

2024.삼우초 [요리] 프로그램

프로그램명		요리	운영강사	이 * *
운영대상		삼우초 3~6학년	운영기간	2024.3월~12월 (36주)
지도목표		1. 요리 시 위생관리 및 주의사항을 숙지하고 정리정돈을 할 수 있다 2. 주제에 맞는 손질법과 조리법을 알고 응용할 수 있다		
주별 지도 계획				
월	주	주 제	학 습 내 용	비 고
3월	1	오리엔테이션	수업방법과 주의사항 및 선호도 조사 후 연간 계획 짜기	
	2	에그 토스트	식빵에 달걀 입히는 법을 알고 프라이팬에 구워 완성 한다 채소의 색 컬러 조화를 알 수 있다	
	3	쌀 아몬드 튀일	반죽의 비율을 알고 오븐에 굽는 법과 식히는 법을 알 수 있다	
	4	떡볶이	떡볶이 소스 비율을 계량하고 끓여 완성 할 수 있다 양념 계량법을 알 수 있다	
	5	중화 풍 돼지목살튀김	고기를 다지고 튀기는 방법과 소스 비율을 알 수 있다	
	6	마늘닭고기볶음	고기 손질법을 알고 볶는 방법을 알 수 있다	
	7	통밀스파게티	스파게티 끓이는 법과 소스의 비율을 알 수 있다	
	8	사과식빵파이	사과 찜 만드는 방법을 알고 파이를 구워 낼 수 있다	
	9	참쌀주먹밥	각각의 재료를 씻고 다져 볶은 후 주먹밥을 만든 다 색상 대비와 혼합 색으로 플레이팅을 해 본다	
	10	미니 버거	재료를 손질하고 소스의 배합비율을 익혀 완성 한다	
	11	닭 강정	고기 손질법과 순서를 알고 양념을 만든 다	
	12	감자채전	감자를 채 썰어 굽는 법을 안다 바삭한 전의 온도 변화를 안다	
	13	와플	와플 배합 비율을 알고 구워 토핑 할 수 있다 와플과 팬케이크의 화학적 발효를 안다	
	14	피자	피자도우를 숙성시켜 피자를 만들 수 있다 반죽의 저온 숙성과 발효법을 안다	
	15	접는 김밥	각각의 재료의 특징을 알고 재료 법을 알 수 있다	
	16	에그 샌드위치	재료를 손질하고 소스를 만들어 완성 한다	
	17	웨지감자	감자를 삶고 자른 후 오븐에 구워낸다 육각형의 웨지를 자를 수 있다	
	18	달걀볶음밥카나페	재료를 잘게 다진 후 볶음밥을 만들어 카나페를 꾸며본다	
	19	야채 전	야채를 잘게 다져 퓨전 전을 만들 수 있다	
	20	미니 케이크	생크림과 과일을 이용해 나만의 케이크를 만들 수 있다	

	21	에그부리또	스크램블을 완성하고 재료를 손질하여 부리또를 만든다	
	22	햄버거	재료를 손질하고 소스를 만들어 햄버거를 만들 수 있다	
	23	계란빵	계란빵 반죽을 만들고 기타 재료를 올려 굽는 법을 안다	
	24	쿠키	오븐에 굽는 법과 배합 비율을 알고 구워낼 수 있다	
	25	잡곡 튀밥 요거트	잡곡을 불려 튀겨내는 법을 알고 토핑을 올릴 수 있다	
	26	또띠아 피자	또띠아를 이용해 나만의 피자를 만들어 볼 수 있다 같은 크기로 등분하는 방법을 알 수 있다	
	27	참쌀견과류 호떡	호떡의 반죽 배합을 알고 견과류를 활용해 구워 낼 수 있다	
	28	불고기유부초밥	불고기소스를 만들고 초밥을 만들 수 있다	
	29	팬케이크 샌드	팔소를 만들어 팬케이크를 구울 수 있다 적정 온도에 따른 변화를 알 수 있다	
	30	과일샐러드	각각의 과일을 손질하고 소스를 만들어본다 과일을 이용해 색에 대해 알아본다	
	31	밥알참쌀떡	참쌀밥을 이용하여 떡을 만들어 본다	
	32	콘 크림 치즈볶음밥	콘과 치즈를 이용해 볶음밥을 만들 수 있다 야채의 색상을	
	33	로제 크림 떡 파스타	로제 소스를 활용해 떡 파스타를 만들 수 있다	
	34	파인애플곤약젤리	과일 손질 후 곤약젤리 끓이는 법을 안다	
	35	비빔국수	비빔소스를 만들고 재료를 손질 할 수 있다	
	36	삼겹살 쌈장볶음밥	쌈장을 활용해 볶음밥을 만들 수 있다	
● 학생들의 선호도 조사 후 주제는 바꿀 수 있습니다.				