

# 강 의 계 획 서

[지원분야: 배움과정]

|         |   |              |                   |
|---------|---|--------------|-------------------|
| 강좌명     | 인생반찬  | 강사명          | 임성숙               |
| 강의가능요일  | 목요일   | 강의시간         | 13 : 30 ~ 16 : 30 |
| 강 의 소 개 |   |              |                   |
| 목표      | 재료와 조리법만 조금 바뀌도 분위기와 맛이 달라지고 기본반찬, 별미반찬까지 만들 수 있는 황금레시피를 배울 수 있다. |              |                   |
| 교재명     | 수업시 레시피 개별 배부   |              |                   |
| 실습재료비   | * 재료비 총액(16주) : 256.000 원   |              |                   |
|         | * 재료비 상세 내역 : 16.000 원  |              |                   |
|         | * 개인 준비 사항 : 행주, 앞치마, 계량컵, 계량스푼                                   |              |                   |
| 수강대상    | 성인  | 필요기자재        | 강의에 필요한 기자재 작성    |
| 기간별     | 강 의 내 용   |              | 비 고               |
| 1주차     | 오리엔테이션  | 훈제오리구이와부추겉절이 |                   |
| 2주차     | 궁중떡갈비   | 고추장멸치볶음      |                   |
| 3주차     | 소고기육개장  | 김치필라프        |                   |
| 4주차     | 돼지갈비찜   | 양념꽃게무침       |                   |
| 5주차     | 열무물김치   | 쭈꾸미볶음        |                   |
| 6주차     | 닭갈비   | 연근우엉조림       |                   |
| 7주차     | 코다리조림   | 우엉들깨탕        |                   |
| 8주차     | 고추바삭유린기   | 어묵두부짜글이      |                   |
| 9주차     | 옛날떡볶이   | 애호박가지감자구이    |                   |
| 10주차    | 매콤제육볶음  | 별식잡채         |                   |
| 11주차    | 닭볶음탕  | 건새우마늘쫄볶음     |                   |
| 12주차    | 강된장찌개   | 가오리초무침       |                   |
| 13주차    | 삼품해파리냉채   | 순두부찌개        |                   |
| 14주차    | 저수분돼지고기수육   | 알배추겉절이       |                   |
| 15주차    | 뚝배기불고기  | 황태구이         |                   |
| 16주차    | 곤드레나물밥  | 붓카케우동        |                   |