

美和科技大學



食品營養系

課程規範

課程名稱：基礎中餐烹調

中華民國 114 年 09 月制定

一、課程基本資料：

科目名稱	中文	基礎中餐烹調	
	英文	Practice of Basic Chinese Cooking	
適用學制	二年制	必選修	必修
適用部別	夜間部	學分數	3
適用系科別	食品營養系	學期/學年	一學期
適用年級/班級	三年級	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，本系以培育「專業職能」為目標。

專業職能	就業途徑	專業職能
	休閒與觀光 旅遊-餐飲管理	PC1 執行高品質的餐飲服務。
		PC2 執行餐飲服務時遵循安全衛生程序，以維持安全的工作環境。
		PC3 融合對食材特性及採購的知識，在食品生產與餐飲供應上兼顧品質與成本考量。
		PC4 掌握各地文化、宗料、民情、特產之特點，作為服務及餐點設計之依據。
		PC5 執行與食品生產之相關的標準作業程序，以提供高品質服務。
		PC6 建立良好溝通能力與機制流程，增進員工與顧客滿意度。
		PC7 分析餐飲服務成本、價格、市場需求，以有效管理利潤與市場行銷策略。
		PC8 使用電腦化系統管理餐飲業務和顧客服務。

註：以上的 8 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
基礎中餐烹調	PC2 執行餐飲服務時遵循安全衛生程序，以維持安全的工作環境。 PC3 融合對食材特性及採購的知識，在食品生產與餐飲供應上兼顧品質與成本考量。 PC4 掌握各地文化、宗料、民情、特產之特點，作為服務及餐點設計之依據。	PC1 執行高品質的餐飲服務。 PC6 建立良好溝通能力與機制流程，增進員工與顧客滿意度。 PC7 分析餐飲服務成本、價格、市場需求，以有效管理利潤與市場行銷策略。 PC8 使用電腦化系統管理餐飲業務和顧客服務。

	PC5 執行與食品生產之相關的標準作業程序，以提供高品質服務。	
--	---------------------------------	--

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. 認識常見中式食材(如乾貨、禽畜、水產、蔬果等)之部位特性、挑選原則與季節性。(I、III、VII)
2. 認識中式刀工的標準截切規格(如片、絲、條、丁、塊、段、末等)與適用料理。(I、III、VII)
3. 認識食材前處理原則、中式火候溫度判斷及傳熱機制。(I、III、VII)
4. 認識經典中式烹調法(如炒、爆、溜、炸、煎、蒸、燉、煮、燜、燒、燴)之定義、步驟與關鍵技術判斷。(I、III、VII)
5. 認識中式調味料特性、作用與入鍋順序。(I、III、VII)
6. 認識中餐丙級檢定之項目、步驟與注意事項，瞭解從業人員衛生安全標準及食品衛生規範。(I、III、VII)

(二) 技能方面

1. 正確且安全地使用中式菜刀，熟練執行刀法(如直刀、切刀、推刀、拉刀、剝刀等)，精準切出標準指定長度與厚度。(III、IV、VII)
2. 熟練操作海鮮類去鱗/內臟類、家禽類去骨、蔬菜水果類削皮/截切等前處理技術。(III、IV、VII)
3. 正確操作中式炒鍋，控制中式快速爐之火力大小與油溫掌控、食材烹調時間。(III、IV、VII)
4. 熟練傳統中式擺盤技巧(如襯底、堆疊等)及提升廚房安全意識(如高溫油燙傷、瓦斯開關安全操作及刀具安全擺放等)。(III、IV、VII)
5. 熟悉交叉汙染原因與途徑，並依食材正確使用砧板。(III、IV、VII)

(三) 情意方面

1. 養成嚴格個人衛生習慣，並落實雙手清潔，維持工作環境(如檯面與地面)乾，避免交叉汙染。(III、IV、V、VII)
2. 秉持「惜食」精神，善用食材的每一部分（如：利用豬骨熬湯、豬皮提凍、豬油爆香），實踐在地永續循環。(III、IV、V、VI)
3. 具備耐心、細心，與夥伴建立默契配合，展現團隊合作精神。(I、II、III)

六、課程描述

(一) 課程說明

本課程目標在於使學生藉由課程中之基礎刀工訓練及各大菜系菜餚製備，同時灌輸餐飲衛生安全知識，使學生學習後能俱備基礎中餐廚藝技能，以期望未來能順利與職場接軌，學以致用。

(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 3 小時/上課地點排定 D111 膳食教室/上課教師為餐飲專業教師

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
1	課程介紹、廚房使用安全注意事項	PC(2、3、4、5)	3
2	示範教學、環境整潔	PC(2、3、4、5)	3
3	菜餚名稱：酥炸春捲	PC(2、3、4、5)	3
4	菜餚名稱：涼拌干絲、醬爆雞丁	PC(2、3、4、5)	3
5	菜餚名稱：栗子煨雞、乾煸四季豆	PC(2、3、4、5)	3
6	菜餚名稱：雞絲拉皮、鍋塌豆腐	PC(2、3、4、5)	3
7	菜餚名稱：蛤蜊蒸蛋、家常豆腐	PC(2、3、4、5)	3
8	菜餚名稱：三絲魚翅羹、廣東炒飯	PC(2、3、4、5)	3
9	期中考		3
10	菜餚名稱：粉蒸排骨、螞蟥上樹	PC(2、3、4、5)	3
11	菜餚名稱：砂鍋獅子頭、香菇油飯	PC(2、3、4、5)	3
12	菜餚名稱：干燒草蝦、咕咾肉	PC(2、3、4、5)	3
13	菜餚名稱：麻婆豆腐、三鮮炒麵	PC(2、3、4、5)	3
14	菜餚名稱：乾煸牛肉絲、蘆筍炒蝦仁	PC(2、3、4、5)	3
15	菜餚名稱：燴豆腐、宮保雞丁	PC(2、3、4、5)	3
16	菜餚名稱：蠔油芥藍牛肉、滑蛋蝦仁	PC(2、3、4、5)	3
17	菜餚名稱：紅燒烤麩、橙汁排骨	PC(2、3、4、5)	3
18	期末考		3

(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 0%
- 2.期末考 100% (實作)
- 3.平時成績 0%

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。