

หลักสูตรการฝึกยกระดับฝีมือ  
สาขา ผู้ประกอบอาหารไทย ระดับ 1  
รหัสหลักสูตร 0920017660201  
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน กระทรวงแรงงาน

---

**1. วัตถุประสงค์ :**

- 1.1 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ ทักษะ และความสามารถในการปฏิบัติงานได้ตามมาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขาผู้ประกอบอาหารไทย ระดับ 1
- 1.2 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความพร้อมในการเข้ารับการทดสอบมาตรฐานฝีมือแรงงานแห่งชาติ สาขาผู้ประกอบอาหารไทย ระดับ 1
- 1.3 เพื่อให้ผู้รับการฝึกปฏิบัติงานด้วยความปลอดภัย

**2. ระยะเวลาการฝึก :**

ผู้เข้ารับการฝึกจะได้รับการฝึกทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ รวมระยะเวลาการฝึก 30 ชั่วโมง โดยผู้เข้ารับการฝึกจะต้องมีเวลาฝึกไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 จึงจะมีได้รับการประเมินผล

**3. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก :**

- 3.1 มีอายุระหว่าง 18 ปีขึ้นไป
- 3.2 มีใบรับรองประสบการณ์เกี่ยวกับการปรุง ประกอบอาหารไทย ไม่น้อยกว่า 3 ปี หรือ
- 3.3 มีเอกสารรับรองของสถานศึกษาที่แสดงให้เห็นว่าผู้สมัครเข้าทดสอบเป็นผู้มีความรู้ไม่ต่ำกว่าระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ โดยมีการเรียนอาหารไทยไม่น้อยกว่า 6 หน่วยกิต หรือ
- 3.4 มีหนังสือรับรองจากหน่วยงานที่อบรมหรือดำเนินการฝึกอาชีพในสาขาผู้ประกอบอาหารไทยไม่ต่ำกว่า 90 ชั่วโมง

**4. วุฒิบัตร**

ผู้รับการฝึกที่จบหลักสูตร และผ่านการประเมินผลจากสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงานหรือศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจะได้รับวุฒิบัตร ผู้ประกอบอาหารไทย ระดับ 1



5.หัวข้อวิชา

รหัสวิชา	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
0923320401	ความปลอดภัย	1	-
0923320402	การเลือกซื้อวัตถุดิบและการเก็บรักษา	1	-
0923320403	เครื่องมือและอุปกรณ์ประกอบอาหารไทย	1	-
0923320404	การเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์ประกอบอาหารไทย	1	-
0923320405	การอ่านและเขียนตำรับอาหาร	1	-
0923320406	การประกอบอาหารจานเดียว	1	1
0923320407	การประกอบอาหารประเภทยำ และน้ำยำต่างๆ	1	1
0923320408	การประกอบอาหารประเภทน้ำพริกและผัก	1	1
0923320409	การประกอบอาหารประเภทแกงต่างๆ น้ำพริกแกง เครื่องแกง	1	1
0923320410	การประกอบอาหารประเภทผัด และผัดพริก	1	1
0923320411	การประกอบอาหารจานนิยม	1	1
0923320412	การทำขนมประเภทคัมน์้ำตาล	1	1
0923320413	การทำขนมประเภทหนึ่ง	1	1
0923320414	การทำขนมประเภทน้ำกระทิ น้ำเชื่อม	1	1
0923320415	การแกะสลักผัก และผลไม้	1	1
0923320416	การจัดอาหารลงจาน	-	1
0923320417	ความรู้ภาษาอังกฤษเกี่ยวกับอาหาร	2	-
0923329910	การวัดและประเมินผล	1	1
<b>รวม</b>		18	12
		30	

6. เนื้อหาวิชา :

- 0923320401**      **ความปลอดภัย**      **(1:0)**  
ทบทวนความรู้และปฏิบัติหลักความปลอดภัยในสถานที่ทำงาน การใช้อุปกรณ์ป้องกันภัย การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างปลอดภัย การปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอาหาร การรักษาความสะอาดสถานที่และอุปกรณ์ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น
- 0923320402**      **การเลือกซื้อวัตถุดิบและการเก็บรักษา**      **(1:0)**  
ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกซื้อ การใช้และการเก็บรักษาวัตถุดิบประเภทต่างๆ เช่น ผักและผลไม้ เนื้อสัตว์ อาหารสดและอาหารแห้ง เครื่องเทศและสมุนไพร ผักและผลไม้ตามฤดูกาล วิธีการสังเกตดูของสด
- 0923320403**      **เครื่องมือและอุปกรณ์ประกอบอาหารไทย**      **(1:0)**  
ทบทวนความรู้เกี่ยวกับชนิดของเครื่องมือ และการใช้อุปกรณ์ในการประกอบอาหาร เช่น เต้าอบ เต้าไมโครเวฟ อุปกรณ์ความร้อน อุปกรณ์ความเย็น เครื่องหั่นและบดอาหาร ตลอดจนวิธีการทำความสะอาดและการเก็บรักษาเครื่องมือและอุปกรณ์
- 0923320404**      **การเตรียมวัตถุดิบและอุปกรณ์ประกอบอาหารไทย**      **(1:0)**  
ทบทวนความรู้หลักโภชนาการ หลักสุขาภิบาล และปฏิบัติการเตรียมวัตถุดิบ อุปกรณ์ และเครื่องมือ  
ทบทวนความรู้และปฏิบัติการล้าง การหั่น การแล่ การตัดแต่ง และการเก็บรักษาวัตถุดิบ
- 0923320405**      **การอ่านและเขียนตำรับอาหาร**      **(1:0)**  
ทบทวนความรู้เกี่ยวกับความหมายของตัวย่อในตำรับ วิธีการใช้เครื่องมือชั่ง ตวง วัด และวิธีเขียนตำรับ
- 0923320406**      **การประกอบอาหารจานเดียว**      **(1:1)**  
ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศและสมุนไพร ขั้นตอนเทคนิคในการประกอบอาหารจานเดียว เช่น ข้าวผัด ข้าวคลุกกะปิ ขนมจีนซาวน้ำ ก๋วยเตี๋ยว ผัดราดหน้า ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ๊ว ก๋วยเตี๋ยวผัดไทย
- 0923320407**      **การประกอบอาหารประเภทยำ และน้ำยำต่างๆ**      **(1:1)**  
ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศและสมุนไพร ขั้นตอนเทคนิคในการประกอบอาหารประเภทยำ และน้ำยำต่างๆ เช่น ยำวุ้นเส้น ยำหัวปลี ยำถั่วพู ยำส้มโอ

- 0923320408**      **การประกอบอาหารประเภทน้ำพริก และผัก**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศและสมุนไพร และผักต่างๆ ขั้นตอนเทคนิคในการประกอบอาหารประเภทเครื่องจิ้ม และน้ำพริก เช่น น้ำพริกกะปิ น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอ่อง หลนเต้าเจี้ยว
- 0923320409**      **การประกอบอาหารประเภทแกงต่างๆ น้ำพริกแกง เครื่องแกง**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศและสมุนไพร ขั้นตอนเทคนิคในการประกอบอาหารประเภทแกงต่างๆ น้ำพริกแกง เครื่องแกง เช่น แกงจืด ต้มยำ ต้มข่า แกงเลียง แกงส้ม แกงเบียงหงสย แกงเผ็ด
- 0923320410**      **การประกอบอาหารประเภทผัด และผัดพริก**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศและสมุนไพร ขั้นตอนเทคนิคในการประกอบอาหารประเภทผัด และผัดพริก เช่น ผัดกะเพรา ผัดพริกแกง
- 0923320411**      **การประกอบอาหารจานนิยม**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศและสมุนไพร ขั้นตอนเทคนิคในการประกอบอาหารจานนิยม เช่น ไช้เจียง ไก่ย่าง หมูทอดกระเทียมพริกไทย ปลาราดพริก
- 0923320412**      **การทำขนมประเภทตม้น้ำตาล**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง การทำขนมหวานประเภทตม้น้ำตาล เช่น ตม้น้ำตาลเขียว พักทองเชื่อม มันเชื่อม เผือกเชื่อม
- 0923320413**      **การทำขนมประเภทหนึ่ง**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการเลือกใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือ เครื่องปรุง การทำขนมหวานประเภทหนึ่ง เช่น ขนมกล้วย และขนมพักทอง
- 0923320414**      **การทำขนมประเภทน้ำกะทิ น้ำเชื่อม**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ และเครื่องปรุง การทำขนมหวานประเภทน้ำกะทิน้ำเชื่อม เช่น ลอยแก้ว ทับทิมกรอบ พักทอง เผือก มันแกงบวด กล้วยบวชชี สาकुเป็ยก ข้าวเหนียวเป็ยก และบัวลอย
- 0923320415**      **การแกะสลักผักและผลไม้**      **(1:1)**  
      ทบทวนความรู้และปฏิบัติการใช้อุปกรณ์ ในการแกะสลักผัก และผลไม้

- |            |  |       |
|------------|--|-------|
| 0923320416 | การจัดอาหารลงจาน<br>ทบทวนความรู้และปฏิบัติการใช้ภาชนะ การจัดแบ่งอาหารเพื่อเสิร์ฟ การเก็บรักษา<br>อาหารก่อนเสิร์ฟ | (0:1) |
| 0923320417 | ความรู้ภาษาอังกฤษเกี่ยวกับอาหาร<br>ทบทวนความรู้ภาษาอังกฤษในด้านการครัว   | (2:0) |
| 0923329910 | การวัดและประเมินผล<br>ทบทวนภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ   | (1:1) |

\*\*\*\*\*