラニュー糖	50	g
lait　牛乳	125	g
gelatine　板ゼラチン	7.5	g
chocolat blanc　ホワイトチョコレート	75	g
crème fouettée（35%）　生クリーム	250	g
gelee de　thé vert 抹茶のジュレ		
poudre de thé vert　抹茶パウダー	3	g
eau　水	250	g
carraghénane　カラギーナン	3	g
sucre semoule　グラニュー糖	20	g

材料・調味料	使用量	
Finition 仕上げ材料		
fraise　イチゴ	5	ケ
pêche jaune　黄桃	2	ケ
かのこ豆	25	粒
menthe　ミント	5	枚
白玉	5	玉

第4章

［特別講義］

教育形態	教育内容
特別講義	外食産業界第一線で活躍されているシェフや料理長などから講義・実習を通して直接指導を受ける。

授業の方法			教育目標
講義・実習			卓越した調理技術を有し料理に対する造詣の深い実際に外食産業の第一線で活躍する業態・業種・職種各分野を代表する先生方を招き直接的に豊富な知識・技術指導を受けることにより職業性の意識向上を目的とする。
時間数		担当者名	
8回	24時間	実習課担当職員	

教育手法

西洋料理	NO.1	帝国ホテル	総料理長 田中 健一郎 先生	・蕪のクリームスープ ・若鶏のソテー マレンゴ風
	NO.2	ラ・ベットラ・ダ・オチアイ	オーナーシェフ 落合 務 先生	・仔羊のカツレツ ・ボスカイオーラ ・ロマノフ
日本料理	NO.1	東京会館『八千代』	総料理長 鈴木 直登 先生	・煮物 ・刺身 ・焼物
	NO.2	日本調理師京友会	代表取締役所長 渡辺 要 先生	・御節料理
中国料理	NO.1	ホテルニューオータニ	大観苑 料理長 黒岩 利夫 先生	・フカヒレの姿煮 ・鯛の網飾り蒸し ・若鶏と筍、椎茸の煮込み
	NO.2	赤坂四川飯店	代表取締役会長 陳　建一 先生	・陳麻婆豆腐 ・香菇湯 ・宮保鶏丁
製菓・製パン	NO.1	ザ・プリンス・パークタワー東京	製菓総料理長 内藤 武志 先生	・ノスタルジー
	NO.2	グランドハイアット東京	ペストリーシェフ 金子 浩 先生	・ライスクリスピーチョコレートムース

教育到達点

今現場で求められている知識、技術を知り、より深い職業性の理解と共に自らの将来設計につなげることを目標とする。

評価の目安と方法	出席状況及び受講態度に加え、各授業では担当教員より、調理作業、料理の出来映えなど総合的に評価が行われ、学期末の筆記試験において理解度を確認し評価とする。

西洋 特別講義	教育内容	
	献立	
特別講義 西洋 NO.1	蕪のクリームスープ	
	若鶏のソテー　マレンゴ風	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	帝国ホテル 総料理長　田中 健一郎 先生

目的

・鶏のおろし方を覚える（復習）。
・鶏の火の入れ方。
・蕪のクリームスープの作り方。

ポイント

・鶏を骨付きできちんと掃除ができる。
・鶏のソースを煮詰めすぎない。
・スープは皮付きのまま調理し香りを残すため漉さない。

教育到達点

・きちんと鶏の掃除、ソースの濃度を仕上げる。
・スープは白く仕上げるため焦がさない。

評価の目安と方法	・鶏肉はきちんと焼き色をつけソースが煮詰まりすぎないようにする。 ・スープは白く仕上げ濃度もきちんとする。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・試食セット

献立名	番号	分量
Potage de navet à la crème 蕪のクリームスープ	特別講義 西洋 **NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
navet 蕪 (皮付きのまま)	500	g
oignon 玉葱	30	g
naga-negi 長ねぎ	20	g
fond blanc de volaille フォン ブラン	1.2	ℓ
crème 生クリーム	150	cc
beurre バター	30	g
sel 塩	適量	
poivre 胡椒	適量	
ciboulette シブレット	1/2	大さじ
bacon ベーコン	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Poulet sauté Marengo 若鳥のソテー マレンゴ風	特別講義 西洋 **NO.1**	5 人分

材料・調味料	使用量	
poulet (胸・腿4つ取り、1kg位のもの)	5	枚
tomate トマト	2	個
champignon de paris マッシュルーム	200	g
oignon 玉葱	200	g
ail ニンニク	20	g
vin blanc 白ワイン	180	g
fond de veau フォン ド ヴォー	200	cc
persil パセリ	1	大さじ
huile de salade サラダ油	適量	
beurre de clarifier 澄ましバター	適量	
croûton クルトン	5	枚
œuf frit 揚げ卵	5	個
crevette エビ	20	本
sel 塩	適量	
poivre 胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	

西洋 特別講義	教育内容	
	献立	
特別講義 西洋 NO.2	仔羊のカツレツ ボスカイオーラ ロマノフ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	ラ・ベットラ・ダ・オチアイ オーナーシェフ 落合 務 先生

目的

・パスタを茹でる時の塩分濃度とアルデンテに茹で上げる時間の目安を覚える。
・仔羊のカツレツの焼き方と火加減を覚える。
・メレンゲと生クリームのホイップの立て方を覚える。

ポイント

・パスタ自体にも味を付けるため塩分濃度は1～5%にする。
・パスタのソースが仕上がってからパスタを茹で始める。
・仔羊は表面は強火で色をつけ裏返したら弱火で火を入れる。
・メレンゲはしっかりと立てる。

教育到達点

・パスタを茹でる時の塩分濃度を覚える。
・仔羊の掃除の仕方を覚える。

評価の目安と方法	・パスタを茹でる時のお湯の塩分濃度がきちんとできている。 ・パスタを茹でる時のタイミングが大丈夫である。 ・メレンゲをしっかりと立てている。 ・仔羊の焼き加減がきちんとできている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

献立名	番号	分量
Costoletta d'agnello con la mozzarella 仔羊のカツレツ モッツァレラチーズのせ	特別講義 西洋 **NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
costoletta d'agnello 骨付き仔羊のロース肉	5	本
acciuga アンチョビ	2	枚
mozzarella モッツァレラチーズ	1/2	pc
limone レモン	1	個
uova sbattute 溶き卵	適量	
farina forte 強力粉	適量	
pangrattato パン粉	適量	
olio d'oliva オリーブオイル	40	cc
sale・pepe 塩・胡椒	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Spaghetti alla Boscaiola ボスカイオーラ	特別講義 西洋 **NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
spaghetti スパゲティーニ	350	g
tonno alalunga ツナ缶	2	缶
prugnolo シメジ	2	pc
cipolla オニオン	1	個
olive nere 黒オリーブ	16	粒
olive dolci オリーブ	16	粒
pomodoro ホールトマト缶	700	g

材料・調味料	使用量	
prezzemolo イタリアンパセリ	適量	
aglio ニンニク	2	片
peperoncino 赤唐辛子	1	粒
olio extravergine d'oliva エキストラバージンオリーブオイル	30	cc
sale・pepe 塩・胡椒	適量	

献立名	番号	分量
Romanof ロマノフ	特別講義 西洋 **NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
uova タマゴ	2	個
mascarpone マスカルポーネ	100	g
panna 生クリーム	300	cc
fragole イチゴ	1	pc
zucchero semolato グラニュー糖	40	g
cacao ココアパウダー	適量	

材料・調味料	使用量	

日本 特別講義	教育内容	
	献立	
特別講義 日本 NO.1	煮物	
	刺身	
	焼物	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	東京会館『八千代』総料理長　鈴木 直登 先生

目的

・桂剥きの重要性。
・三枚おろし以外の魚のおろし方。
・前盛りの必要性、意味。
・串の打ち方、焼台の使い方。

ポイント

・魚を料理に合わせたおろし方にする。
・魚の下味（塩加減）、漬け込み加減。
・魚の焼き加減の見極め。

教育到達点

・切り物を均一にする。
・美味しいと言われる味付けができる。
・色々な魚のおろし方の確認。
・器具（焼台）の使い方を覚える
・それぞれの料理に美しい盛り付けをする。

評価の目安と方法	・器に合う大きさや形の判断力。 ・背開きおろしができるように。 ・一番きれいな焼色の判断力。 ・売れる盛り付け。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・筆記用具・試食セット

献立名	番号	分量
煮物 『茶巾とろろ、地鳥土佐煮』 糸人参　青味	特別講義 日本 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
油揚	3	枚
山芋	200	g
銀杏	6	個
椎茸	1.5	枚
チーズ	25	g
乾瓢（茹で）	1	m
地鳥腿肉	1	枚
人参	5	cm
隠元	6	本

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
作り 『鯛姿作り』妻、色々	特別講義 日本 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
小鯛	1	尾
妻	1	式

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
焼物 『鯵鹿の子焼き』酢漬大根	特別講義 日本 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
鯵	5	本
大根	200	g
卵黄	2	個

材料・調味料	使用量	

日本 特別講義	教育内容	
	献立	
	特別講義 日本 NO.2	御節料理

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	日本調理師京友会 代表取締役所長　渡辺 要 先生

目的

・御節の意味、しきたり等を学びながら調理する。
・重箱の盛り付ける順番、盛り付け方。
・長期保存に適した下処理、下ごしらえ。

ポイント

・桂剥きを長く、薄く、真っ直ぐむく。
・甘酢漬けは下漬け、本漬けを行い保存を良くする。
・金団の練り込み前の下処理をしっかり行う。
・生身の酢〆をしっかり行い形良く仕上げる。
・鰤照り焼きの照り加減、焼き加減。
・盛り付けの重要性。

教育到達点

・野菜の塩漬けから酢漬けの２段漬けの意味を理解する。
・練り仕事の火加減、練り加減。
・焼物の火加減、火の通し加減。
・タレの煮詰め加減。

評価の目安と方法	・野菜の切り方、むき方が一定している。 ・火に使われるのではなく火を使いこなしている。 ・蒸す、焼く、煮詰める等の１番良い状態を見極められる。 ・美しい盛り付けができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・講義ノート・筆記用具・試食セット

献立名	番号	分量
御節料理	特別講義 日本 NO.2	5人分

材料・調味料	使用量	
蟹奉書巻		
蟹蒲鉾	6	本
大根	2	本
菊花大根		
奉書巻の大根の芯		
鷹の爪	1	本
紅白膾（春子鯛笹漬け一人一枚）		
奉書巻の大根残り		
春子鯛	5	枚
人参4 ～ 5cm	1/2	本
柚子	1/4	個
栗金団		
薩摩芋	300	g
栗蜜煮	5	個
梔子	1	本
水飴	21	g
小川サーモン		
ソフトサーモン2×2×9cm	1	本
すり身	50くらい	g
卵白	1/4	個

材料・調味料	使用量	
鉄扇松風雲丹焼		
鶏挽肉	200	g
卵白	0.6	個
出汁	60	cc
パン粉	30	g
玉葱	1/10	個
生姜おろし	200	g
鰤照焼き		
鰤	5	枚
小麦粉	2	大さじ
焼ダレ	50	cc
酒	50	cc
水	50	cc
砂糖	1	大さじ
甘酢		
水	300	cc
酢	300	cc
砂糖	100	g
塩	適量	

日本料理

中国 特別講義	教育内容	
	献立	
特別講義 中国 NO.1	フカヒレの姿煮(デモのみ)	
	鯛の網飾り蒸し	
	若鶏と筍、椎茸の煮込み	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	ホテルニューオータニ『大観苑』料理長　黒岩 利夫 先生

目的

・フカヒレの戻し方。
・魚（鯛）のおろし方。
・鶏モモの切り方。
・煮込み方。

ポイント

・フカヒレの戻し方、煮込み方法を理解する。
・魚の構造を理解し、綺麗におろす。
・鶏もも肉は大きさが均等になるように切る。
・火の通り具合を見ながら煮込む。

教育到達点

・魚が綺麗におろせている。
・鶏もも肉が火が通しすぎていないか。
・片栗粉で適度なとろみをつけられているか。

評価の目安と方法	・骨に身が少なく綺麗に三枚おろしできている。 ・鶏もも肉が同じような大きさに切れている。 ・煮込みすぎて硬くならず仕上げられている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
紅焼扒翅（デモのみ） フカヒレの姿煮	特別講義 中国 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
尾翅 吉切鮫尾ビレ	1	枚
大葱 長葱	2	cm
青梗菜 チンゲンサイ		

材料・調味料	使用量	
葱油 ねぎ油		
醤油		
酒		
毛湯		
砂糖		
味精		
胡椒		
鶏油 トリ油		
豆粉水 水溶き片栗粉		

献立名	番号	分量
清蒸麻花鮮魚 鮮魚の編み飾り蒸し	特別講義 中国 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
鮮魚　鯛	約1	kg
大葱　長葱	1/4	本
紅・黄柿椒　赤・黄パプリカ	各1/4	ケ
香菜　パクチー	2	本
薑　生姜	1/2	ケ

材料・調味料	使用量	
調味料　＜A＞汁用		
花生油　ピーナッツオイル	3	大さじ
醤油	2	大さじ
老抽王　中国醤油	1/2	小さじ
砂糖	1	小さじ
酒	1	大さじ
毛湯	4	大さじ
胡椒	少々	
味精	少々	
調味料　＜B＞上奨用（下味）		
塩		
胡椒		
味精		
卵白		
片栗粉		

献立名	番号	分量
双冬鶏塊 若鶏と筍椎茸の煮込み	特別講義 中国 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
若鶏もも肉	500	g
干し椎茸	50	g
竹の子	130	g
分葱	1	本
生姜	少々	

材料・調味料	使用量	
<A>下味		
醤油	1	大さじ
<A>下味		
醤油	50	cc
酒	1	大さじ
砂糖	15	g
スープ	300	cc
糖色	適量	
老抽王	適量	
水溶き片栗粉	適量	
胡麻油	2	小さじ

中国 特別講義	教育内容	
	献立	
特別講義 中国 NO.2	陳麻婆豆腐	
	香菇湯	
	宮保鶏丁	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	四川飯店グループ　会長　陳　建一先生

目的

・炸醤（ひき肉）の作り方
・豆腐の処理法
・鶏肉の切り方、下味の入れ方
・宮保油の作り方

ポイント

・鶏モモの上奨（下味）
・鶏モモの火の入れ方
・宮保油を作る際の火加減
・スープは軽くとろみをつけ、卵をフワッと仕上げる

教育到達点

・鶏モモの上奨が適切にされている。
・鶏モモに火を入れる。
・宮保油を焦がさず作れている。
・スープに適度なとろみをつけ、卵が柔らかく仕上げられている。

評価の目安と方法	・鶏モモの下味が適切にされている。 ・鶏モモの火入れが綺麗にできている。 ・宮保油がきちんとできている。 ・スープに適度なとろみをつけ、卵が柔らかく仕上げられている。

持ち物に関する注意事項

・講義ノート・包丁ケース・試食セット・レシピ・筆記用具

献立名	番号	分量
陳麻婆豆腐 四川マーボードーフ	特別講義 中国 **NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
木綿豆腐	1	丁
豚挽き肉	８０	g
葱	1/３	本
葉ニンニク	1/２	本

材料・調味料	使用量	
<A>		
四川郫県豆板醤	大さじ1	
豆豉	小さじ1	
甜麺醤	大さじ1	
ニンニクみじん切り	小さじ1	
四川辣椒粉	小さじ1	
<B>		
スープ	150cc	
塩	少々	
老酒	大さじ1	
醤油	大さじ1弱	
胡椒	少々	
<C>		
水溶き片栗粉	適宜	
化粧油	適宜	
四川花椒粉	少々	

献立名	番号	分量
宮保鶏丁 鶏肉の甘トウガラシ炒め	特別講義 中国 **NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
鶏もも肉	300	g
生姜	8	g
細葱	20	cm
干辣椒	15	g
花椒	30	粒
カシューナッツ	50	g

材料・調味料	使用量
＜A＞合わせ調味料	
酒	大さじ1
酒醸	大さじ1
穀物酢	大さじ1.5
醤油	大さじ2
砂糖	大さじ1・2/3
スープ	大さじ1.5
胡椒	少々
水溶き片栗粉	大さじ1.5
＜B＞鶏の下味	
塩	小さじ1/3
酒	大さじ1
醤油	小さじ1/3
胡椒	少々
卵	大さじ2
片栗粉	大さじ2.5
油	大さじ1

献立名	番号	分量
香菇湯 ナメコたっぷりとろとろスープ	特別講義 中国 **NO.2**	5人分

材料・調味料	使用量	
ナメコ	150	g
太葱	10	g
人参	10	g
絹さや	10	g

材料・調味料	使用量
<A>	
毛湯	500cc
葱油	小さじ1
塩	小さじ1/2
チキンパウダー	少々
老酒	大さじ1
水溶き片栗粉	小さじ1
<B>	
鶏油	大さじ1
溶き卵	1/2個

製菓 特別講義

教育内容	
献立	
特別講義 製菓 NO.1	ノスタルジー

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	ザ・プリンス・パークタワー東京 製菓総料理長 内藤 武志 先生

目的

・外食産業の第一線で活躍するシェフパティシエの技術、知識を受け、ラウンドケーキを作成し、理解する。
・飴細工の用途とその製法、テクニックを観察する。

ポイント

・生地 パートダマンドの伸ばし方 メレンゲの製法について 粉を合わせるタイミングを学ぶ。
・クレームブリュレカラメルマロン…アングレーズの仕込み方。煮上がりのタイミング。
・ムースフロマージュカシス…生クリームとカシスピューレを合わせる温度とタイミング。
・ゼラチンの混ぜ方。

教育到達点

・メレンゲはしっかりと立てて、粉と合わせるタイミングをしっかり覚える。
・ムースはクリームとピューレを分離することなく合わせられる。
・仕上がりがきれいな層となって表れている。

評価の目安と方法	・肌理の細かいメレンゲを作ることができた。 ・生クリームとピューレを合わせるときのタイミングを理解している。 ・外部講師の話を真摯に聞いていた。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Nostalgie ノスタルジー	特別講義 製菓 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
ビスキーアマンド		
pate d'amande cru ローマジパン	45	g
œufs 全卵	23	g
jaune d'œufs 卵黄	23	g
sucre semoule グラニュー糖	32	g
blanc d'œufs 卵白	34	g
farine 薄力粉	23	g
beurre バター	12	g
amande アーモンドダイス	13	g
ブリューレカラメルマロン		
sucre semoule グラニュー糖	35	g
crème 生クリーム	63	g
lait 牛乳	54	cc
crème de marron マロンクリーム	18	g
jaune d'œufs 卵黄	40	g
sel 塩	0.6	g
gelatine ゼラチン	3.4	g
marron confits マロンコンフィ	26	g

材料・調味料	使用量	
ムースフロマージュカシス		
jaune d'œufs 卵黄	16	g
sucre semoule グラニュー糖	39	g
lait 牛乳	63	cc
gelatine ゼラチン	9	g
crème fromage クリームチーズ	188	g
crème 生クリーム	150	g
purre de cassis カシスピューレ	45	g
メレンゲイタリアン		
blanc d'œufs 卵白	90	g
trehalose トレハロース	10	g
sucre semoule グラニュー糖	95	g

製菓 特別講義

教育内容	
献立	
特別講義 製菓 NO.2	ライスクリスピーチョコレートムース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	グランドハイアット東京 ペストリーシェフ 金子 浩 先生

目的

・外食産業の第一線で活躍しているシェフパティシエの技術、知識を受け、ラウンドケーキを作成し、理解する。
・飴細工の用途とその製法、テクニックを観察する。

ポイント

・パートダマンドは卵を少しずづ入れて混ぜてダマを作らないようにクリーム状にする。
・アングレーズの仕込み方、煮上がりの温度、タイミングを見極める。
・ムースはチョコレートアングレーズと立てた生クリームの合わせ方に注意。

教育到達点

・生地の材料が手順通り合わせることができて、天板に平均に伸せる。
・ムースはアングレーズの火の入れ方のタイミングが理解できる。
・チョコレートアングレーズと立てた生クリームをきれいに混ぜることができる。

評価の目安と方法	・生地はメレンゲがしっかり立てられる。粉を少しずつ入れながら全体が均一に混ぜられる。 ・ムースのアングレーズが炊けること、立てた生クリームをアングレーズと合わせられる。 ・ムースをセルクルに隙間なくきれいに流せる。

持ち物に関する注意事項

作り方、ポイントをしっかり実習ノートに書く。調理道具は常に衛生を保つ。

献立名	番号	分量
ライスクリスピーチョコレートムース	特別講義 製菓 NO.2	5人分

材料・調味料	使用量	
ビスキュイ・サッシェ		
pate d'amande cru ローマジパン	94	g
sucre glace 粉糖	27	g
jaune d'œufs 卵黄	42	g
œufs 全卵	24	g
farine 薄力粉	21	g
poudre de cacao ココア	21	g
blanc d'œufs 卵白	63	g
sucre semoule グラニュー糖	34	g
ライスクリスピー		
riz soufllé ライスクリスピー	30	g
chocolat チョコレート	24	g
praline noisette プラリネノワゼット	43	g

材料・調味料	使用量	
ムースショコラ		
lait 牛乳	28	g
crème 生クリーム	28	g
jaune d'œufs 卵黄	15	g
sucre semoule グラニュー糖	15	g
chocolat チョコレート	126	g
crème 生クリーム	200	g
gelatine ゼラチン	4	g
débris de framboises congelées 冷凍フランボワーズ	30	g
仕上げ		
glacage グラサージュ	適量	
nappage miroir ナパージュミロワール	適量	
framboise フランボワーズ	適量	

第5章

テーブルマナー
卒業制作・学園祭運営

教育形態	教育内容
テーブルマナー	ホテル宴会場にてフレンチのコース料理を実際に食べながらテーブルマナーを学ぶ。

会場及び担当講師	
いずれかで実施	
ホテル椿山荘東京 宴会場	ホテルメトロポリタン 宴会場
宴会担当 サービス	宴会担当 サービス

教育到達点
正餐形式においてのマナーを実際の食事を通して修得する。この経験によりサービスの仕方にも意識を向けることを目的とする。

評価の目安と方法	出席、受講態度が評価となる。

教育形態	教育内容
卒業作品制作（調理師科）	**西洋料理・日本料理・中国料理・製菓製パン**

授業の方法	時間数	担当者名
実習	**40時間**	**実習課 各料理セクション 担当職員**

西洋料理	教育内容 **実習の中で習得した技術を応用し、料理を展示作品にする。** 教育目標 レシピの作成（材料、仕込み、仕上げ、盛り付け）までをきちんと考え作成する。 プロの料理人になるという自覚を持たせる。 教育到達点 実習、専攻別実習で学んだフルコースを考え、皿盛り、プラッター盛りをバランスよくディスプレイする。 評価の方法と目安 食材を無駄なく使用している。バランスよくメニューを作成している。正しい調理法を理解している。
日本料理	教育内容 **実習の中で習得した技術を応用し、料理を展示作品にする。** 教育目標 入学からの授業の集大成として献立作成から和食のコースに準じた作品の制作及びディスプレイの制作。 教育到達点 制作期間内に班員が力を合わせて一つの作品を作り上げる。 評価の方法と目安 各賞受賞による評価。
中国料理	教育内容 **実習の中で習得した技術を応用し、料理を展示作品にする。** 教育目標 素材選び、下処理からレシピの作成、料理の仕上げに至るまでの工程を習得させ、料理の人プロとなる意識をさせる。 教育到達点 専攻別実習で学んだ前菜からデザートまでの組み合わせが菜目ごとに理解できる。 評価の方法と目安 素材による調理工程が正しく理解できている。料理内容や調味料の扱い方を正しく理解できている。
製菓製パン	教育内容 **マジパン細工** 教育目標 学園祭卒業作品として１人1台のマジパン細工を制作することにより、工芸技法の技術を体得する。 教育到達点 マジパンの特性を生かして、手作りで土台や各自のテーマに乗った作品を仕上げる。 評価の方法と目安 各自が決めたテーマが一つの作品として、全体がまとまっている。細かい部分にまでこだわりを持って作っている。

教育形態	教育内容
学園祭運営 （高度調理経営科・高度調理製菓科）	西洋料理・日本料理・中国料理・製菓製パン

授業の方法	時間数	担当者名
実習	16時間	実習課 各料理セクション 担当職員

教育内容
学園祭に於いて各模擬店で提供される料理の仕込み及び当日の運営。
教育目標
仕込みから調理サービス店舗運営まで一連の流れを学ぶ。
教育到達点
お客様から対価を得る調理サービスをすることにより、調理師の職業性を理解する。
評価の方法と目安
衛生的で商品価値のある料理提供。お客様からの評価。

第6章

［実技試験対策］

教育形態	教育内容
実技試験対策	西洋料理・日本料理・中国料理・製菓

授業の方法			教育目標
講義・実習			調理師としての基本技術・時間管理・衛生観念・礼節を習得できているかを試験の形式に沿って自他共に確認をする。
時間数		担当者名	
8回	24時間	実習課担当職員	

教育手法	
西洋料理／日本料理／中国料理／製菓	
西洋料理	〈前期〉シャトー剥き
	〈後期〉オムレツ
日本料理	〈前期〉桂むき
	〈後期〉鯵の三枚おろし
中国料理	〈前期〉胡瓜の削ぎ切り
	〈後期〉薄焼き卵
製菓	〈前期〉クリームの絞り
	〈後期〉オレンジのカルチェ

教育到達点
各セクションの課題が１００点の評価を受け、衛生面、礼節、姿勢が調理師としての基準に達している。

評価の目安と方法	衛生、時間、手順、課題達成、礼節など実技試験の評価基準に沿って評価する。

西洋
試験対策

教育内容
献立
シャトー剥き
オムレツ

時間数		授業の方法	担当者名
2回	**6時間**	**講義・実習**	**実習課西洋料理担当職員**

目的

・実技試験に向けてシャトー剥きの反復練習。
・シャトー剥きのやり方、剥き上がりの確認。

ポイント

・じゃが芋は1回で剥けることと、6等分した芋を同じ大きさに剥き上げること。
・剥き上がりのじゃが芋の形を覚えてもらい、出来上がりの形を想像しながら剥くようにする。

教育到達点

・シャトー剥きは5cmで切り揃え、剥き上がりも同じ大きさになる。

評価の目安と方法	・6等分したじゃが芋が5cmかつ、同じ大きさになっている。 ・卵の形で1回で剥き上げている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

教育形態	教育内容
実技試験(前期・後期)	西洋料理

内容	
前期	シャトー剥き　10分
後期	オムレツ　10分

教育到達点	
前期	10分間でじゃが芋1個分のシャトー剥きができる。
後期	木の葉型で表面に焼き色がつかないように焼ける。 半熟に柔らかく焼ける。

評価の目安と方法			
	前期	A	途中で途切れることがなく、既定の大きさと形に剥ける。
		B	概ね既定の大きさ、形に剥けているが、一部既定を満たしていないものがある。
		C	剥き方は理解できているが、大きさや形など既定を満たせていないものがある。
		D	衛生観念が身についていない、試験を受ける準備が整っていない及び時間内に既定の作業が終了していない場合。
	後期	A	オムレツが半熟・木の葉型に焼け、焼き色がついていない。
		B	概ねオムレツの規定を満たしているが、一部規定を満たしていないものがある。
		C	作り方は理解できているが、形や焼き色、固さが不安定である。
		D	衛生観念が身についていない、試験を受ける準備が整っていない及び時間内に既定の作業が終了していない場合。

日本 試験対策	教育内容
	献立
	桂むき
	鯵三枚おろし

時間数		授業の方法	担当者名
2回	6時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

〈前期〉
・野菜の基本切りである桂むきを習得する。
〈後期〉
・鯵のおろし方である三枚おろしを習得する。

ポイント

〈前期〉
・包丁の動かし方。
・大根の見る場所。
・大根を回すタイミング。
〈後期〉
・水洗い作業。
・包丁を手際良く動かす。
・清潔を第一とした作業。

教育到達点

〈前期〉
・薄く、長く、まっすぐに剥く。俎板一往復（1.2m）を切らずに剥く。
〈後期〉
・骨に身を残さずに時間内におろし上げる。

評価の目安と方法	・できたものが合格基準に到達されていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

教育形態	教育内容
実技試験(前期・後期)	日本料理

内容	
前期	桂むき及び横けん　10分
後期	鯵の三枚おろし　15分

教育到達点	
前期	薄く、長く、まっすぐに剥く。俎板一往復（1.2m）を切らずに剥く。
後期	骨に身を残さずに時間内におろし上げる。

評価の目安と方法			
	前期	A	薄く、長く、まっすぐに1.2m以上剥き上げる。
		B	1m位の長さを切れずに剥く。
		C	50cm位の長さを切れすに剥く。
		D	衛生観念が身についていない、試験を受ける準備が整っていない及び時間内に既定の作業が終了していない場合。
	後期	A	内臓をきれいに取り除き、手際良くきれいにおろす。
		B	骨に身残りが多少ある。
		C	三枚におろした身を調理として使える状態にできているか。
		D	内臓残り、骨の処理ができず、時間内に終わらない。

中国
試験対策

教育内容
献立
胡瓜の削ぎ切り
薄焼き卵

時間数		授業の方法	担当者名
2回	**6時間**	**講義・実習**	**実習課西洋料理担当職員**

目的

〈前期〉
・胡瓜の削ぎ切りを覚える。
〈後期〉
・卵を焼くための適正な温度を覚える。
・卵の焼き加減を覚える。

ポイント

〈前期〉
・胡瓜の削ぎ切りを覚える。
〈後期〉
・鍋の扱い方。
・卵の攪拌方法。
・卵を入れる時の温度。
・卵を破らないようにする。

教育到達点

〈前期〉
・胡瓜3等分ができている。
〈後期〉
・丸く焼く。
・色がつかず焼きあがる。
・破らずにできる。

評価の目安と方法	・器具を正確に扱うことができる。 ・できたものが合格基準に到達されていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

教育形態	教育内容
実技試験(前期・後期)	中国料理

内容	
前期	基本の切り方（絲）胡瓜　10分
後期	薄焼き卵　1枚（片付け含）　10分

教育到達点	
前期	胡瓜1本の3等分ができていて太さ2mmに切り揃えられている。
後期	焦がすことなく直径20cm以上で丸くできている。

評価の目安と方法			
	前期	A	胡瓜3等分ができている。 概ね80%以上が切り揃えられている。
		B	胡瓜3等分ができている。 概ね70%以上が切り揃えられている。
		C	胡瓜3等分ができている。 概ね60%以上が切り揃えられている。
		D	衛生観念が身についていない、試験を受ける準備が整っていない及び時間内に既定の作業が終了していない場合。
	後期	A	焼きすぎていない。大きさが充分に取れており円になっている。
		B	焼きすぎていない。大きさが充分に取れているが、 少し丸くなっていない。
		C	焼きすぎていない。大きさが少し足りておらず、 少し丸くなっていない。
		D	焦げている。 衛生観念が身についていない、試験を受ける準備が 整っていない及び時間内に既定の作業が終了していない場合。

製菓
試験対策

教育内容
献立
クリームの絞り
オレンジのカルチェ

時間数		授業の方法	担当者名
2回	**6時間**	**講義・実習**	**実習課製菓担当職員**

目的

・実技試験に向けての実習を行い、本番に向けて最終的に指導を受けながらトレーニングする。

ポイント

〈前期〉
・正しい姿勢で絞りの練習を繰り返し体に覚えこませる。
〈後期〉
・ペティナイフをよく研いでおく。オレンジの果肉の大きさを計り、面に沿ってナイフを入れていく。

教育到達点

〈前期〉
・口金の入った絞り袋を使って、クリームの絞りが、ローズ、シェル共に10ケ同じように絞れる。
〈後期〉
・ペティナイフを使って、オレンジの皮をむいて果肉を取り出し、皿の上にきれいに盛り付けられる。

評価の目安と方法	・器具を正確に扱うことができる。 ・できたものが合格基準に到達されている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース・試食セット・講義ノート

教育形態	教育内容
実技試験(前期・後期)	製菓

内容	
前期	クリームの絞り（ローズ絞り、シェル絞り）
後期	オレンジのカルチェ（オレンジ1個の房取りと皿の盛り付け）

教育到達点	
前期	口金の入った絞り袋を使ってクリームの絞りが、 ローズ、シェル共に10ケ同じように絞れる。
後期	ペティナイフを使ってオレンジの皮をむいて果肉を取り出し皿の上にきれいに盛り付けられる。

評価の目安と方法			
	前期	A	絞りの基本ができており、同じように美しく絞れる。
		B	均一に絞られている。
		C	形、大きさにばらつきは有るが基本通り絞れる。
		D	制限時間内に終わらず、絞りの基本形になっていない。
	後期	A	果肉がきれいで皿に美しく盛り付けられている。
		B	果肉の房取りが甘皮を残さずきれいにできる。
		C	房取りはできているが、形にムラが残る。
		D	制限時間内に終わらず果肉も形が悪い。

第7章

［西洋料理実習理論1・2］
［西洋料理実習1・2］

履修コース
高度調理経営科　西洋料理専攻

教育形態	教育内容
高度調理技術実習	西洋料理実習理論1・2　西洋料理実習1・2

授業の方法		教育目標
講義・実習		基礎・基本を反復練習することでしっかりとした技術を修得し、また、基本技術を用いた献立の調理を通して西洋料理の歴史・食材の特性などの理解を深め、自信と共に2年次開講の西洋料理実習理論及び西洋料理実習のより専門的な知識・技術のベースを築く。
時間数		
15回	理論15時間　実習45時間	

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴（調理師養成以外）
○	福島　正八	ホテル総料理長など、歴任
	深澤　真一	ホテルにて調理業務に従事
	佐藤　洋行	フレンチレストラン調理業務に従事
	矢嶋　孝一	フレンチレストランやホテル、鉄道会社　料飲部などにて調理業務に従事
補助教員		
小野　一至・三中西　歩		

教育手法

1回	賞味会について ／包丁研ぎ	9回	カレイのおろし方／カレイのフィレのポッシェ ソースヴァンブラン
2回	包丁研ぎ／野菜の切り方／コールスロー ポンヌフ　アッシェ　ジュリエンヌ	10回	カナール　アラ　オランジュ／ ムール貝のブルーテ　パセリ風味
3回	野菜の切り方　短冊切り・アリュメット・ ブリュノワーズ／野菜のミルフィーユ	11回	若鶏のおろし方／ 若鶏のソテー　プロバンス風
4回	シャトー剥き	12回	仔牛ロースの包み焼き／ ジャガイモのニョッキ
5回	若鶏のソテー　ブルゴーニュ風／ カリフラワーのスープ	13回	若鶏のおろし方／ 若鶏のソテー　ルイゼット風
6回	シャリアピン　ステーキ／ クレーム　ド　シャンピニオン　カプチーノ仕立て	14回	ブイヤベース／アボカドとトマトのサラダ
7回	ポークソテー　赤ワインソース	15回	舌平目のおろし方／インボルティーニ
8回	魚のおろし／ イサキのムニエル　ブールノワゼット　ケッパー風味		

教育到達点

基本の包丁技術を修得する。
西洋料理で扱う食材の特性や扱い方が理解できている。
ジビエ料理について理解できる。

評価の目安と方法	出席・授業態度で評価する。

高度調理技術実習 1	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 西洋料理	賞味会について	
	包丁研ぎ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・２年次の賞味会について事前に説明し、理解を深める。
・メニュー作成について。
・ペティーナイフ、フレンチナイフを研ぎあげる。

ポイント

・賞味会の目的などを理解させる。
・メニュー作成において、フランス料理、イタリア料理のコースの流れについて説明をする。
・コースの金額設定に対しての原価を説明する。
・砥石に45度の角度に当て、隙間を開けて研ぐ。

教育到達点

・賞味会の目的などを理解する。
・メニュー作成において、コースの流れや原価などを理解する。
・包丁が、きれるように研ぎ上げることができる。

評価の目安と方法	・2年次の賞味会に活かす。 ・包丁を研ぐ前と、研いだ後を本人に理解させる。

持ち物に関する注意事項

・包丁セット　・講義ノート

高度調理技術実習 2	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	包丁研ぎ／野菜の切り方 コールスロー　ポンヌフ　アッシェ　ジュリエンヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・包丁の筋引きと骨すきを、研ぎあげる。
・野菜の切り方（コールスロー　ポンヌフ　アッシェ　ジュリエンヌ）を理解する。

ポイント

・包丁の傾ける角度を守りながら研ぐ。
・コールスローは、一定の厚さに切りそろえる。
・ポン　ヌフは、５ｃｍの長さで1ｃｍの幅で切りそろえる。
・アッシェは、均一の細かさに切りそろえる。
・ジュリエンヌは、一定の細さに切りそろえる。

教育到達点

・包丁の刃先を触り、研げているか確認をする。
・コールスローは、一定の厚さに切りそろえられる。
・ポン　ヌフは、５ｃｍの長さで1ｃｍの幅で切りそろえられる。
・アッシェは、均一の細かさに切りそろえられる。
・ジュリエンヌは、一定の細さに切りそろえられる。

評価の目安と方法	・職員が、研ぎ上げられているか最終確認をする。 ・コールスローは、一定の厚さに切りそろえる。 ・ポン ヌフは、５ｃｍの長さで1ｃｍの幅で切りそろえる。 ・アッシェは、均一の細かさに切りそろえる。 ・ジュリエンヌは、一定の細さに切りそろえる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名
Coleslaw Pont-neuf Hacher Julienne コールスロー　ポンヌフ　アッシェ　ジュリエンヌ

番号	分量
高度調理経営科 西洋料理 **NO.2**	4人分

材料・調味料	使用量	
chou キャベツ	小1	個
Pomme de terre ジャガイモ	8	個
Oignon 玉ねぎ	8	個
Carotte 人参	4	本
Jambon スライスハム	3	枚
Mayonnaise マヨネーズ	100	g

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 3	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 西洋料理	野菜の切り方／短冊切り／アリュメット・ブリュノワーズ	
	野菜のミルフィーユ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・西洋料理の基本的な切り方。
・まな板を使用する際の衛生観念。

ポイント

・西洋料理の切り方の名称を覚えてもらう。
・野菜のゆで方、冷やし方を覚えてもらう。

教育到達点

・野菜が形よく切り揃えられているか。
・まな板の上が常に綺麗になっているか。
・使う器具類が衛生的か。

評価の目安と方法	食材が切り揃えできている。 材料の火の入れ方ができている。 盛り付け、味付けが整っている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Millefeille des légumes 野菜のミルフィーユ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.3**	4人分

材料・調味料	使用量	
Poivron rouge 赤ピーマン	1/4	個
Poivron jaune 黄ピーマン	1/4	個
Okura オクラ	4	本
Carotte 人参	1	本
Concombre きゅうり	1	本
Brocoli ブロッコリー	1/4	個
Chou-fleur カリフラワー	1/4	個
Avocat アボガド	1/2	個
Crabe 蟹	4	本
Cerfeuil セルフィーユ	2	枝
Bouillon de légumes 野菜のブイヨン	200	cc
Gélatine ゼラチン	6	g

材料・調味料	使用量	
Tomate トマト	1	個
Jus d'orange オレンジジュース	30	cc
Vinaigre de xérès シェリーヴィネガー	10	cc
Tomate concentré トマトペースト	10	g
Cayenne カイエンペッパー	適量	
Sucre 砂糖	適量	
Sel・Poivre 塩・胡椒	適量	

高度調理技術実習 4	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	シャトー剥き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・シャトー剥きが、できるようになる。

ポイント

・5cmに切れるように、自分の指で5cmを測り切る。
・平行に切れるように、まな板の側面に対して平行にし垂直に置く。
・すべて分割するときに、同じ大きさに切り分けるようにする。
・食材の持ち方、親指と中指で持ち、人差し指を添える。
・卵の反りと同じように剥きあげる。
・すべて同じ大きさに、剥きあげる。

教育到達点

・5cmに切ることができる。
・平行に切ることができる。
・分割したものが、同じ大きさになっている。
・卵と同じカーブで剥くことができる。
・すべて、同じ大きさに剥くことができる。

評価の目安と方法	・５ｃｍに切れている。 ・すべて同じ大きさ、長さに分割できている。 ・すべて同じ大きさ、形に剥きあげることができる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名
Potage purée Crécy 人参のポタージュ

番号	分量
高度調理経営科 西洋料理 **NO.4**	4人分

材料・調味料	使用量	
Carotte 人参	320	g
Beurre バター	60	g
Lait 牛乳	50	cc
Eau 水	400	cc
Sel 塩	適量	

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 5	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	若鶏のソテー　ブルゴーニュ風 カリフラワーのスープ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・鶏モモ肉の掃除の仕方。
・ブルゴーニュ風の煮込み料理を覚える。
・野菜の下処理の仕方を覚える。
・ポタージュについて。

ポイント

・鶏モモ肉は骨に沿って包丁を入れる。
・赤ワインはしっかりと煮詰め、甘みとコクを出す。
・メークイーン、カリフラワーの芯を弱火で煮て、ピューレにした物をポタージュに入れ濃度を出す。

教育到達点

・鶏モモ肉の掃除の仕方を覚える。
・ソースの濃度が丁度良くできている。
・ポタージュの濃度が整っている。

評価の目安と方法	・鶏モモ肉は骨に身が残っていないか。 ・ソースは濃度、味が整っているか。 ・ポタージュは仕上がりが白く、濃度、味が整っている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Poulet Sauté Bourguignon 若鶏のソテー　ブルゴーニュ風	高度調理経営科 西洋料理 **NO.5**	4人分

材料・調味料	使用量	
Cuisse de volaille 骨付き鶏モモ肉	1人×1本	
Vin rouge 赤ワイン	250	cc
Fond de veau フォンドヴォー	150	cc
Lard fumé ベーコン	30	g
Petits oignon ペティオニオン	2	個
Champignon マッシュルーム	2	個
Carotte 人参	1/3	本
Navet 蕪	1	個
Petits chou ペティキャベツ	2	個
Farine 粉	適量	
Beurre バター	50	g
Huile d'olive オリーブオイル	適量	
Nouilles ヌイユ	4	p
Sel･Poivre 塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
soupe de Chou-fleur カリフラワーのスープ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.5**	4人分

材料・調味料	使用量	
Chou-fleur カリフラワー	1/2	個
Pomme de terre メークイーン	1/2	個
Poireau ポワロー	1/4	本
Lard fumé ベーコン	50	g
Ail ニンニク	1	片
Beurre バター	30	g
Persil パセリ	1	枝
Bouillon ブイヨン	1	ℓ
Sel・Poivre 塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	

西洋料理

高度調理技術実習 6	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	シャリアピン　ステーキ クレーム　ド　シャンピニオン　カプチーノ仕立て

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・ランプ肉をやわらかくする方法を理解する。
・薄い肉の焼き方を理解する。
・キノコの炒め方を理解する。
・バーミックスの使い方を理解する。

ポイント

・ランプ肉をやわらかくするために、肉を叩き玉葱のすりおろしに漬け込む。
・薄い肉を焼くために、フライパンを十分に熱する。
・キノコの水分が抜けるまで十分炒める。
・バーミックスを使い、泡立てる。

教育到達点

・ランプ肉をやわらかくするために、肉を叩き玉葱のすりおろしに漬け込むことを理解する。
・綺麗な焼き色が付いていて、ミディアムで焼き上げることができる。
・キノコを焦がさずに、水分を抜くように炒めることができる。
・バーミックスを使い、ふんわりときめ細かい泡ができる。

評価の目安と方法	・綺麗な焼き色が付いていて、ミディアムで焼き上げることができている。 ・キノコを焦がさずに、水分を抜くように炒めることができている。 ・バーミックスを使い、ふんわりときめ細かい泡ができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Bifteck à la Chaliapin シャリアピンステーキ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.6**	4人分

材料・調味料	使用量	
Romsteck　牛ランプ	150×4	g
Oignon　玉葱（マリネ用）	3	個
Oignon　玉葱（炒め用）	3	個
Persil　パセリ	適量	
Beurre　バター	100	g
Huile de salade　サラダ油	30	cc
beurre　バター	適量	
Sel･Poivre　塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	
Pomme de terre　ジャガイモ	2	個
Beurre　バター	30	g
Cresson　クレソン	1/2	束

献立名	番号	分量
Crème de champignon au capuccino クレーム　ド　シャンピニヨン　カプチーノ仕立て	高度調理経営科 西洋料理 **NO.6**	4人分

材料・調味料	使用量	
Champignon　マッシュルーム	1	pc
Simeji　シメジ	1/2	pc
Sitake　シイタケ	2	個
Madère　マデラ酒	30	cc
Bouillon　ブイヨン	70	cc

材料・調味料	使用量	
Bouillon　ブイヨン	150	cc
Lait　牛乳	250	cc
Crème　生クリーム	100	cc
Madère　マデラ酒	15	cc

高度調理技術実習 7	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	ポークソテー　赤ワインソース

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・イベリコ豚の種類について学ぶ。
・赤ワインソースの作り方。
・ベシャメルソースの作り方。
・豚の焼き上がりを理解する。

ポイント

・赤ワインはよく煮詰め、甘み、コクを出す。
・ベシャメルソースの小麦粉は焦がさないように弱火で炒める。

教育到達点

・赤ワインソースは味、濃度が丁度良く仕上げられている。
・ベシャメルソースは色が付いてなく、ダマができていない。

評価の目安と方法	・ソースの煮詰め具合、味が整っている。 ・豚の焼き上がりがわかる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Côtes de Porc Sauté Sauce Vin Rouge ポークソテー　赤ワインソース	高度調理経営科 西洋料理 **NO.7**	4人分

材料・調味料	使用量	
Côtes de porc 豚ロース	1人×120	g
Mignonette ミニョネット	適量	
Farine 小麦粉	適量	
Beurre バター	40	g
Huile d'olive オリーブオイル	適量	
Sel･Poivre 塩・胡椒		
Sauce Vin rouge ソース　ヴァンルージュ		
Sauce Vin rouge 赤ワイン	80	cc
Vin de Porto 赤ポートワイン	80	cc
Fond de veau フォンドヴォー	150	cc
Échalote エシャロット	1/2	個
Beurre バター	20	g
Amidon コーンスターチ	適量	
Sel･Poivre 塩・胡椒		
Compote de pruneau プルーンのコンポート		
Pruneau プルーン	4	個
Eau 水	50	cc
Vin rouge 赤ワイン	120	cc
Sucre グラニュー糖	15	g

材料・調味料	使用量	
Gratin de pommes à la Dauphinoise ジャガ芋のグラタン		
Pommes de terre ジャガイモ	2	個
Oignon 玉葱	1/4	個
Bacon ベーコン	1	枚
Lait 牛乳	150	cc
Crème 生クリーム	50	cc
Muscade ナツメグ	少々	
Beurre バター	10	g
Gruyère グリエールチーズ	10	g
Parmesan パルメザンチーズ	10	g
Sel･Poivre 塩・胡椒		
Sauce Béchamel ベシャメルソース		
Farine 小麦粉	10	g
Beurre バター	10	g
Lait 牛乳	120	cc

高度調理技術実習 8	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	魚のおろし イサキのムニエル　ブールノワゼット　ケッパー風味

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・魚の下処理が的確にできる。
・きれいに三枚おろしにする。
・ムニエルを、きれいな焼き色を付けて焼くことができる。
・ブール ノワッゼトソースが作れるようになる。

ポイント

・ヒレと鱗を、的確に処理をする。
・頭を落し、内臓と血合いを取り除き水洗いする。
・骨に身を付けないようにおろす。
・身に、中骨が残らないように取り除く。
・小麦粉の役割を理解し、綺麗な焼き色を付けて焼き上げる。
・ブール ノワゼットソースの、焦がし具合を見極めソースを作る。

教育到達点

・ヒレと鱗を、残さずに処理ができる。
・衛生的に、水洗いができる。
・骨に、身が残らないようにおろすことができる。
・身に、中骨が残らないように取り除ける。
・綺麗な焼き色が付いたムニエルにできる。
・はしばみ色のブール ノワッゼットソースに仕上げることができる。

評価の目安と方法	・ヒレと鱗を、残さずに処理ができている。 ・衛生的に、水洗いができている。 ・骨に、身が残らないようにおろすことができている。 ・身に、中骨が残らないように取り除けている。 ・綺麗な焼き色が付いたムニエルにできている。 ・はしばみ色のブール ノワッゼットソースに仕上げることができている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
ISAKI meunière beurre noisette au câpre イサキのムニエル　ブールノワゼット　ケッパー風味	高度調理経営科 西洋料理 **NO.8**	4人分

材料・調味料	使用量	
ISAKI イサキ	1人1/2	尾
Farine 小麦粉	適量	
Sel･Poivre 塩・胡椒	適量	
Beurre バター	30	g
Huile de Salade サラダ油	50	cc
Pomme de terre ジャガイモ	2	個

材料・調味料	使用量	
Beurre バター	80	g
Jus de citron レモン汁	10	cc
câpre ケッパー	10	g

高度調理技術実習 9	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	カレイのおろし方 カレイのフィレのポッシェ　ソースヴァンブラン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・カレイのおろし方。
・ヴァンブランソースの作り方。
・ポッシェによる火の入れ方。

ポイント

・カレイは骨に沿って５枚におろす。
・ヴァンブランソースで使用するお酒は水分がなくなるまで煮詰める。
・魚には丁度良く火を入れ、ふっくらと仕上げる。

教育到達点

・カレイのおろし方を理解する。
・ヴァンブランソースの味、濃度が調えられる。
・ポッシェの意味、用語を覚える。

評価の目安と方法	・カレイは骨に身が付かずおろせている。 ・ソースは作り方を理解し、味、濃度が調えられる。 ・カレイに丁度良く火が入れられている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Filet Carrelet au pocher Sauce Vin blanc カレイのフィレのポッシェ　ソースヴァンブラン	高度調理経営科 西洋料理 **NO.9**	4人分

材料・調味料	使用量	
Carrelet カレイ	4	尾
Beurre バター	15	g
Champignon マッシュルーム	4	個
Clam アサリ	200	cc
Vin blanc 白ワイン	100	cc
Fumet de poisson ヒュメドポワソン	50	cc
Cerfeuil セルフィーユ	1	枝
Oeuf de saumon イクラ	10	g
Épinard ほうれん草	1	p c
Sel･Poivre 塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	
Échalote エシャロット	1/2	個
Champignon マッシュルーム	2	個
Vin blanc 白ワイン	150	cc
Noilly ノイリー酒	100	cc
Crème 生クリーム	150	cc
citron レモン	1/8	個
Fumet de poisson ヒュメドポワソン	200	cc
Sel･Poivre 塩・胡椒		

高度調理技術実習 10	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 西洋料理	カナール　アラ　オランジュ	
	ムール貝のブルーテ　パセリ風味	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・ジビエ料理について学ぶ。
・鴨胸肉の掃除の仕方、火の入れ方を覚える。
・柑橘系のソースについて。
・ムール貝の掃除の仕方を覚える。

ポイント

・鴨胸肉は皮面から火を入れ、脂を出すように焼く。
・ソースで使う液体の煮詰め具合を調整し、旨味、コクを出す。
・臭みが残らないように、ムール貝はよく火を通す。

教育到達点

・ジビエ料理について理解する。
・ソースに入る液体の煮詰め具合を調整できる。

評価の目安と方法	・鴨胸肉はロゼに仕上がっている。 ・ソースの濃度は丁度良く、味が整っている。 ・ムール貝は良く火を入れ、臭みが残っていない。出来上がりのブルテは白く仕上げる。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Canard à la Orange カナール　アラ　オランジュ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.10**	4 人分

材料・調味料	使用量	
Canard　鴨胸肉	1	枚
Orange　オレンジ	1	個
Sel･Poivre　塩・胡椒		
Sauce		
Sucre グラニュー糖	25	g
Eau 水	15	cc
Vinaigre de Vin Rouge 赤ワインヴィネガー	30	cc
Cognac コニャック	30	cc
Grand Marnier グランマルニエ	30	cc
Jus de Orange オレンジジュース	2	個分
Jus de Citron レモンジュース	1/8	個
Fond de Canard フォンドカナード	200	cc
Beurre バター	20	g
Fécule コーンスターチ	適量	

材料・調味料	使用量	
Zeste d'orange オレンジの皮	1	個分
Sel･Poivre 塩･胡椒		
Crêpes de Pomme de terre　ジャガイモのクレープ		
Pomme de terre ジャガイモ	125	g
Farine 薄力粉	20	g
Oeuf 卵	1/2	個分
Lait 牛乳	25	cc
Persil パセリ	1	枝
Muscade ナツメグ	2	g
Beurre バター	15	g
Sel・Poivre 塩・胡椒		
Cresson クレソン	4	本

西洋料理

献立名	番号	分量
Velouté de Moules au Persil frais ムール貝のブルーテ　パセリ風味	高度調理経営科 西洋料理 **NO.10**	4 人分

材料・調味料	使用量	
Moules ムール貝	40	個
Vin blanc 白ワイン	50	cc
Noilly ノイリー酒	50	cc
Thym タイム	1	枝
Laurier ローリエ	1	枚
Crème 生クリーム	150	cc
Lait 牛乳	100	cc
Safran サフラン	1	g
Persil パセリ	1	枝
Baguette バケット	10	枚
Ail ニンニク	1/2	片
Sel･Poivre 塩･胡椒		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 11	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	若鶏のおろし方 若鶏のソテー　プロバンス風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・若鶏のおろし方。料理法によっておろし方が異なるため、料理に合わせたおろし方を覚える。
・プロバンス風の煮込み料理を覚える。

ポイント

・若鶏は骨に沿っておろす。
・下味は必ずし、ソテーする際火を入れすぎないこと。
・各野菜のソテーの仕方。煮込む際の火加減の調節。

教育到達点

・ガラに身が付いていないか。部位ごとに丁寧におろせていたか。身に軟骨、骨等は付いていないか。
・ソースは濃度、味共に丁度良く仕上がっていること。

評価の目安と方法	・若鶏のおろし方を理解できている。 ・出来上がりのソースは濃度、味共に良く仕上げられている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Poulet Sauté à la Provencale 若鶏のソテー　プロヴンス風	高度調理経営科 西洋料理 **NO.11**	4人分

材料・調味料	使用量	
Poulet 若鶏	1	羽
Ail ニンニク	2	片
Tomate トマト	2	個
Fond de veau フォンドヴォー	300	cc
Olive オリーブ	8	個
Basilic バジル	4	枚
Vin blanc 白ワイン	200	cc
Aubergine ナス	1	本
Persil パセリ	少々	
Huile d'olive オリーブオイル	100	cc
Anchois アンチョビ	3	枚
Poivron ピーマン	2	個
Oignon 玉葱	1	個
Sel･Poivre 塩･胡椒		

材料・調味料	使用量	
Riz au beurre バターライス		
Riz 米	1	kg
Beurre バター	50	g
Bouillon ブイヨン	1.2	ℓ
Oignon 玉葱	1/2	個
Laurier ローリエ	1	枚
Cayenne カイエエンヌ	少々	
Sel･Poivre 塩・胡椒		

高度調理技術実習 12	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	仔牛ロースの包み焼き ジャガイモのニョッキ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・肉、網脂を使用して食材を包む料理を学ぶ。
・包んだものの火入れの仕方、目安を学ぶ。

ポイント

・肉で包む際、肉たたきを使用し薄く均等に伸ばす。
・中の食材にまで火を通す。
・中身が出ないようきちんと包む。

教育到達点

・均等に肉を伸ばせる。
・火入れのタイミング、確認の仕方ができる。

評価の目安と方法	・火入れがうまくできている。 ・形が崩れずきれいに盛り込めている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Inboltino di vitello con mozzarella alla gliglic 仔牛ロースの包み焼き	高度調理経営科 西洋料理 **NO.12**	4人分

材料・調味料	使用量	
Costoletta 仔牛	70g×4	
Retina 網脂	適量	
Pomodoro トマト	1	個
Mozzarella モッツァレラチーズ	4	個
Basilico バジル	4	枚
Sugo di Carne 仔牛のだし	200	cc
Sel･Poivre 塩･胡椒		

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Gnocchi di patata ジャガイモのニョッキ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.12**	4人分

材料・調味料	使用量	
Patata ジャガイモ	300	g
Farine forte 強力粉	100	g
Uovo 卵	1	個
Noce Moscate ナツメグ	適量	
Sale 塩	適量	

材料・調味料	使用量	
Panna 生クリーム	200	cc
Parmigiano パルミジャーノ	30	g
Burro バター	30	g
Sel･Poivre 塩･胡椒		

高度調理技術実習 13	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	若鶏のおろし方 若鶏のソテー　ルイゼット風

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・若鶏のおろし方の反復。
・ルイゼット風の煮込み料理を覚える。

ポイント

・若鶏は骨に沿っておろし、包丁の入れる回数を少なくする。
・若鶏をソテーする際火を入れすぎず、白ワインで蒸し、柔らかく煮込むこと。
・煮込みすぎるとソースが重くなりすぎるため火加減を調節する。

教育到達点

・ガラに身が付いていないか。部位ごとに丁寧におろせていたか。身に軟骨、骨等は付いていないか。
・出来上がりのソースは濃度、味共に良く仕上げられている。

評価の目安と方法	・若鶏の各部位の位置を覚え、丁寧におろすこと。 ・ソースの味が調えられ、お皿に盛り付けた際、濃度良く仕上がっていること。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Poulet Sauté Louizette 若鶏のソテー　ルイゼット風	高度調理経営科 西洋料理 **NO.13**	4人分

材料・調味料	使用量	
Cuisse de volaille 鶏もも肉	4	枚
Échalote エシャロット	2	個
Jambon ハム	60	g
Oignon 玉葱	1	個
Carotte 人参	50	g
Champignon マッシュルーム	1	p c
Vin blanc 白ワイン	60	cc
Demi-glace デミグラスソース	180	cc
Beurre バター	40	g
Persil パセリ	少々	
Sel・Poivre 塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	
Riz au beurre バターライス	適量	

西洋料理

高度調理技術実習 14	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	ブイヤベース アボカドとトマトのサラダ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・魚の種類を覚える。
・サフランの取り扱い。
・衛生的な魚の下処理。
・南フランスの代表的なスープ、世界三大スープの一つの理解。

ポイント

・魚貝類の下処理、魚のあらの処理。
・サフランは乾燥させることで香りを引き立たせる。
・オリーブオイルでニンニクの香り、野菜の甘味を十分に出す。
・ペルノ酒を入れることにより香りの変化。

教育到達点

・特に魚介類の下処理を行う際、素早い作業を心がける。
・盛り付けのバランスができている。
・魚貝類の出汁、コクが十分に出ている。

評価の目安と方法	・魚貝類の下処理。 ・魚介類の火の入れ方。 ・サフランの香りが十分に出ている。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Bouilla baisse ブイヤベース	高度調理経営科 西洋料理 **NO.14**	4 人分

材料・調味料	使用量	
Poisson　blanc 白身魚	320	g
Les　moules ムール貝	4	個
Crevette 有頭海老	4	尾
Peu　profond 浅利	12	個
Crabe　migrateur 渡り蟹	2	杯
Poireau ポワロー	1/4	本
Oignon オニオン	1	個
Funuil フヌイュ	20	g
Céleri セロリ	1	本
Trou　de tomate ホールトマト	1	cn
Vin　blanc 白ワイン	200	cc
Fumet　de poisson フュメドポワソン	800	cc
Safrann サフラン	0.3	g
Ail ニンニク	20	g
Huile d' olive オリーブオイル	50	cc

材料・調味料	使用量	
Tomate concentré トマトペースト	50	g
Saint-jacques ホタテ	4	個
Rouille　ルイユ		
Jaune d' oeuf 卵黄	2	個
EX Huile d' olive EXオリーブオイル	70	cc
Ail ニンニク	10	g
Pomme de terre ジャガイモ	1	個
Cayenne　カイエンペッパー	適量	

献立名	番号	分量
Salade d´avocat et tomate アボカドとトマトのサラダ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.14**	4 人分

材料・調味料	使用量	
Avocat アボカド	1	個
Tomate トマト	1	個
Concombre キュウリ	1	本
Pomme　de terre ジャガイモ	1	個
Fromage á la créme クリームチーズ	80	g
Olive オリーブ黒	4	個
Romarin ローズマリー	0.1	pc
Trevis トレビス	1/4	束
Boucle グリーンカール	1/4	束

材料・調味料	使用量	
Vinaigrette　ヴィネグレット		
Moutarde マスタード	5	g
Miel ハチミツ	10	g
Anchois アンチョビ	10	g
EX Huil d´olive EXオリーブオイル	90	cc
Vinaigre de vin blanc 白ワインビネガー	10	cc
Vinagre de vin rouge 赤ワインビネガー	10	cc

高度調理技術実習 15	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 西洋料理	舌平目のおろし方 インボルティーニ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課西洋料理担当職員

目的

・舌平目のおろし方。
・舌平目を使ったイタリア料理を学ぶ。
・魚の上身、下身、皮目を理解し調理する。

ポイント

・舌平目という薄い身の魚をきれいにおろす。
・魚をおろす際の骨に沿わせる動かし方を覚える。
・魚の火の入れ方を覚える。
・ソースはオリーブオイルを乳化させる。

教育到達点

・舌平目の骨の位置を覚え骨に沿わせて包丁を動かせるようになる。
・魚の火の入った状態を見極められる。
・油分の多いソースを仕上げられる。

評価の目安と方法	・おろした舌平目に身があまりついていないか。 ・魚の火をきちんと入れ丁度よく仕上げられたか。 ・ソースはきちんと乳化し、味もきちんと仕上げられているか。

持ち物に関する注意事項

・包丁ケース　・試食セット　・講義ノート

献立名	番号	分量
Involtini di Sogliola Salsa d'Acciughe 舌平目のインボルティーニ	高度調理経営科 西洋料理 **NO.15**	4人分

材料・調味料	使用量	
Sogliola 舌平目	1人×1枚	
Pasta di Pesce 生身	50	g
Gamberetto 海老	3	匹
Parmigiano Grattugiato パルミジャーノ	10	g
Prezzemolo イタリアンパセリ	1/8	pc
Vino bianco 白ワイン	50	cc
Acciuga アンチョビ	2	枚
Olio d'oliva オリーブオイル	適量	
Sel・Poivre 塩・胡椒		

材料・調味料	使用量	

西洋料理

第8章

［日本料理実習理論1・2］
［日本料理実習1・2］

履修コース
高度調理経営科　日本料理専攻

教育形態	教育内容
高度調理技術実習	日本料理実習理論1・2　日本料理実習1・2

授業の方法		教育目標
講義・実習		1年次に於ける日本料理専攻別実習の目的は各１５回の実習に於いて徹底した調理の基本と調理に付随する知識を身に付ける事により２年次に於いては本格的な日本料理の高レベル実習へスムーズに移行出来る為のステップとして重要な基礎実習である。
時間数		
15回	理論15時間　実習45時間	

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴 (調理師養成以外)
○	髙山　佳三	ホテル及び日本料理店料理長を歴任
	岡田　聡一郎	ホテルにて調理業務に従事
補助教員		
眞田　美樹		

教育手法

1回	1、大根を使って・桂剥き　妻打ち① 2、繊切り野菜類の切り方と応用料理 一 , 真鯛と繊切り野菜の和え物	9回	当り鉢と裏漉しの使い方 白身魚を使って , 真丈地の応用 一 , 白身魚の真丈椀　蛤羽二重真丈 一 , 高野豆腐博多煮
2回	1、大根を使って・桂剥き　妻打ち② 2、桂剥き大根芯の応用 , 飾り切り法 3、野菜類の飾り切りを使って 一 , 彩り秋野菜と豚バラ肉の葛煮	10回	蒸し器の使い方と応用・蒸気熱の活用法 一 , 真鯛の信州蒸し 一 , 蒸し鶏と蕪の胡麻和え
3回	1、大根を使って・桂剥き　妻打ち③ 2、大根廃棄部分の応用　3、大根の応用 一 , 大根皮と葉と小女子の炒り煮 一 , 合鴨と椎茸の挟み焼き	11回	献立の組み方・基本編　冬の一汁三菜 ・主食　白米　・汁物　茸と葱の掻き玉汁 ・主菜　鰆の西京味噌焼き・副菜　牛肉と豆腐の煮物 ・副菜　水菜の柚子浸し
4回	秋野菜を使って 切り方の適性と精進対応料理 一 , 精進揚げ 一 , 精進の煮〆揚げ	12回	厳冬の魚貝を使って 寒鰤と寒蜆の下処理の基本と伝統料理法 一 , 寒鰤の粕煮 一 , 寒蜆汁 , 蜆汁を使ったご飯料理
5回	穴子と牛蒡を使って 一 , 穴子の八幡焼き ・穴子の開き方と巻き方・牛蒡の下処理法 ・焼ダレの作り方	13回	お正月の祝い肴の一品 伝承料理の一品と祝い肴の基本料理 一 , 五目浸し豆 一 , 昆布巻きと松竹梅
6回	貝料理・帆立貝を使って 殻剥きから造りの仕上げ迄の行程 一 , 活け帆立貝の造り , 殻盛り	14回	鍋料理・厳冬の頃の魚と野菜を用いた基本料理 一 , 鱈みぞれ鍋とみぞれ雑炊
7回	秋鮭を使って １尾の水洗い法と切り身の仕立て方 , 部位別の利用法 一 , 鮭菊蕪蒸し 一 , 生鮭腹子を使って (いくらの作り方)	15回	山菜の基本的な扱い方・下処理について 1、灰汁抜き　2、基本料理 一 , 蕨と油揚げの煮浸し 一 , こごみと蒟蒻の胡麻和え　一 , 蕗の薹天ぷら
8回	豆腐料理の基本 豆腐料理に不可欠な水分の切り方と基本料理 一 , 和え物　占地と小松菜の白和え 一 , 揚げ物　がんもどきの作り方と料理		

教育到達点

礼儀、挨拶をはじめ基礎、基本を反復練習する事でしっかりとした技術を習得し、また基本技術を用いた献立の調理を通じて日本料理の歴史、文化を知り食材の特性等の理解を深め、２年次開講の日本料理実習理論及び日本料理実習のより専門的な知識、技術を身に付けられいる。

評価の目安と方法	出席率・受講態度が評価となる。 3分の2以上の出席をもって教科履修となり、出席が3分の2に達していない場合は履修することが出来ない。また、評価には反映されないが小テストを実施し、技術力の確認を行う。

高度調理技術実習 1	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 日本料理	1、大根を使って・桂剥きと妻打ち①	
	2、繊切り野菜の切り方と応用料理	
	一,真鯛と繊切り野菜の和え物	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・大根桂剥きの基本を知りその重要性を理解する。
・実習室の使い方を知る。
・日本料理の基礎を踏まえ応用を知る事を学ぶ。専攻別実習に於ける心構えを理解する。
・講義の内容を理解し返事や挨拶をする事を心掛ける。またそれらを習慣付けるようにする。
・実際に10㎝の大根を剥き今後の課題を定め上達に励むようにする。
・料理の用途別による切り方の理論を理解し、的確な切り方を身に付け、存在感のある料理作りを学ぶ。

ポイント

・現場に入った際に即戦力となる基本的な立ち振る舞い、調理技術を身に付ける。
・挨拶、返事等々社会人における基本的な事柄の重要性を理解する。
・技術に伴う知識面も併せて学ぶ姿勢を常に持つ事を意識する。
・普段練習しているより長い大根で桂剥きを行いそれに対応出来るようにする。
・桂剥きは基礎的な所作が身に付いているか改めて確かめながら行うようにする。
・切らずに真っすぐ剥く事を意識する。
・大根の芯を用い様々な食材の切り出し法を学ぶ。実践する。
・各野菜の特徴を理解し目的の料理に合わせた切り出し法を実践する。

教育到達点

・専攻別実習の意味合いを理解し自身にとって有意義な授業になるべく講義、実習に臨む心構えを持つことが出来る。
・桂剥きは現在の自身の力量を知り今後の課題を定め技術の向上に繋げる事が出来る。
・桂剥きは今後も授業で行っていく為前回の反省を踏まえ技術の向上を目指す。
・各野菜の適正な切り方は大きさや長さを適宜に揃え目的の料理に合わせた方法を取る必要がある。
・様々な基礎的な切り出し法を体得し応用に繋げられるようにしてゆく。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・挨拶、返事を意識しながら実習を行っている。 ・桂剥きは大根が切れずに真っすぐ剥く事が出来る。 ・講義の内容を理解し見本と同じように切り出しを実践出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット

献立名	番号	分量
一,真鯛と繊切り野菜の和え物	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.1	5人分

材料・調味料	使用量	
大根	2本半	
鯛	半身	
人参	1/2	本
長葱	1/2	本
生姜	1固まり	
出汁昆布（20cm）	1	枚
バラ子	大3	杯

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 2	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 専攻別総合調理実習	1、大根を使って・桂剥きと妻打ち② 2、桂剥き大根芯の応用・飾り切り法 3、野菜類の飾り切りを使って　一,彩り秋野菜と豚バラ肉の葛煮

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・料理に用いる野菜の剥き物の必要性は凝った剥き物ではなく何気なく、季節感や存在感が料理にしのばれる事が目的である事を学ぶ。
・前回の反省を踏まえ大根の桂剥きの練習を行う。
・大根を使って、桂剥きと妻打ち、大根芯の応用、野菜類の飾り切りを実践していく。

ポイント

・人参を使った梅花、里芋を使った六法剥きの方法を理解する。
・大根妻、大根芯を利用した様々な料理を学ぶ。
・基本的調理法を理解する。
・適切な手順で包丁を動かし見本と同じように剥き物を(梅花、六法剥き)仕上げていく。
・「葛煮」の基本的調理法を学び実践していく。

教育到達点

・自身の反省点を理解し桂剥きの練習は継続して行う。
・剥き物は包丁の入れ方、動かし方、手順を覚え同じ大きさ、形に仕上げる事が出来る。
・剥き物は桂剥き同様反復練習を繰り返し行い精度を上げていけるようにする事を理解する。
・基本的剥き物を学び応用へ繋げられるようにしていく。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・自身の癖を見極め次回より完成度の高い桂剥き、妻打ちを仕上げる事が出来るよう努める。 ・講義の内容を理解し見本と同じ大きさ、形で梅花、六法剥きを仕上げる事が出来る。 ・葛煮の基本的調理法を学び見本のものと同じように仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット

献立名	番号	分量
一,彩り秋野菜と豚バラ肉の葛煮	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.2	5人分

材料・調味料	使用量	
大根	2本半	
大根芯		
人参	1	本
里芋	5	個
牛蒡	1/2	本
隠元	5	本
豚バラ肉スライス	10	枚
煮汁	(実習を通して調整)	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 3	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 専攻別総合調理実習	1、大根を使って・桂剥きと妻打ち③ 2、廃棄部分の応用　3、大根の応用 一,大根皮と葉と小女子の炒り煮　一,合鴨と椎茸の挟み焼き

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・大根の廃棄部分を利用し、無駄を無くす事を身に付ける事や料理以外の利用法を学ぶ。
・大根の桂剥き、妻打ちの練習を行い完成度の高いものを作成する。
・大根の葉、皮部分を用い様々な調理法学ぶ。
・焼き台の使い方、焼き物を行う際の注意点を理解する。
・基本的串の打ち方、金串の扱い方を知る。

ポイント

・大根妻、葉、皮部分を用いた様々な調理法を学ぶ。
・合鴨の挟み焼きの伝統的調理法を学ぶ。
・大根用と金串を用いた挟み焼きの調理法を学ぶ。
・挟み焼きの応用調理法を学ぶ。

教育到達点

・挟み焼きを適切に行う基本的な串の打ち方を学ぶ。
・鴨肉の特徴や扱う際の留意点を知る。
・大根の葉や皮部分も立派な食材であり原価が掛かっている事を理解する。
・就職先でのまかない作りに活かす方法もある。
・廃棄部分を減らす事で過剰注文、調理過多を避ける事が出来る為基礎から身に付けておきたい心構えである。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・大根葉、皮部分（廃棄部分）を用いた様々な調理法を知る。 ・大根を用い鴨と椎茸が崩れないように串を打ち焼き上げることが出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・焼き台　・金串

献立名	番号	分量
一,大根皮と葉と小女子の炒り煮 一,合鴨と椎茸の挟み焼き	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.3	5人分

材料・調味料	使用量	
大根	2本半	
小女子	大5	
合鴨ロース	1	枚
椎茸	10	枚
照り焼き地	(実習を通して調整)	
粉山椒	適量	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 4	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・秋野菜を使って　野菜類の切り方の適性と精進対応料理	
	一,精進揚げ　一,精進の煮〆揚げ	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・油を通しての切り方の変化を学ぶ事と、切り方の大事さを実習を通して体験する。また、精進揚げで残った物の再利用法を学ぶ。
・精進料理を行う上での決まり事(約束事)を理解し、適切な食材や調理法を選定する方法を学び取っていく。
・食材、調理法による適切な切り出し方を理解し実践が出来る。
・揚げ物を行う際の利点や注意点を念頭におき実習を行う。

ポイント

・精進料理の意味合いや歴史、様々な基本的精進料理を学ぶ。
・食材のロスを活用し無駄を出さない心構えを身に付ける。
・まかないを作る事を想定し現場に出た際に繋げるようにする。
・各秋野菜の特徴や旬の味わいを理解し適切に切り出し、調理を行うようにする。
・煮〆等の煮上げ料理の基本的調理法を学ぶ。仕上がりの目安を理解する。

教育到達点

・各調理法(五法)や目的の料理により同じ食材であっても適切な切り出し方は異なってくる事を理解する。
・精進揚げは適切な温度で種を揚げる事が出来る。
・適温を見極める方法や目安を学ぶ。
・煮〆は火加減や地の詰め具合に留意し調理を行う事が出来る。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・基本的揚げ物の調理法を理解し実践できる。 ・揚げ物を扱う際の注意点を抑え実習を行える。 ・煮〆は仕上がりのタイミングを見極め適切に地を詰め仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット

献立名	番号	分量
一,精進揚げ 一,精進の煮〆揚げ	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
牛蒡	1/2	本
薩摩芋(中)	1/3	本
人参	1/2	本
蓮根(中)	1/2	本
春菊	1/2	束
抹茶塩	小1	
煮〆地	(実習を通して調整)	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 5	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・穴子と牛蒡を使って 一,穴子の八幡焼き ・穴子の開き方と巻き方　・牛蒡の下処理法　・焼ダレの作り方

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・日本料理専門調理師実技試験にも登用されている穴子の八幡巻き。
・穴子の開き方と牛蒡の仕上げ方、両方の素材を使った八幡巻きに触れることは非常に意義があり今後の自信にも繋がる大事な実習科目でしっかり学ぶ必要がある。
・穴子の捌き方、適切な下処理法、調理法を学び実践していく。
・牛蒡の含め方を学び実践する。
・掛けタレの合わせ方を知る。

ポイント

・穴子を開く際の適切な手順を覚える。
・関東と関西での手法の違いを学ぶ。
・牛蒡を煮含める際の基本的調理法を理解する。
・穴子の泥臭さを残さないよう滑り、、血、内臓を適切に除去し卸していけるようにする。
・穴子の巻き方を適切に行う。
・適切な掛け焼きの調理法を実践していく。

教育到達点

・穴子は焼き物や煮付にしても美味しく頂ける食材の一つで料理は多岐に渡る為
・独特の卸し方や滑りを除く方法、特有の泥臭さを抜く調理法をしっかり学ぶ必要がある。
・穴子は２年次にも様々な料理に使用していく為、しっかり捌き方の手順を覚え応用や専門調理師試験下処理法を覚え、応用や専門調理師試験に対応出来るようにしておく必要がある事を理解する。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・穴子を正しい手順で卸し適切に下処理を行う事が出来る。 ・掛け焼きを適切に行い照りが乗った八幡焼きに仕上げる事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・焼き台　・金串

献立名	番号	分量
一,穴子の八幡焼き ・穴子の開き方と巻き方 ・牛蒡の下処理法　・焼ダレの作り方	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 **NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
穴子	5	本
牛蒡	5	本
穴子煮汁	(実習を通して調整)	
掛けダレ	(専攻別実習4番 実習を通じて講義)	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 6	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・貝料理 帆立貝を使って 殻剥きから造りの仕上げ迄の行程 一,活け帆立貝の造り,殻盛り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・二枚貝を使って、殻の剥き方や、水洗いの方法と刺身の殻盛り方法を学ぶ。
・鮮度重視であるから素早い下処理法と清潔感のある造り方法をしっかり学ぶ。
・部位別の下処理法を学び、殻盛の手法を実習する。

ポイント

・二枚貝(活帆立)の特徴、適切な捌き方の手順を知る。
・二枚貝は足が早い為状態の見極めが重要視される。
・貝の状態を知る目安法や衛生観念をしっかり持ち扱っていくようにする。
・生食特に二枚貝の食中毒による事故は非常に多い為取り扱いに十分注意し、衛生的に作業が行えるよう心掛ける。
・貝殻に帆立貝柱の刺身を盛り付ける際の提供方法を学び実践していく。

教育到達点

・部位別の名称、調理手順を学び帆立貝の構造を理解する。
・帆立貝剥きの扱い方を知る。鋭利な為取り扱いに十分注意を払うようにする。
・基本的な衛生観念をしっかり持ち作業を行う基本理念を念頭に調理作業に当たる事を心掛ける。
・貝剥きを安全に扱い活帆立を適切に捌き盛り付け迄完成させる事が出来る。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・調理作業は食材によるエリア分けや使用するまな板等の器具を使い分けながら実習を行えている。 ・見本と同じ様に見栄え良く盛り付けを行う事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・貝剥き

献立名	番号	分量
一,活け帆立貝の造り 殻盛り	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.6	5人分

材料・調味料	使用量	
殻付き帆立貝	5	枚
若布	30	g
人参	1/2	本
大根（10cm）	1	節
大葉	5	枚
山葵	少々	
刺身醤油	少々	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 7	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・秋鮭を使って 1尾の水洗い法と切り身の仕立て方,部位別の利用法 一,鮭菊蕪蒸し　一,生鮭腹子を使って(いくらの作り方)	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・身の柔らかい鮭の水洗い法や卸し方の実践を通じて学び、加えて酒の素材を活かした料理法やイクラの仕込み方をしっかり身に付ける。
・秋鮭の特徴、適切な下処理法、調理法を学び身割れさせる事なく取り扱う事が出来る。
・イクラの下処理法、仕込み方を知り実践出来るようにする。

ポイント

・秋鮭の特徴、脂の乗り具合や身の状態を知り秋に提供するにふさわしい調理法を学ぶ。
・筋子からイクラを仕込む手順、適切な当たりの付け方を学ぶ。
・菊花の扱い方、適切な湯掻き方を知る。
・鮭の身に負担を掛けぬよう手数を最小限に留め切れる包丁で扱う事が重要である。
・蒸し物は下茹で時と仕上げ時で２度黄菊、春菊を加熱する為それらを加味し下処理を行う。

教育到達点

・身割れを起こしやすい鮭の身は水洗いから丁寧に扱い身に負担を掛けない水洗い法、下処理法をしっかり覚えるようにする。
・大型魚を扱う際の卸し方は2年次に進級する前に覚え応用に繋げられるようにしておく。
・イクラは一粒ずつ張りのある状態に仕上げる事が大切である、適切な仕込み法と併せ適切な保存法も覚えておく。
・蒸し物は仕上がった際も黄菊、春菊に歯触りがあるように下処理、加熱を行うようにする。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・適切な手順で鮭を扱い身割れさせる事なく調理を行えている。 ・黄菊の風味、食感を損なわず下茹でから仕上がりまで行う事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・蒸し器

献立名	番号	分量
一,鮭菊蕪蒸し 一,生鮭腹子を使って(いくらの作り方)	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.7	5人分

材料・調味料	使用量	
生鮭切り身	5	枚
黄菊	10	枚
春菊	1/3	束
小蕪	5	個
卵白	3	個
鰹出汁	360	cc
卸し山葵	少々	
生鮭腹子	1	腹
(いくら漬け地)	濃口醤油・酒 (実習を通じて講義)	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 8	教育内容	
	献立	
	高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・豆腐料理の基本 豆腐料理に不可欠な水分の切り方と基本料理 一,和え物　占地と小松菜の白和え　　一,がんもどきの作り方と料理

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・豆腐料理に必要不可欠な水分の切り方を学び基本料理二品を実習体験する。
・豆腐の適切な水の切り方、押し加減を実習を通して感触や食感から覚えていくようにする。また、料理によっては豆腐を湯通し、湯通し無しの場合や絹ごし豆腐又は木綿豆腐が使い分けされる理由を理解する。

ポイント

・目的により豆腐の適切な水分量は異なる為料理毎の適切な水分量の目安をしっかり覚える。
・水切りを行う際の留意点、適切な手順を学ぶ。
・各食材の下処理を適切に行う。(地漬け、下味漬け)
・白和えは豆腐や各食材の風味を損なわない当たりの受け方を実践していく。
・がんもどきは精進料理が発祥の基本的な料理の一つである。献立名の由来や成り立ちを調理法と併せて覚えておくようにする。

教育到達点

・日本料理に於いて使用する事の多い豆腐　種類毎の基本的な製造過程や様々な応用料理を合せて知っておくようにする。
・豆腐の水分含有量により仕上がりに大きく影響されてしまう為、日本料理に於いて基本的な食材であるが難易度が非常に高いという事を理解し今後の2年次の応用に繋げられるようにする。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・和え物は提供される直前に衣と具材を合せ器に水分が流れ出ないようにする基本を理解している。 ・油を適温に管理しながら調理を行い適宜に色を付けがんもどきを仕上げる事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・裏漉し　・天鍋　・揚げ油

献立名	番号	分量
一,和え物　占地と小松菜の白和え 一,揚げ物　がんもどきの作り方と料理	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.8	5人分

材料・調味料	使用量	
木綿豆腐	1	丁
占地茸	1	pc
小松菜	1/2	束
調味料各種		

材料・調味料	使用量	
木綿豆腐	1	丁
人参	1/2	本
木耳	5	枚
銀杏	10	粒

高度調理技術実習 9	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・当たり鉢と裏漉しの使い方　白身魚を使って,真丈地の応用 一,白身魚の真丈椀　蛤羽二重真丈　結び紅白大根人参　占地茸　紅葉麩 一,高野豆腐博多煮　紅葉人参　松葉隠元	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・日本料理に於いて当り鉢や裏漉しは必要不可欠である。
・確実な使用方法と併せ洗浄方法も学ぶ。
・日本料理に欠かせない真丈地(生身)の整え方を当り鉢や裏漉しを学び２年次に的確な応用料理が整えられるように基本技術を身に付ける。
・当り鉢、裏漉しの基本的な扱い方を学び、体得していく。
・真丈地は目的に応じた固さや当りの加減を理解する。

ポイント

・当り鉢の基本的な扱い方、基本姿勢、基本動作を学び反復練習の中でしっかり体得する。
・当り棒の持ち方、動かす導線を学び実践していく。
・裏漉しの目の向き、宮島の適切な扱い方等をしっかり意識し練習していく。
・蛤羽二重の献立名から扱う裏漉しの種類や真丈の固さを意識し椀種を仕上げる。
・蛤の適切な下処理法、調理法を学び実践していく。

教育到達点

・高野豆腐の適切な下処理法、椀種にする為の適切な調理法を学ぶ。
・料理に応じた適切な真丈地の固さや当りの加減を理解する。
・真丈地は固さに加え柔らかく仕上げる為生地の延ばし方が大事になるのでつなぎの加え方もしっかり学ぶ。
・吸い物に用いる真丈地と高野豆腐博多煮に用いる生煮の硬さや当りに違いがあるので当りの付け方と硬さ加減をしっかり覚える。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・裏漉し、当り鉢の適切な扱い方、洗浄方法を知り実践出来ている。 ・真丈地を目的に応じ適切な硬さに整え当りを付ける事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・蒸し器

献立名	番号	分量
一,白身魚の真丈椀　蛤羽二重真丈 結び紅白大根人参 占地茸 紅葉麩 一,高野豆腐博多煮　紅葉人参 松葉隠元	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.9	5人分

材料・調味料	使用量	
生身	250	g
蛤	5	個
卵白	2	個
占地茸	1/2	pc
大根	1	節
人参	1	節
三つ葉	10	本
吸い地	900cc (実習を通して講義)	

材料・調味料	使用量	
生身	250	g
海老	10	本
高野豆腐	5	枚
京人参	1	節
合せ出汁	(実習を通して講義)	

日本料理

高度調理技術実習 10	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・蒸し器の使い方と応用　・蒸気熱の活用法	
	一,真鯛信州蒸し	
	一,蒸し鶏と蕪の胡麻和え	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・蒸し器の容積や水(お湯)の量により蒸気熱の量が変わり結果、目的の時間も変わってくる事を実習を通して学ぶ。
・弱火、中火、強火だけでは蒸し上げる時間は測れない事を体験する。
・直煮と蒸煮での仕上がりにどのような差が出てくるのかも学ぶ。
・魚と鶏肉を使用し蒸し上げ料理を身に付ける。
・蒸し器による加熱法の利点を知り様々な調理法や適した食材の活用法を学ぶ。
・使用する食材や目的により蒸し器の適切な温度をしる。
・火加減や蓋の状態の開閉具合を知る。

ポイント

・蒸し器で加熱することによる利点を学び適切な調理法、食材を知る。
・魚介類、鶏肉でそれぞれの特徴を知り蒸し上げる際の最適な調理法を知る。
・蕎麦の適切な茹で加減、適切な固さを意識する。
・食材を下茹でし仕上げに蒸して加熱するように二度加熱する事を考慮し食材を扱っていく。
・蒸気が自身に掛からないよう蓋の開け方に気を付ける。

教育到達点

・食材の形が崩れにくい点、栄養価が地に流れていきづらい点、均一に加熱が出来る点、等等を理解し直煮と蒸煮の調理法の使い分けを今後行えるようにしていく。
・信州蒸しのように形が崩れやすい料理を作成する際や鶏肉に一定の温度でまんべんなく火を入れていく際など適切な場面や目的を見極め直煮と調理法を使い分けられるようにしていく。
・真空調理やコンベクションオーブンを使用する際の応用に用いられる事を知る。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・鶏肉の食感を損なわずしっかりと火を通す事が出来る。 ・火加減と庫内温度を管理できる。 ・信州蒸しは形を崩さず仕上げる事が出来る。 ・蕎麦の茹で加減を適切に行う事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット

献立名	番号	分量
一,真鯛の信州蒸し 一,蒸し鶏と蕪の胡麻和え	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.10	5人分

材料・調味料	使用量	
真鯛切り身	5	切れ
蕎麦	1	把
卸し大和芋	大10	
合せ出汁	500cc (実習を通して講義)	
紅葉卸し	適量	
晒し葱	適量	
山葵	適量	

材料・調味料	使用量	
鶏腿正肉	2	枚
小蕪	5	枚
胡麻衣	(実習を通して講義)	

日本料理

高度調理技術実習 11	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	献立の組み方・基本編　冬の一汁三菜 1、主食　白米　2、汁物　茸と葱の掻き玉汁　3、主菜　鰆の西京味噌焼き 4、副菜　牛肉と豆腐の煮物　5、副菜　水菜の柚子浸し	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・2年生に向けて実習の予行として献立の立て方を学ぶ。
・一汁三菜は日本人のバランスに沿った食事の構成であるからしっかりと組み合わせの理論を学び進級後の献立の立て方に応用させることが大事。
・冬の食材を一例に挙げて全五品の作り方と共に学ぶ。
・一汁三菜から構成される具体的な組み合わせを理解し献立を立てられるようにする。
・各料理の適切な調理法を学ぶ。
・献立名の付け方の規則。又、献立名からどういった料理であるかをある程度予測できるようにする。

ポイント

・一汁三菜の具体的な構成を知る。
・日本人の主食は米である為そこに組み合わせとして相応しい料理を考慮する事を学ぶ。
・一汁三菜が構成された歴史的背景、変遷を学ぶ。
・白米の基本的な炊き方、米に対する適切な水分量を理解する。
・鰆(魚の切り身)繊維に対する適切な串の打ち方、焼き方、焼き上がりの目安を知る。
・主菜と副菜で当たりの付け方の違いや留意すべき点を踏まえ実習に臨む。

教育到達点

・飯と汁物に動物性の料理を主菜として一品。
・野菜や豆腐等植物性の料理を副菜として二品の構成で成り立っている事を理解する。
・一汁山菜が構成された食文化について学ぶ。併せて献立を立てる際使用する食材や量を決めた後発注をし食材を適宜に切り出し加熱処理をしてゆく基本的な一連の流れを理解する。
・一汁三菜のという構成はバランス良く各栄養素が摂取出来きる優れた面を持ち合わせており献立を立てる際に意識しておきたい要素の一つ。
・加えて四季により様々な食材を味わえる日本料理は旬に応じて使用する食材を選定しそれぞれ同じ食材が重複しないように献立を立てる事も重要である。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・適切な水加減、火加減を管理し米を炊き上げる事が出来ている。 ・適切に串を打ち鰆を焼き上げる事ができている。 ・各食材の下処理を適切に行い彩良く各料理を仕上げる事が出来ている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・文化釜　・焼き台

献立名
1、主食 白米　2、汁物 茸と葱の掻き玉汁 3、主菜 鰆の西京味噌焼き 4、副菜 牛肉と豆腐の煮物　5、副菜 水菜の柚子浸し

番号	分量
高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.11	5人分

材料・調味料	使用量	
白ご飯	5	膳
出汁	700	cc
占地茸	1/2	pc
長葱	1/2	pc
卵	2	個
鰆切り身	5	切れ
西京味噌	300	g
牛バラスライス	200	g
木綿豆腐	1	丁
八方出汁	300cc (実習を通して講義)	
水菜	1/2	束
柚子	少々	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 12	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・厳冬の魚貝を使って　寒鰤と寒蜆の下処理の基本と伝統料理法	
	一,寒鰤の粕煮	
	一,寒蜆汁,蜆汁を使ったご飯料理	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・厳冬の季節に思い起こす鮮魚の代表と言われる通称「寒鰤」「寒蜆」を用いて伝承されてきた冬の代表料理、二品を作る。
・寒鰤、寒蜆の特徴を知り適切な扱い方を意識し実習に臨むようにする。

ポイント

・粕煮に合わせた鰤の切り方、野菜の切り方を理解する。
・寒蜆の特徴を理解し適切な下処理法、調理法を学ぶ。
・季節性の高い限られた時期に供す最高の食事として、講義を通じてしっかり身に付ける。
・鰤の味わいを損なわない下処理法を実践していく。身を崩さずに炊く方法を実践する。
・米に対する適切な水分量を意識する。
・炊き込みご飯の場合の適切な水分量、当りの付け方を知る。

教育到達点

・寒鰤の特徴や天然、養殖の違い、主な産地等を学ぶ。様々な鰤の応用料理を学ぶ。
・寒蜆の適切な保存方法を知る。旨味を最大限に引き出す調理法を学ぶ。
・脂が多く乗っている鰤を含める方法を意識し下処理、から適切に行う事が出来る。
・通年出回っている蜆と冬が旬とされている寒蜆との違いを理解し調理を行う事が出来る。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・寒鰤、その他の食材の食感や彩を損なわず扱う事が出来る。 ・寒鰤を崩さず仕上げる事が出来る。 ・寒蜆の旨味を引き出す適切な調理法を学び実習の中で実践出来る。 ・地に適宜に当りを付け適切な加減を理解出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・文化鍋

献立名	番号	分量
一,寒鰤の粕煮 一,寒蜆汁 蜆汁を使ったご飯料理	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.12	5人分

材料・調味料	使用量	
鰤切り身	5	切れ
大根（10cm）	1	節
人参（10cm）	1	節
馬鈴薯	2	個
椎茸	5	枚
油揚げ	1	枚
芹	1/4	束
出汁	900	cc
酒粕	200	g
合せ出汁	(実習を通して講義)	

材料・調味料	使用量	
蜆	350	g
浄水	750	cc
赤味噌	適量	
粉山椒	適量	
出汁昆布	1	枚
白ご飯	茶碗5	杯

日本料理

高度調理技術実習 13	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	お正月の祝い肴の一品　伝承料理の一品と祝い肴の基本料理	
	一,五目浸し豆	
	一,昆布巻に松竹梅　・松笠慈姑揚げ煮　・竹千社唐蜜煮　・梅人参含ませ煮	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・お節料理やお正月の一品として伝承されてきた料理二品の歴史と調理法を学ぶ。
・おせち料理、お正月料理の伝統や歴史、様々な事柄を学びそれらを踏まえ実習に臨むようにする。

ポイント

・五目浸し豆にあっては大豆の戻し方にこの料理の出来、不出来にかかる程大事な部分となる。
・大豆の粒の選別から始める事も併せて学ぶ。
・昆布巻は鮪を巻き込んで作る。昆布の戻し方、巻き方、炊き上げ方と併せ、昆布巻に添える縁起物の松竹梅は野菜を用いて剥きあげ煮含める。
・大豆の戻し方や様々な調理法を学ぶ。大豆の状態から炊き上がりの目安を知る。
・鮪を適切に下処理を行う。形よく昆布を巻き上げる方法を抑え実践していく。
・各野菜を松竹梅に剥く手順を覚え実践していく。
・数の子の塩抜きの方法を学ぶ。適切な調理法、当りの付け方を学ぶ。

教育到達点

・大豆の適切な扱い方、戻し方、炊き方の目安を知る。
・昆布の戻し方、扱い方を知る。
・野菜から松竹梅を剥く方法を理解する。
・節句料理の一つであるお節料理の歴史や料理の種類、意味合いを理解する。
・関東と関西で代表される祝い肴三品を知る。それぞれの意味合いを理解する。
・野菜を松竹梅に剥く基本的な手順を学び応用していけるようにする。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・大豆を適切な加減で当りを付け炊いていく事が出来る。 ・昆布巻きを均一に巻き見本と同じ大きさに仕上げ切り出す事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット

献立名	番号	分量
一,五目浸し豆 一,昆布巻きと松竹梅 ・松笠慈姑揚げ煮・竹千社唐蜜煮・梅人参含ませ煮	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.13	5人分

材料・調味料	使用量	
鰤切り身	5	切れ
大根（10cm）	1	節
人参（10cm）	1	節
馬鈴薯	2	個
椎茸	5	枚
油揚げ	1	枚
芹	1/4	束
出汁	900	cc
酒粕	200	g
合せ出汁	(実習を通して講義)	

材料・調味料	使用量	

日本料理

高度調理技術実習 14	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・鍋料理・厳冬の頃の魚と野菜を用いた基本料理 ・冬の鍋料理の仕立て方 一,鱈みぞれ鍋とみぞれ雑炊	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・寒の荒海で漁獲された鮮魚を用いて、鮮魚の持つ脂の旨味を出汁に変え、冬野菜と大根卸しをたっぷり加えた伝統鍋料理の技法を学ぶ。
・〆のお食事は煮汁を利用してのみぞれ雑炊は新たな鍋雑炊として大いに学ぶ必要がある。
・大根卸しの内容が出来具合を左右する事も併せて学ぶ。
・伝統的鍋料理であるみぞれ鍋/みぞれ雑炊の仕立て方、調理法を学ぶ。

ポイント

・鍋に加える際に適した大根卸しの仕立て方を学ぶ。
・みぞれ鍋に合わせる相性の良い魚介、野菜を知る。
・魚介、野菜の下処理法を学ぶ。
・みぞれ鍋/雑炊に使用する際の最適な大根の状態を知る。
・大根を選定する目安を知る。
・各魚介類、野菜類の下処理法、調理法を学ぶ。
・当りの付け方を知る。

教育到達点

・鍋料理を仕立てる際の留意点、使用する食材から出汁が出る事を考慮し適切に当りを付けられるようにする。
・冬に提供される事の多い鍋料理の様々な種類、調理法を併せて覚える。
・各魚介類、野菜から出汁が溶け出し旨味が抽出される鍋料理、それぞれの旨味を最大限引き出す調理法、大根卸しの香りを損なわない方法を学び実践していく。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・魚介類、野菜類を適切に扱い彩良く鍋に食材を盛り込む事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット　・土鍋

献立名	番号	分量
一,鱈みぞれ鍋とみぞれ雑炊	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.14	5人分

材料・調味料	使用量	
鱈切り身	10	切れ
豆腐	1	丁
白滝	1	個
芹	1	束
長葱	1	本
椎茸	5	枚
榎木茸	1	pc

材料・調味料	使用量	
白飯	300	g
大根	1/2	本
玉子	2	個
食塩	少々	

日本料理

高度調理技術実習 15	教育内容	
	献立	
高度調理経営科 専攻別総合調理実習	・山菜の基本的な扱い方　下処理について 1、灰汁抜き(湯掻く,晒す)　2、基本料理 一,蕨と油揚げの煮浸し　一,こごみと蒟蒻の胡麻和え　一,蕗の薹天ぷら	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	4時間	講義・実習	実習課日本料理担当職員

目的

・山菜の生保方法や早期の下処理方法を確実に身に付ける事が大事。
・基本料理を作る為の初期工程として湯掻く、晒すを確実に身に付ける。
・天然食材を使用するにあたり、入荷状況により献立を作り、実習を行う。
・各山菜の適切な灰汁の抜き方を知り実習の中で実践出来る。
・目的の料理に合わせた仕立て方、香り、味わいを損なわない調理法を知り実践していく。

ポイント

・様々な種類の山菜を知り特徴を学ぶ。それぞれに最適な灰汁抜き法を知る。
・山菜と目的の調理法を考慮し香りや味わいを損なわない最適な下処理法、灰汁抜き法を学ぶ。鮮度、入荷状態による各山菜の状態を見極めるポイントを知る。

教育到達点

・各山菜の灰汁の抜き方（湯掻く、晒す、研ぎ汁、糠等々）を知る。
・乾燥の場合加工法も併せ適切な戻し方を知る。
・各山菜の種類や状態により灰汁の量や抜き片が異なる為その時に最適な方法を実践出来るよう様々な技法を学び取り体得出来るようにしておく必要がある。
・春の訪れを感じさせる山菜の基本的な扱い方を知り応用に繋げられるようにする。

評価の目安と方法	・実習ノートのチェックにて評価とする。 ・各山菜の食感、香りを損なわないように調理を行い彩良く仕上げる事が出来る。

持ち物に関する注意事項

・実習ノート　・包丁　・試食セット

献立名	番号	分量
一,蕨と油揚げの煮浸し 一,こごみと蒟蒻の胡麻和え 一,蕗の薹天ぷら	高度調理経営科 専攻別総合調理実習 NO.15	5人分

材料・調味料	使用量	
蕨	25	本
油揚げ	5	枚
人参	1	本
出汁		
淡口醤油	少々	
食塩	少々	
こごみ	15	本
蒟蒻	1/2	枚
白当り胡麻		
合せ出汁	(実習を通して講義)	

材料・調味料	使用量	
蕗の薹	10個	個
サラダ油	適量	
小麦粉	適量	
食塩	少々	

日本料理

第9章

［専門実習理論1・2］
［専門実習1・2］

履修コース
高度調理製菓科　製菓・製パン

教育形態	教育内容
高度調理技術実習	専門実習理論1・2　専門実習1・2

授業の方法		教育目標
講義・実習		基礎・基本を反復練習し、製菓技術をしっかり身につける。また、食材の特性や性質を深く理解し、製菓調理、製パン調理の難しさを克服できるよう指導します。旬の食材や季節ごとのお菓子やパンの実習を通して、流れの速い時代を視野に入れた仕事の重要性も併せて指導し、学生の発想も開花させるような実習にします。
時間数		
30回	理論30時間　実習90時間	

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴（調理師養成以外）
○	金藤　州二	ホテル製菓部門にて永年従事
	吉田　正幸	ホテルにて調理業務に従事
	栗原　恭子	菓子製造販売業にて菓子製造に従事
	小高　和也	ホテルにて調理業務に従事
	多良　文康	ホテルをはじめ会館、フレンチレストランにて製菓業務に従事
	杉山　絢音	菓子製造販売業にて菓子製造に従事

教育手法

1回	製菓実習について　ガトーフレーズ	16回	フロマージュクリュ　パヴェオショコラ
2回	クリームの絞り	17回	クリームの絞りとナッペ
3回	クレームブリュレ　ガレットブルトンヌ	18回	ブランマンジェのメロンスープ仕立て　スイートポテト
4回	クリームの絞り	19回	クリームの絞りとナッペ
5回	カルツォーネ　ブルーベリーマフィン	20回	イチゴのミルクレープ　クレープシュゼット
6回	クリームの絞りとナッペ	21回	クリームの絞りとナッペ
7回	ロールケーキ　マドレーヌ	22回	ソフトフランスオニオン
8回	シャルロットポワール　フィナンシェ	23回	クリームの絞りとナッペ
9回	クリームの絞りとナッペ	24回	カレーパン　ピロシキ
10回	フォカッチャ	25回	オペラ　ダクワーズ
11回	蜂蜜のヌガーグラス　アメ細工（シュクレフィレ）	26回	ティラミス　パンナコッタ
12回	実技試験（クリームの絞りとナッペ）	27回	実技試験（クリームの絞りとナッペ）
13回	クリームの絞りとナッペ	28回	マジパン細工　カボチャプリン
14回	クープ・ド・ペーシュ　ウィークエンドシトロン	29回	ジェノワーズ　クリームの絞りとナッペ
15回	マジパン細工　ピスタチオのアイス	30回	デコレーションケーキ（ガトーフレーズ）

教育到達点

内容を理解し、講師と同じ形・状態に作り上げることができる。
製菓・製パンで使用する材料名を覚え特性を理解して仕込みをできるようにする。
道具の扱い方を理解し、使用する際に効率的に使えるようにする。

評価の目安と方法	出席率・受講態度が評価となる。 3分の2以上の出席をもって教科履修となり、出席が3分の2に達していない場合は履修することができない。 評価には反映されないが、同じ形・状態に作り上げることができているか技術力の確認を試験の形式にて判断する。

高度調理技術実習 1	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	製菓実習について （絞り、ナッペ、デコレーション）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・調理師（パティシエ）を目指すに当たり、その一歩としての心構え、調理器具、実習室、火器取扱い、身だしなみ、エプロンの着用を知る。
・製菓でもっとも基本的な技術である、クリームの絞りやナッペ、デコレーションを観察する。

ポイント

・集中して師の話をしっかり聞いて、ノートに写すこと。

教育到達点

・衛生面での大切さを第一に考えて行動することを習慣化できるようにする。

評価の目安と方法	・手洗いの励行、器具類を大切に扱う、使い終わったらきちんと整理整頓できる。

持ち物に関する注意事項

・コックコート、エプロンは常に清潔を保つ。
・実習ノートに大事なことは記すこと。

献立名	番号	分量
Gâteau au fraise ガトーフレーズ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.1**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte à génoise パータ ジェノワーズ		
œufs 全卵	3	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	115	g
farine 薄力粉	105	g
beurre バター	35	g
lait 牛乳	18	g
essence de vanille バニラエッセンス	適量	
Crème chantilly		
crème 生クリーム	300	cc
sucre semoule グラニュー糖	21	g
Sirop シロップ		
secre semoule グラニュー糖	30	g
eau 水	50	cc
grand marnier グランマニエ	5	cc
Finition 仕上げ		
fraise イチゴ	12	粒

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 2	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・製菓の基本技術である絞り、ナッペを練習する。

ポイント

・絞り袋の扱い方に注意して、口金の先に集中してクリームを出すこと。

教育到達点

・反復練習できるバタークリームを使って基本のローズ絞り、シェル絞りが、絞り袋が扱えて、できるようになること。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金を使って、幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金は繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかりと洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.2	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 3	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クレームブリュレ ガレットブルトンヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・材料や器具を直接手で触れ、扱い方を習得する。
・食材の特性について知る。

ポイント

・ブリュレは混ぜる温度とオーブンでの蒸し焼きの方法と時間を理解する。
・ガレットはバター、砂糖、卵黄を良く擦り合わせて粉を入れたら、必要以上に混ぜすぎないこと。焼いた後にほろっとした食感が失われるため。

教育到達点

・ブリュレはアパレイユがちゃんとできて、焼き上がり後、砂糖を焦がしてパリパリにできること。
・ガレットは焼き上がりの生地がほろほろとした食感になっていること。

評価の目安と方法	・ガレットはバターと砂糖をしっかり混ぜて、粉と合わせた時、さっくり混ざっている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートは分かり易く書いて、自分の知識として整える。

献立名	番号	分量
Crème brûlee クレームブリュレ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
crème 45% 生クリーム	300	cc
lait 牛乳	100	cc
vanille バニラビーンズ	1/4	本
sucre semoule グラニュー糖	60	g
œufs 全卵	1	ヶ
jaune d'œufs 卵黄	3	ヶ
cassonade カソナード	適量	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Galette bretonne ガレットブルトンヌ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.3**	5人分

材料・調味料	使用量	
beurre fermenter 発酵バター	125	g
sel 塩	1	g
vanille バニラビーンズ	1/6	本
sucre glace 粉糖	75	g
jaune d'œufs 卵黄	2	ヶ
rhum ラム酒	5	cc
farine 薄力粉	70	g
farine force 強力粉	70	g
levure chimique ベーキングパウダー	3	g

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 4	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞り

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる、美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業を練習する。

ポイント

・体を固定して、手首の返し方のコツを憶えて絞る。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使ってローズ絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになること。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金を使って、幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金は繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかりと洗って乾燥させ、 衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.4	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 5	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	カルツォーネ ブルーベリー マフィン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓製パン担当職員

目的

・パン生地の製法。
・膨張剤としてのイースト、ベーキングパウダーの扱いを知る。
・イタリアの惣菜パンについて。
・アメリカ発祥のカップケーキについて。

ポイント

・パン生地は良くこねることによりグルテンを最大に引き出す。
・中味の具材の挽き肉は塩胡椒を強めにする。(他が淡白なため)
・中の具材を包むとき、生地からはみ出ないようにする。
・マフィンは材料を合わせるとき、混ぜすぎない。
※ブルーベリーの色と生地の色がマーブルになるのが理想。

教育到達点

・カルツォーネの生地を丸くめん棒で伸し、具材をきれいに包んで成形できる。
・マフィンは順番通り合わせてマーブル状生地を型に入れて、焼ける。

評価の目安と方法	・生地の合わせ方、こね方がしっかりとできており、焼き上がりにふんわりとした食感を得られる。 ・具材の塩胡椒の味の付け方がしっかりできており、具材を生地で包み込んで、きれいに成形できている。

持ち物に関する注意事項

・ノートの整理・包丁セットの管理

献立名	番号	分量
Calzone カルツォーネ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
生地		
famire de force 強力粉	345	g
sel 塩	6	g
sucre 上白糖	3.7	g
levure sèche インスタントドライイースト	4.1	g
huile d' olive オリーブオイル	16	g
eau 水	215	g
トッピング		
huile d' olive オリーブオイル	1	大さじ
ail ニンニク	1	片
chair de viande 合挽肉	160	g
pâte de tomate トマトペースト	25	g
kechup aux tomates トマトケチャップ	1	大さじ
sel 塩	適量	
poivre コショウ	適量	
tomate トマト	1	ヶ
basilic バジル	6	枚
mozzarella モッツァレラチーズ	120	g
parmesan パルメザンチーズ	2	大さじ
仕上げ		
huile d' olive オリーブオイル	1	大さじ

材料・調味料	使用量
料理過程	
室温発酵　30 分	
↓	
分割・丸め　6 等分	
↓	
ベンチタイム　10 分	
↓	
成形　約 15cm 丸	
↓	
焼成　220℃　約 8 分	

製菓・製パン

献立名	番号	分量
Blue berry Muffin ブルーベリーマフィン	調理師科・高度調理経営科 **NO.5**	5人分

材料・調味料	使用量	
beurre　バター	60	g
sel　塩	1	つまみ
sucre　上白糖	110	g
œufs　卵	60	g
trimoline　トレモリン	40	g
farine　薄力粉	150	g
levure chimique ベーキングパウダー	5	g
lait　牛乳	50	g
crème45%　生クリーム	30	g
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
congelé de myrtille 冷凍ブルーベリー	90	g

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 6	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.6	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 7	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	ロールケーキ マドレーヌ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・カットしたフルーツをクリームと生地で巻いて一つのケーキとして完成させる。
・フランスの代表的な焼き菓子を学ぶ。

ポイント

・ビスキュイロールは、卵、砂糖、ハチミツを湯煎であたためてからミキサーで立てる。リュバン状になるまで立てるのが大事。そして粉をさっくり合わせてふんわりした生地に焼き上げる。
・マドレーヌは粉類はきちんとふるっておく。粉に卵を加えるときは、サックリと軽く混ぜ合わせる。混ぜすぎると粘りが出て、焼き縮みを起こし、堅くなってしまう。

教育到達点

・それぞれの生地が、特性を良く理解して正しく仕込めること。ロールは巻いた後、形が整っていること。

評価の目安と方法	・ロール生地はちゃんとリュバン状まで立てられること。 ・マドレーヌは生地を混ぜすぎないこと。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートにはポイントをしっかり記入し、復習すること。

献立名	番号	分量
Cake au Roule ロールケーキ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.7**	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuit roule　ビスキュイ ルーレ		
œufs 全卵	3	ヶ
jaune d'œufs 卵黄	1	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	80	g
miel 蜂蜜	20	g
farine 薄力粉	45	g
fecule コーンスターチ	15	g
beurre バター	10	g
lait 牛乳	10	g
Crème chantilly　クレーム シャンティイ		
crème 生クリーム	250	cc
sucre semoule グラニュー糖	17	g

材料・調味料	使用量	
Sirop　シロップ		
eau 水	50	cc
sucre semoule グラニュー糖	25	g
kirsch キルシュ	5	cc
Finition　仕上げ		
fraise イチゴ	5	粒
banane バナナ	1	本
kiwi キウイ	1	ヶ
pêche jaune 黄桃	1	ヶ
poudre décor デコールシュガー	適量	

献立名	番号	分量
Madeleine マドレーヌ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.7**	5人分

材料・調味料	使用量	
beurre バター	24	g
sel 塩	0.2	g
sucre semoule グラニュー糖	21	g
jaune d'œufs 卵黄	1	ヶ
œufs 全卵	15	g
trimoline トレモリン	18	g
farine 薄力粉	30	g
levure chimique ベーキングパウダー	2.5	g
zeste de citron レモンの皮	0.5	ケ

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 8	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	シャルロットポワール フィナンシェ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ジェノワーズ生地の別立て法を学ぶ。
・ババロワを作るためにアングレーズソースをしっかり作る。
・焼き菓子の代表的な物を作り、その基本を学ぶ。

ポイント

・メレンゲフレンチはしっかりと立てて、粉をさっくり合わす。混ぜすぎると生地がだれてしまうので注意する。
・絞る時には口金の形状を生かして正確に絞る。
・フィナンシェのバターは焦がすことにより風味を引き出すので、その焦がし具合に注意する。

教育到達点

・クレームポワールがきちんと仕込めて、型の中に入れて組み立てることができる。
・フィナンシェの材料を正確に混ぜ合わせることができる。

評価の目安と方法	・ビスキュイ・ア・ラ・キュイエールは、生地がだれることなくしっかり仕込めるか。絞る時口金をうまく使える。 ・アングレーズを正しく炊くことができる。 ・フィナンシェのバターをうまく焦がして香りを引き出すことができる。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、ナイフは使い終わったらしっかりと洗って乾燥させ、衛生に努める。
・実習ノートはポイントをしっかり書き、復習すること。

献立名	番号	分量
Charlotte au Poire シャルロットポワール	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.8**	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuits à la cuillère　ビスキュイ ア ラ キュイエール		
blanc d'œufs 卵白	3	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	85	g
jaune d'œufs 卵黄	3	ヶ
farine 薄力粉	80	g
sucre glace 粉糖	適量	
Crème de poire　クレーム ド ポワール		
lait 牛乳	80	g
vanille バニラビーンズ	1/3	本
jaune d'œufs 卵黄	40	g
sucre semoule グラニュー糖	40	g
purée poire ポワールピューレ	40	g
gelatine ゼラチン	6.5	g
poire williams ポワールウィリアム	10	cc

材料・調味料	使用量	
crème 38% 生クリーム	280	g
poire 洋梨	1	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	15	g
eau 水	25	g
poire williams ポワールウィリアム	5	cc
Sirop　シロップ		
sucre semoule グラニュー糖	15	g
eau 水	25	g
poire williams ポワールウィリアム	5	cc

献立名	番号	分量
Financier フィナンシェ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.8**	5人分

材料・調味料	使用量	
beurre (noisette) 焦がしバター	45	g
sucre glace 粉糖	45	g
farine 薄力粉	15	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	15	g
blanc d'œufs 卵白	45	g
miel 蜂蜜	15	g
amande emince アーモンドスライス	適量	

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 9	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.9	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 10	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	フォカッチャ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・イタリアの代表的なパンを知る。
・パンを作る上で、なくてはならないイーストの扱い、その効果を知り、実際にこねて、形を整えて焼く。

ポイント

・生地はしっかりこねて、作業工程（発酵、分割、丸め、ベンチタイム、成形、二次発酵）を理解して行うことが大事である。

教育到達点

・パン作りの基本である、生地をしっかりこねてグルテンを引き出し、発酵から焼成まで出来ること。

評価の目安と方法	・生地はしっかりこね上がっているか。発酵が充分成されて、成形が形良く丸められているか。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはその日の実習のポイントを書いて復習に努める。

献立名	番号	分量
Focaccia フォカッチャ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.10**	5人分

材料・調味料	使用量	
パン生地		
farine force　強力粉	272	g
farine　薄力粉	272	g
sel　塩	12	g
sucre　上白糖	5	g
levure sèche　インスタントドライイースト	5	g
huile d'olive　オリーブオイル	72	g
eau　水	304	g
huile d'olive　オリーブオイル	50	cc
トッピング①ポークピカタのマッシュ添え		
ポークピカタ		
echine du porc　豚ロースススライス	6	枚
œufs　全卵	2	ヶ
vin blanc　白ワイン	大2	杯
farine　薄力粉	大8	杯
parmesan　パルメザンチーズ	大2	杯
huile d'olive　オリーブオイル	大3	杯
マッシュポテト		
pomme de terre　ジャガイモ	1	ヶ (約200g)
beurre　バター	15	g
lait　牛乳	25	g
crème　生クリーム	10	g
sel　塩	少々	

材料・調味料	使用量	
トッピング②オリーブ飾り		
olive　オリーブ	10	粒
sel　フルールドセル	適量	

製菓・製パン

高度調理技術実習 11	教育内容	
	献立	
高度調理製菓科 専攻別実習	蜂蜜のヌガーグラス	
	アメ細工（シュクルフィレ）	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・立てた生クリームとメレンゲを合わして冷やし固めた氷菓を作る。
・アイスマシンを使わないアイスを学ぶ。
・アシェットデセールとしての盛り付けを学ぶ。

ポイント

・蜂蜜を使ったイタリアンメレンゲは、ハチミツを充分煮つめてメレンゲを立てる。しっかり立てたメレンゲを生クリームにさっくりと混ぜる。
・シュクレフィレはアメを155℃まで煮詰め、濃度を調整してスプーンですくい、空中で手首のスナップを効かして、糸状のアメを作る。

教育到達点

・メレンゲと生クリームを合わせた時に分離しないように合わせることができる。
・アメも糸状の細いアメを丸められて、皿盛りデザートとしてのデコレーションが成されている。

評価の目安と方法	・ヌガーやドレンドフルーツ類が食べやすい大きさに切れている。 ・メレンゲがしっかり立てられる。 ・皿盛りデザートとして、まとまっている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはポイントを必ず書くこと。復習に努める。

献立名	番号	分量
Nougat glace de miel 蜂蜜のヌガーグラス	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.11**	5人分

材料・調味料	使用量	
blanc d'œufs 卵白	50	g
sucre semoule グラニュー糖	5	g
miel 蜂蜜	55	g
bigarreau ドレンチェリー	30	g
pistach ピスタチオ	25	g
raisin au rhum ラムレーズン	30	g
orange peel オレンジピール	30	g
abricot アプリコット	50	g
grand marnier グランマニエ	15	cc
crème 38% 生クリーム	200	cc
Nougat　ヌガー		
sucre semoule グラニュー糖	45	g
eau 水	20	cc
amade emince アーモンドスライス	30	g
Sucre file　シュクル フィレ		
sucre semoule グラニュー糖	150	g
glucose 水飴	50	g
eau 水	30	cc

材料・調味料	使用量	
Sauce berry　ベリーソース		
purée framboise フランボワーズピューレ	40	g
sucre glace 粉糖	15	g
fraise イチゴ	3	粒
myrtille ブルーベリー	18	粒
orange オレンジ	1	ヶ
Finition　仕上げ		
menthe ミント	適量	
crème 38% 生クリーム	100	cc

製菓・製パン

高度調理技術実習 12	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	実技試験（クリームの絞りとナッペ）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・クリームの絞り（ローズ、シェル）の実習を通して練習を重ねたのち、一度実技試験を行い、現在の自分の実力を知り、より一層の技術向上を目指す。

ポイント

・普段から真剣に練習し、体で覚えるに尽きる。それには家での練習や課外授業（スキルアップ）を利用して練習する。

教育到達点

・クリームの絞りの基本であるローズ絞り、シェル絞りが、実技テストなど緊張の中でもきれいに絞ることができる。

評価の目安と方法	・ローズ絞り、シェル絞りが形よく絞れるようになる。絞り袋の扱いが美しいこと。

持ち物に関する注意事項

・自分のパレットナイフや口金は使いやすいように調整すること。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.12	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 13	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.13	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 14	教育内容	
	献立	
高度調理製菓科 専攻別実習	クープ・ド・ペーシュ	
	ウィークエンドシトロン	

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・グラスを使って桃のデザートを学ぶ。
・レモン風味のパウンドケーキの製法を学ぶ。

ポイント

・クレームペーシュは桃のピューレに熱を入れすぎないでゼラチンを溶かしこみ、風味を残す。
・クレームグランマニエはパータボンブを作る際、卵黄にシロップを混ぜるが、卵黄が殺菌される温度で立てること。
・パウンドケーキはオーブンに入れて、生地が上がってきたら一度切込みを入れる。それにより膨らみよく、中まで火が通る。

教育到達点

・グラスデザートは外から見てもきれいな層に見えるようになっていること。
・口どけのよい滑らかなムースに仕上がること。
・ウィークエンドシトロンの仕上げにグラスアローを塗るが厚すぎないこと。

評価の目安と方法	・グラスデザートはグラスのフチがきれいに仕上がっていること。 ・ウィークエンドシトロンはまん中がきれいに盛り上がり焼き色がきれいなこと。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはしっかり取り、復習に努める。

献立名	番号	分量
Coupe de pêche クープドペーシュ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.14**	5人分

材料・調味料	使用量	
Crème de pêche　クレーム ド ペーシュ		
purée de pêche 白桃ピューレ	100	g
sucre semoule グラニュー糖	20	g
gelatine ゼラチン	3.5	g
pêche sirop ペーシュシロップ	10	cc
crème 38% 生クリーム	120	cc
Crème de grand marnier　クレーム ド グランマニエ		
jaune d'œufs 卵黄	1	ヶ
sucre　semoule グラニュー糖	32	g
eau 水	30	cc
crème 38% 生クリーム	100	cc
grand maenier グランマニエ	2.5	cc

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
pêche 桃	1	ヶ
pêche sirop ペーシュシロップ	15	cc
poudre décor デコールシュガー	適量	
amande emince アーモンドスライス	適量	

献立名	番号	分量
Week-end au citron ウィークエンドシトロン	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.14**	5人分

材料・調味料	使用量	
Appareil　アパレイユ		
œufs 全卵	2	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	125	g
zest de citron レモン皮	1	ヶ
crème aigre サワークリーム	60	g
farine 薄力粉	110	g
levure chimique ベーキングパウダー	2	g
beurre バター	50	g
trimoline トレモリン	20	g
Glace a l'eau　グラス ア ロー		
sucre semoule グラニュー糖	7	g
eau 水	5	g
sucre glace 粉糖	30	g
jus de citron レモンジュース	5	cc

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
confiture d'abricot アプリコットジャム	70	g
eau 水	10	cc
pistache ピスタチオ	適量	

高度調理技術実習 15	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	マジパン細工 ピスタチオのアイス

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・アイスクリームの製法を学ぶ。
・ケーキの細工物としての技法の１つである、マジパンを使った細工物を学ぶ。

ポイント

・ピスタチオアイスはアングレーズをしっかり炊くこと。
・マジパンは、バラを作るに当たってパーツをよく観察しながら丁寧に指を使って形作っていく。

教育到達点

・マジパンは2年生になって実技試験として実施されるので作品として仕上がっていること。
・アングレーズはとろみが付くところまでしっかり炊ける。

評価の目安と方法	・アングレーズはゆるくないか、または炊きすぎて分離させてない。 ・マジパン細工は作品としての完成度で有ること。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはこまめに取り復習に努める。

献立名	番号	分量
Travail massepain マジパン細工	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.15**	5人分

材料・調味料	使用量	
pâte d'amand パートダマンド	500	g
color vert 色素（緑）	少々	
color rouge 色素（赤）	少々	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Glace au pistache ピスタチオのアイス	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.15**	5人分

材料・調味料	使用量	
lait 牛乳	200	cc
crème 45% 生クリーム	200	cc
vanille バニラビーンズ	1/3	本
jaune d'œufs 卵黄	4	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	80	g
pâte de pistache ピスタチオペースト	40	g
kirsch キルシュ	10	cc

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 16	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	フロマージュクリュ パヴェオショコラ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・チーズケーキはベイクド、スフレ、生タイプと大きく３つに分かれるが、その内の一つ、生タイプの製法を学ぶ。
・生チョコの製法を学ぶ。

ポイント

・クリームチーズのダマが残らないように伸ばして他の材料を合わせていく。
・２種類のチョコレートを使い生クリームを温めてゆっくりと溶かしていくことが大事。

教育到達点

・フロマージュクリュはカップに流して層になるように仕上げていく。
・パヴェとはフランス語で石畳のこと。固まったチョコを正確にカットして、ココアを全体にまぶして仕上げること。

評価の目安と方法	・フロマージュクリュはカップデザートとして他の材料がきれいに飾ってある。 ・生チョコは食べた時に口の中でとろりと溶けるような食感であるには、熱を入れすぎずに作成できる。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはしっかり記入し、復習に努める。

献立名	番号	分量
Fromage cru フロマージュクリュ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.16**	5人分

材料・調味料	使用量	
Appareil　アパレイユ		
crème fromage クリームチーズ	240	g
sucre semoule グラニュー糖	46	g
crème aigre サワークリーム	50	g
crème 47% 生クリーム	195	g
gelatine ゼラチン	4	g
Biscuit joconde　ビスキュイ ジョコンド		
œufs 全卵	2	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	75	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	75	g
blanc d'œufs 卵白	50	g
sucre semoule グラニュー糖	25	g
beurre バター	15	g
farine 薄力粉	25	g
Crème citron　クレーム シトロン		
œufs 全卵	25	g
sucre semoule グラニュー糖	13	g
jus de citron レモンジュース	20	g
purée de passion パッションフルーツピューレ	10	g
beurre バター	10	g

材料・調味料	使用量	
Streusel　シュトロイゼル		
beurre バター	25	g
sucre glace 粉糖	25	g
farine force 強力粉	25	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	25	g
sel フルールドセル	適量	
Finition　仕上げ		
crème 生クリーム	60	cc
sucre semoule グラニュー糖	4	g
mangue マンゴー	1/2	ヶ
menthe ミント	適量	
poudre décor デコールシュガー	適量	

献立名
Pave au chocolat パヴェオショコラ

番号	分量
高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.16**	5人分

材料・調味料	使用量	
chocolat au lait チョコレート（ミルク）	120	g
chocolat noir チョコレート（エキストラビター）	30	g
beurre de cacao カカオバター	15	g
crème 38%　生クリーム	80	g
poudre d'cacao　ココア	適量	

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 17	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.17	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 18	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	ブランマンジェ スイートポテト

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ゼラチンを使って冷やし固めるお菓子を学ぶ。
・さつまいもを使い、滑らかにしてスパイスを付けてケーキに仕上げる。

ポイント

・ゼラチンはあらかじめふやかしておくこと。
・牛乳にアーモンドの香りを抽出して、味を充分に引き出すこと。
・生クリームの立て方に注意する。
・裏漉ししたさつまいもを滑らかにするために、バターや生クリームを入れるが、しっかりと全体を均一に混ぜること。

教育到達点

・型からブランマンジェを抜くときにきれいに抜けること。
・さつまいもを裏ごす際、宮島や裏漉しの扱いに慣れる。
・口金を使ってきれいに絞り出すことができる。

評価の目安と方法	・ブランマンジェはアーモンドの香りを抽出して型に流し、冷え固まったらきちんと型から外して皿に盛り付けることができる。 ・さつまいもの裏漉しができ、材料をあわせて口金を使って巻くように絞り出すことができる。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはしっかり取り、復習に努める。

献立名	番号	分量
Blanc-manger et soupe au melon ブランマンジェのメロンスープ仕立て	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.18**	5人分

材料・調味料	使用量	
Blanc-mange　ブランマンジェ		
lait 牛乳	300	cc
sucre semoule グラニュー糖	60	g
amande emince アーモンドスライス	50	g
gelatine ゼラチン	7	g
crème 45% 生クリーム	60	cc
kirsch キルシュ	2.5	cc
Soupe de melon　メロンスープ		
sucre semoule グラニュー糖	15	g
eau 水	35	cc
melon メロン	1/6	ヶ
menthe ミント	4	枚
liqueur de melon メロンリキュール	2.5	cc
jus de citron レモンジュース	適量	

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
melon メロン	1/6	ヶ
Tuiles aux amande　アーモンドテュイル		
farine 薄力粉	30	g
sucre semoule グラニュー糖	75	g
blanc d'œufs 卵白	60	g
beurre バター	25	g
amande emince アーモンドスライス	75	g

献立名	番号	分量
Sweet potato スイートポテト	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.18**	5人分

材料・調味料	使用量	
patate douce さつまいも	250	g
beurre バター	25	g
miel 蜂蜜	15	g
poudre cannelle シナモンパウダー	1	つまみ
sucre 上白糖	15	g
crème 45% 生クリーム	30	cc
jaune d'œufs 卵黄	1	ヶ
essence de vanille バニラエッセンス	適量	
œufe 卵	適量	
sesame 黒ゴマ	適量	

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 19	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.19	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 20	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	ミルクレープ クレープシュゼット

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・クレープ生地を焼いてカスタードクリームで生地を重ねてケーキ仕立てにする製法を学ぶ。
・フランスの代表的な温製デザートを学ぶ。

ポイント

・クレープを焼くときはアパレイユの粉類が沈殿しやすいので、良く混ぜながらフライパンに流す。流したら大胆に廻して均一に薄く伸して焼くこと。

教育到達点

・クレープが均一に焼けること。
・クレームパティシエールはしっかり炊いて滑らかなクリームにできること。

評価の目安と方法	・生地をフライパンに流したらスムーズに広げられて、焼けること。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはしっかり取り、復習に努める。

献立名	番号	分量
Crêpe Suzette クレープシュゼット	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.20**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte a crêpe　パータ クレープ		
lait 牛乳	475	cc
œufs 全卵	8	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	150	g
farine 薄力粉	240	g
beurre バター	82	g
Sauce d'orange　オレンジソース		
orange オレンジ	4	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	150	g
beurre バター	50	g
grand marnier グランマニエ	40	cc
jus de citron レモンジュース	20	cc
zest d'orange オレンジ皮	2	ヶ

材料・調味料	使用量	
※オレンジ４個の内ピーラー２枚（ジュリアン）		
残りはゼストにする。オレンジ１個はカルチェ取り		
残り３個はジュースに絞る。		
Glace au vanille　ヴァニラアイスクリーム		
lait　牛乳	200	cc
crème 45%　生クリーム	200	cc
jaune d'œufs　卵黄	4	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	80	g
vanille　バニラビーンズ	1/3	本

献立名	番号	分量
Mille-crêpe au fraise イチゴのミルクレープ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.20**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte a crêpe　パータ クレープ		
lait 牛乳	240	c c
œufs 全卵	4	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	75	g
farine 薄力粉	120	g
beurre バター	40	g
Crème pâtissière　クレーム パティシエール		
lait　牛乳	250	c c
vanille　バニラビーンズ	1/3	本
jaune d'œufs　卵黄	2	ヶ
sucre semoule　グラニュー糖	55	g
farine　薄力粉	8	g
poudre à crème　プードルアクレーム	8	g

材料・調味料	使用量	
Crème diplomate　クレーム ディプロマット		
crème 45%　生クリーム	200	c c
sucre semoule　グラニュー糖	14	g
pâte d'orange　オレンジペースト	35	g
fraise　イチゴ	4	粒
Finition　仕上げ		
poudre décor　デコールシュガー	適量	

高度調理技術実習 21	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.21	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 22	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	ソフトフランスオニオン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・パンを作るにあたって、材料や器具を知り、製造工程を実習する。

ポイント

・パン生地の材料を混ぜたら、しっかりこねてグルテンを引き出し、一連の作業工程（発酵～焼成）をしっかり理解して行う。
・中の具材の鶏のソテーはオイルにニンニクとローズマリーの香りを移し、焼きすぎず、余熱で火を通すこと。
・エビのクリーム煮は味付けを多少濃いめにしておくこと。

教育到達点

・パン生地がしっかりこねて発酵から分割、丸めができ、具材も味付け良く、パンとの調和が計れること。

評価の目安と方法	・パン生地がしっかりこね上がっている。 ・発酵→丸め→焼成まで理解できている。 ・具材の料理の手順が理解できている。

持ち物に関する注意事項

・包丁の取り扱い、衛生管理に充分注意する。
・実習ノートはきちんと整理して、復習に努める。

献立名	番号	分量
ソフトフランスオニオン	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.22	5人分

材料・調味料	使用量	
パン生地		
farine force 強力粉	400	g
sel 塩	8	g
sucre 上白糖	28	g
levure sèche インスタントドライイースト	2.8	g
œufs 全卵	40	g
eau 水	225	g
beurre バター	24	g
oignon 玉ねぎ	180	g
farine force 強力粉	大匙3	杯
olio d'oliva オリーブオイル	小匙1	杯
parmesan パルメザンチーズ	大匙2	杯
鶏のソテー　ローズマリー風味		
pollo　鶏腿肉	2	枚
sel　塩	適量	
poivre　黒胡椒	適量	
ail　ニンニク	2	片
rosmarino　ローズマリー	2	本
huile d'olive　オリーブオイル	大匙3	杯
moutarde　粒マスタード	大匙2	杯
mesclun　ベビーリーフ	1/3	袋

材料・調味料	使用量	
海老とポワローのクリーム煮		
huile d'olive　オリーブオイル	大匙1	杯
ail　ニンニク	1	片
crevette　ブラックタイガー	6	尾
farine　薄力粉	小匙2	杯
vin blanc　白ワイン	50	c c
poireau　ポワロー	100	g
beurre　バター	30	g
bouillon　ブイヨン	100	c c
crème　生クリーム 45%	60	c c
sel　塩	適量	
poivre　胡椒	適量	

※ ホイロ　温度　32℃
　　湿度　75%
一次発酵　ホイロ　40 分
分割・丸め　12 等分
ベンチタイム　15 分
成形　丸×6ヶ、小判型×6ヶ（約 13 cm）
二次発酵　ホイロ　30 分
焼成　オーブン 220℃約 15 分

製菓・製パン

高度調理技術実習 23	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して絞り出す作業の練習をする。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・パレットナイフも同様に手首の返しを利用して左右に伸すこと。

教育到達点

・ケーキのデコレーション、絞り出しクッキーなど、センスが問われる作業である。絞りの基本になる口金を使って、ローズの絞り、シェル絞りを反復練習してできるようになる。また、パレットナイフを使って均一にクリームを伸すことができるまで。

評価の目安と方法	・絞り袋、口金、パレットナイフが使えるようになり、それらが幅、大きさ、高さ、間隔が均一になること。回転台をうまく使いこなしている。

持ち物に関する注意事項

・絞り袋、口金、パレットナイフは繰り返し使用するものである。従って使い終わったらしっかり洗って乾燥させ、衛生に努める。

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.23	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 24	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	カレーパン ピロシキ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・惣菜パンとしての日本発のカレーパン、ロシアや東欧の伝統的なパンであるピロシキを作ることで具材や手順を学ぶ。

ポイント

・パン生地の材料を混ぜたら、しっかりこねてグルテンを引き出し、一連の作業工程（発酵～焼成）をしっかり理解して行う。
・惣菜の具はそれぞれをしっかり炒めて、冷やしておく。
・油の温度に気を付けて、黄金色になるまで揚げる。

教育到達点

・パン生地がしっかりできて、具材をうまく包み込み、成形し、揚げられること。
・惣菜の具はパンの中に入れることを考えて味付けがうまくできていること。

評価の目安と方法	・パン生地を良く捏ねてグルテンを引き出し、発酵から成形まで作業できること。 ・惣菜の具が上手くパン生地ですき間なく包まれて形良く成形されている。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートは整理し、復習に努める。

献立名	番号	分量
カレーパン・ピロシキ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.24	5人分

材料・調味料	使用量	
パン生地		
farine force 強力粉	300	g
levure sèche インスタントドライイースト	8	g
sucre 上白糖	10	g
sel 塩	5	g
lait 牛乳	150	g
œufs 全卵	50	g
eau 水	30	g
beurre バター	30	g
カレーパン		
carotte 人参	15	g
oignon 玉ねぎ	50	g
viande hachée 合挽肉	50	g
hûile de salada サラダ油	大1	杯
beurre バター	5	g
oignon 玉ねぎ	25	g
ail ニンニク	1	片
gingembre 生姜	1	片
farine 薄力粉	10	g
bouillon ブイヨン	150	cc
ketchup ケチャップ	20	g
flaky curry カレーフレーク	10	g
sel 塩	適量	
poivre 胡椒	適量	
福神漬け	30	g

材料・調味料	使用量	
ピロシキ		
viande hachée 合挽肉	100	g
oignon 玉葱	75	g
farine 薄力粉	大1	杯
ketchup ケチャップ	大1	杯
bouillon ブイヨン	25	cc
bruine de la source 春雨	25	g
œuf à la coque ゆで卵	1	ヶ
beurre バター	8	g
sel 塩	適量	
poivre 胡椒	適量	
noix de muscade ナツメグ	少々	
hûile de salada サラダ油	適量	
chapeure パン粉	適量	

高度調理技術実習 25	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	オペラ ダクワーズ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・フランスの代表的なチョコレート菓子と地方の伝統的な焼き菓子を実習することで、組み立ての手法や生地の合わせ方や歴史を学ぶ。

ポイント

・代表的な生地であるビスキュイジョコンドを仕込むとき、卵と砂糖とアーモンドパウダーを白っぽくなるまで立てて、メレンゲと合わせることが大事である。また、カードを使って生地やクリームを伸ばす時、均一に伸すと、カットしたとききれいな断面になる。

教育到達点

・ビスキュイジョコンドふんわりと仕込めること。
・生地とクリームが均一な層になって重ねてあること。
・ダクワーズはメレンゲと粉類を合わした時、生地を混ぜすぎてだれないようにする。

評価の目安と方法	・ビスキュイジョコンドが同じ厚さで均一に焼けていること。 ・重ねた生地とクリームがカットしたとききれいな層になっていること。また、ナイフでカットした断面がきれいであること。 ・ダクワーズの焼けた生地２枚で、クリームで挟むとき、クリームが外にはみ出ないようにできでいる。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはしっかり記入して復習に努める。

献立名	番号	分量
Opéra オペラ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.25**	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuit joconde　ビスキュイ ジョコンド		
œufs 全卵	2	ヶ
sucre glace 粉糖	75	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	75	g
blanc d'œufs 卵白	50	g
sucre semoule グラニュー糖	25	g
beurre バター	15	g
farine 薄力粉	25	g
Crème au beurre café　コーヒー風味のバタークリーム		
jaune d'œufs 卵黄	3	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	75	g
eau 水	45	g
beurre バター	165	g

材料・調味料	使用量	
バタークリーム	170	g
KAHLUA カルーア	10	cc
trabrit トラブリ	4	g
Ganache　ガナッシュ		
crème 38% 生クリーム	120	cc
chocolat noir チョコレート	120	g
cognac コニャック	10	cc
Sirop　シロップ		
eau 水	100	cc
sucre semoule グラニュー糖	50	g
café インスタントコーヒー	6	g
KAHLUA カルーア	40	cc

献立名	番号	分量
Dacquoise ダクワーズ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.25**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pâte à dacquoise　パータ ダコワーズ		
blanc d'œufs 卵白	135	g
sucre semoule グラニュー糖	42	g
poudre d'amande アーモンドパウダー	60	g
poudre de noisette ヘーゼルナッツパウダー	40	g
sucre glace 粉糖	60	g
farine 薄力粉	16	g
sucre glace 粉糖	適量	
Crème au beurre noisette　クレーム オ ブール ノワゼット		
バタークリーム	100	g
pâte de noisette ヘーゼルナッツペースト	20	g

材料・調味料	使用量	

製菓・製パン

高度調理技術実習 26	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	ティラミス パンナコッタ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・イタリア菓子の代表的な２種類を作成し、盛り付けのスタイルや歴史を学ぶ。

ポイント

・ティラミスは焼いたビスキュイ・ア・ラ・キュイエールにコーヒーシロップをたっぷりと浸み込ませるのが大事である。
・マスカルポーネチーズは柔らかくしておいて、他の材料と合わせ易いようにしておく。
・パンナコッタは牛乳、生クリームを沸騰させると風味が落ちるので、その手前で火を止めゼラチンを入れる。

教育到達点

・ティラミスはマスカルポーネクリームとビスキュイ・ア・ラ・キュイエールがきちんと作成できること。
・パンナコッタはカップから抜いて皿盛りデザートとしての完成度があること。

評価の目安と方法	・ビスキュイ・ア・ラ・キュイエールが仕込めて、絞り袋を使用し、うまく焼けること。 ・マスカルポーネクリームは、イタリアンメレンゲがしっかりできて合わせられる。 ・パンナコッタはバニラビーンズの種が下に沈殿することなく充分とろみをつけてから、カップに流してある。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートはポイントをしっかり記入し、復習に努める。

献立名	番号	分量
Tiramisu ティラミス	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.26**	5人分

材料・調味料	使用量	
Biscuits à la cuillère　ビスキュイ ア ラ キュイエール		
blanc d'œufs 卵白	2	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	55	g
jaune d'œufs 卵黄	2	ヶ
farine 薄力粉	55	g
crème de mascarpone　クレーム ド マスカルポーネ		
mascarpone マスカルポーネ	250	g
sucre semoule グラニュー糖	15	g
jaune d'œufs 卵黄	3	ヶ
vin blanc 白ワイン	30	cc
blanc d'œufs 卵白	100	g
sucre semoule グラニュー糖	200	g
eau 水	100	cc
crème 45% 生クリーム	100	cc

材料・調味料	使用量	
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
Sirop　シロップ		
eau 水	60	cc
sucre semoule グラニュー糖	36	g
café solble インスタントコーヒー	2.5	g
KAHLUA カルーア	20	cc
café express エスプレッソ	50	cc
Finition　仕上げ		
café express エスプレッソ	適量	
poudre d'cacao ココア	適量	

献立名	番号	分量
Panna cotta パンナコッタ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.26**	5人分

材料・調味料	使用量	
Panna cotta　パンナコッタ		
lait 牛乳	150	cc
crème 45% 生クリーム	350	cc
vanille バニラビーンズ	1/2	本
sucre semoule グラニュー糖	35	g
gelatine ゼラチン	7	g
Sauce passion et mangue　パッションマンゴーフルーツソース		
puree de passion パッショフルーツンピューレ	90	g
puree de mangue マンゴーピューレ	30	g
sucre semoule グラニュー糖	25	g
eau 水	40	cc
fecule コーンスターチ	4	g

材料・調味料	使用量	
Finition　仕上げ		
kiwi キウイ	1	ヶ
fraise イチゴ	6	粒

高度調理技術実習 27	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	実技試験（クリームの絞りとナッペ）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・クリームの絞り（ローズ、シェル）、回転台を使ってジェノワーズ型に見立てた発泡スチロールにクリームをナッペする実習を通して練習を重ねたのち、二度目の実技試験を行い、現在の自分の実力を知り、より一層の技術向上を目指す。

ポイント

・練習に練習を重ね、体にたたきこむ。それに尽きる。家での練習や課外授業（スキルアップ）を利用して練習する。

教育到達点

・ナッペが美しくでき、絞りも均一にデコレーションできること。

評価の目安と方法	・クリームが均一にナッペできているか、クリームの絞りも間隔が同じ幅で絞られている。

持ち物に関する注意事項

・自分のパレットナイフや口金は使い易いように調整すること。

献立名	番号	分量
クリームの絞り	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.27	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		

材料・調味料	使用量	

高度調理技術実習 28	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	マジパン細工 カボチャプリン

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・オーブンを使って湯煎焼きで作るプリンの製法を学ぶ。
・ケーキの細工物としての技法の1つである、マジパンを使った細工物を学ぶ。

ポイント

・プリンのカラメルは苦くならないように焦がしすぎに注意すること。
・アパレイユは軽く温まる程度で全体が混ざるようにする。
・マジパンはバラを作るに当たってパーツを良く観察しながら丁寧に指を使って形作っていく。

教育到達点

・カボチャプリンはアパレイユにカボチャのピューレが良く溶け込み滑らかな焼き上がりになってること。
・マジパンは2年生になって実技試験として実施されるので作品として仕上がっていること。

評価の目安と方法	・カボチャプリンは底に敷くカラメルが苦くならない程度に焦がされ、アパレイユが滑らかに焼き上がること。 ・マジパン細工は作品としての完成度を有すること。

持ち物に関する注意事項

・実習ノートは整理し、復習に努める。

献立名	番号	分量
Travail massepain マジパン細工	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.28**	5人分

材料・調味料	使用量	
pâte d'amand パートダマンド	500	g
color vert 色素（緑）	少々	
color rouge 色素（赤）	少々	

材料・調味料	使用量	

献立名	番号	分量
Pudding au potiron カボチャプリン	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.28**	5人分

材料・調味料	使用量	
Pudding au potiron　プディング オ ポティロン		
lait 牛乳	130	cc
crème 45% 生クリーム	100	cc
œufs 全卵	70	g
jaune d'œufs 卵黄	1	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	50	g
purée de potiron カボチャピューレ	130	g
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
Caramel カラメル		
sucre semoule グラニュー糖	20	g
eau 水	35	cc

材料・調味料	使用量	
Sauce anglaise　アングレーズソース		
crème 45% 生クリーム	30	cc
jaune d'œufs 卵黄	10	g
sucre semoule グラニュー糖	4	g
essence de vanille バニラエッセンス	少々	
Crème chantilly　クレーム シャンティイ		
crème 生クリーム	100	cc
sucre semoule グラニュー糖	7	g

高度調理技術実習 29	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	クリームの絞りとナッペ ジェノワーズ

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・ケーキの仕上げに当たる美しいデコレーションを目指す。
・絞り袋を利用して、絞り出す作業を練習する。
・パレットナイフを使ってクリームを均一に伸ばす。
・イチゴのショートケーキを作成するに当たり、ジェノワーズを仕込む。

ポイント

・体を固定して手首の返し方のコツを憶えて絞る。
・ナッペは回転台をうまく利用してパレットナイフを使い手首をうまく返しながら全体にクリームを塗っていく。
・ジェノワーズは卵と砂糖あたためてからミキサーに移してふんわりさせて、粉と合わす。

教育到達点

・練習用の台にクリームが均一にナッペでき、ローズ絞り、シェル絞りができ、デコレーションが美しくあること。
・ジェノワーズは生地がしっかり上がってふんわりと焼き上がっていること。

評価の目安と方法	・クリームが均一に土台にナッペされている。 ・絞りがすべて同一になっている。 ・卵と砂糖を湯煎であたため、ミキサーに移して、リュバン状まで持っていく、そのタイミングが理解できていること。 ・粉とバターミルクを合わせた時、生地がゆるすぎていない。

持ち物に関する注意事項

・パレットナイフの管理
・実習ノートの整理

献立名	番号	分量
クリームの絞り・ナッペ ジェノワーズ	高度調理製菓科 専攻別実習 NO.29	5人分

材料・調味料	使用量	
crème au beurre		
バタークリーム		
Genoise　ジェノワーズ		
œufs　全卵	3	ヶ
sucre semoule グラニュー糖	115	g
farine　薄力粉	105	g
beurre　バター	35	g
lait　牛乳	18	g
essence de vanille バニラエッセンス	少々	

材料・調味料	使用量	

製菓・製パン

高度調理技術実習 30	教育内容	
	献立	
	高度調理製菓科 専攻別実習	デコレーションケーキ （ガトーフレーズ）

時間数		授業の方法	担当者名
1回	3時間	講義・実習	実習課製菓・製パン担当職員

目的

・一年をかけてクリームの絞り、ナッペを練習してきた集大成としてイチゴのショートケーキを実際に仕上げる。

ポイント

・クレームシャンティーの特性を良く理解して、クリームを立てすぎないように注意する。
・ジェノワーズをスライスする時、同じ厚さにスライスできるようにする。

教育到達点

・イチゴのショートケーキとして、ナッペと絞りがバランスよくできて仕上がりが美しいこと。

評価の目安と方法	・クレームシャンティーがぼそぼそになっていない。 ・クリームのナッペが滑らかにできている。 ・ローズ絞り、シェル絞りが均等に絞られている。

持ち物に関する注意事項

・パレットナイフの管理。
・実習ノートの整理をきちんとして2年生になって、実習で分からなくなったときにしっかり復習できるようにしておく。

献立名	番号	分量
Gâteau au fraise ガトーフレーズ	高度調理製菓科 専攻別実習 **NO.30**	5人分

材料・調味料	使用量	
Crème chantilly　クレーム シャンティイ		
crème 生クリーム	300	cc
sucre semoule グラニュー糖	21	g
Sirop　シロップ		
sucre semoule グラニュー糖	30	g
eau 水	50	cc
grand marnier グランマニエ	5	cc
Finition　仕上げ		
fraise イチゴ	12	粒

材料・調味料	使用量	

製菓・製パン

第10章

［総合調理実習］

履修コース
調理師科・高度調理経営科・高度調理製菓科

教育内容	教科科目名	履修方法	学年（学期）	授業の方法	時間数
総合調理実習	**集団調理実習**	**必修**	**調理師科 1年（前期・後期） 高度調理経営科 1年（前期・後期） 高度調理製菓科 2年（前期）**	**講義・実習**	**１回×４時間 ３２時間**

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴
○	山本　紀義	ホテルやレストランにて調理業務に従事
	鬼沢　隆	洋食レストラン、ホテルにて調理業務に従事
	島村　加代	給食受託業にて栄養業務及び調理業務に、フレンチレストランにて調理業務に従事

教科書・参考文献等

新・調理師養成教育全書　必修編　６（総合調理実習）
実習ノート（総合調理実習）

教育の目的

調理師法の目的及び基本理念を理解し、大量の食品を扱う上で必要となる食品管理、調理操作管理、衛生管理を学ぶと共に集団調理の流れ、特徴を理解する。
調理作業の分担、各分担の責任、チームワークの上に物的サービス、心的サービスが提供できることを理解し、良い給食が提供されることを理解する。

教育目標

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、調理を通して食事を調整する意義を理解する。

教育到達点

集団調理についての知識や業務を理解することができ、調理技術を習得すること。
就職してもすぐに役立つように、チームワークの重要性・衛生面の重要性・調理作業の管理など大量調理について理解して、責任をもって自分の仕事をこなしながら連携を図り、一つの料理を仕上げていくことを目標とする。

栄養価

１日のエネルギー摂取量
（１８～２９才・身体活動レベルⅡ～日本人の食事摂取基準より～）
男子：2650Kcal
女子：1950Kcal
本校男女比率　男：女＝6：4から１日の摂取エネルギー量を2400Kcalとする
よって昼食のエネルギー量は900Kcalを目標とする

メニュー・献立について

特定多数人に継続的に提供をするためにサイクルメニューとする。

評価の方法と目安

毎回の実習において手洗いの徹底や作業前のアルコールスプレーによる殺菌消毒ができているか。
包丁技術や回転釜の使用など各担当場所でチームワークによって作業が進んでいるか。
食事時間を遅らせることなく、食事が提供できたか。
十分に安全を確認し、食事の提供ができたか（中心温度の確認や、作業中の事故等も含む）。
盛り付けや配膳は均等に行い、且つ喫食者の希望（主食の量など）を受け入れ、また、清潔な快い喫食の空間が作られているかどうかを残食で判断をする。

履修コース
調理師科・高度調理経営科・高度調理製菓科

教科科目名
集団調理実習

授業計画	
1	主菜が焼物の献立① 献立：米飯・魚のソテー・野菜の煮物・汁 使用する調理機器：炊飯器・コンベクションオーブン・回転釜
2	主菜が焼物の献立② 献立：米飯・ハンバーグ・ひじき煮・汁 使用する調理機器：炊飯器・コンベクションオーブン・回転釜
3	主菜が煮物の献立① 献立：米飯・肉じゃが・サラダ・汁 使用する調理機器：炊飯器・回転釜
4	主菜が煮物の献立② 献立：米飯・酢豚・棒棒鶏・汁 使用する調理機器：炊飯器・オートフライヤー・回転釜
5	主菜が揚げ物の献立① 献立：米飯・から揚げ・春雨サラダ・汁 使用する調理機器：炊飯器・オートフライヤー
6	主菜が揚げ物の献立②　主食が米飯以外の献立① 献立：そば・天麩羅・冷奴 使用する調理機器：回転釜・オートフライヤー
7	皿盛り献立① 献立：米飯・カレー・コールスローサラダ・汁 使用する調理機器：炊飯器・回転釜・合成調理器
8	皿盛り献立②　主食が米飯以外の献立② 献立：スパゲッティーミートソース・サラダ・汁 使用する調理機器：回転釜・合成調理器

作業分担	
計量	使用する調味料を間違えないように計量する 計量計り（g）か計量カップ（cc）のどちらで計量するか把握する
切り方①	各材料ごとに大きさをそろえ、正確に切る 包丁を使用した切り出し・合成調理器を使用した切菜とそれぞれの材料に対して使い分けをする
切り方②	切り方①に同じ
調理①	焼く・煮る・蒸す・揚げるなど様々な調理法を集団調理特有の調理機器を使用し作業を進める 回転釜・オートフライヤー・スチームコンベクションなど使用方法を理解し、安全に作業を進める
調理②	調理①に同じ
炊飯	洗米は水圧洗米器を使用 米・水は正確に計量をする 熱伝導を均等に早くするために湯炊きをする場合もある
盛付①	器に均等に盛り付ける 均等に盛り付けるために計量をする
盛付②	盛り付け①に同じ

履修コース
調理師科

教育内容	教科科目名	履修方法	学年	学期	授業の方法	時間数
総合調理実習	**専攻別総合調理実習 1・2**	**必修**	**1**	**後期**	**講義・実習**	**15回　60時間**

実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴	実務経験	担当者名	科目に対する実務内容・経歴
○	福島　正八	ホテル総料理長など、歴任	○	川畑　裕康	元ホテル料理長
	深澤　真一	ホテルにて調理業務に従事		遠藤　秀樹	会館にて調理業務に従事
	佐藤　洋行	フレンチレストラン調理業務に従事		井上　光伯	給食受託業にて栄養業務に従事
	矢嶋　孝一	フレンチレストラン、ホテル、鉄道会社 料飲部などにて調理業務に従事		石川　悠斗	ホテルにて調理業務に従事
				金藤　州二	ホテル製菓部門にて永年従事
	髙山　佳三	ホテル、日本料理店料理長を歴任		吉田　正幸	ホテルにて調理業務に従事
	林　卓真	ホテルにて調理業務に従事		栗原　恭子	菓子製造販売業にて菓子製造に従事
	岡田 聡一郎	ホテルにて調理業務に従事		小高　和也	ホテルにて調理業務に従事
	飯田　琴乃	すし屋にて調理業務に従事		杉山　絢音	菓子製造販売業にて菓子製造に従事

補助教員
三中西　歩・眞田　美樹・遠藤　美咲

教科書・参考文献等

実習ノート（専攻する分野の実習ノート）

教育の目的

調理師の業務全般（衛生管理・献立作成・調理・食事環境・接遇等）を総合的に学び、その理解を深めると共に調理師として働くことへの遣り甲斐や社会に求められる人材としての調理師像へと導く。

教育目標

卒業後の進路を見据え、西洋料理（フレンチ・イタリアン）・日本料理・中国料理・製菓、製パンの各ジャンルを専攻することにより、専門知識・専門技術の向上を図ると共に調理師の使命と役割、その可能性を学生自ら意識できるように指導を重なる。

教育到達点

外来講師の講義では、トレンドを意識した食材や調理、盛り付けを経験することで、お客様の求めること、時代の流れを意識することを学ぶ。また、調理のみならずサービスとの連携や経営、人事労務管理など多岐にわたり学び、調理師の業務の理解を深める。
専門性の強い食材の取り扱い方を理解する。
多くの講義・実習を経て、総合学園祭模擬店において、調理、接遇を行い、来場されたお客様に安全・安心な料理を提供することを通し調理師の職業性を理解する。

教育手法

各専攻別毎にクラスを再編し、受講する。
基礎技術の反復及び外来講師によるトレンドの料理を学ぶ。
調理実習300時間では扱いきれない専門性の高い食材を用いた調理、調理法を学ぶ。
旬や時代を盛り付けにて表現することを学ぶ。
総合学園祭模擬店の運営。

履修コース
調理師科

教科科目名		
総合調理実習　専攻別総合調理実習1・2		
授業の方法	時間数	
講義・実習	**15回**	**60時間**

授業計画						
	フレンチ１	フレンチ２	イタリアン	日本	中国	製菓・製パン
1	肉の火の入れ方について	冷静オードブルについて 魚介の煮込みについて	パスタ生地について	旬の食材について①	基本のスープ・調味料について	クリームのデコレーションについて
2	牛肉料理について	牛肉料理について	アンティパストについて イタリアの代表的な魚料理について	〈先付、前菜について〉	冷菜について（前菜）	ロール生地について クッキー・小菓子について
3	豚肉料理について	豚肉料理について	鶏の卸し方	むきもの	熱菜について（温料理）	日本最大のコンクールの見学による最新のトレンドについて
4	代表的な肉料理について	代表的な肉料理について	ピザ生地について ミラノ地方の代表的な肉料理について	刺身、向付けについて	炒菜について（炒め物）	伝統的なヨーロッパのケーキについて
5	鶏の卸し方	肉の火の入れ方について	仔羊について パスタの種類について	汁物（椀）について	炸菜について（揚げ物）	日本に於けるヴィエノワズリーについて
6	代表的な地方料理について	鶏の卸し方	イタリアンのコース料理について	煮物について	焼菜について（煮込み料理）	ブティックのシェフパティシエによる菓子と店舗経営について
7	魚のおろし方①	魚のおろし方①	トスカーナ州のサラダについて 煮込み料理について	焼き物について	蒸菜について（蒸し物）	ブティックのシェフパティシエによる最新の焼菓子について
8	ジビエ料理について	代表的な地方料理について	代表的な地方料理について	婚礼料理について	鹹点心について（甘くない点心）	惣菜パンについて
9	鴨肉の扱いについて	鴨肉の扱いについて	スープについて 仔羊の火の入れ方について	煮物・食事・甘味について	麺飯について	ホテルのシェフパティシエによるアイスの技法とそのデモンストレーション
10	魚のおろし方②	魚のおろし方②	温製のアンティパストについて	・和え物、浸し物、酢の物について	湯菜について（スープ料理）	温かいデザートとプレゼンテーション タルト台を使った菓子について
11	学園祭について	学園祭について	学園祭について	・揚げ物について ・穴子の卸し方	甜点心について（甘い点心）	レストランに於けるデザートとプレゼンテーションについて
12	冷静オードブルについて 魚介の煮込みについて	パイ生地を使用した料理について	魚のおろし方	専門料理	甜品について（デザート）	クリスマスの代表的なドイツの菓子 マジパン細工の技法について
13	パイ生地を使用した料理について	ジビエ料理について	豚肉の火の入れ方について	学園祭に向けてその1	学園祭について①	代表的なフランス菓子について
14	仔羊料理について	仔羊料理について	リグーリア州の魚料理について 豚肉料理について	学園祭に向けてその2	学園祭について②	ホテルのシェフブーランジェリーによる最新のパン技法
15	学園祭模擬店運営	学園祭模擬店運営	学園祭模擬店運営	学園祭模擬店運営	学園祭模擬店運営	学園祭模擬店運営

評価の方法と目安
出席及び受講態度 学園祭模擬店運営においては事故を起こさずに安全で安心な料理を提供する。