

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
猿渡 秀美	栄養学	2	60	管理栄養士

講義の概要と目的

栄養とは生物が生命活動を持続していくうえで必要な物質（栄養素）を外界から取り入れ利用する営みである。栄養素の摂取が具体的に表現されるのが食生活である。食生活に栄養の知識を活かし、健康の保持・増進、疾病の予防・治療が図れるよう、栄養に関する基本的事項を理解させる。

教 授 計 画

1 週	オリエンテーション	第 1 章 第 1 節 栄養と健康
2 週	第 1 章 第 2 節 炭水化物	
3 週	同上	
4 週	第 1 章 第 3 節 脂質	
5 週	同上	
6 週	第 1 章 第 4 節 たんぱく質	
7 週	同上	
8 週	第 1 章 第 5 節 ビタミン	
9 週	同上	
10 週	同上	
11 週	第 1 章 第 6 節 ミネラル	
12 週	同上	
13 週	第 1 章 第 7 節 その他の成分	
14 週	前期学科試験対策	
15 週	前期学科試験	
16 週	第 2 章 第 2 節 栄養素の消化・吸収・代謝	栄養素の消化
17 週	同上	
18 週	第 2 章 第 2 節 栄養素の消化・吸収・代謝	栄養素の吸収
19 週	同上	
20 週	第 2 章 第 2 節 栄養素の消化・吸収・代謝	栄養素の代謝
21 週	第 3 章 第 1 節 エネルギー代謝	
22 週	第 3 章 第 2 節 日本人の食事摂取基準	
23 週	同上	
24 週	第 3 章 第 3 節 食品の選択	
25 週	同上	
26 週	技術考査対策	
27 週	食育インストラクター対策	
28 週	食育インストラクター対策	
29 週	後期学科試験対策	
30 週	後期学科試験	

評価方法： 受講中の態度を重んじ、レポートの提出状況や学期末の筆記試験の成績、出席状況など総合して評価する。（A B C D 4段階評価）

講義方法： 講義形式

テキストの他に、各自ノート、ファイルを準備して学習する。

□テキスト： 調理師養成教育全書 必修編 2 食品と栄養の特性(全国調理師養成施設協会)

□参考図書： 「新食品成分表FOODS」(東京法令出版株式会社)

調理師養成教育全書 必修問題集(全国調理師養成施設協会)

食育インストラクター教本(全国調理師養成施設協会)

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
石井 孝文	公衆衛生学	3	90	管理栄養士

講義の概要と目的

健康とはなにか、人口動態統計や疾病の動向を学ぶことを通して、食生活と健康の関係を理解する。また、公衆衛生施策や健康な食生活における調理師の役割を理解し、国民の食生活の向上に資する調理師の育成を目的とする。

教 授 計 画

1 週	オリエンテーション	公衆衛生を学ぶ目的
2 週	第 1 章 調理師と健康	第 1 節 健康の考え方
3 週		第 2 節 食と健康の関係
4 週		第 3 節 調理師法①
5 週		第 3 節 調理師法②
6 週		第 3 節 食生活における調理師の役割
7 週	第 2 章 食生活と疾病	第 1 節 疾病の動向とその予防
8 週		第 2 節 生活習慣病①概論
9 週		第 2 節 生活習慣病②各論
10 週		第 2 節 生活習慣病の予防
11 週	第 3 章 健康づくり	第 1 節 健康づくり対策
12 週		第 1 節 健康増進法
13 週		第 1 節 我が国における健康づくり対策
14 週		第 1 節 健康に関する食品情報
15 週		第 2 節 心の健康づくり
16 週	前期学科試験	
17 週	第 4 章 調理師と食育	第 1 節 食育とは
18 週		第 1 節 食育基本法①
19 週		第 1 節 食育基本法②
20 週		第 2 節 食育における調理師の役割
21 週	第 5 章 労働と健康	第 1 節 労働安全衛生法
22 週		第 1 節 労働基準法
23 週		第 1 節 職業病と労働災害
24 週		第 2 節 調理師の職場環境
25 週	第 6 章 環境と健康	第 1 節 生活環境
26 週		第 2 節 大気、水、住居
27 週		第 2 節 廃棄物、放射線
28 週		第 3 節 環境汚染とその対策
29 週		第 3 節 現代の地球環境問題
30 週	後期学科試験	

評価方法： 授業中の態度を重んじ、レポートの提出状況や学期末の筆記試験の成績、出席状況などを総合して評価する。(A. B. C. D. 4段階評価)

講義方法： 講義形式

テキストの他に、各自ノートを準備して学習する。

□テキスト： 新調理師養成教育全書 1 「食生活と健康」 (全国調理師養成施設協会)

□参考図書： 栄養調理六法 (新日本法規)

公衆衛生がみえる (メデックメディア)

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
黒瀬 靖子	食品衛生実習	1	30	管理栄養士

講義の概要と目的

飲食による経口感染や食中毒などの健康被害を防止し、本来の目的である生命の維持、健康の保持・増進を図るため、必要な知識(衛生微生物、食中毒、消毒方法、食品添加物、食品の保存方法及び個人衛生など)を得るための実技を習得することを目的とする。

教 授 計 画

1 週	実験器具の取り扱い方法及び注意点	レポート①
2 週	正しい手洗い法、手指洗浄前・洗浄後の汚れ状態の検査	②
3 週	〃	
4 週	調理器具の汚れ状態の検査	③
5 週	〃	
6 週	食器洗浄後の汚れ状態の検査	④
7 週	食品の pH 判定(試験紙)	⑤
8 週	生卵の鮮度判定(比重による判定)	
9 週	〃	
10 週	〃	⑥
11 週	魚介類・食肉鮮度判定	
12 週	〃	⑦
13 週	牛乳の鮮度判定	
14 週	〃	⑧
15 週	まとめ(小テスト)	
16 週	台所用スポンジ・食品からの各種細菌の検出	
17 週	〃	
18 週	〃	⑨
19 週	水道水の水質検査	
20 週	〃	
21 週	〃	⑩
22 週	食品の内部温度の測定	
23 週	〃	⑪
24 週	ヨーグルト実験	
25 週	〃	
26 週	〃	⑫
27 週	タンパク質分解酵素	
28 週	〃	⑬
29 週	調理器具の汚れ状態の検査	
30 週	まとめ(小テスト)	

評価方法： 受講中の態度を重んじ、レポートの提出状況、出席状況など総合して評価する。(A B C D 4 段階評価)

講義方法： 講義・実習形式
実験ごとにレポートの提出をする。

□テキスト： 調理師養成教育全書 必修編 3 食品の安全と衛生(全国調理師養成施設協会)

□参考図書： 調理師養成教育全書 必携問題集(全国調理師養成施設協会)
食育インストラクター教本(全国調理師養成施設協会)

2025年度

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
浦川 真紀	食品学	3	90	管理栄養士

講義の概要と目的

食品の特徴、選び方、保存について学び、多方面から理解を深める。加工品についても同様に理解を深め、調理の多様化、省略化に対応し、調理の幅を広げることを目的とする。

教授計画

1週	オリエンテーション（授業方法の説明、自己紹介）			
2週	第4章 食品の特徴と特性	第1節	植物性食品とその加工品	穀類
3週		第1節	植物性食品とその加工品	いも及びでんぷん類
4週		第1節	植物性食品とその加工品	砂糖および甘味類
5週		第1節	植物性食品とその加工品	豆類
6週		第1節	植物性食品とその加工品	種実類
7週		第1節	植物性食品とその加工品	野菜類
8週		第1節	植物性食品とその加工品	野菜類
9週		第1節	植物性食品とその加工品	果実類
10週		第1節	植物性食品とその加工品	きのこ類・藻類
11週		第2節	動物性食品とその加工品	魚介類
12週		第2節	動物性食品とその加工品	魚介類
13週		第2節	動物性食品とその加工品	食肉類
14週	「新調理師養成教育全書 必携問題集」の回答・解説・前期学科試験対策			
15週	前期学科試験			
16週	返却・解答・解説	/第2節	動物性食品とその加工品	食肉類
17週		第2節	動物性食品とその加工品	卵類
18週		第2節	動物性食品とその加工品	乳類
19週	第4章 食品の特徴と特性	第3節	その他の食品	油脂類
20週	第4章 食品の特徴と特性	第3節	その他の食品	菓子類・嗜好飲料類
21週			その他の食品	調味料及び香辛料類
22週			その他の食品	調理加工食品類・ゲル化食品類
23週			その他の食品	特別用途食品・保健機能食品
24週	第5章 食品の加工と貯蔵	第1節	食品の加工・第2節	食品の貯蔵
25週	第6章 食品の生産と流通			
26週	食育インストラクター教本 第3章選食力 食材の鑑別方法・食材の旬・食品の表示			
27週	食育インストラクター・技能考查対策			
28週	後期学科試験対策			
29週	後期学科試験			
30週	返却・解答・解説			

評価方法：受講中の態度を重んじ、レポートの提出状況や学期末の学科試験の成績、出席状況など総合して評価する。（ABCD4段階評価）

講義方法：講義形式

テキストの他に各自、ノート、ファイルを準備して学習する。

テキスト：「食品と栄養の特性」（全国調理師養成施設協会）

参考図書：「新調理師養成教育全書 必携問題集」（全国調理師養成施設協会）

「新食品成分表」（東京法令出版株式会社）

「食育インストラクター教本」（全国調理師養成教育全書）

毎回用意するもの：①食品と栄養の特性②新食品成分表③ノート④ファイル

※食育インストラクター教本と必携問題集は必要な時に事前に連絡します

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
星子 豊子	食文化概論	2	60	管理栄養士

講義の概要と目的

人類の歴史と食との関連を理解し、食文化は民族、地域、時代、宗教などと関連していること、異文化との交流によって変化することを習得する。また、日本と世界の食文化及びその料理の特性を学び、食文化の継承を担う調理師として自覚を養う。

教 授 計 画

1 週	第5章 食と文化	第1節 食文化の成り立ち	1. 2
2 週		第2節 多様な食文化	1. 2. 3
3 週		第3節 食文化の共通化と国際化	1. 2. 3. 4
4 週	第6章 日本の食文化	第1節 日本の食文化史	1. 2. 3. 4
5 週		第1節 日本の食文化史	5. 6
6 週		第2節 日本料理の食文化	1. 日本料理の特徴
7 週		第2節 日本料理の食文化	2. 日本料理様式
8 週		第2節 日本料理の食文化	3. 日本料理の食事作法
9 週		第3節 行事食と郷土料理	1. 食文化の地域性 2. 行事食
10 週		第3節 行事食と郷土料理	2. 行事食
11 週		第3節 行事食と郷土料理	3. 郷土料理
12 週		第4節 現代の食生活と未来の食生活	1. 食生活の現状
13 週		第4節 現代の食生活と未来の食生活	2. 食文化の未来
14 週		前期学科試験対策	
15 週		前期学科試験	
16 週	第7章 世界の料理と食文化	第1節 西洋料理の食文化	1. 西洋料理の変遷
17 週		第1節 西洋料理の食文化	2. 西洋料理の特徴
18 週		第1節 西洋料理の食文化	3. 西洋料理様式
19 週		第1節 西洋料理の食文化	4. 西洋料理の食事作法
20 週		第2節 中国料理の食文化	1. 中国料理の変遷
21 週		第2節 中国料理の食文化	2. 中国料理の特徴と系統
22 週		第2節 中国料理の食文化	3. 中国料理様式
23 週		第2節 中国料理の食文化	4. 中国料理の食事作法
24 週		第3節 その他の国の料理の食文化	1. アジア料理
25 週		第3節 その他の国の料理の食文化	2. 中東の料理
26 週		第3節 その他の国の料理の食文化	3. 中南米の料理
27 週		新調理師養成教育全書 「必携問題集」	
28 週		新調理師養成教育全書 「必携問題集」	
29 週		後期学科試験対策	
30 週		後期学科試験	

評価方法： 学科試験点数60点以上、出席状況、授業態度、提出物などで評価

講義方法： 講義形式

□テキスト： 新調理師養成教育全書 「食文化概論」

□参考図書： 新調理師養成教育全書 「必携問題集」

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
星子 豊子	調理理論	4	120	管理栄養士

講義の概要と目的

調理とおいしさ、調理の基本操作、食品の性質と調理による変化を理解し、調理の意義とその科学的根拠を理解させる。又、調理設備・器具と熱源の特徴や調理との関連を学び、それらが適切に選択ができるように理解させる。

教 授 計 画

1 週	第 1 章 調理とおいしさ	第 1 節 調理とは	
2 週		第 2 節 おいしさの構成	
3 週	第 2 章 調理の基本操作	第 1 節 非加熱調理操作	1 ～ 6
4 週		第 1 節 非加熱調理操作	7 ～ 10
5 週		第 1 節 加熱調理操作	1. 湿式加熱
6 週		第 2 節 加熱調理操作	2. 乾式加熱 3. 4
7 週	第 4 章 調理設備・器具と熱源	第 1 節 調理施設・設備とは	
8 週		第 2 節 調理器具	1. 非加熱調理器具
9 週		第 2 節 調理器具	2. 加熱調理器具
10 週		第 3 節 食器・容器	1. 材料別の食器・容器の特徴
11 週		第 3 節 食器・容器	2. 料理別の食器の種類と特徴
12 週		第 4 節 調理と熱源	1. 2
13 週	第 3 章 食品の調理科学	第 1 節 植物性食品	1. 穀類
14 週		第 1 節 植物性食品	1. 穀類
15 週		前期学科試験対策	
16 週		前期学科試験	
17 週	第 3 章 食品の調理科学	第 1 節 植物性食品	2. いもおよびでんぷん類
18 週		第 1 節 植物性食品	2. いもおよびでんぷん類
19 週		第 1 節 植物性食品	3. 砂糖類
20 週		第 1 節 植物性食品	4. 豆類 5. 種実類
21 週		第 1 節 植物性食品	6. 野菜類
22 週		第 1 節 植物性食品	7. 果実類 8.きのこ類 9. 藻類
23 週		第 2 節 動物性食品	1. 魚介類
24 週		第 2 節 動物性食品	2. 食肉類
25 週		第 2 節 動物性食品	3. 卵類
26 週		第 2 節 動物性食品	4. 乳類
27 週		第 3 節 その他の食品	1. 油脂類 2. 調味料
28 週		第 3 節 その他の食品	3. ゲル状食品
29 週		後期学科試験対策	
30 週		後期学科試験	

評価方法： 学科試験点数 60 点以上、出席状況、授業態度、提出物などで評価

講義方法： 講義形式

□テキスト： 新調理師養成教育全書「調理理論」

□参考図書： 新調理師養成教育全書「必携問題集」、新食品成分表「FOODS」

令和7 年度

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
上野 昭二	調理実習(西洋料理)	3	90	専門調理師

講義の概要と目的

調理実習の心得 正しい服装 身だしなみ

調理技術の向上 調理場でのマナー

教 授 計 画

1 週	洋食説明・包丁研ぎ
2 週	オムレツ・卵スープ・卵ピラフ
3 週	バターライス・ハヤシソース
4 週	ブイヨンの引き方・ペイザンスープ・鶏のさばき方・チキンディアブルステーキ・デミソース・ロールパン
5 週	真鯛の香草パン粉焼き・ソースマヨネーズ・玄米パン
6 週	ハンバーグ・パン・スパゲッティ・サラダ
7 週	ハンバーグチーズパイ包み焼・ソースシャスール・ガロニ・トマトソース・ロールパン
8 週	イタリアン料理 スパゲッティ・アツレ・ヴオンゴレ コトレッタ・アツラ・ミラネーゼ
9 週	フュメ・ド・ポワソン 真鯛のカルパッチョ
1 0 週	ラペソレルエスカロップ・ピカタ・トマトソース・リオブルー・バケット
1 1 週	スズキのタプナード焼きラビゴットソース・ビシソワーズ・玄米パン
1 2 週	オムレツ・シャトーむき・前期実技試験・チキンライス
1 3 週	カルボナーラ・鶏肉のカチャトーラ
1 4 週	スズキのポワレ ラタトゥイユ添え・クラムチャウダー・ロールパン
1 5 週	とうもろこしのポトフ・トマトのマリネ・野菜とチーズのオムレツ・バケット
1 6 週	ホタテと青梗菜のクリーム煮・豚バラ肉のステーキ・タコのオクラソース
1 7 週	ポワロースープ・赤牛もも肉の生ハム風サラダ・パン
1 8 週	スパゲッティアツラノルマ・アクアパッツァ
1 9 週	香草パン粉焼き・フォカッチャ・スープ・エスカベッシュ
2 0 週	秋刀魚と長ナス・カリフラワーを使った料理
2 1 週	天草大王腿肉の晩白柚ソース・イサキのキューイールアンチョビソース
2 2 週	スパゲッティアツラ ポスカイオーラ・サルティンボッカ
2 3 週	生パスタ・リゾット・ラビオリ・ニョッキ4種
2 4 週	チキンソテー白菜のプレゼ・キノコソテー・フォレストィール
2 5 週	技術大会・オムレツ・シャトーむき ミートソースパスタ
2 6 週	クリスマスパーティー料理試作
2 7 週	チキンガランティーヌ・ミートローフ・茸スープ
2 8 週	ベシャメルソース・シーフードグラタン・パン
2 9 週	サンクスパーティー料理試作
3 0 週	後期実技試験・オムレツ・シャトーむき ハッシュドビーフ・炊飯

評価方法： 実技の成績 出席日数 実習態度 実習ノート検査 ABCD段階評価

講義方法： 実習 講義

□テキスト： 新 調理師養成教育全書5

□参考図書：

令和7 年度

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
上野 昭二	総合調理実習	3	90	専門調理師

講義の概要と目的

集団調理実習の心構え
グループのチームワーク 体調管理の重要性
調理施設、設備の清潔性、安全性、機能性を学ぶ

教 授 計 画

1 週	説明・カレーライス・サラダ
2 週	ご飯の炊き方・おにぎり・味噌汁・大根の桂剥き
3 週	ゆで卵・ミモザサラダ・粉ふき芋・スズキのムニエル・フルーツポンチ・わかめスープ・エッグヌードル・炊飯
4 週	減塩食・豚肉のトマト炒め・人参しりしり・酢プ・炊飯
5 週	鶏むね肉の黒胡椒炒め・ベーコンと切干大根の煮物・大根の味噌汁・炊飯・りんご・オレンジ
6 週	油揚げと野菜の炒め物・鶏もも肉の照り焼き・炊飯・フルーツ
7 週	芋御飯・きのこ根菜の胡麻味噌汁・お魚ハンバーグ・クルミのパウンドケーキ
8 週	甘塩鮭ときのこの炊き込み御飯・糸より鯛の蒸し焼きえのき添え・サヤインゲンと麩の卵とじ・メロン・オレンジ
9 週	お粥・筑前煮・呉汁・フルーツヨーグルト
10 週	五目ひじき煮・鯖のつけ揚げ・南瓜の味噌汁・コーヒー寒天
11 週	ナン・ミートソース・シュークリーム
12 週	お姫さんだご汁・たかなめし・酢の物・豆腐ハンバーグ・炊飯
13 週	キャベツとペンネのオイスターソース・マドレーヌ・栗と唐芋のモンブラン
14 週	生姜焼き・中華スープ・ポテトサラダ・果物ゼリー・炊飯
15 週	学園祭班決め
16 週	学園祭メニュー作り
17 週	学園祭試作
18 週	肉じゃが・茶碗蒸し・味噌汁・マドレーヌ
19 週	かれいのみぞれ煮・ふろふき大根・大根飯・のっぺい汁・柿の黒胡麻・苺
20 週	チキン南蛮・薩摩芋の味噌汁・きんぴら・無限ピーマン・炊飯
21 週	クリスマスパーティー班決め
22 週	クリスマスパーティーメニュー作り
23 週	クリスマスパーティー試作
24 週	七草粥・ぜんざい
25 週	牛丼・炊飯・味噌汁・もやしと3色野菜のナムル・ムース
26 週	五目炊き込み御飯・唐揚げ・すまし汁・フーチャンプル・プリン
27 週	サンクスパーティー班決め
28 週	サンクスパーティーメニュー作り
29 週	サンクスパーティー試作
30 週	一年のおさらい

評価方法： 出席日数 実習態度 実習ノート検査 ABCD段階評価

講義方法： 実習 講義

□テキスト： 新 調理師養成教育全書6

□参考図書：

令和7 年度

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
村上 孝・兼行 辰広	調理実習(中国料理)	3	90	専門調理師

講義の概要と目的

中華鍋や中華包丁の使い方

乾物を多く取り入れた豊富な食材を使い油を上手に使う調理法

教 授 計 画

1 週	中華説明・スープの取り方・包丁の研ぎ方・野菜の切り方
2 週	火腿炒飯・玉米湯
3 週	什景炒飯・棒棒雞
4 週	叉焼炒飯・油淋雞腿
5 週	鮮奶果皇捲・千鳥沙羅蝦・炊飯
6 週	水餃子・怪味茄子・炊飯
7 週	脆皮春捲・蛤仔韭菜湯・炊飯
8 週	酢豚・海老炒飯・搾菜
9 週	糖醋鷄球・焼売・炊飯
10 週	鶏肉とコーンの唐辛子・トマトの卵スープ・焼豚炒飯
11 週	乾焼蝦仁・叉焼炒飯・大根スープ
12 週	蛋皮・絲・前期実技試験・蛋炒飯
13 週	芒果椰汁・香港炒麵
14 週	海老団子のパン包み・浅利のトウチ炒め・炊飯
15 週	高麗蝦仁・乾炸子鷄・翡翠炒飯
16 週	干焼碧魷魚・香炸芝麻球
17 週	魚香茄子・椒麻墨魚・炊飯
18 週	凉拌粉絲・春捲・炊飯
19 週	五柳鱔魚・蒜泥雲白肉・炊飯
20 週	煎韭菜餅・油淋雞腿・炊飯
21 週	鍋貼餃子・蟹肉生菜炒飯
22 週	広東炒麵・拔絲地瓜
23 週	肉包・豆沙包
24 週	乾煎牛排・芙蓉蛤蜊湯・炊飯
25 週	技術大会・蛋皮・絲 天津飯
26 週	脆皮蝦仁・回鍋肉片・炊飯
27 週	乾焼青蟹・凉拌三鮮・炊飯
28 週	荷葉蒸炒飯・鳳城添魚骨・炊飯
29 週	ふかひれ・油淋軟蟹・炊飯
30 週	実技試験・蛋皮・絲 排骨湯麵

評価方法： 実技の成績 出席日数 実習態度 実習ノート検査 ABCD段階評価

講義方法： 実習 講義

□テキスト： 新 調理師養成教育全書5

□参考図書：

令和7 年度

調理師養成科 シラバス

講師名	教科名	単位	時間	教員の資格
徳永 恭成	調理実習(日本料理)	2	60	調理師

講義の概要と目的

四季を感じる素材を生かした味付けや盛り付け、美的で繊細な感覚が必要

教 授 計 画

1 週	日本料理説明・包丁研ぎ
2 週	出し汁引き方・出し巻き玉子・豚汁・桂剥き・炊飯
3 週	鰯の甘酢あん掛け・鰯のあら潮汁・炊飯
4 週	親子丼・浅利の味噌汁・炊飯
5 週	カラスカレイの煮付け・だし巻き玉子・炊飯
6 週	小芋と隠元の鶏そぼろ・法蓮草とえのきのお浸し・炊飯
7 週	桂剥き大会
8 週	豚肉と茄子のみぞれ煮・オクラのお浸し・出し巻き玉子・炊飯
9 週	鶏むね肉のつみれ汁・出し巻き玉子・炊飯
1 0 週	海老と野菜の天ぷら・大根卸・天つゆ・炊飯
1 1 週	鯖の味噌煮・揚げ出し豆腐・炊飯
1 2 週	出し巻き玉子・桂剥き・前期実技試験・天井・えのきと豆腐の味噌汁
1 3 週	鶏腿肉と焼き野菜の生姜焼き・なめこ汁・炊飯
1 4 週	変わり海鮮丼・豆腐と揚げの赤出し・炊飯
1 5 週	ぶっかけ素麺・野菜のかき揚げ
1 6 週	枝豆豆腐わさびラディッシュ旨出し・鯖の蓮根蒸し白葱の餡かけ 木ノ子の天ぷら・炊飯・カマス仕込み
1 7 週	萩しんじょう清汁仕立て・隠元と笹身黒胡麻和え・カマスの柚子庵焼き・ 菊花蕪・炊飯
1 8 週	土瓶蒸し・銀杏と蓮根の白和え・鯛ご飯
1 9 週	造り二種盛り・食用菊と白舞茸のお浸し・海老飛龍頭の揚げ出し・炊飯
2 0 週	蕪の吹き寄せ・鶏のそぼろ入り出し巻き・柿の木茸と白葱の味噌汁・炊飯
2 1 週	豚バラ肉の旨煮共地餡掛け・柿と胡瓜の白胡麻和え・しめじ御飯・笹がき牛蒡の赤だし・炊飯
2 2 週	鮪の黄身醤油和え・牡蠣と茄子・銀杏の南蛮和え・鶏のしんじょうと菊菜のお碗みぞれ仕立て・炊飯
2 3 週	鰯の柚子釜焼き・鴨の治部煮・蟹御飯
2 4 週	海老と帆立の茶碗蒸し・海老芋と菊菜餡掛け・胡麻豆腐の喰い出しわさび・炊飯
2 5 週	技術競技大会(出し巻き・桂剥き)・鮭の味噌仕立て鍋
2 6 週	鯖の蕪蒸し・蓮根の天ぷら・落の煮物・炊飯
2 7 週	鰯の山椒たれ焼き・蛸のみぞれ和え・身巻き出し巻き・炊飯
2 8 週	鯛の姿造り・鯛のアラの潮汁・炊飯
2 9 週	縞鰯の胡麻醤油和え・穴子の尾州巻き梅人参菜の花・白舞茸の玉子とじ吸い物・炊飯
3 0 週	後期試験(出し巻き・桂剥き)

評価方法： 実技の成績 出席日数 実習態度 実習ノート検査 ABCD段階評価

講義方法： 実習 講義

□テキスト： 新 調理師養成教育全書5

□参考図書：