

科目名	開講時期	必修・選択	科目区分	単位（時間）	科目責任者
調理科学	1年次	必修	講義	2単位(30時間)	柄澤 美佳
授 業 概 要					
<p>人が健康な生活を営むために、食べ物をいかにしておいしく調理するか、心身の健康に貢献できる食べ方がどのようなものなのかなど、科学的に究明することが必要となる。ここでは、調理操作に対する科学的根拠を見出し、再現性のあるより良い調理法を身につけ、給食業務や在宅訪問による栄養支援などを行うために、健康な食生活の実践調理につなげる。</p> <p>また、調理により人が摂取する過程における食べ物の安全性の確保、栄養や嗜好性の変化や食べ物の特性をふまえた食事設計及び調理の役割を理解する。</p>					
到 達 目 標					
<p>☆調理の際に起こる食品成分の化学的・物性変化や栄養特性について調理科学的根拠を説明できる。</p> <p>☆実際の食卓に応用できる。</p>					
実務経験のある教員					
回	学 習 内 容				担当教員
1	ガイダンス	調理の意義と目的、食べ物の美味しさに関する要因			小杉ひかる
2	調理操作と調理器具	非加熱操作と調理器具			
3		加熱操作と調理機器			
4	調理操作の科学	だし、調味料・香辛料			
5	調理の科学	米・米粉			
6		小麦粉			
7		いも類			
8		大豆・豆類			
9		野菜・果物			
10		肉類			
11		魚介類			
12		卵・牛乳、乳製品			
13		でん粉・油脂（菓子）			
14		寒天・ゼラチン・カラギーナン			
15		海藻・きのこ類			
学 習 方 法					
授業内容を確認し、予習・復習を行う。					
評 価 方 法					
<p>[評価方法]</p> <p>学科試験60点以上を合格とし、成績評価は学科試験85%、月曜試験15%とする。</p>					
先修科目					
教科書，参考書					
教科書	食べ物と健康	マスター調理学	西堀すき江編著	建帛社	
参考書	調理と理論	山崎清子、島田キミエ他共著	同文書院		
	日本標準食品成分表				
	調理のためのベーシックデータ	女子栄養大学出版社			