

معاونت پژوهش، برنامه‌ریزی و سنجش مهارت

دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی

استاندارد آموزش شایستگی

تهیه و پخت غذاهای محلی استان زنجان

گروه شغلی

خدمات تغذیه‌ای

کد ملی آموزش شایستگی

۵	۱	۲	۰	۲	۰	۶	۷	۰	۰	۶	۰	۰	۵	۱
ISCO-08				سطح مهارت	شناسه گروه			شناسه شغل			شناسه شایستگی		نسخه	

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۹/۱۱/۲۰

نظارت بر تدوین محتوا و تصویب استاندارد : دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی
 کد ملی شناسایی آموزش شایستگی : ۵۱۲۰۲۰۶۷۰۰۶۰۰۵۱

اعضاء کارگروه برنامه‌ریزی درسی: خدمات تغذیه ای					
ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تخصصی	شغل و سمت	سابقه کار
۱	هما فقیه‌راد	لیسانس	خدمات تغذیه‌ای	مربی	۱۴ سال
۲	فاطمه منصوری	فوق دیپلم	صنایع غذایی	موسس و مدیر و مربی آموزشگاه	۱۱ سال
۳	سیما قائمی	لیسانس	معماری	مربی	۲۵ سال
۴	لیلا مرادی	فوق لیسانس	حقوق	آزمونگر	۸ سال
۵	سمیرا بابایی	لیسانس	مدیریت فرهنگی	موسس آموزشگاه	۵ سال
۶	زیبا یآوری	لیسانس	زبان و ادبیات فارسی	دبیر کارگروه برنامه ریزی درسی تغذیه	۲۸ سال

کلیه حقوق مادی و معنوی این استاندارد متعلق به سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور بوده و هرگونه سوء استفاده مادی و معنوی از آن موجب پیگرد قانونی است.

آدرس: دفتر پژوهش، طرح و برنامه‌ریزی درسی
 تهران، خیابان آزادی، نبش خیابان خوش جنوبی، سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور
 دورنگار ۶۶۵۸۳۶۵۸
 تلفن ۶۶۵۸۳۶۲۸
 آدرس الکترونیکی: rpc@irantvto.ir

تعاریف :

استاندارد شغل :

مشخصات شایستگی‌ها و توانمندی‌های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه‌ای نیز گفته می‌شود.

استاندارد آموزش :

نقشه‌ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی‌های موجود در استاندارد شغل.

نام یک شغل :

به مجموعه‌ای از وظایف و توانمندی‌های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می‌رود اطلاق می‌شود.

شرح شغل :

بیانیه‌ای شامل مهم‌ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی، مسئولیت‌ها، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل.

طول دوره آموزش :

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی.

ویژگی کارآموز ورودی :

حداقل شایستگی‌ها و توانایی‌هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می‌رود.

کارورزی:

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می‌گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود. (مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک با استفاده از عکس می‌آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی‌گردد.)

ارزشیابی :

فرآیند جمع‌آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر، که شامل سه بخش عملی، کتبی عملی و اخلاق حرفه‌ای خواهد بود.

صلاحیت حرفه‌ای مربیان :

حداقل توانمندی‌های آموزشی و حرفه‌ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می‌رود.

شایستگی :

توانایی انجام کار در محیط‌ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد.

دانش :

حداقل مجموعه‌ای از معلومات نظری و توانمندی‌های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی که می‌تواند شامل علوم پایه (ریاضی، فیزیک، شیمی، زیست‌شناسی)، تکنولوژی و زبان فنی باشد.

مهارت :

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی. معمولاً به مهارت‌های عملی ارجاع می‌شود.

نگرش :

مجموعه‌ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت‌های غیر فنی و اخلاق حرفه‌ای می‌باشد.

ایمنی :

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می‌شود.

توجهات زیست محیطی :

نام استاندارد آموزش شایستگی:	
تهیه و پخت غذاهای محلی استان زنجان	
شرح استاندارد آموزش شایستگی :	
تهیه و پخت غذاهای محلی استان زنجان یکی از شایستگی های حوزه خدمات تغذیه ای می باشد که شامل کارهایی از قبیل کنترل بهداشت و ایمنی فردی و کارگاهی، آماده سازی و توزین مواد اولیه، تهیه و پخت پلو، تهیه و پخت خورش، تهیه و پخت آش، تهیه و پخت کوکو و شامی، تهیه و پخت خوراک و تهیه و پخت نان اردک و دسر سنتی می باشد و با مشاغل آشپز و آشپز سنتی در ارتباط است .	
ویژگی های کارآموز ورودی :	
حداقل میزان تحصیلات: پایان دوره متوسطه اول (سوم راهنمایی) حداقل توانایی جسمی و ذهنی: داشتن سلامت کامل جسمی و ذهنی مهارت های پیش نیاز:	
طول دوره آموزش :	
طول دوره آموزش	: ۶۰ ساعت
زمان آموزش نظری	: ۱۸ ساعت
زمان آموزش عملی	: ۴۲ ساعت
زمان کارورزی	: - ساعت
زمان پروژه	: - ساعت
بودجه بندی ارزشیابی (به درصد)	
- کتبی : ۲۵٪	
- عملی : ۶۵٪	
- اخلاق حرفه ای : ۱۰٪.	
صلاحیت های حرفه ای مربیان :	
-دیپلم صنایع غذایی با ۳ سال سابقه کار مرتبط -فوق دیپلم صنایع غذایی با ۱ سال سابقه کار مرتبط -دیپلم متوسطه با ۱۰ سال سابقه کار مرتبط	

* تعریف دقیق استاندارد(اصطلاحی):

آماده سازی و توزین مواد اولیه ، تهیه انواع آش ، خورش ، نان اردک و دسر های محلی استان زنجان را انجام می دهد

* اصطلاح انگلیسی استاندارد(اصطلاحات مشابه جهانی):

Zanjan local foods

* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد:

- آشپز

- آشپز سنتی

* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار:

الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب طبق سند و مرجع

ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت طبق سند و مرجع

ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور طبق سند و مرجع

د : نیاز به استعلام از وزارت کار

استاندارد آموزش شایستگی

- کارها

ردیف	عناوین	ساعت آموزش		
		نظری	عملی	جمع
۱	کنترل بهداشت و ایمنی فردی و کارگاهی	۲	۳	۵
۲	تهیه، آماده‌سازی و توزین مواد اولیه	۲	۳	۵
۳	تهیه و پخت پلو	۲	۷	۹
۴	تهیه و پخت خورش	۲	۶	۸
۵	تهیه و پخت آش	۲	۶	۸
۶	تهیه و پخت کوکو و شامی کباب	۲	۴	۶
۷	تهیه و پخت خوراک	۲	۷	۹
۸	تهیه و پخت نان آردک	۲	۳	۵
۹	تهیه دسر سنتی	۲	۳	۵
جمع ساعات		۱۸	۴۲	۶۰

	زمان آموزش			عنوان:
	جمع	عملی	نظری	کنترل بهداشت و ایمنی فردی و کارگاهی
	۵	۳	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
تخته وایت برد				دانش :
دستگاه تهویه هوا				-عوامل آلودگی های ناشی از فرد و بیماری های مسری
توری				-منابع آلودگی و اهمیت HACCP
تی				-انواع خطرات تهدید کننده ایمنی و سلامت مواد غذایی
جارو				-روش های پیشگیری از عوامل آلوده کننده محیط
جعبه کمک های اولیه				مهارت :
حشره کش برقی				-استفاده از دستکش و رعایت بهداشت هنگام آماده سازی و پخت مواد غذایی
دستکش یکبار مصرف				-کنترل هواکش ها و هودها ، کنترل و دفع صحیح پسماند و پساب
سطل زباله درب دار				-پیشگیری از ورود حشرات و جانوران موذی و مبارزه با آن ها
شوینده سطوح و کف				-شستشوی کف و سطوح محیط کار با مواد شوینده مناسب
شوینده دست				-چربی زدایی و ضدعفونی ظروف حمل غذا
صندلی کارآموز				-نظارت بر چرخه دیفراست صحیح انواع گوشت
صندلی مربی				-تامین نور و تهویه مطبوع در محیط کار
کپسول آتش نشانی				نگرش :
کلاه یکبار مصرف				-صرفه جویی در مواد مصرفی ، آب ، انرژی و زمان
کامپیوتر				-رعایت اخلاق حرفه ای
کفش مناسب کار				-در نظر گرفتن سلامت افراد
لباس کار مناسب				ایمنی و بهداشت :
ماسک یکبار مصرف				-استفاده از لباس کار مناسب ، دستکش نسوز و ماسک
میز کارآموز				
میز مربی				
جعبه کمک های اولیه				
دستمال نظیف				

	زمان آموزش			عنوان: کنترل بهداشت و ایمنی فردی و کارگاهی
	جمع	عملی	نظری	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	<p>ایمنی و بهداشت:</p> <ul style="list-style-type: none"> - استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف - رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار - رعایت ارگونومی هنگام کار 			
	<p>توجهات زیست محیطی:</p> <ul style="list-style-type: none"> - تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن 			

	زمان آموزش			عنوان : آماده سازی و توزین مواد اولیه
	نظری	عملی	جمع	
	۲	۳	۵	
تجهیزات، ابزار، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش، مهارت، نگرش، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
انواع سبزیجات				دانش :
انواع صیفی جات				-ویژگی مواد اولیه (سبزیجات ، گوشت ها ، حبوبات و روغن)
انواع حبوبات				-روش آماده سازی ،شستشو و برش گوشت
روغن				-انواع پیمانه و قاشق اندازه گیری
ماهیتابه				-انواع ترازو و ابزارهای اندازه گیری
چاقوی مخصوص خرد کردن				-انواع تخته کار و چاقو
قاشق و چنگال				مهارت :
میزکار				- تهیه لیست خرید روزانه ، هفتگی و ماهانه
تخته کار				-پاک کردن ،شستشو و خرد کردن سبزیجات
لباس کار				-پاک کردن ،شستشو و برش مرغ و گوشت
کلاه، ماسک، دستکش یکبار				-اندازه گیری و توزین مواد اولیه
مصرف -دستگیره				نگرش :
کپسول آتش نشانی				- صرفه جویی در مواد اولیه ،زمان و انرژی
جعبه کمک‌های اولیه				- توجه به اقتصاد خانواده
ترازو -انواع پیمانه				- رعایت اخلاق حرفه ای
قاشق				-استفاده از مواد اولیه سالم و بهداشتی
میز مربی				ایمنی و بهداشت :
صندلی مربی				- استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف
میز کار				- رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار
صندلی کارآموز				- رعایت ارگونومی هنگام کار
کامپیوتر				توجهات زیست محیطی :
واپت برد				- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن
ماژیک واپت برد				

	زمان آموزش			عنوان: تهیه و پخت پلو
	جمع	عملی	نظری	
	۹	۷	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
برنج، روغن حیوانی ، نمک، زعفران، پودر گل محمدی، رشته پلویی، فلفل سیاه، ادویه مخصوص، کره، خرما ، زردچوبه، پیاز، گوشت ماهیچه گوساله، گوشت چرخ کرده، سیب زمینی، رب گوجه فرنگی، کشمش پلویی، زرشک پلویی ،عدس				دانش : - انواع مواد اولیه - انواع ابزار و تجهیزات - روش تهیه انواع پلو (آرشته پلو با عدس، ات پلو ،گل پلو ،باسترما پلو) - روش دم کردن انواع پلو
انواع خلال ها (پسته، بادام، نارنج، هویج) شکر، قابلمه، آبکش، اجاق گاز، قاشق و کفگیر، ماهیتابه، لباس کار، کلاه، ماسک، دستکش، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک‌های اولیه قالب کیک مربع قابلمه مسی گرد کامپیوتر وایت برد ماژیک وایت برد ادویه پلویی-دستگیره				مهارت : - استفاده از ابزار و تجهیزات مناسب - تهیه رسپی (دستورالعمل پخت) - تهیه آرشته پلو با عدس و باسترماپلو
				نگرش : - دقت در مراحل اولیه انجام کار و خرید مواد - صرفه جویی در مواد اولیه ، انرژی و مواد مصرفی - رعایت اخلاق حرفه ای
				ایمنی و بهداشت : - استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف - رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار - رعایت ارگونومی هنگام کار
				توجهات زیست محیطی : تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن

	زمان آموزش			عنوان: تهیه و پخت خورش
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۸	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
<p>آلوخورشتی، مرغ پیاز سرخ کرده، رب گوجه فرنگی، زعفران، ادویه، هویج، روغن، نمک، فلفل، گوشت خورشتی، سیب زمینی، بادمجان، غوره، خرما، خشک، کشمش، گردو، خلال پسته و بادام، تخم مرغ، سرکه، شیر، گشنیز ، جعفری ، نعناع ، گوجه فرنگی ، ماهیتابه، قابلمه، قاشق و چنگال، اجاق گاز، یخچال، لباس کار، کلاه، ماسک، دستکش، یکبار مصرف کپسول آتش نشانی، جعبه کمک‌های اولیه کامپیوتر ماژیک وایت برد روغن دستگیره</p>				دانش :
				- انواع مواد اولیه
				- انواع ابزار و تجهیزات
				- روش تهیه خورش آلچا مسمایی ، چاغاله بادام ، بادمجان مسمایی و شش انداز
				- روش تنظیم درجه حرارت گاز
				مهارت :
				- استفاده از ابزار و تجهیزات
				- تهیه رسپی (دستورالعمل پخت)
				- تهیه خورش آلچا مسمایی و چاغاله بادام
				- تنظیم درجه حرارت مناسب گاز
				نگرش :
				- دقت در مراحل انجام کار
				- استفاده از مواد اولیه سالم
				- صرفه جویی در مصرف مواد اولیه ، انرژی
			- رعایت اخلاق حرفه ای	
			ایمنی و بهداشت :	
			- استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف	
			- رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار	
			- رعایت ارگونومی هنگام کار	
			توجهات زیست محیطی:	
			- تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن	

	زمان آموزش			عنوان : تهیه و پخت آش
	جمع	عملی	نظری	
	۱۰	۸	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
گوشت چرخ کرده گوسفندیپياز، ادویه، روغن، نمک، فلفل، مغز نان سفید ، سیب زمینی، گوجه فرنگی، غوره، گرده لیمو عمانی، گردو چرخ شده، سماق، تخم مرغ، زعفران، زیره سیاه، هویج، شکر، آبلیمو، آرد سفید، پیاز ماهیتابه، قابلمه، کاسه، همزن، کفگیر، قاشق، چنگال، اجاق گاز، یخچال، ترازو، لباس کار، کلاه، ماسک، دستکش، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک‌های اولیه سبزی آش دستگیره کشک روغن سیر نعناء				دانش: - انواع مواد مصرفی - انواع ابزار و تجهیزات - روش تهیه انواع آش (بوغدا آشی، علم سلات ، و قود ماش و قوروت آشی، ابغوره و آش شیر) - روش تنظیم درجه حرارت گاز مهارت : - استفاده از ابزار و تجهیزات مناسب - تهیه رسپی (دستور العمل پخت) - تهیه آش (بوغدا آشی ، علم سلات و قود ماش) - تنظیم درجه حرارت گاز نگرش : - صرفه جویی در مواد اولیه ، انرژی و مواد مصرفی - استفاده از مواد اولیه سالم و بهداشتی - رعایت اخلاق حرفه ای ایمنی و بهداشت : - استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف - رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار - رعایت ارگونومی هنگام کار توجهات زیست محیطی : - تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن

	زمان آموزش			عنوان :
	جمع	عملی	نظری	
	۶	۴	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			تهیه و پخت کوکو و شامی
گوشت چرخ کرده گوسفندیپياز، ادویه، روغن، نمک، فلفل، مغز نان سفید ، سیب‌زمینی، گوجه‌فرنگی، غوره، گرده لیموعمانی، گردو چرخ شده، سماق، تخم‌مرغ، زعفران، زیره سیاه، هویج، شکر، آبلیمو، آردسفید، خلال پسته و بادام، ماهیتابه، قابلمه، کاسه، همزن، کفگیر، قاشق، چنگال، اجاق‌گاز، یخچال، ترازو، لباس کار، کلاه، ماسک، دستکش، کپسول آتش‌نشانی، جعبه کمک‌های اولیه دستگیره	دانش :			انواع مواد اولیه
				انواع ابزار و تجهیزات
				-روش تهیه کوکو و شامی کباب
				- روش تنظیم درجه حرارت گاز
	مهارت :			استفاده از ابزار و تجهیزات
				- تهیه رسپی (دستورالعمل پخت)
				- تهیه کوکو و شامی کباب (کوکو سبزی)
	نگرش :			- صرفه جویی در مواد اولیه ،انرژی و مواد مصرفی
				- رعایت اخلاق حرفه ای
				- توجه به اقتصاد خانواده
	ایمنی و بهداشت :			- استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف
				- رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار
			- رعایت ارگونومی هنگام کار	
توجهات زیست محیطی :			- تفکیک پسماند و دفع صحیح آن	

	زمان آموزش			عنوان : تهیه و پخت انواع خوراک
	جمع	عملی	نظری	
	۹	۷	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
گوشت گردن گوسفندی، گوشت چربی‌دار، گوشت چرخ کرده، دنبه، نخود، لوبیاسفید، رب گوجه‌فرنگی، نمک، فلفل، ادویه مخلوط، پیاز، سیب‌زمینی، به ، گرده لیموعامی، زعفران، کشک، کشک، ماست محلی، کاکوتی، گردو، کشمش، نعناع و پونه خشک، سیر، لپه، عدس، تخم‌مرغ، آردسفید، زردآلو خشک، روغن حیوانی، عدس ، زیره، سماق ، شکر، سرکه، سیرابی ، سیب درختی (ترش) ، بادمجان، هویج، آلوچه، آردسفید قابل‌مه، ماهیتابه، قاشق، جنگال، ملاقه، کفگیر، کاسه، اجاق‌گاز، یخچال، ترازو، تخته‌کار، لباس‌کار، کلاه، ماسک، دستکش، کپسول آتش‌نشانی، جعبه کمک‌های اولیه - دستگیره	دانش : -انواع مواد اولیه -انواع ابزار و تجهیزات -روش تهیه حیوا شورباسی ، کوفته لپه ، سیرابی دولماسی ، آق پیازو ، اشکنه سیب ، تاس کباب ، یتیمچه ، کله جوش و جغور بغور			
	مهارت : -استفاده از ابزار و وسایل کار -تهیه رسپی (دستور العمل پخت) -تهیه حیوا شورباسی ، سیرابی دولماسی ، کوفته لپه و آق پیازو -تنظیم درجه حرارت گاز			
	نگرش : -صرفه جویی در مواد اولیه و انرژی و مواد مصرفی - استفاده از مواد اولیه سالم و بهداشتی - توجه به اقتصاد خانواده -رعایت اخلاق حرفه ای			
	ایمنی و بهداشت : - استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف - رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار -رعایت ارگونومی هنگام کار			
	توجهات زیست محیطی : -تفکیک پسماند و دفع صحیح آن			

	زمان آموزش			عنوان : تهیه نان اردک
	جمع	عملی	نظری	
	۵	۳	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
آردسفید ، روغن حیوانی ، نمک ، شکر ، شیر ، مایه خمیر ، تخم مرغ در صورت دلخواه ، قاشق ، تخته کار ، وردنه ، چاقوی مخصوص برش ، ظرف بزرگ ، سینی ، قاشق چوبی ، ماهیتابه ، چنگال، اجاق گاز، یخچال، ترازو، لباس کار، کلاه، ماسک، دستکش، کپسول آتش نشانی، جعبه کمک‌های اولیه دستگیره				دانش :
				- انواع ابزار و تجهیزات
				- انواع مواد اولیه
				- روش تهیه و پخت نان
				- روش تنظیم درجه حرارت
				مهارت :
				- استفاده از ابزار و تجهیزات
				-تهیه رسیپی (دستورالعمل پخت)
				- تهیه خمیر و استراحت دادن به آن
				- چانه گیری و برش زدن خمیر
				-پهن کردن خمیر
				- سرخ کردن خمیر در روغن
				-تنظیم درجه حرارت گاز
				نگرش :
				- استفاده از مواد اولیه سالم و بهداشتی
			- صرفه جویی در مواد مصرفی ،انرژی و زمان	
			-رعایت اخلاق حرفه ای	
			-توجه به اقتصاد خانواده	
			ایمنی و بهداشت :	
			- استفاده از لباس کار مناسب، کلاه، دستکش و ماسک یکبار مصرف	
			-رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار	
			- رعایت ارگونومی هنگام کار	

	زمان آموزش			عنوان : تهیه نان اردک
	نظری	عملی	جمع	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
	توجهات زیست محیطی : - تفکیک مناسب پسماند و دفع صحیح آن			

	زمان آموزش			عنوان : تهیه انواع دسر سنتی
	جمع	عملی	نظری	
	۵	۳	۲	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
آردسفید ، روغن حیوانی ، شکر ، آب ، هل ، تخم گشنیز ، گلاب ، زعفران ، شیر ، قاشق ، سینی ، قاشق چوبی ، ماهیتابه تفلون قابلمه تفلون چنگال ، اجاق گاز ، یخچال ، ترازو ، لباس کار ، کلاه ، ماسک ، دستکش ، کپسول آتش نشانی ، جعبه کمک‌های اولیه قابلمه برنج خرد دستگیره	دانش :			
	- انواع مواد اولیه			
	- انواع ابزار و تجهیزات			
	- روش تهیه حلوا اوماج ، سوت آشی ، قویماق			
	- روش تنظیم درجه حرارت گاز			
	مهارت :			
	- استفاده از ابزار و تجهیزات			
	- تهیه رسی (دستورالعمل پخت)			
	- تهیه حلوا اوماج و قویماق			
	- تنظیم درجه حرارت گاز			
	نگرش :			
	- صرفه جویی در مواد مصرفی زمان و انرژی			
	- استفاده از مواد سالم و بهداشتی			
- رعایت اخلاق حرفه ای				
- توجه به اقتصاد خانواده				
ایمنی و بهداشت :				
- استفاده از لباس کار مناسب ، کلاه ، دستکش و ماسک یکبار مصرف				
- رعایت بهداشت فردی و عمومی هنگام کار				
- رعایت ارگونومی هنگام کار				
توجهات زیست محیطی :				
- دفع صحیح ضایعات و پساب				

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	اجاق گاز فردار	۵ شعله فر دار	۲ دستگاه	
۲	یخچال فریزر	متوسط	۱ دستگاه	
۳	ترازو	دیجیتالی اشپزخانه ای	۲ دستگاه	
۴	میز کار	استیل	۳ عدد	
۵	صندلی	کارآموز	۱۵ عدد	
۶	همزن برقی	متوسط	۲ دستگاه	
۷	مخلوط کن	متوسط	۲ دستگاه	
۸	میکسر	متوسط	۲ دستگاه	
۹	چرخ گوشت	متوسط	۲ دستگاه	
۱۰	آسیاب برقی	متوسط	۲ دستگاه	
۱۱	غذا ساز	متوسط	۲ دستگاه	
۱۲	وایت برد	۷۰×۱۰۰	۱ عدد	
۱۳	میز مربی	چوبی	۱ عدد	
۱۴	صندلی مربی	چرمی	۱ عدد	
۱۵	کپسول آتش نشانی	پودری - خشک	۶ کیلو گرمی	
۱۶	جعبه کمک های اولیه	استاندارد	۱ جعبه	
۱۷	سطل زباله	پلاستیکی درب دار متوسط	۱ عدد	
۱۸	تی	پارچه ای دسته بلند	۱ عدد	

توجه :

- تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود.

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	برنج	تازه - سالم - بهداشتی	۵ کیلو گرم	
۲	روغن حیوانی	تازه - سالم - بهداشتی	۳ کیلو گرم	
۳	ادویه پلو	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۴	نمک ، فلفل ، زعفران، زیره	تازه - سالم - بهداشتی	از هر کدام ۱۰۰ گرم	
۵	گل محمدی	خشک شده	۲۰۰ گرم	
۶	رشته پلویی	بسته بندی	۱ کیلو گرم	
۷	پیاز	تازه - سالم - بهداشتی	۱ کیلو گرم	
۸	گوشت	ماهیچه گوساله - سالم	۱ کیلو گرم	
۹	گوشت	گوسفندی - سالم	۱ کیلو گرم	
۱۰	گوشت	گردن گوسفندی - تازه و سالم	۱ کیلو گرم	
۱۱	گوشت	چرخ کرده - تازه و سالم	۱ کیلو گرم	
۱۲	جگر ، دل ، قلوه	گوساله - تازه و سالم	۲ کیلو گرم	
۱۳	مرغ	تازه - سالم - بهداشتی	۲ کیلو گرم	
۱۴	سیب زمینی	تازه و سالم	۵ کیلو گرم	
۱۵	حبوبات	نخود - لوبیا - عدس	از هر کدام ۵۰۰ گرم	
۱۶	رب گوجه فرنگی	تازه - سالم - بهداشتی	۱ کیلو گرم	
۱۷	کشمش	پلویی	۵۰۰ گرم	
۱۸	زرشک	پلویی	۵۰۰ گرم	
۱۹	خلال پسته و بادام	تازه - سالم - بهداشتی	از هر کدام ۱۰۰ گرم	
۲۰	شکر	سفید	۵۰۰ گرم	
۲۱	لیمو عمانی	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۲۲	سبزی خورشتی	خرد شده - سالم - بهداشتی	۲ کیلو گرم	
۲۳	بادمجان	تازه - سالم - بهداشتی	۳ کیلو گرم	
۲۴	غوره	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۲۵	خرمای خشک	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۲۶	گردو	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۲۷	سرکه و شیره انگور	تازه - سالم - بهداشتی	از هر کدام ۵۰۰ گرم	
۲۸	آلو ترش	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۲۹	زردآلو	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۳۰	آلوچه	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۳۱	آلبالو	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۳۲	رشته آشی	بسته بندی	۱ کیلوگرم	
۳۳	سیر و پیاز داغ	تازه - سالم - بهداشتی	از هر کدام ۲۰۰ گرم	
۳۴	فندق	تازه - سالم - بهداشتی	۱۰۰ گرم	
۳۵	بلغور	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۳۶	برنج آشی	خرده برنج	۱ کیلو گرم	
۳۷	گندم پوست گرفته	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۳۸	ماست	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۳۹	قلم گوساله و دنبه	تازه - سالم - بهداشتی	۱ کیلو گرم	
۴۰	آبغوره و آبلیمو	تازه - سالم - بهداشتی	۱ شیشه الیتری	
۴۱	کشک	مایع	۵۰۰ گرم	
۴۲	تخم مرغ	تازه - سالم - بهداشتی	۳۰ عدد	
۴۳	شربت عسل	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۴۴	گلاب	تازه - سالم - بهداشتی	۱ شیشه الیتری	
۴۵	هل	پودر	۲۰۰ گرم	
۴۶	زنجبیل	پودر	۲۰۰ گرم	
۴۷	آردسفید	تازه - سالم - بهداشتی	۵ کیلو گرم	
۴۸	هویج	تازه - سالم - بهداشتی	۳ کیلو گرم	
۴۹	رازیانه	تازه - سالم - بهداشتی	۲۰۰ گرم	
۵۰	شیر	پاستوریزه سالم	۲ لیتر	
۵۱	خامه	تازه - سالم - بهداشتی	۵۰۰ گرم	
۵۲	آردگندم	تازه - سالم - بهداشتی	به مقدار لازم	
۵۳	دستگیره	پارچه ای	۵ جفت	
۵۴	کلاه	یکبار مصرف	۱۵ عدد	
۵۵	ماسک	یکبار مصرف	۱۵ عدد	
۵۶	دستکش	یکبار مصرف	۱۵ جفت	
۵۷	ماژیک وایت برد	آبی - قرمز - سبز	۳ عدد	
۵۸	ابر و اسکاچ	متوسط	۳ عدد	

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۵۹	صابون مایع	دستشویی	۱ لیتر	
۶۰	مایع	ظرفشویی	۱ لیتر	
۶۱	مایع ضد عفونی کننده	محیط کار	۴ لیتر	

توجه: - مواد به ازاء یک نفر و یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر محاسبه شود.

- برگه استاندارد ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	تخته کار	مناسب گوشت و سبزیجات	از هر کدام ۱ عدد	
۲	کارد	استیل	۵ سری	
۳	چاقو	مخصوص آشپزخانه	۵ عدد	
۴	قابلمه	تفلون و درب دار	۵ سری	
۵	ماهیتابه	تفلون	۵ سری	
۶	قاشق و چنگال	استیل	۵ دست	
۷	قاشق چوبی	بزرگ	۵ سری	
۸	سبد شستشو	پلاستیکی	۵ عدد	
۹	کفگیر	چوبی - متوسط	۵ سری	
۱۰	ساتور	قصابی	۵ عدد	
۱۱	ملاقه	فلزی - متوسط	۵ سری	
۱۲	کاسه	استیل	۵ سری	
۱۳	بشقاب	بلور یا چینی	۵ دست	
۱۴	آبکش	فلزی	۵ عدد	
۱۵	پیمانه اندازه گیری	اندازه گیری فلزی	۵ سری	
۱۶	دم کنی	پارچه ای	۵ سری	
۱۷	دیس	متوسط چینی	۵ عدد	
۱۸	سینی	بلور یا چینی	۵ سری	
۱۹	گوشت کوب	چوبی یا فلزی	۵ عدد	
۲۰	چاقو تیز کن	فلزی کوچک	۱ عدد	
۲۱	پوست کن صیفی جات	فلزی یا پلاستیکی	۳ عدد	

توجه: - ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود.