

강 의 계 획 서

강 좌 명		건강발효음식				
담당강사		박 미 숙	E-mail	yoyo024@naver.com		
교육기간		총 12주	교육시간	매주 화요일 19:00 ~ 21:30 (총 30시간)		
강좌개요 (소개)		식약동원의 관점에서 영양을 공급하고 건강을 증진하여 노화의 방지 및 질병의 예방 치료 보조의 목적을 두며 각 식품에 가지고 있는 특성과 기능성을 학습한다.				
수업교재		강사의 강의자료				
주	날짜	강의내용	강사명	사용 기자재	수강생 준비물	비고
1	9/05	누룩 소금 만들기				
2	9/12	양념 발효 청 만들기				
3	9/19	과일을 이용한 사물차 청 만들기				
4	9/26	마늘 고추장 만들기				
5	10/10	간을 건강하게 하는 음식 : 구기자				
6	10/17	위장을 건강하게 하는 음식 : 구선왕도고				
7	10/24	폐를 건강하게 하는 음식 : 더덕				
8	10/31	신장을 건강하게 하는 음식 : 육미지황차				
9	11/07	생강을 이용한 편강 만들기				
10	11/14	울화병에 좋은 감맥대조차 만들기				
11	11/21	면역력을 좋게 만드는 차 만들기 : 형개폐독차				
12	11/28	유자를 이용한 상화 만들기				