



私立育德工業家事職業學校

國中技藝學程暨專班 實習日誌

學年度： 113-1

國中： 柳營國中

班級： 甲班

職群： 餐旅職群

導師： 伍寒筠

113 學年度 第 1 學期 113 年 11 月 5 日 星期(二) 天氣

實習時間	第 5 節至第 7 節	上課次數	第 2 次	實習股長	巫嘉恩
實習地點	中二教室	出席人數	13	缺席學生座號	8
特別記事				違規學生	

實習項目	中餐、基本烹調實習	實習用具	刀子、砧板、刮刨器、煎鑊、鍋子
實習內容	煎 - 乾煎吳郭魚 吳郭魚 1 尾 蔥 1 支 蒜 2 粒 薑絲 10 g 調味料: 醬油 1/4 c 水 1 c 糖 1 T 烏醋 1 t		

檢 討 項 目					評 量			
					優	良	可	劣
安全衛生檢查	實習場地都能保持清潔，設備完好狀態				✓			
	各種器具都維護並有檢查					✓		
	實習中沒有不安全情形之發生					✓		
	實習期間都能保持認真學習態度					✓		
	工作後都能歸還器材及工具				✓			
	實習後各領班都負責檢查安全					✓		
單元教材	單元目標了解程度				✓			
	教材內容你認為如何？					✓		
	教學時數，教學活動安排是否滿意？					✓		
	評量結果自認滿意程度					✓		
	實習材料是否夠用？					✓		
	對本日的學習大家能認真去做					✓		
指導老師	科主任		技藝教育組長		實習主任			
李旭娥		餐飲科主任 李旭娥		李旭娥				

113學年度 第 1 學期 113 年 11 月 12 日 星期(二) 天氣

實習時間	第 5 節至第 7 節	上課次數	第 8 次	實習股長	巫嘉恩																			
實習地點	中二教室	出席人數	12	缺席學生座號	8.13																			
特別記事				違規學生																				
實習項目	中餐-複合烹調實習		實習用具	鍋子、煎鑊、刀子、砧板																				
實習內容	米食-客家炒米粉 <table border="0"> <tr> <td>米粉 半包</td><td>油蔥酥 30g</td><td rowspan="6"> </td><td>塩巴 1t</td></tr> <tr> <td>韭菜 50g</td><td>蝦米 20g</td><td>砂糖 1T</td></tr> <tr> <td>豆芽菜 50g</td><td>豬油 50g</td><td>醬油 3T</td></tr> <tr> <td>蒜 3粒</td><td></td><td>胡椒 1T</td></tr> <tr> <td>蔥 1支</td><td></td><td>香油 1T</td></tr> <tr> <td>肉絲 50g</td><td></td><td></td></tr> </table>					米粉 半包	油蔥酥 30g		塩巴 1t	韭菜 50g	蝦米 20g	砂糖 1T	豆芽菜 50g	豬油 50g	醬油 3T	蒜 3粒		胡椒 1T	蔥 1支		香油 1T	肉絲 50g		
米粉 半包	油蔥酥 30g		塩巴 1t																					
韭菜 50g	蝦米 20g		砂糖 1T																					
豆芽菜 50g	豬油 50g		醬油 3T																					
蒜 3粒			胡椒 1T																					
蔥 1支			香油 1T																					
肉絲 50g																								
檢討項目				評 量																				
				優	良	可	劣																	
安全衛生檢查	實習場地都能保持清潔，設備完好狀態			✓																				
	各種器具都維護並有檢查				✓																			
	實習中沒有不安全情形之發生				✓																			
	實習期間都能保持認真學習態度			✓																				
	工作後都能歸還器材及工具				✓																			
	實習後各領班都負責檢查安全				✓																			
單元教材	單元目標了解程度				✓																			
	教材內容你認為如何？				✓																			
	教學時數，教學活動安排是否滿意？				✓																			
	評量結果自認滿意程度				✓																			
	實習材料是否夠用？				✓																			
	對本日的學習大家能認真去做				✓																			
指導老師	李安成	科主任	餐飲科 李旭娥 主任	技藝教育組長	實習主任																			

113 學年度 第 1 學期 113 年 11 月 19 日 星期(二) 天氣

實習時間	第 5 節至第 7 節	上課次數	第 9 次	實習股長	巫嘉恩
實習地點	中 2 教室	出席人數	12	缺席學生座號	8.13
特別記事				違規學生	

實習項目	中餐 - 地方小吃	實習用具	桿麵棍、平底鍋、煎鏟
------	-----------	------	------------

實 習 內 容	燙麵麵食-蔥油餅.			
	中粉	240 g	蔥花	40 g
	沸水	107 g	鹽	適量
	冷水	88 g	胡椒	適量
	沙拉油	12 g	雞蛋	4 顆
			醬油膏	適量

檢 討 項 目		評 量			
		優	良	可	劣
安全衛生檢查	實習場地都能保持清潔，設備完好狀態		✓		
	各種器具都維護並有檢查		✓		
	實習中沒有不安全情形之發生		✓		
	實習期間都能保持認真學習態度		✓		
	工作後都能歸還器材及工具		✓		
	實習後各領班都負責檢查安全		✓		
單元教材	單元目標了解程度		✓		
	教材內容你認為如何？		✓		
	教學時數，教學活動安排是否滿意？		✓		
	評量結果自認滿意程度		✓		
	實習材料是否夠用？	✓			
對本日的學習大家能認真去做			✓		

指導老師	李旭姍	科主任	餐飲科 李旭姍 主任	技藝教育組長	實習主任
------	-----	-----	------------	--------	------

113學年度 第 / 學期 113年11月26日 星期二 天氣

實習時間	第5節至第7節	上課次數	第10次	實習股長	巫嘉恩		
實習地點	中二教室	出席人數	12	缺席學生座號	8.13		
特別記事				違規學生			
實習項目	西餐-食材的認識-保存與烹調法介紹		實習用具	鋼盆、打蛋器、刀子、砧板			
實習內容	雞胸肉 半付 萵苣 5片 小蕃茄 6顆 水煮蛋 2顆 蕃茄醬 50g 美奶滋 150g 酸黃瓜 1條 義式香料 少許 吐司 1片 鹽 適量 砂糖 適量 洋葱 1/4顆						
檢 討 項 目				評 量			
				優	良	可	劣
安全衛生檢查	實習場地都能保持清潔，設備完好狀態				✓		
	各種器具都維護並有檢查				✓		
	實習中沒有不安全情形之發生				✓		
	實習期間都能保持認真學習態度				✓		
	工作後都能歸還器材及工具				✓		
	實習後各領班都負責檢查安全				✓		
單元教材	單元目標了解程度				✓		
	教材內容你認為如何？				✓		
	教學時數，教學活動安排是否滿意？				✓		
	評量結果自認滿意程度				✓		
	實習材料是否夠用？			✓			
對本日的學習大家能認真去做				✓			
指導老師	蔣安宸	科主任	餐飲科 李旭娥 主任	技藝教育組長	實習主任		

113 學年度 第 1 學期 113 年 12 月 3 日 星期(二) 天氣

實習時間	第 5 節至第 7 節	上課次數	第 11 次	實習股長	巫嘉恩
實習地點	中二教室	出席人數	12	缺席學生座號	8.13
特別記事				違規學生	

實習項目	西餐-基礎烹調法實習	實習用具	平底鍋、炒勺、鍋、夾子、刀子、砧板、木匙。
------	------------	------	-----------------------

實習內容	慢煮-蛤蜊義大利麵 義大利麵 半包 蛤蜊 12 顆 洋蔥 1/4 顆 蒜 3 粒 白酒 1/2 C 奶油 50 g SP 適量 義式香料 少許 黑胡椒 少許 九層塔 20 g		
------	--	--	--

檢 討 項 目		評 量			
		優	良	可	劣
安全衛生檢查	實習場地都能保持清潔，設備完好狀態		✓		
	各種器具都維護並有檢查		✓		
	實習中沒有不安全情形之發生		✓		
	實習期間都能保持認真學習態度		✓		
	工作後都能歸還器材及工具		✓		
	實習後各領班都負責檢查安全		✓		
單元教材	單元目標了解程度		✓		
	教材內容你認為如何？		✓		
	教學時數，教學活動安排是否滿意？		✓		
	評量結果自認滿意程度		✓		
	實習材料是否夠用？		✓		
對本日的學習大家能認真去做			✓		

指導老師	李旭娥	科主任	餐飲科 李旭娥 主任	技藝教育組長	實習主任
------	-----	-----	------------	--------	------

113學年度 第 / 學期 / 113年12月10日 星期(二) 天氣

實習時間	第5節至第7節	上課次數	第12次	實習股長	巫嘉恩		
實習地點	中2教室	出席人數	12	缺席學生座號	8-13		
特別記事				違規學生			
實習項目	西餐-基本烹調法實習.			實習用具	鉛絲模、平底鍋、刀子、砧板、木匙、		
實習內容	焗烤-奶醬德式香腸燉飯、 德式香腸 3根 玉米粒 50g 義式香料 適量 蒜 3粒 牛奶 1C 胡椒粉 適量 洋蔥 1/4顆 動鮮 100ml 青花菜 50g 高湯 1000ml 杏鮑菇 1支 起司絲 100g S & P 適量						
檢討項目				評 量			
				優	良 可 劣		
安全衛生檢查	實習場地都能保持清潔，設備完好狀態				✓		
	各種器具都維護並有檢查				✓		
	實習中沒有不安全情形之發生				✓		
	實習期間都能保持認真學習態度				✓		
	工作後都能歸還器材及工具			✓	⊗		
	實習後各領班都負責檢查安全				✓		
單元教材	單元目標了解程度				✓		
	教材內容你認為如何？				✓		
	教學時數，教學活動安排是否滿意？				✓		
	評量結果自認滿意程度				✓		
	實習材料是否夠用？			✓			
	對本日的學習大家能認真去做				✓		
指導老師	蔡家宸	科主任	餐飲科 李旭燦 主任	技藝教育組長	實習主任		