



หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน

สาขา อาชีพภาคบริการ
กลุ่มอาชีพธุรกิจภัตตาคารและร้านค้า

สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย
(Thai Chef)


รหัสหลักสูตร 0910027330104

สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก

กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

กระทรวงแรงงาน

หมายเลขเอกสาร	
วันที่อนุมัติ	
ผู้เสนอหลักสูตร	
ผู้เห็นชอบหลักสูตร	
ผู้อนุมัติหลักสูตร	

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	230

หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน
สาขาผู้ประกอบอาหารไทย
(Thai Chef)
รหัสหลักสูตร 0910027330104
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กระทรวงแรงงาน

1. วัตถุประสงค์ :

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถและเข้าใจในการประกอบอาหารไทย สามารถทำงานได้ทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยให้แรงงานมีมาตรฐานเป็นสากล ตลอดจนมีทัศนคติที่ดี สามารถปฏิบัติงานได้ดังนี้


- 1.1 เพื่อให้เข้าใจและมีความรู้ในเรื่องของอาหารไทยในด้านเครื่องเทศสมุนไพร และเครื่องปรุงต่าง ๆ
- 1.2 เพื่อให้เข้าใจในการเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์และการดูแลรักษาอุปกรณ์ได้อย่างถูกต้อง
- 1.3 เพื่อให้มีความรู้ ความสามารถในการประกอบอาหารได้
- 1.4 เพื่อให้ผู้รับการอบรมเป็นแรงงานที่มีคุณภาพ และสามารถนำความรู้ไปใช้ในสถานที่ประกอบกิจการและประกอบอาชีพส่วนตัวได้

2. ระยะเวลาการฝึก :

ผู้เข้ารับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ โดยสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานภาคหรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดหรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานกรุงเทพมหานคร หรือหน่วยงานอื่นเกี่ยวข้องในสังกัดกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน เป็นเวลา 280 ชั่วโมง (2 เดือน) หลังจากนั้นจะได้รับการฝึกในสถานประกอบกิจการอีก 140 ชั่วโมง (1 เดือน) รวมระยะเวลาการฝึกทั้งหมด 420 ชั่วโมง (3 เดือน)

3. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก :

- 3.1 สำเร็จการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (ป.6) หรือเทียบเท่า
- 3.2 ไม่จำกัดเพศ
- 3.3 มีอายุตั้งแต่ 18 - 45 ปี
- 3.4 มีความตั้งใจที่จะประกอบอาชีพด้านอาหารไทย

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	231

4. วุฒิบัตร :

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย

ชื่อย่อ : วพร. ผู้ประกอบอาหารไทย

4.1 ผู้รับการฝึกอบรมที่จบหลักสูตร โดยมีระยะเวลาฝึกตามหลักสูตรในสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานหรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัด ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการทดสอบจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานหรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัด แต่ไม่สามารถเข้าฝึกงานหรือฝึกงานไม่ครบ 1 เดือนในสถานประกอบการด้วยเหตุผลใดก็ตาม จะได้ใบรับรองผลการฝึก

4.2 ผู้เข้ารับการฝึกที่ผ่านการทดสอบจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานหรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน และผ่านการประเมินจากสถานประกอบการที่เข้าฝึกในกิจการ จะได้รับวุฒิบัตร วพร. ผู้ประกอบอาหารไทย และหนังสือรับรองการฝึกงานจากสถานประกอบการที่เข้ารับการฝึก


5. หลักสูตรการฝึก :

5.1 โครงสร้างหลักสูตร

5.1.1 การฝึกโดยหน่วยงานฝึกของกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน แบ่งออกเป็น 4 หมวด
ใช้เวลาในการฝึก 280 ชั่วโมง (2 เดือน) โดยจำแนกรายละเอียดได้ ดังนี้


1) หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน	6	ชั่วโมง
2) หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐานทางช่าง	12	ชั่วโมง
3) หมวดความรู้ความสามารถหลัก	210	ชั่วโมง
4) หมวดความรู้ความสามารถเสริม	52	ชั่วโมง

5.1.2 ผู้รับการฝึกที่ผ่านประเมินผล จากหน่วยฝึกของกรมพัฒนาฝีมือแรงงานแล้ว จะได้รับการฝึกงานในสถานประกอบการอีกเป็นเวลา 140 ชั่วโมง (1 เดือน)

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	232

5.2 หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
0913310201	1. ทมวดความรู้ความสามารถพื้นฐาน กิจกรรมเสริมสร้างนิสัยในการทำงาน	2	1
0913310202	ความปลอดภัยและสุขอนามัยในการทำงาน	3	-
0913320203	2. ทมวดความรู้ความสามารถพื้นฐานทางช่าง โภชนาการส่วนบุคคลและอนามัย - สุขภาพโภชนาการและอนามัยในการประกอบอาหาร - การทำอาหารให้สงวนคุณค่าทางโภชนาการ - การทำอาหารให้ถูกต้องตามชนิดของอาหาร - การทำอาหารให้น่ารับประทาน - ศิลปะในการจัดและตกแต่งอาหาร - หลักในการประกอบอาหาร ก่อนทำ กำลังทำ ทำแล้ว	8	4
0913320204	3. ทมวดความรู้ความสามารถหลัก เครื่องน้ำพริกแกงต่างๆ	-	18
0913320205	อาหารประเภทยำ	-	18
0913320206	อาหารประเภทเครื่องจิ้ม	-	24
0913320207	อาหารประเภทผัด	-	18
0913320208	อาหารประเภทต้มแกงจืด ต้มส้ม ต้มยำ ต้มโคล้ง	-	18
0913320209	อาหารประเภทแกง	-	24
0913320210	อาหารจานเดียว	-	18
0913320211	อาหารประเภทเจ	-	18
0913320212	อาหารมังสวิรัต	-	18

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	233

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
0913320213	อาหารประจำภาคหรือพื้นเมือง	-	18
0913320214	อาหารว่างเรียกน้ำย่อยหรืออาหารว่าง	-	18
4. หมวดความรู้ความสามารถเสริม			
0913320215	เครื่องดื่มสมุนไพรมะพร้าว	-	12
0913320216	ขนมพื้นฐาน และขนมหวานต่างๆ	-	30
0913320217	ศิลปะในการจัดและตกแต่งอาหาร	-	4
0913349901	การวัดผลและประเมินผล	-	6
		13	267
รวม		280	

หมายเหตุ :

ข้อเสนอแนะการสอบภาคปฏิบัติ

สอดแทรกภาคทฤษฎีความรู้ที่เกี่ยวข้องทุกครั้ง เช่น ด้านความสะอาด สุขาภิบาลอาหาร
ด้านโภชนาการ สุขนิสัยในการทำงาน ฯลฯ

ความพร้อมการทำงาน

การแต่งกาย (เล็บมือ ผอม)

ความสะอาด


ความปลอดภัย (เสื้อผ้า รองเท้า สถานที่พร้อม) ฯลฯ

การเตรียมอุปกรณ์ (ตามชนิดของอาหารที่จะทำ)

มีดหั่นผัก, มีดหั่นเนื้อ, เขียงหั่นผัก, เขียงหั่นเนื้อ

วิธีเก็บผักให้สดตลอดเวลา ถังรองน้ำ หัวปลี ใบบัวบก กุยช่าย

การเตรียมเครื่องปรุงรส ผสม ชั่ง ตวง

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	234

สิ่งที่ต้องทำก่อน เรียงลำดับ ตัวอย่างเช่น ผัดไทยกุ้งสด

ทำน้ำผัดไทยก่อนทำกุ้ง เตรียมเครื่องปรุงอื่นๆ เช่น เส้น ส่วนผสมอื่นๆ ฯลฯ ภาชนะที่ใช้ในการจัดให้สวยงาม สะอาด นำมารับประทาน

การประเมินผล

ผัดไทย เส้นเหนียวนุ่ม เส้นไม่ขาด สีสม่ำเสมอ ไม่แฉะ เส้นไม่แข็ง ถังwok กุ้ยช่าย ไม่สุกจนเหี่ยว รสชาติกลมกล่อม และมีกลิ่นหอม

6. เนื้อหาวิชา :

1. ทมวัดความรู้ความสามารถพื้นฐาน

0913310201 กิจกรรมสร้างเสริมนิสัยในการทำงาน (2:1)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกได้ศึกษาหลักมนุษยสัมพันธ์ รู้จักการปรับตัวให้เข้ากับสังคมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพ และให้รับรู้ค่าจริยธรรม คุณธรรมและความซื่อสัตย์ในสายวิชาชีพ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษา กฎระเบียบ วินัย การปฏิบัติงานร่วมกับผู้อื่น การปรับตัวเข้ากับสังคม การมีทัศนคติที่ดีต่อการประกอบอาชีพ รู้ถึงความสำคัญของสถานประกอบกิจการ มารยาทที่ควรปฏิบัติในอาชีพและจริยธรรมในการทำงาน


0913310202 ความปลอดภัยในการทำงาน (3:0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจความปลอดภัยในการปฏิบัติงาน

คำอธิบายรายวิชา

เรียนรู้สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ การป้องกันอุบัติเหตุ การแก้ไข เมื่อเกิดอุบัติเหตุ และการปฐมพยาบาลเบื้องต้น รวมทั้งวิธีการใช้อุปกรณ์ป้องกันอุบัติเหตุขณะทำงาน

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	235

2. หมวดความรู้ความสามารถพื้นฐานทางช่าง

0913320203 โภชนาการส่วนบุคคลและอนามัย (8:4)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ และเห็นความสำคัญในเรื่องของโภชนาการส่วนบุคคลและอนามัยส่วนบุคคล

คำอธิบายรายวิชา

เพื่อเรียนรู้ถึงความสำคัญของอาหาร 5 หมู่ วิตามิน เกลือแร่ ต่างๆ ที่สำคัญเกี่ยวกับสุขภาพ เรียนรู้เกี่ยวกับอนามัยส่วนบุคคล แหล่งที่เกิดของเชื้อโรค ได้แก่ บริเวณใบหน้า จมูก ปาก หู เส้นผม ฝ่ามือ ฝ่าเท้า แผลบนใบหน้า มือ ลำไส้ เป็นต้น

- สุขภาพโภชนาการและอนามัยในการประกอบอาหาร

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับสุขภาพโภชนาการและอนามัยในการประกอบอาหาร

เรียนรู้หลักสุขภาพโภชนาการ ความหมายของสุขภาพโภชนาการคือ การป้องกันไม่ให้เป็นต้นเหตุของการเจ็บป่วยแก่ผู้บริโภครวมทั้ง ความสำคัญของการสุขภาพโภชนาการ สิ่งที่ทำให้อาหารเป็นอันตรายแก่ผู้บริโภค สิ่งที่เป็นพิษที่มีอยู่ในพืชและสัตว์ เช่น เห็ดพิษ ผัก แมงดาทะเลที่เป็นพิษ เป็นต้น

สารเคมีผู้ผลิตอาหารเจตนาใส่ลงในอาหาร เช่น สารกันบูด หรือสารที่ใช้ปรุงแต่งรส สี กลิ่น สารเคมีที่มีติดมากับอาหารโดยบังเอิญ เช่น ยาฆ่าแมลง


สารเคมีที่ติดอยู่กับบรรจุภัณฑ์ เช่น กระจก กระจก และเชื้อแบคทีเรียต่างๆ ที่ติดมากับแหล่งอาหาร เช่น ผักที่รดน้ำสปรก ติดมาระหว่างปรุง เช่น ผู้ปรุงอาหารไม่ล้างมือให้สะอาดก่อนปรุง ไอ จามขณะทำอาหาร แมลงเป็นพาหะนำพา เช่น แมลงวันและมด รวมทั้งสิ่งแปลกปลอม เช่น เศษแก้ว ไม้กีด ก้างปลา

- การทำอาหารให้สงวนคุณค่าทางโภชนาการ

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับการทำอาหารให้สงวนคุณค่าทางโภชนาการ

เรียนรู้การทำอาหารอย่างสงวนคุณค่าทางโภชนาการ เช่น ล้างผักก่อนหั่น ต้มในน้ำเดือดไฟแรง เก็บในอุณหภูมิที่เหมาะสม เก็บผัก ผลไม้ ไม่ให้สูญเสียคุณค่าทางโภชนาการ เนื้อสัตว์ควรล้างก่อนหั่น เพื่อป้องกันการสูญเสียอาหารและเก็บในอุณหภูมิที่เหมาะสม

- การทำอาหารให้ถูกต้องตามชนิดของอาหาร

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	236

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับการทำอาหารให้ถูกต้องตามชนิดของอาหาร

เพื่อเรียนรู้และสามารถใช้เครื่องมือช่างตวงเครื่องปรุงอย่างมีสัดส่วนตามชนิดของอาหาร การหั่น หรือซอย หรือสับ ให้ได้ลักษณะเหมาะสมกับชนิดของอาหารที่ทำ เช่น การหั่นหมูสำหรับต้มยำ หั่นเนื้อสำหรับตุ๋น ขั้นตอนในการทำ (ใส่ก่อน ใส่หลัง) เช่น ผัดน้ำพริกแกงให้หอมก่อนใส่ไก่ และใส่น้ำปลาในแกงจัดขณะน้ำแกงเดือด ใช้ความร้อนและระยะเวลาการต้ม การผัด การปิ้ง ฯลฯ ให้ถูกต้อง

- การทำอาหารให้นำรับประทาน

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับการทำอาหารให้นำรับประทาน การจัดและตกแต่งอาหาร


เรียนรู้เทคนิคการทำอาหารให้นำรับประทาน การเลือกใช้ภาชนะให้เหมาะสมกับรูปทรง และลักษณะของอาหาร เช่น จานก้นลึกใส่คู๋ฉี่ จานแบนใส่ผัดผัก และการใช้สีสັນของผัก เพื่อตกแต่งภาชนะให้สวยงามนำรับประทาน

- หลักในการประกอบอาหาร ก่อนทำ กำลังทำ ทำสำเร็จ

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับหลักในการประกอบอาหาร ก่อนทำ กำลังทำ ทำสำเร็จ

สามารถวางแผนก่อนว่าจะทำอะไร จัดบันทึก ทบทวน วัตถุประสงค์ครบถ้วนตามตำรับเตรียมวัสดุอุปกรณ์ เครื่องมือ ให้ครบถ้วนตามประเภทของการทำงาน เช่น กระทะ ลังถึง ฯลฯ ขณะที่กำลังทำควรทำตามขั้นตอน ไม่ควรทำตามใจชอบ ควรทำอย่างมีระบบ และหลังจากทำเสร็จแล้ว ควรทำความสะอาดเครื่องมือ เครื่องใช้ ให้สะอาด เช่น แยกมีดที่ใช้ต่าง ๆ แยกเขียง เขียงหั่นของคาว เขียงหั่นของสุกแล้ว และจัดเก็บให้เป็นระเบียบ

ฝึกปฏิบัติถึงความสำคัญของอาหาร 5 หมู่ วิตามิน เกลือแร่ ต่างๆ ที่สำคัญเกี่ยวกับสุขภาพ เรียนรู้เกี่ยวกับอนามัยส่วนบุคคล แหล่งที่เกิดของเชื้อโรค ได้แก่ บริเวณใบหน้า จมูก ปาก หู เส้นผม ฝ่ามือ ฝ่าเท้า แผลบนใบหน้า มือ ลำไส้ เป็นต้น

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	237

3. หมวดความรู้ความสามารถหลัก

0913340204 เครื่องน้ำพริกแกงต่างๆ (0:18)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ วิธีการใช้เครื่องเทศและสมุนไพรต่างๆ ในการทำน้ำพริกอย่างมีสัดส่วน

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาการทำเครื่องน้ำพริกต่าง ๆ โดยใช้สมุนไพรในการทำเครื่องแกงได้อย่างถูกต้องตามตำรับ เช่น เครื่องน้ำพริก น้ำพริกแกงคั่ว แกงแดง แกงเขียวหวาน แกงมัสมั่น แกงกะหรี่ น้ำพริกพะแนง น้ำพริกฉู่ฉี่ น้ำพริกแกงป่า ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติการทำเครื่องน้ำพริกต่าง ๆ โดยใช้สมุนไพรในการทำเครื่องแกงได้อย่างถูกต้องตามตำรับ เช่น เครื่องน้ำพริก น้ำพริกแกงคั่ว แกงแดง แกงเขียวหวาน แกงมัสมั่น แกงกะหรี่ น้ำพริกพะแนง น้ำพริกฉู่ฉี่ น้ำพริกแกงป่า ฯลฯ

0913340205 อาหารประเภทยำ (0:18)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับการประกอบอาหารประเภทยำต่าง ๆ

คำอธิบายรายวิชา


เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทยำ เช่น ยำวุ้นเส้น ยำขโมย ยำถั่วพู ยำส้มโอ ยำทะเล ยำถั่ว ยำมะเขือยาว ยำเนื้อย่าง ลาบหมู ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารประเภทยำ เช่น ยำวุ้นเส้น ยำขโมย ยำถั่วพู ยำส้มโอ ยำทะเล ยำถั่ว ยำมะเขือยาว ยำเนื้อย่าง ลาบหมู ฯลฯ

0913340206 อาหารประเภทเครื่องจิ้ม (0:24)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทเครื่องจิ้ม หลากต่างๆ

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	238

คำอธิบายรายวิชา

เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทเครื่องจิ้ม เช่น หลนเต้าเจี้ยว หลนแฮม กะปิคั่ว น้ำพริกอ่อน น้ำพริกกะปิ ผักทอด ผักต้ม น้ำพริกขิง น้ำพริกมะม่วง น้ำพริกมะขามเปียก ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารประเภทเครื่องจิ้ม เช่น หลนเต้าเจี้ยว หลนแฮม กะปิคั่ว น้ำพริกอ่อน น้ำพริกกะปิ ผักทอด ผักต้ม น้ำพริกขิง น้ำพริกมะม่วง น้ำพริกมะขามเปียก ฯลฯ

0913340207 อาหารประเภทผัด (0:18)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารผัด ประเภทจัด ผัดประเภทผัด

คำอธิบายรายวิชา

เรียนรู้และฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารประเภทผัด เช่น ผัดกระเพรา ผัดพริกขิง ไข่ผัดขิงสด ไข่ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์ ผัดเผ็ดปลาตุ๋น ผัดมะเขือยาว ผัดวุ้นเส้น ผัดผักรวมมิตร ผัดผักบุ้ง ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารประเภทผัด เช่น ผัดกระเพรา ผัดพริกขิง ไข่ผัดขิงสด ผัดวุ้นเส้น ไข่ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์ ผัดเผ็ดปลาตุ๋น ผัดมะเขือยาว ผัดผักรวมมิตร ผัดผักบุ้ง ฯลฯ

0913340208 อาหารประเภทต้มจืด ต้มส้ม ต้มยำ ต้มโคล้ง (0:18)


วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทแกงจืด ต้มส้ม ต้มยำ ต้มโคล้ง ฯลฯ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับอาหารประเภทแกงจืด แกงจืดวุ้นเส้น แกงจืดหน่อไม้ไก่ แกงจืดแข่งจี๋ แกงจืดรวมมิตร แกงจืดสามกษัตริย์ แกงจืดมะระสอได้ แกงจืดสาकुเม็ดเล็ก แกงจืดลูกรอก แกงเลียงผักรวม ต้มโคล้ง ต้มส้มปลาทุหรือปลากระบอก ต้มยำกุ้ง ต้มข่าไก่ ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารประเภทแกงจืด แกงจืดวุ้นเส้น แกงจืดหน่อไม้ไก่ แกงจืดแข่งจี๋ แกงจืดรวมมิตร แกงจืดสามกษัตริย์ แกงจืดมะระสอได้ แกงจืดสาकुเม็ดเล็ก แกงจืดลูกรอก แกงเลียง ผักรวม ต้มโคล้ง ต้มส้มปลาทุหรือปลากระบอก ต้มยำกุ้ง ต้มข่าไก่ ฯลฯ

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	239

0913340209 อาหารประเภทแกง (0:24)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประเภทแกงใส่กะทิ ไม่ใส่กะทิ นึ่ง และย่าง

คำอธิบายรายวิชา

เรียนรู้เกี่ยวกับการทำอาหารประเภทแกง (ไม่ใส่กะทิ) แกงส้มผักบุ้ง แกงส้มดอกแคกับกุ้ง แกงบอน แกงเหลืองปลากะพงกับมะละกอ แกงโตปลา แกงป่าปลาดุกกับมะเขือพวง แกงฮังเลหมู แกงโหระพา แกงอ่อมเครื่องในหมู แกงต้มเปาะหน่อมั้ แกงขนุนอ่อนกับซี่โครงหมู แกงต้มปลาร้า หน่อไม้กับปลา ฯลฯ อาหารประเภทแกง (ใส่กะทิ) แกงเผ็ดไก่กับมะเขือพวง แกงเผ็ดเป็ดย่าง แกงสันบกปลากทราย แกงเขียวหวาน แกงอ่อมปลาดุกกับมะระจีน แกงคั่วฟักกับไก่ แกงกะหรี่ไก่ แกงมัสมั่นเนื้อวัว แกงซี่เหล็กกับหมู กอหอย และแกงเนื้อพริกชี้หนู ประเภทนึ่งและย่าง ได้แก่ ห่อหมก ใส่อั่ว ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำอาหารประเภทแกง (ไม่ใส่กะทิ) แกงส้มดอกแคกับกุ้ง แกงบอน แกงส้มผักบุ้ง แกงเหลืองปลากะพงกับมะละกอ แกงโตปลา แกงป่าปลาดุกกับมะเขือพวง แกงฮังเลหมู แกงโหระพา แกงอ่อมเครื่องในหมู แกงต้มเปาะหน่อมั้ แกงขนุนอ่อนกับซี่โครงหมู แกงต้มปลาร้า หน่อไม้กับปลา ฯลฯ อาหารประเภทแกง (ใส่กะทิ) แกงเผ็ดไก่กับมะเขือพวง แกงเผ็ดเป็ดย่าง แกงสันบกปลากทราย แกงเขียวหวาน แกงอ่อมปลาดุกกับมะระจีน แกงคั่วฟักกับไก่ แกงกะหรี่ไก่ แกงมัสมั่นเนื้อวัว แกงซี่เหล็กกับหมู กอหอย และแกงเนื้อพริกชี้หนู ประเภทนึ่งและย่าง ได้แก่ ห่อหมก ใส่อั่ว ฯลฯ

0913340210 อาหารจานเดียว (0:18)

วัตถุประสงค์รายวิชา


เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารจานเดียว ประเภทเส้น ข้าว

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาการทำอาหารประเภทข้าว ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ข้าวผัดไก่กะเพรา ข้าวผัดสีม่วง ข้าวผัดแหม่ม ข้าวคลุกน้ำพริกเผา ข้าวคลุกน้ำพริกมะขาม ข้าวผัดน้ำพริกทรงเครื่อง ข้าวมันส้มตำ ฯลฯ

อาหารประเภทเส้น ผัดไท หมี่กะทิ ขนมหุ้นน้ำพริก ขนมหุ้นน้ำยา ขนมหุ้นน้ำยา ขนมหุ้นน้ำเงี้ยว ข้าวซอย เส้นจันทน์ผัดปู ก๋วยเตี๋ยวผัดซี๊มาไก่ ก๋วยเตี๋ยวเนื้อสับ ก๋วยเตี๋ยวแซก ก๋วยเตี๋ยวผัดซี๊อั่ว

ฝึกปฏิบัติการทำอาหารประเภทข้าว ข้าวผัดหมูใส่ไข่ ข้าวผัดไก่กะเพรา ข้าวผัดสีม่วง ข้าวผัดแหม่ม ข้าวคลุกน้ำพริกเผา ข้าวคลุกน้ำพริกมะขาม ข้าวผัดน้ำพริกทรงเครื่อง ข้าวมันส้มตำ ฯลฯ

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	240

ฝึกปฏิบัติการทำอาหารประเภทเส้น ผัดไท หมี่กะทิ ขนมจีนน้ำพริก ขนมจีนน้ำยา ขนมจีนน้ำยา
ขนมจีนน้ำเงี้ยว ข้าวซอย เส้นจันทน์ผัดปู ก๋วยเตี๋ยวผัดซี๊เม่าไก่ ก๋วยเตี๋ยวเนื้อสับ ก๋วยเตี๋ยวแซก ก๋วยเตี๋ยวผัดซี๊อั่ว

0913340211 อาหารเจ (0:18)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารเจ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับอาหารเจ เป็นอาหารที่ไม่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบ ปราศจากกลิ่นฉุนของเครื่องเทศ สมุนไพรต่างๆ ได้แก่ หอม กระเทียม คื่นช่าย แต่จะเน้นโปรตีนทดแทน อาทิ ถั่ว โปรตีนเกษตร เรียนรู้การทำอาหารเจ เช่น หลนเต้าเจี้ยว น้ำพริกเต้าเจี้ยว ผัดหมี่เจ ข้าวผัดเจ ผัดเต้าหู้พริกสด ผัดกระเพราเห็ด 3 อย่าง ขนมจีนน้ำยาเห็ดเจ ผัดไทเจ ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับอาหารเจ เป็นอาหารที่ไม่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบ ปราศจากกลิ่นฉุนของเครื่องเทศ สมุนไพรต่าง ๆ ได้แก่ หอม กระเทียม คื่นช่าย แต่จะเน้นโปรตีนทดแทน อาทิ ถั่ว โปรตีนเกษตร เรียนรู้การทำอาหารเจ เช่น หลนเต้าเจี้ยว น้ำพริกเต้าเจี้ยว ผัดหมี่เจ ข้าวผัดเจ ผัดเต้าหู้พริกสด ผัดกระเพราเห็ด 3 อย่าง ขนมจีนน้ำยาเห็ดเจ ผัดไทเจ ฯลฯ

0913340212 อาหารมังสวิรัต (0:18)


วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารมังสวิรัต มี 3 ประเภท ใช้ผัก ใช้ผลไม้ ใช้ไข่และนม

คำอธิบายรายวิชา

เรียนรู้เกี่ยวกับการทำอาหารมังสวิรัต เช่น หลนเต้าเจี้ยวมังสวิรัต น้ำพริกอ่องมังสวิรัต ข้าวผัด 3 สี ผัดไทมังสวิรัต ผัดกระเพรากล้วยตากกับเต้าหู้ ผัดพริกสดกับเต้าหู้ กล้วยเต้าหู้ เต้าหู้มังสวิรัต ห่อหมกเต้าหู้ ข้าวต้ม 3 ถั่ว (ถั่วดำ ถั่วแดง ถั่วลิสง)

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำอาหารมังสวิรัต เช่น หลนเต้าเจี้ยวมังสวิรัต น้ำพริกอ่องมังสวิรัต ข้าวผัด 3 สี ผัดไทมังสวิรัต ผัดกระเพรากล้วยตากกับเต้าหู้ ผัดพริกสดกับเต้าหู้ กล้วยเต้าหู้ เต้าหู้มังสวิรัต ห่อหมกเต้าหู้ ข้าวต้ม 3 ถั่ว (ถั่วดำ ถั่วแดง ถั่วลิสง)

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	241

0913340213 อาหารประจำภาคหรือพื้นเมือง (0:18)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารประจำภาคหรือพื้นเมือง เพื่อเป็นการสร้างรายได้ และรักษาภูมิปัญญาของท้องถิ่น

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเพื่อให้เข้าใจเกี่ยวกับการทำอาหารท้องถิ่นในแต่ละภาค เช่น ภาคเหนือ ได้แก่ ใส่อั่วแกงฮังเล น้ำพริกอ่อง น้ำพริกหนุ่ม ข้าวซอย ขนมจีนน้ำเงี้ยว ภาคอีสาน ได้แก่ ตำแตง ตำถั่ว ตำมะละกอ แจ่วบอง ใส้กรอกอีสาน ภาคใต้ ได้แก่ น้ำพริกโจร คั่วกลิ้ง แกงส้ม (แกงเหลือง) แกงไตปลา ภาคตะวันออก ได้แก่ แกงหมูชะมวง เส้นจันทน์ผัดปู ภาคกลาง อาหารที่ขึ้นทะเบียนมรดกโลก ปี 2554 – 2556 ได้แก่ ต้มยำ ผัดไท แกงเผ็ด แกงเขียวหวาน ส้มตำ ปลาร้า น้ำพริก ข้าวยา ข้าวหลาม แกงไตปลา แกงเหลือง ขนมจีนชวาน้ำ ผัดกระเพรา แกงเลียง กระยาสารท น้ำตาลมะพร้าว ข้าวต้มผัด เมียงคำ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำอาหารท้องถิ่นในแต่ละภาค เช่น ภาคเหนือ ได้แก่ ใส่อั่วแกงฮังเล น้ำพริกอ่อง น้ำพริกหนุ่ม ข้าวซอย ขนมจีนน้ำเงี้ยว ภาคอีสาน ได้แก่ ตำแตง ตำถั่ว ตำมะละกอ แจ่วบอง ใส้กรอกอีสาน ภาคใต้ ได้แก่ น้ำพริกโจร คั่วกลิ้ง แกงส้ม (แกงเหลือง) แกงไตปลา ภาคตะวันออก ได้แก่ แกงหมูชะมวง เส้นจันทน์ผัดปู ภาคกลาง อาหารที่ขึ้นทะเบียนมรดกโลก ปี 2554 – 2556 ได้แก่ ต้มยำ ผัดไท แกงเผ็ด แกงเขียวหวาน ส้มตำ ปลาร้า น้ำพริก ข้าวยา ข้าวหลาม แกงไตปลา แกงเหลือง ขนมจีนชวาน้ำ ผัดกระเพรา แกงเลียง กระยาสารท น้ำตาลมะพร้าว ข้าวต้มผัด เมียงคำ

0913340214 อาหารเรียกน้ำย่อย หรืออาหารว่าง (0:18)


วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารเรียกน้ำย่อยหรืออาหารว่าง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาให้เข้าใจเกี่ยวกับการทำอาหารเรียกน้ำย่อย หรืออาหารว่าง ได้แก่ ทอดมันปลากราย ทอดมันกุ้ง ปอเปี๊ยะทอด ไก่ห่อใบเตย ข้าวห่อทรงเครื่อง สาकुไส้หมู เมียงคำ สะเต๊ะหมู สะเต๊ะไก่ กุ้งห่มผ้า ฯลฯ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำอาหารเรียกน้ำย่อย หรืออาหารว่าง ได้แก่ ทอดมันปลากราย ทอดมันกุ้ง ปอเปี๊ยะทอด ไก่ห่อใบเตย ข้าวห่อทรงเครื่อง สาकुไส้หมู เมียงคำ สะเต๊ะหมู สะเต๊ะไก่ กุ้งห่มผ้า ฯลฯ

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	242

4. หมวดความรู้ความสามารถเสริม

0913340215 เครื่องต้มสมุนไพร (0:12)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับเครื่องต้มสมุนไพร

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาขั้นตอนการทำน้ำสมุนไพรไทย น้ำมะตูม น้ำตะไคร้ น้ำใบเตย น้ำมะยม น้ำมะขาม

พืชน้ำสมุนไพร

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำน้ำสมุนไพรไทย น้ำมะตูม น้ำตะไคร้ น้ำใบเตย น้ำมะยม น้ำมะขาม

พืชน้ำสมุนไพร

0913340216 ขนมพื้นฐาน และขนมหวานต่าง ๆ (0:30)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถ และเรียนรู้เกี่ยวกับ พื้นฐานและขนมหวาน

ต่างๆ

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาให้เข้าใจเกี่ยวกับการทำขนมพื้นฐาน เช่นก๋วยบวชชี ฟักทองแกงบวด ทับทิมกรอบ บัวลอย 3 สี สาकुเปือก ข้าวเหนียวหน้าต่าง ๆ ขนมประเภทถาดนึ่ง ขนมกล้วย ขนมฟักทอง ขนมชั้น ขนมมัน ขนมแดงไทย ข้าวต้มมัด


ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำขนมพื้นฐาน เช่นก๋วยบวชชี ฟักทองแกงบวด ทับทิมกรอบ บัวลอย 3 สี สาकुเปือก ข้าวเหนียวหน้าต่าง ๆ ขนมประเภทถาดนึ่ง ขนมกล้วย ขนมฟักทอง ขนมชั้น ขนมมัน ขนมแดงไทย ข้าวต้มมัด

0913340217 ศิลปะในการจัดและตกแต่งอาหาร (0:4)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกมีความรู้ ความสามารถและเรียนรู้เกี่ยวกับศิลปะในการจัดและ

ตกแต่งอาหาร

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	243

คำอธิบายรายวิชา


ศึกษาเพื่อให้เข้าใจเกี่ยวกับการตกแต่งและการเลือกใช้ภาชนะ เช่น สิ่งที่ใช้ตกแต่งควรเป็นสิ่งที่เหมาะสมได้ หรือใช้ส่วนผสมและเครื่องปรุงของอาหารจานนั้นๆ มาตกแต่ง เช่น กล้วยไม้ในจานสีขาวกันเล็กน้อย โรยด้วยใบมะกรูดหั่นฝอย พริกชี้ฟ้าแดงหั่นฝอย ภาชนะที่ใส่อาหารมีส่วนที่ทำให้อาหารดูน่ารับประทาน เป้าหมายในการตกแต่งอาหาร เพื่อให้อาหารจานนั้นดูน่ารับประทานขึ้น แต่ไม่ควรตกแต่งจนมากเกินไป เน้นเรื่องความสะอาด สวยงาม น่ารับประทาน และสิ่งที่ใช้ตกแต่งราคาไม่แพง

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการตกแต่งและการเลือกใช้ภาชนะ เช่น สิ่งที่ใช้ตกแต่งควรเป็นสิ่งที่เหมาะสมได้หรือใช้ส่วนผสมและเครื่องปรุงของอาหารจานนั้น ๆ มาตกแต่ง เช่น กล้วยไม้ในจานสีขาวกันเล็กน้อย โรยด้วยใบมะกรูดหั่นฝอย พริกชี้ฟ้าแดงหั่นฝอย ภาชนะที่ใส่อาหารมีส่วนที่ทำให้อาหารดูน่ารับประทาน เป้าหมายในการตกแต่งอาหาร เพื่อให้อาหารจานนั้นดูน่ารับประทานขึ้น แต่ไม่ควรตกแต่งจนมากเกินไป เน้นเรื่องความสะอาด สวยงาม น่ารับประทาน และสิ่งที่ใช้ตกแต่งราคาไม่แพง

0913349901 การวัดผลและประเมินผล


(0:6)

ประเมินความรู้ความสามารถของผู้รับการฝึก

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	244

ผู้จัดทำหลักสูตร

นางชมพร	โล่หวัชรินทร์	นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการพิเศษ สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก
นางสาวพิมพ์ฤทัย	กัลยาณวัจน์	นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการ สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก
นางจันทนา	คล้ายบุญ	นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก
นางสาวธิดา	เดชะรัฐ	นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงาน สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก
นางศรีสมร	คงพันธุ์	โรงเรียนการเรือนยิ่งเจริญ
นางจำรัส	ดำนิล	พนักงานพิมพ์ ระดับ ส๓ สำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก

	กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	หมายเลขเอกสาร	
	หลักสูตรการฝึกเตรียมเข้าทำงาน	วันที่อนุมัติ	
	สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย (Thai Chef)	แก้ไขครั้งที่	
	รหัส 0910027330104	หน้า	245



ลงนาม.....ผู้เสนอหลักสูตร

(นางชมพร โล่ห์วัชรินทร์)

นักวิชาการพัฒนาฝีมือแรงงานชำนาญการพิเศษ

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาหลักสูตร



ลงนาม.....ผู้เห็นชอบหลักสูตร

(นางสาวดารุณี แป้นเพชร)

ผู้อำนวยการกลุ่มงานพัฒนาหลักสูตรและเทคโนโลยีการฝึก

รักษาราชการแทนผู้อำนวยการสำนักพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก



ลงนาม.....ผู้อนุมัติหลักสูตร

(นายนคร ศิลปอาชา)

อธิบดีกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน