



การฝึกอาชีพเสริม

หลักสูตร การประกอบอาหารจานเดียว
(Fast Food Cooking)
รหัสหลักสูตร 0930207330201
สาขาอาชีพผลิตอาหารและการแปรรูปอาหาร
ระดับหลักสูตร ระดับพื้นฐาน (Fundamental)

กองพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

ผู้อนุมัติหลักสูตร	นางสาวบุปผา เรืองสุด อธิบดีกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน	
วันที่อนุมัติ - 3 ก.ย. 2569 / /	จำนวน ...6.. แผ่น	ปรับปรุงครั้งที่/.....

การฝึกอาชีพเสริม
หลักสูตร การประกอบอาหารจานเดียว
(Fast Food Cooking)
รหัสหลักสูตร 0930207330201
สาขาอาชีพผลิตอาหารและการแปรรูปอาหาร
ระดับหลักสูตร ระดับพื้นฐาน (Fundamental)
กองพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้ และทักษะ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีในการประกอบอาชีพด้านการประกอบอาหาร โดยสามารถ

- 1.1 อธิบายวิธีการประกอบอาหารประเภทจานเดียว และวิธีการทำความสะอาดวัตถุดิบได้อย่างถูกต้อง
- 1.2 ป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดจากการปฏิบัติงาน รวมทั้งการดูแลรักษาสภาพแวดล้อม สถานที่ปฏิบัติงานให้มีสุขอนามัย
- 1.3 เลือกวัตถุดิบแต่ละชนิดและการใช้วัตถุดิบในการประกอบอาหาร
- 1.4 คำนวณและประมาณราคาต้นทุนการผลิตได้
- 1.5 นำความรู้ และทักษะไปใช้ในการประกอบอาชีพ เพื่อสร้างรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว

2. ระยะเวลาการฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ โดยหน่วยงานสังกัดกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน หรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง ระยะเวลาการฝึก 30 ชั่วโมง

3. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

- 3.1 มีอายุไม่ต่ำกว่า 18 ปีขึ้นไป
- 3.2 เป็นผู้สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาเป็นต้นไป
- 3.3 เป็นผู้มีความรู้พื้นฐานในการประกอบอาหารในเบื้องต้น
- 3.3 มีสภาพร่างกายที่ไม่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกและสามารถเข้ารับการฝึกได้ตลอดหลักสูตร

4. คุณสมบัติของวิทยากร

- 4.1 เป็นผู้มีความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในสาขาอาชีพที่เกี่ยวข้อง
- 4.2 ผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรด้านเทคนิคการสอนงานหรือมีประสบการณ์ด้านการสอน
- 4.3 เป็นผู้ที่ได้รับการพิจารณาให้ขึ้นทะเบียนรายชื่อวิทยากรของกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

5. วุฒิบัตร

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน หลักสูตร การประกอบอาหารจานเดียว

ชื่อย่อ : วพร. การประกอบอาหารจานเดียว

ผู้รับการฝึกที่ผ่านการอบรมต้องมีระยะเวลาการฝึกอบรมตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการประเมินผลทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จะได้รับวุฒิบัตรจากกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน



6. หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
0933310201	ความปลอดภัยในการทำงาน	1	0
0933310202	สุขอนามัยและหลักการประกอบอาหารที่ดี	1	0
0933330401	การจัดเตรียม/การเก็บรักษาวัตถุดิบ การปรุงอาหารจานเดียว	1	3
0933330402	การคำนวณต้นทุนในการประกอบอาหารและการหาแหล่งเงินทุน	1	1
0933330403	หลักในการประกอบและตกแต่งอาหาร	1	0
0933330404	การประกอบและตกแต่งอาหารประเภทอาหารว่าง	1	5
0933330405	การประกอบและตกแต่งอาหารประเภทยำ ต้มยำ หรือประเภทแกง	1	5
0933330406	การประกอบและตกแต่งอาหารประเภทจานหลัก อาหารจานเดียว	2	5
0933339901	การวัดและประเมินผล	1	1
รวม		10	20
		30	

7. เนื้อหาวิชา :

0933310201 ความปลอดภัยในการทำงาน (1 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับความปลอดภัยในการทำงาน

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตราย กฎหมายเกี่ยวกับความปลอดภัย ความปลอดภัยในการทำงาน การระมัดระวัง การป้องกันอุบัติเหตุในการทำงาน การใช้เครื่องมือเครื่องใช้ให้ถูกต้องและปลอดภัย รวมทั้งการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

0933310202 สุขอนามัยและหลักการประกอบอาหารที่ดี (1 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยและหลักการประกอบอาหารที่ดี

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับข้อควรปฏิบัติในการประกอบอาหาร หลักสุขอนามัย ข้อคำนึงถึงความสะดวก การประกอบอาหารให้ถูกสุขอนามัย และการรักษาความสะอาดในพื้นที่ปฏิบัติงาน



0933330401 การจัดเตรียม/การเก็บรักษาวัตถุดิบ การปรุงอาหารจานเดียว (1 : 3)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับวิธีการจัดเตรียม การเก็บรักษาวัตถุดิบของการปรุงอาหารจานเดียว

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการคัดแยกวัตถุดิบแต่ละชนิดในการปรุงอาหารจานเดียวแต่ละชนิดออกจากกัน และจัดเก็บได้ตามชนิด โดยจัดลำดับก่อนหลัง รวมทั้งการบรรจุลงภาชนะได้อย่างถูกต้อง ระบุผลาก วัน เดือน ปี หรือรายละเอียดต่าง ๆ วิธีการทำความสะอาด วิธีการจัดเก็บแต่ละประเภท เช่น การเก็บรักษาผัก ผลไม้ การเก็บรักษาชิ้นส่วนของไก่ เป็ด เนื้อหมู ฯลฯ เทคนิคการถนอมอาหารโดยไม่เสื่อมคุณภาพ การประหยัดวัตถุดิบเพื่อไม่ให้สิ้นเปลืองเวลาและเชื้อเพลิง

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการคัดแยกวัตถุดิบแต่ละชนิดในการปรุงอาหารจานเดียวแต่ละชนิดออกจากกัน และจัดเก็บได้ตามชนิด โดยจัดลำดับก่อนหลัง รวมทั้งการบรรจุลงภาชนะได้อย่างถูกต้อง ระบุผลาก วัน เดือน ปี หรือรายละเอียดต่าง ๆ การทำความสะอาด และการจัดเก็บแต่ละประเภท เช่น การเก็บรักษาผัก ผลไม้ การเก็บรักษาชิ้นส่วนของไก่ เป็ด เนื้อหมู ฯลฯ การถนอมอาหารโดยไม่เสื่อมคุณภาพ

0933330402 การคำนวณต้นทุนในการประกอบอาหารและการหาแหล่งเงินทุน (1 : 1)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับการคำนวณต้นทุนในการประกอบอาหารและการหาแหล่งเงินทุน

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับหลักของการคำนวณต้นทุน วิธีการจัดซื้อวัสดุประกอบอาหาร วิธีการตั้งราคาอาหาร แหล่งซื้อวัสดุในท้องถิ่นหรือนอกพื้นที่ การหาแหล่งเงินทุนเพื่อสร้างกิจการร้านอาหาร หรือการประกอบอาหารเพื่อจำหน่าย

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการคำนวณต้นทุน การจัดซื้อวัสดุประกอบอาหาร การตั้งราคาอาหาร แหล่งซื้อวัสดุในท้องถิ่นหรือนอกพื้นที่ การหาแหล่งเงินทุนเพื่อสร้างกิจการร้านอาหาร หรือการประกอบอาหารเพื่อจำหน่าย

0933330403 หลักในการประกอบและตกแต่งอาหาร (1 : 0)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับหลักในการประกอบและตกแต่งอาหารได้อย่างถูกต้อง

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับมาตรฐานในการเป็นผู้ประกอบอาหารไทยตามความต้องการของผู้บริโภค มาตรฐานของอาหาร คุณค่าและเสน่ห์ของอาหารไทย เอกลักษณ์และรสชาติของอาหารไทยแต่ละภาค อาหารมังสวิรัต อาหารเจ อาหารฮาลาล วิธีจัดจานอาหารให้น่ารับประทานและเพิ่มมูลค่า การเตรียมเครื่องปรุง และการใช้สมุนไพรในอาหารไทย อาหารไทยกับการป้องกันโรค เคล็ดลับในการทำอาหารให้อร่อย



0933330404 การประกอบและตกแต่งอาหารประเภทอาหารว่าง (1 : 5)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการประกอบและตกแต่งอาหารประเภทอาหารว่างได้อย่างถูกต้องและสวยงาม

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการประกอบอาหารว่าง แบบนิ่ง แบบทอด วิธีการประกอบอาหารว่าง เช่น ช่อม่วง สาคุไส้หมู ขนมหิ้วย่อย กระทงทองไส้ต่าง ๆ หมี่กรอบ เป็นต้น และวิธีการตกแต่งอาหารให้มีความทันสมัยและน่ารับประทาน โดยคงรสชาติของอาหารไทยไว้

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการประกอบอาหารว่างต่าง ๆ และการตกแต่งอาหาร

0933330405 การประกอบและตกแต่งอาหารประเภทยำ ต้มยำ หรือประเภทแกง (1 : 5)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับการประกอบและตกแต่งอาหารประเภท ยำ ต้มยำ หรือประเภทแกงได้อย่างถูกต้องและสวยงาม

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องปรุง เครื่องเทศ สมุนไพร เนื้อสัตว์ และผักต่าง ๆ ในการประกอบอาหารไทยได้อย่างถูกต้อง และวิธีการตกแต่งอาหารให้มีความแตกต่างและให้น่าสนใจ โดยการนำเสนอในรูปแบบใหม่ ๆ

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการประกอบอาหารไทยประเภท ยำ ต้มยำ หรือประเภทแกง เช่น ยำส้มโอ ยำถั่วพู ต้มยำกุ้ง ต้มข่าไก่ ต้มโคล้ง แกงเผ็ด แกงส้ม เป็นต้น และการตกแต่งอาหาร

0933330406 การประกอบและตกแต่งอาหารประเภทจานหลัก อาหารจานเดียว (2 : 5)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับการประกอบและตกแต่งอาหารประเภทจานหลัก อาหารจานเดียวได้อย่างถูกต้องและสวยงาม

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการประกอบอาหารจานเดียวประเภทเส้น อาหารจานเดียวประเภทข้าว วิธีการเลือกวัตถุดิบเพื่อนำมาประกอบอาหาร เช่น เครื่องปรุง เครื่องเทศ สมุนไพร เนื้อสัตว์ และผักต่าง ๆ ในการประกอบอาหารไทยได้อย่างถูกต้อง และวิธีการตกแต่งอาหารให้มีลักษณะการจัดวางที่แปลกใหม่ และน่ารับประทาน โดยใช้เทคนิควิธีการประกอบอาหารแบบอื่น ๆ เข้ามาใช้ในการจัดตกแต่ง

ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการประกอบอาหารไทยประเภทอาหารจานหลัก อาหารจานเดียว และการตกแต่งอาหาร

0933339901 การวัดและประเมินผล (1 : 1)

ประเมินความรู้ ความสามารถของผู้รับการฝึก โดยการทดสอบภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยสามารถทำได้ในระหว่างการฝึกอบรมหรือหลังเสร็จสิ้นกระบวนการฝึกอบรม

8. ทักษะที่ได้รับ

ผู้รับการฝึกสามารถประกอบอาหารประเภทจานเดียวและนำไปประกอบอาชีพได้

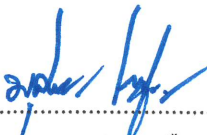


คณะจัดทำหลักสูตร

- | | | |
|-------------------|-------------|--|
| 1. นายนิติ | ราชวาง | ผู้อำนวยการกลุ่มงานพัฒนาหลักสูตรและเทคโนโลยีการฝึก
กองพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก |
| 2. นางสาวสุภาภรณ์ | สุวรรณบาตร์ | เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน
กองพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก |

ลงนาม..........ผู้เสนอหลักสูตร
(นายจิตรพงศ์ พุ่มสอาด)
ผู้อำนวยการกองพัฒนาผู้ฝึกและเทคโนโลยีการฝึก

ลงนาม..........ผู้เห็นชอบหลักสูตร
(นายสมชาติ สุภารี)
รองอธิบดีกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

ลงนาม..........ผู้อนุมัติหลักสูตร
(นางสาวบุปผา เรืองสุด)
อธิบดีกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน