

2024 방과후학교 (생활요리) 운영 계획서

1. 기본 사항

프로그램	방과후학교(생활요리)
시 간	금요일 (15:30~17:00, 90분)
장 소	이리북중학교 가사실
대 상	1~3학년
강 사	진현정

2. 운영 개요

목 표	◦ 생활요리 경험을 통해 요리에 흥미를 가져 볼 수 있다.
주요내용	◦ 다양한 생활요리를 해 볼 수 있다.
교육방법	◦ 이론과실습을통해 아이들이직접경험해서완성해본다.
재료·교재	◦ 각차시에맞게교사가준비하여줍니다. ◦ 총액: 재료에따라 변경
평가방법	◦ 평가학목을 통해서 평가

3. 운영 계획 ※ 1년 20차시로 구성, 작성(1차시 90분)

순	주제	내용	비고
1차시	훈제오리 무쌈말이	훈제오리를 이용한 건강무쌈말이를 만들어본다.	
2차시	딸기청,딸기우유	딸기를 이용하여 딸기청과 수제 딸기우유를 만들어 본다.	
3차시	당근라페 샌드위치	당근라페를 만들어 샌드위치와 샐러드 요리를 함께 해본다.	
4차시	에크타르트	계란을 이용한 건강 타르트를 만들어 본다,	
5차시	카네이션케이크	어버이날 맛이 카네이션케이크를 만들어 본다.	
6차시	제육볶음	제육볶음을 만들어 본다,	
7차시	피크닉김밥	피크닉갈 때 함께 할수 있는 김밥을 만들어 보고 직접 도시락도 구성해본다.	
8차시	밀피유나베	밀피유나베요리를 알아보고 만들어 본다.	
9차시	깻잎&양파장아찌	숙성음식에 대해 알아보고 장아찌를 만들어 본다.	
10차시	돼지안심말이	돼지고기를 이용한 요리를 함께 해본다.	

순	주제	내용	비고
11차시	버섯잡채	버섯과 다양한 야채를 이용하여 잡채를 만들어 본다,	
12차시	수제햄버거	수제 햄버거 패티를 만들고 햄버거를 만들어 본다.	
13차시	삼계탕	여름보양식 삼계탕을 만들고 몸보신요리를 즐겨본다.	
14차시	까르보나라&라구소스	스파게티 요리를 함께 해본다.	
15차시	시금치프리타타	시금치를 이용한요리를 해본다.	
16차시	짜장떡볶이	짜장 떡볶이를 만들어 먹어 볼 수있다.	
17차시	고구마빵	고구마를 이용한 고구마빵을 만들어 볼 수있다.	
18차시	훈제연어샐러드	훈제연어를 이용한 음식과 샐러드를 만들어 본다,	
19차시	마라탕	친구들 사이에 유행하는 음식 마라탕을 만들어 본다,	
20차시	마카롱	다양한 마카롱을 꾸미고 즐겨 볼 수있다.	