

美和科技大學



食品營養系

課程規範

課程名稱：食材認識與應用

中華民國 114 年 10 月制定

一、課程基本資料：

科目名稱	中文	食材認識與應用
	英文	Encyclopedia of Food Ingredients

適用學制	四技國合專班	必選修	必修
適用部別	日間部	學分數	2
適用系科別	食品營養系	學期/學年	一學期
適用年級/班級	一年級	先修科目或先備能力	無

二、健康科學管理學院目標培育人才

依據 UCAN 系統，本中心以培育「專業職能」為目標。

專業職能	就業途徑	職能
	天然資源、食品與農業-食品生產與加工	PC1 執行食品加工流程。
		PC2 執行加工食品的研發工作。
		PC3 規劃、執行、管理並且提供與食品包裝和維護相關的服務。
		PC4 執行危害分析以及進行管制作業，以控管食品的生產流程並掌握加工的品質。
		PC5 依照既定法規以及相關作業流程，維護加工食品以及從業人員的健康與安全。

註：以上的 5 點為專業職能（Professional Competencies，PC）。

三、課程對應之 UCAN 職能

課程 \ 職能	專業職能 M	專業職能 A
食材認識與應用	PC1 執行食品加工流程。 PC4 執行危害分析以及進行管制作業，以控管食品的生產流程並掌握加工的品質。 PC5 依照既定法規以及相關作業流程，維護加工食品以及從業人員的健康與安全。	PC2 執行加工食品的研發工作。 PC3 規劃、執行、管理並且提供與食品包裝和維護相關的服務。

註：M 表示課程內容須教授之「主要」相關職能 A 表示課程內容須教授之「次要」相關職能。

四、食品營養系之核心能力

系核心能力	檢核指標定義說明
I. 溝通協調能力	1. 以清楚、有系統的口語表達意見。 2. 能與他人分享自我思想、觀念並傾聽他人意見。 3. 能通過專業課程簡報技巧與實作。
II. 人文素養能力	1. 能利用工具和肢體語言做人際溝通。

	2.能通過服務學習課程。
III.發現與解決問題之能力	1.能獨立思考與判斷問題能力。 2.能通過實務課程考核。
IV.落實個人法治責任能力	1.有思考與解決問題之能力。 2.能通過民主與法治課程認知公民權利與義務。 3.能遵守專業倫理與法治規範。
V.營養健康行銷與資訊應用能力	1.具備執行多元化生活健康營養企劃之能力，運用營養資訊於不同族群，執行創新營養健康管理模式進而改善健康。 2.能通過計算機概論、健康產業資訊應用、健康產業行銷與管理等課程。
VI.健康促進能力	1.具備基本自我營養管理與保健知識，增進自我健康能力。 2.能通過健康促進課程，具備基本急救技術。
VII.健康食品、檢驗分析與營養事業領域之專業知識與管理能力	1.具備健康食品產業管理知識與技能。 2.具備食品營養資訊系統應用技能。 3.取得專業證照。
VIII.基礎外語能力	1.具備基本外語會話、閱讀技巧及日常生活字彙，了解文化差異，培養國際觀。 2.通過醫學營養專業術語之膳食療養及實驗課程。 3.通過校定英文畢業門檻及系專業英文課程。

五、教學目標

學習完本課程，學生能夠達到以下目標以及與核心能力之對應：

（一） 認知方面

1. 理解各類食材之營養組成、特性與分類。(VI、VII)
2. 認識食材在處理、加熱、保存等過程中的物理、化學變化（糊化、凝固、乳白化、褐變、酵素作用）。(III、VI、VII)
3. 瞭解食材品質判斷標準（新鮮度、感官品質、產地、等級）。(III、VI、VII)
4. 認識食品安全、保存方法、烹調衛生與交叉污染預防。(III、VI、VII)
5. 認識臺灣在地食材與季節性農產品之特性與應用價值。(VI、VII)

（二） 技能方面：

1. 能辨識各類食材並評估其新鮮度與品質。(III、VII)

2. 熟練食材前處理（如切割、浸泡、蔬果抗褐變等）及依不同食材特性選擇適當烹調方式（蒸、炒、煮、燉、烤、焗、油炸）。(III、V、VII)
3. 運用食材進行菜單設計、風味搭配。(III、V、VII)
4. 製作以在地農產品為主題的創意料理與營養食譜。(III、V、VII)

（三） 情意方面：

1. 培養珍惜食材、減少浪費與推動永續飲食的價值觀。(V、VI、VII)
2. 促進對在地農業、在地食材與食農教育的認同。(V、VI、VII)
3. 培養對料理、感官體驗、不同國家飲食文化食材認識與正確衛生習慣。(V、VI、VII、VIII)

六、課程描述

（一）課程說明

本課程旨在介紹各類食材的營養成分、物理化學特性、保存方式與烹調應用，內容結合理論與實作，使學生能建立從「認識食材→理解食材→應用食材→創新料理」的完整能力。透過課堂講授、實際操作、感官評估與創意料理競賽，學生將熟悉食材品質鑑定、前處理技術、烹調原理及健康餐點設計。課程融入臺灣在地農產品、季節性食材與永續飲食理念，讓學生能將所學應用於餐食中。

（二）課程綱要

本課程規劃內容綱要及課程設計養成之職能：

每週 2 小時/上課地點由教務處排定+D111 膳食教室/上課教師為營養專業教師

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
1	六大類食物介紹	PC (1、2)	2
2	全穀根莖類食材認識與應用(一)	PC (1、2)	2
3	全穀根莖類食材認識與應用(二)	PC (1、2、3)	2
4	全穀根莖類食材認識與應用(三)	PC (1、2、3)	2
5	蔬菜類食材認識與應用(一)	PC (1、2、3)	2
6	蔬菜類食材認識與應用(二)	PC (1、2、3)	2
7	蔬菜類食材認識與應用(三)	PC (1、2、3)	2
8	實作	PC (1、2、3)	2
9	期中考週		2
10	水果類食材認識與應用(一)	PC (1、2、3)	2

11	水果類食材認識與應用(二)	PC (1、2、3)	2
12	豆魚蛋肉類食材認識與應用(一)	PC (1、2、3)	2
13	豆魚蛋肉類食材認識與應用(二)	PC (1、2、3)	2
14	奶類、油脂與堅果種子類食材認識與應用(一)	PC (1、2、3)	2
15	實作	PC (1、2、3)	2
16	奶類、油脂與堅果種子類食材認識與應用(二)	PC (1、2、3)	2
17	實作	PC (1、2、3)	2
18	期末考週		2

(三) 教學活動

講述、問答、體驗與實作、討論、經驗分享、課程相關影音教學

七、成績評量方式

- 1.期中考 30% (筆試)
- 2.期末考 30% (筆試)
- 3.平時成績 40%：出席 (含平時表現課程回應) 10%、筆記 20%

八、教學輔導

(一) 課業輔導/補救教學對象：

1. 學習進度落後：於課堂中無法及時掌握進度之學生。
2. 出席率監控：於課堂中到課欠佳之學生。

(二) 課業輔導/補救教學之實施

- 1.個別化指導：透過面談或線上諮詢，協助學生釐清學習盲點。
- 2.分小組合作學習：透過同儕討論演練，增進對課程內容的理解。
- 3.彈性時間安排：提供 office hours，彈性安排輔導時間。
- 4.進度檢核：透過作業回饋、隨堂討論或階段性評量，持續追蹤學生的學習成效。

(三) 課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

- 1.輔導時間：除了 Office hours 外，彈性安排輔導時間。
- 2.輔導老師聯繫方式：
 - (1) 校內分機：於任課時提供。
 - (2) 授課教師 email：於任課時提供。
 - (3) 教師研究室：於任課時提供。