

## 2023년 동두천시 평생학습관 강의계획서

강좌명	(한식) 생활요리&손님초대요리			강사성명	김 용 속	
강의시간	2023. 5. 8. ~ 8. 26. 10시 00분 ~ 13시 00분 ( 3시간 )			강의요일	화요일	
강의목표	· 평상시에 먹는 실속있는 요리와 손님초대용으로 품격있는 요리를 배우므로 자신감이 생기고 자존감을 높일 수 있도록 지도함을 목표로 합니다.					
강의내용	· 냉채, 냉면, 잡채, 김치, 피클, 튀김, 찜, 적, 샐러드, 냉국, 조림, 무침 등 다양한 요리를 계절에 맞게 배움으로 숙련된 조리 기술을 배우고 익힙니다.					
자격증	· 해당없음					
동아리 활동계획	· 해당없음					
교재비	당일 Recipe	재료비	200,000원	준비물	앞치마, 행주, 키친타올, 담아갈 통	
기타	· 재료 - 구입방법 : 공동구매( ○ ) 공동구매하여 1인 1실습 1월차 환불 - 기본양념비를 제외한 나머지 금액에서 월단위로 3개월분 환불 2월차 환불 - 기본양념비를 제외한 나머지 금액에서 월 단위로 2개월분 환불 3개월차 - 환불금 없음 4개월차 - 환불금 없음					
세부일정	주차	주	제	내		용
	1주	OT,	기본	OT,		조리실 사용법, 메뉴소개, 재료썰기와 지단부치기
	2주	냉채,	볶음	닭가슴살		냉채, 오이잡장과
	3주	튀김,	생채	유린기,		도라지오이무침
	4주	밥,	찌개	된장보리비빔		밥, 된장찌개
	5주	찜,	김치	돼지갈비		찜, 오이소박이
	6주	조림,	장아찌	두부튀김		조림, 도토리묵장아찌
	7주	마끼,	말이	무순데		마끼, 오이게맛살말이와 겨자소스
	8주	냉면,	초절임	비빔		냉면과 비빔다데기만들기, 무초절이
	9주	잡채,	무침	건도토리		묵잡채, 오이무침
	10주	튀김,	냉국	감자		크로켓, 가지냉국
	11주	찜,	냉채	닭고기		콩나물찜, 오이마라황과
	12주	샐러드,	무침	포테이토		바스켓샐러드, 탕평채
	13주	튀김,	피클	북경식		탕수육, 모듬피클,
	14주	국수,	찜	냉국수,		깻잎찜,
	15주	샐러드,	적	수제리		코타 치즈샐러드와 드레싱, 장산적
16주	계란	요리		자완무시, 채소를 넣은 계란말이		

## 2023년 동두천시 평생학습관 강좌소개서

강좌명	○ (한식) 생활요리&손님초대요리
강좌소개	○ 냉채, 냉면, 잡채, 김치, 피클, 튀김, 찜, 적, 샐러드, 냉국, 조림, 무침 등 다양한 요리를 계절에 맞게 배움으로 숙련된 조리 기술을 배우고 익혀 실생활에 도움이 될 뿐 아니라 창업도 할 수 있는 자신감이 생깁니다.
교육내용 (강의주제 및 내용요약)	○ 우리나라 전통 한식 메뉴와 일상에서 쉽고 빠르고 맛있게 먹을 수 있는 생활요리와 손님 초대 시 당황하지 않고 품나는 요리를 상에 내므로 자신감도 생기고 자존감을 높이게 합니다.
강의방향 (진행방법 등)	○ 메뉴설명과 조리방법을 익히고 시연 - 실습 - 평가 - 지식의 방법으로 강의를 진행합니다.
교육 재료비	○ 주재료비와 부재료비, 비닐팩, 랩, 호일, 음식물 쓰레기봉투외 요리수업에 필요한 소모품 일체
취득가능 자격증 및 조건	○ 해당없음