

وزارت آموزش و پرورش
نام سازمان / مؤسسه آموزش و پرورش استثنایی کشور

**استاندارد مهارت و آموزش
کمک کار آشپز
خاص افراد با نیازهای ویژه**

«کار گروه تخصصی تدوین استاندارد مهارت در سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور»

همکاران تدوین استاندارد: مژده سعیدی نژاد، زهرا معینی، مهناز صادقی، صدیقه رضائی

دبیر کمیسیون: نازلی مشایخی

نام استاندارد :

کمک کار آشپز گروه الف

تهیه کننده : آموزش و پرورش استثنایی کشور

دبیر کمیسیون : نازلی مشایخی

حروفچین : فاطمه فدایی صبا

ناشر : سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور

نوبت چاپ : اول

سال انتشار : ۱۳۸۹

چاپ و صحافی : سازمان آموزش و پرورش استثنایی کشور

تعداد صفحه : ۴۷

تعریف مهارت :

براساس این استاندارد کمک کار آشپز کسی است که با رعایت نکات بهداشتی، اصول ایمنی و اصول پخت غذا بتواند ابزار، وسایل و مواد اولیه در آشپزی را به کارگیرد، مواد غذایی سالم را از ناسالم جدا سازد، مواد غذایی را وزن کرده و نگه داری کند و مراحل تهیهی انواع سالاد، ترشی، شور، سس، بورانی، ساندویچ، پوره سیب زمینی، خاکینه و املت گوجه فرنگی، چند نوع کوکو، سوپ، آش، آبگوشت، اشکنه و کله جوش، خوراک گوشت، مرغ، لوبیا چیتی، میرزا قاسمی، عدسی، کشک بادمجان، خورش، ماکارونی، پیتزا، غذاهای گوشتی را زیر نظر آشپز انجام دهد و از عهده ی پذیرایی از میهمان و انجام تزئینات ساده در مراسم مختلف برآید.

مدت دوره کارآموزی : ۸۷۷ ساعت

۱- زمان آموزش نظری : ۱۸۰ ساعت

۲- زمان آموزش عملی : ۶۹۷ ساعت

شماره استاندارد :

درجه :

کد سازمان :

شرایط هنر جو :

- ۱- **حداقل تحصیلات :** سوم راهنمایی تحصیلی پیش حرفه ای و یا دوره های معادل (سوم مهارت‌های حرفه ای - سوم راهنمایی تحصیلی)
- ۲- **وضعیت جسمانی :** مطابق با الزامات ورودی به استاندارد کمک یار آشپز خاص دانش آموزان با نیازهای ویژه که رئوس عمده آن شامل موارد زیر می‌باشد:
 - ♦ حداقل یک چشم سالم و نداشتن کوررنگی
 - ♦ داشتن حافظه و ادراک بینایی
 - ♦ داشتن حافظه شنوایی
 - ♦ حس لامسه سالم
 - ♦ داشتن قوام عضلانی و دامنه حرکتی مفاصل در حد مناسب
 - ♦ کنترل سر و گردن و تعادل در نشستن
 - ♦ تعادل در ایستادن (در صورت عدم توانایی در ایستادن وسایل مورد نیاز باید متناسب سازی شود)
 - ♦ توانایی انجام مهارت‌های حرکتی ظریف
 - ♦ سرعت عمل و تحمل کاری متناسب با رشته
- ۳- **سایر شرایط :** این استاندارد خاص دانش آموزان کم توان ذهنی می‌باشد.

شرایط هنر آموز و استاد کار :

میزان تحصیلات : حداقل فوق دیپلم و بالاتر
رشته تحصیلی : رشته های تحصیلی مرتبط با آموزش کودکان استثنایی (علوم تربیتی ، روانشناسی و...) مشروط برداشتن گواهینامه های معتبر استاندارد مهارت و آموزشی مربوط به آشپزی حداقل به مدت ۱۰۰ ساعت از سازمان های متولی سابقه کار : حداقل ۳ سال
سایر شرایط :-

شرایط محیط کارگاهی :

مساحت کارگاه : حداقل ۲/۵ تا ۳متر مربع برای هر هنر جو
ارتفاع کارگاه : حداقل ۲/۵ تا ۳ متر کاشی شده به طور کامل
کف : بدون ترک خوردگی ، صاف ، هموار، موزائیک یا سنگ قابل شستشو به طور راحت ، بدون لغزندگی و دارای شیب مناسب برای کف شویی و دارای چاه فاضلاب
نورگیر : دارای پنجره برای داخل شدن نور خورشید، از لامپ فلوئورسنت دارای نورسفید و نور زرد با یکدیگر (توامان) استفاده شود.
تهویه : پنجره برای ورود و خروج هوا و دستگاه تهویه مناسب و قوی متناسب با فضای کارگاه
ایمنی : وجود کپسول آتش نشانی و جعبه کمک های اولیه در کارگاه، توری برای جلوگیری از ورود حشرات، سم پاشی محیط کارگاه برای مبارزه با حشرات و جوندگان ، قفل نبودن درهای خروجی تا در صورت بروز هرگونه اتفاقی ، افراد بتوانند مکان را ترک کنند. سالم بودن پریزهای برق و رعایت فاصله مناسب. بهتر است در صورت امکان حداقل یک درب برای ورود و یک درب برای خروج وجود داشته باشد.
نکات مهم در چیدمان کارگاه : کابینت ها به صورت طولی و چسبیده به دیوار در دو بخش زمینی و هوایی نصب شوند، اجاق گاز نزدیک لوله گاز (به لحاظ ایمنی) و دور از پنجره (به منظور جلوگیری از خاموشی شدن شعله توسط باد) قرارگیرد.
میزکار در وسط کارگاه و آینه آموزشی در قسمت بالای آن به نحوی قرارگیرد که صندلی های دانش آموزان در مقابل میزکار قرار گرفته باشند و آنان براحتی بتوانند عملیات استاد کار را از طریق آینه آموزشی مشاهده کند.
محل قرارگرفتن یخچال و فریزر حداقل یک متر از اجاق گاز فاصله داشته باشد.

راهنمای حیطه های آموزشی (رفتاری) در برنامه درسی و آموزشی

از آنجا که تعیین هدف های آموزشی و رفتاری به معلم کمک می کند تا یادگیرندگان را به سوی این هدف ها تا حصول رفتار معین شده راهنمایی کند، ضرورت دارد استانداردهای مهارت آموزی براساس این هدف ها تدوین شود، از این رو استاندارد ضمیمه با توجه به اهداف رفتاری نگارش یافته و لازم است هنرآموزان و مدرسین عزیز قبل از شروع آموزش متن زیر را مطالعه نمایند تا آموزش به صورت هدفمند انجام گیرد.

بدیهی است در صورت تمایل به مطالعه بیشتر در این زمینه منابع آموزشی مربوطه مورد بررسی قرار گیرد.

حیطه های رفتاری :

به طور کلی صاحب نظران هدف های آموزشی و رفتاری را در سه حیطه شناختی، روانی - حرکتی و عاطفی طبقه بندی نموده اند :

۱- حیطه شناختی :

حیطه شناختی به یادگیری مطالب و یافتن شناخت درباره آن‌ها مربوط می شود. معمولاً آموزش‌های این حیطه به پیدایش توانایی‌های ذهنی منتهی می گردد. حیطه شناختی از آسان به مشکل تقسیم بندی و دارای شش سطح (طبقه) دانش، درک و فهم، کاربرد (بکار بستن)، تجزیه و تحلیل، ترکیب و ارزشیابی باشد.

۱-۱- سطح دانش :

پایین ترین سطح یادگیری در حیطه شناختی کسب دانش و معلومات است. در این سطح از یادگیرنده انتظار می رود آنچه را آموخته عیناً به طور حفظی بیان کند.

۱-۲- درک و فهم :

آن دسته از هدف های آموزشی که به درک بیشتری از آگاهی‌های سطحی (دانش) نیاز دارند در این طبقه قرار می گیرند. در این حیطه یادگیرنده مطالب و بحث ها را درک می کند، بنابراین یادگیری برایش معنی دارد و رضایت بخش می شود، به عبارت دیگر یادگیرنده اصول و اساس آموزش را می فهمد و به طور شفاهی تفسیر می کند.

۱-۳- کاربرد (بکار بستن) :

طبقه کاربرد مستلزم این است که یادگیرنده علاوه بر فهمیدن مطالب (درک و فهم) بتواند آن را در شرایط جدید بکارگیرد. در این طبقه یادگیرنده مطالب را بدون کمک دیگران در شرایط متفاوت بکار می برد.

۱-۴- تجزیه و تحلیل :

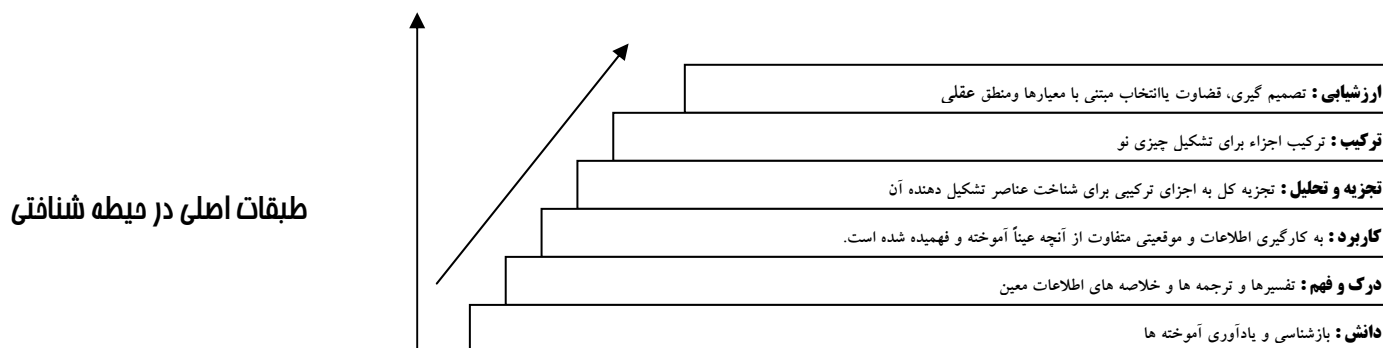
در این سطح بر خرد کردن مباحث یا پدیده ها به اجزاء تشکیل دهنده آن و همچنین برکشف روابط اجزاء و طبقه سازمان بندی آن‌ها تأکید می شود.

۱-۵- ترکیب :

در این سطح یادگیرنده باید از ارتباط یا ترکیب اجزاء یادگرفته شده به پدیده های نو دست یابد. در واقع ترکیب مستلزم در هم آمیختن دوباره قسمت هایی از تجارب گذشته با مطالب جدید و بازسازی آن به صورت یک کل انسجام یافته است.

۱-۶- ارزشیابی :

قضاوت روی یک پدیده یا مطلب برای منظور معین را ارزشیابی گویند. ارزشیابی که پیچیده ترین سطح طبقه بندی هدف های رفتاری در حیطه شناختی است با استفاده از ملاک‌های قضاوت صورت می گیرد.



۲- حیطه روانی ، حرکتی :

این حیطه به انجام مهارت‌ها و فعالیت‌های جسمی می‌پردازد به عبارت دیگر حیطه روانی - حرکتی به انجام کار منتهی می‌گردد. در این حیطه پنج سطح (طبقه) وجود دارد که عبارتند از تقلید، اجرای مستقل، دقت ، هماهنگی حرکات و عادی شدن، در این حیطه نیز تقسیم بندی از آسان به مشکل صورت گرفته است.

۲-۱- تقلید :

پایین ترین سطح مهارت‌های حرکتی است به طوری که فرد بدون کمک دیگران نمی‌تواند کاری را انجام دهد.

۲-۲- اجرای مستقل :

این سطح مهارت اندکی از سطح قبلی (تقلید) بالاتر است به طوری که فرد مستقل و بدون کمک دیگران عملی را انجام می‌دهد.

۲-۳- دقت :

در این سطح یادگیرنده باید کار را با دقت ، سرعت مناسب و ظرافت کافی انجام دهد.

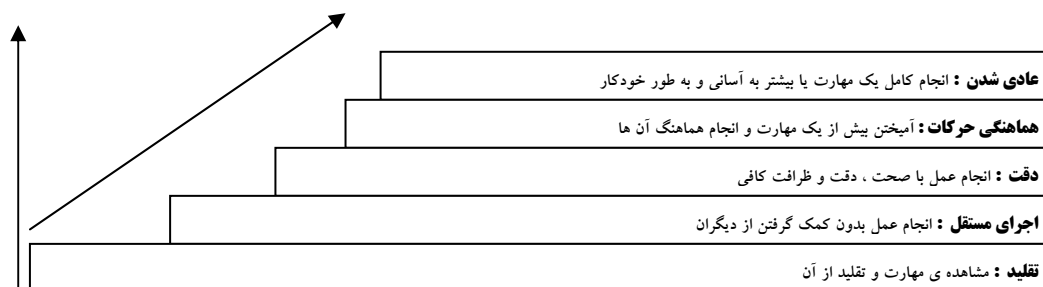
۲-۴- هماهنگی حرکات :

یادگیرنده در این سطح باید بتواند چند فعالیت را به طور همزمان و هماهنگی انجام دهد، مانند خیاطی که از چرخ خیاطی پای استفاده می‌کند.

۲-۵- عادی شدن :

این سطح بالاترین مرحله یادگیری و کسب مهارت درحیطه روانی - حرکتی است. در این سطح یادگیرنده باید به صورت خودکار، به انجام کارهای دقیق و موزون عادت کند. به عبارت دیگر یادگیرنده در این سطح برای انجام یک کار نیازی به فکر کردن و صرف انرژی جهت هماهنگ کردن ندارد.

طبقات اصلی حیطه روانی - حرکتی



۳- حیطه عاطفی :

حوزه عاطفی به انگیزه‌ها، احساسات، علایق، هیجانات، ارزش‌ها و این قبیل مربوط می‌شود. حیطه عاطفی به ۵ سطح (طبقه) دریافت کردن، پاسخ دادن، ارزش گذاری، سازمان دادن ارزش‌ها و کسب جهان بینی تقسیم می‌شود.

۳-۱- دریافت کردن

در این سطح یادگیرنده، وقوع تجربه عملی را می‌پذیرد و به آن علاقه نشان می‌دهد. در واقع این دسته از هدف‌ها شامل: رفتارهایی است که از وجود پدیده‌ها خبر می‌دهد و میل به تحمل در برابر شنیدن یا دیدن آن را نمایان می‌سازد.

۳-۲- پاسخ دادن :

در این سطح یادگیرنده علاوه بر دریافت مطالب یا فعالیت آموزشی از خود واکنش نشان می‌دهد. یادگیرنده در این سطح، موارد آموزش داده شده را رعایت می‌کند و در کار شرکت می‌کند.

۳-۳- ارزش گذاری :

در این سطح یادگیرنده علاوه بر پاسخ آن را مهم می‌داند و برای آن ارزش بیشتری قائل می‌شود، در این سطح رفتار یادگیرنده نشان دهنده داشتن یک عقیده یا گرایش است و از ثبات بیشتری برخوردار است.

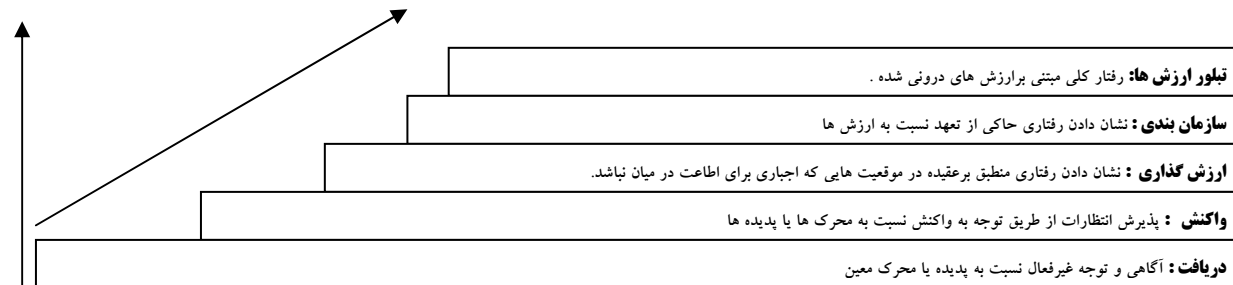
۳-۴- سازماندهی ارزش‌ها :

در این سطح از حیطه عاطفی شخص (یادگیرنده) پس از اینکه ارزش‌ها را در درون خود پذیرفت، آن‌ها را با ارزش‌های دیگر تطبیق یا سازماندهی می‌کند. به عبارت دیگر سازماندهی ارزش‌ها عبارت است از ادغام ارزش‌های مختلف، رفع تعارضات بین آن‌ها و بنانهادن یک نظام ارزشی پایدار و منسجم می‌باشد.

۳-۵- کسب جهان بینی :

در این مرحله ارزش یا مجموعه‌ای از ارزش‌ها در رفتار یادگیرنده انعکاس دائم پیدا می‌کند و در شخصیتش متبلور می‌شود و جزو فلسفه زندگی او می‌گردد.

طبقات اصلی در حیطه عاطفی



در خاتمه یادآوری می نماید از آنجایی که برای اولین بار هدف های آموزشی در تدوین استانداردهای مهارتی لحاظ شده است خالی از اشکال نمی باشد ، لذا مزید امتنان خواهد بود، صاحب نظران و هنرآموزان عزیز اشکالات را یادآوری نمایند تا در بازنگری مورد توجه قرارگیرد.

منابع :

- ۱- صفوی ، امان الله ، کلیات روش ها و فنون تدریس ، ج ۶ ، انتشارات معاصر - تهران ، ۱۳۷۵.
- ۲- شعبانی ، حسن ، مهارت های آموزش و پرورش ، ج ۳ ، انتشارات ۱۳۷۳.
- ۳- مهندس آیت الهی ، محمد جواد ، جزوه مربوط به برنامه ریزی درسی .

فهرست توانایی های استاندارد مهارت کمک کار آشپز (گروه الف)

ردیف	عنوان	صفحه	ردیف	عنوان	صفحه
۱	توانایی رعایت نکات بهداشتی و اصول ایمنی	۱۵	۱۶	توانایی تهیه آبگوشت	۳۲
۲	توانایی به کارگیری ابزار و وسایل آشپزی	۱۶	۱۷	توانایی تهیه اشکنه و کله جوش	۳۳
۳	توانایی آماده کردن مواد اولیه آشپزی	۱۷	۱۸	توانایی تهیه خوراک گوشت و مرغ و لوبیا چیتی	۳۴
۴	توانایی جداسازی مواد غذایی سالم از ناسالم	۱۸	۱۹	توانایی تهیه میرزا قاسمی، عدسی و کشک بادمجان	۳۵
۵	توانایی نگهداری مواد غذایی	۱۹	۲۰	توانایی تهیه انواع پلو (برنج ساده، اسلامبولی پلو، سبزی پلو، عدس پلو، زرشک پلو، باقالی پلو)	۳۷
۶	توانایی به کارگیری اصول پخت غذا	۱۹	۲۱	توانایی تهیه انواع خورش (خورش بادنجان، خورش قیمه، خورش قورمه سبزی، خورش کرفس و خورش آلو اسفناج)	۴۰
۷	توانایی وزن کردن مواد اولیه آشپزی	۲۰	۲۲	توانایی تهیه ماکارونی، پیتزا	۴۴
۸	توانایی تهیه انواع سالاد، ترشی، شور و سس	۲۰	۲۳	توانایی تهیه چند نوع غذای گوشتی (جوجه کباب، کباب تابه‌ای، ماهی در فر، ماهی سرخ شده)	۴۵
۹	توانایی تهیه انواع بورانی (اسفناج و بادنجان)	۲۳	۲۴	توانایی پذیرایی از میهمان وانجام تزئینات ساده در مراسم مختلف	۴۷
۱۰	توانایی تهیه انواع ساندویچ (پنیر و تخم مرغ، مرغ و همبرگر)	۲۴			
۱۱	توانایی تهیه پوره سیب زمینی	۲۶			
۱۲	توانایی تهیه خاکینه و املت گوجه فرنگی	۲۶			
۱۳	توانایی تهیه انواع کوکو (کوکو سیب زمینی، کوکو سبزی)	۲۷			
۱۴	توانایی تهیه انواع سوپها (اسفناج، جو، سبزیجات)	۲۸			
۱۵	توانایی تهیه انواع آش (گوجه فرنگی، رشته)	۳۰			

برنامه سطح بندي استاندارد کمک کار آشپز ویژه گروه الف

پایه اول نام توانایی و شماره آن	رعایت نکات بهداشتی و اصول ایمنی ۱	به کارگیری ابزار و وسایل مصرفی ۲	آماده کردن مواد اولیه ۳	جداسازی مواد غذایی ۴	نگه داری مواد غذایی ۵	به کارگیری اصول پخت غذا ۶	وزن کردن مواد اولیه ۷	تهیه انواع سالاد، ترشی، شور و سس ۸	تهیه انواع بورانی ۹	انواع ساندویچ ۱۰
ساعات آموزش نظری	۲۰	۱۲	۶	۱۵	۱۲	۱۲	۸	۱۰	۵	۵
ساعات آموزش عملی	۱۲	۱۸	۱۶	۱۲	۱۲	۴	۱۰	۷۰	۱۸	۳۰
جمع	۳۲	۳۰	۲۲	۲۷	۲۴	۱۶	۱۸	۸۰	۲۳	۳۵
پایه دوم نام توانایی و شماره آن	پوره سیب زمینی ۱۱	خاگینه و املت گوجه فرنگی ۱۲	تهیه انواع کوکو ۱۳	تهیه انواع سوپ ۱۴	تهیه انواع آش ۱۵	تهیه آبگوشت ۱۶	تهیه اشکنه و کله جوش ۱۷	تهیه خوراک گوشت و مرغ و لوبیا چیتی ۱۸	تهیه میرزا قاسمی، عدسی و کشک بادمجان ۱۹	تهیه انواع پلو ۲۰
ساعات آموزش نظری	۳	۳	۳	۴	۴	۴	۴	۶	۶	۸
ساعات آموزش عملی	۴	۸	۱۴	۳۴	۲۰	۱۰	۱۶	۱۲	۳۴	۱۱۸
جمع	۷	۱۱	۱۷	۳۸	۲۴	۱۴	۲۰	۱۸	۳۰	۱۲۶
پایه سوم نام توانایی و شماره آن	تهیه انواع خورش ۲۱	ماکارونی و پیتزا ۲۲	چند نوع غذای گوشتی ۲۳	پذیرایی از میهمان ۲۴	-	-	-	-	-	-
ساعت آموزش نظری	۴	۲	۴	۲۰	-	-	-	-	-	۱۸۰
ساعات آموزش عملی	۹۰	۳۰	۴۰	۶۵	-	-	-	-	-	۶۹۷
جمع	۹۴	۳۲	۴۴	۸۵	-	-	-	-	-	۸۷۷

فهرست تجهیزات و ابزار کارگاهی مورد نیاز استاندارد مهارت کمک کار آشپز - (۱۱ نفر)

ردیف	نام کالا	مشخصات فنی	تعداد	توضیحات	اولویت
۱	کابینت آشپزخانه همراه با هود، آب چکان و سینک	دیواری و زمینی ۱۰ متر			۱
۲	تهویه	قوی	۱ دستگاه		۱
۳	میز غذاخوری تاشو	شش نفره	۱ عدد		۲
۴	میز کار آشپزخانه	پایه فلزی، رویه سنگ یا استیل ۶۰×۱۸۰	۴ عدد		۱
۵	میز کار استیل چهارنفره	رویه سنگ یا شیشه ای	۲ عدد		۲
۶	صندلی مخصوص معلم (بلند با رویه چرمی)		۲ عدد		۱
۷	صندلی غذاخوری	فلزی یا چوبی قابل شستشو	۱۱ عدد		۱
۸	آینه آموزشی		۱ عدد	جهت نصب بالای اجاق گاز در صورت داشتن ایمنی کامل	۳
۹	تابلوی معرفی کارگاه	ویژگیهای کارگاه	۱ عدد		۳
۱۰	واپت برد	۱۰۰×۱۲۰	۱ عدد		۱
۱۱	فندک اتمی		۲ عدد		۲
۱۲	اجاق گاز ۵ شعله فردار		۳ دستگاه	در معرض باد و کوران تعبیه نشود، طول لوله ی لاستیکی حامل گاز کمتر از ۱/۵ متر باشد	۱
۱۳	اجاق گاز ۳ شعله بدون فر		۲ دستگاه		۱
۱۴	رگلاتور گازی (در صورت نبود سیستم گاز شهری)		۳ عدد	در صورتیکه کارگاه مجهز به سیستم گاز شهری نیست	۱
۱۵	کپسول گاز ۱۱ کیلویی		۳ عدد	در صورتیکه کارگاه مجهز به سیستم گاز شهری نیست	۱
۱۶	آبگرمکن (در صورت نبود سیستم گاز شهری)		۱ دستگاه	ترجیحاً دیواری باشد	۱
۱۷	جعبه کمکهای اولیه با تجهیزات کامل	استاندارد	۱ جعبه		۱
۱۸	یخچال و فریزر	۱۲ ادو قسمتی فوت یا ۱۴ فوت	۱ دستگاه		۱
۱۹	پلوپز ۸ نفره		۱ دستگاه		۱
۲۰	آرام پز ۸ نفره		۱ دستگاه		۳
۲۱	چرخ گوشت		۱ دستگاه		۱

فهرست تجهیزات و ابزار کارگاهی مورد نیاز استاندارد مهارت کمک کار آشپز - (۱۱ نفر)

ردیف	نام کالا	مشخصات فنی	تعداد	توضیحات	اولویت
۲۲	دیگ زودپز	در ۲ اندازه کوچک و بزرگ استاندارد	۲ عدد	نوع مرغوب	۱
۲۳	همزن برقی	دستی (۳ عدد)، با کاسه (۱ عدد)	۳ عدد		۱
۲۴	آسیاب برقی		۱ عدد		۱
۲۵	مخلوط کن (سه کاره)		۱ عدد		۱
۲۶	ماکرو ویو	۳۰ لیتری با گریل	۱ دستگاه		۲
۲۷	ظروف مخصوص ماکروویو		۲ سری		۲
۲۸	کباب پز	گازی	۲ عدد		۱
۲۹	خرد کن	برقی ، مخصوص سبزیجات	۱ عدد		۱
۳۰	سرخ کن		۱ عدد		۴
۳۱	سرویس قاشق و چنگال ۱۲ نفره کامل		۲ سری		۱
۳۲	پیرکس تخت سه تکه	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۳	پیرکس سه تکه دردار (گرد)	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۴	مرغ خوری پیرکس در دار	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۵	کاسه پیرکس	در اندازه های مختلف (کوچک، متوسط و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۶	کاسه های پلاستیکی درب دار	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۷	کاسه های لعابی	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۸	کاسه های استیل	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری		۱
۳۹	سرویس کامل چینی ۱۲ نفره		۱ سری		۱
۴۰	قابلمه های لعابی		۲ سری		۱
۴۱	قابلمه های آلومینیومی	در اندازه های مختلف	۱ سری		۱
۴۲	سرویس ۹ پارچه قابلمه تفلون خارجی	تفلون چدنی	۲ سری		۱
۴۳	سرویس ملاقه و کفگیر دستی	کفگیر، ملاقه، همزن دستی و ... ترجیحا تفلون	۳ سری		۱

فهرست تجهیزات و ابزار کارگاهی مورد نیاز استاندارد مهارت کمک کار آشپز (۱۱ نفر)

ردیف	نام کالا	مشخصات فنی	تعداد	توضیحات	اولویت
۴۴	قاشق چوبی	۴ تایی	۱ سری		۱
۴۵	ماهیتابه	چدنی و آلومینیومی در اندازه های مختلف	۲ سری		۱
۴۶	ظروف درب دار مخصوص نگهداری آرد، شکر و پودر)	در اندازه های یک کیلویی	۲ سری		۱
۴۷	ظروف پلاستیکی درب دار	در اندازه های مختلف (کوچک و بزرگ)	۱ سری	مخصوص نگه داری آرد و جهت نگهداری مواد غذایی در یخچال و فریزر	۱
۴۸	ظروف حبوبات بزرگ	یک سری ۶ تایی	۱ سری		۱
۴۹	ظروف نمک و ادویه		۲ سری	جهت نگهداری نمک، ادویه و مغزجات	۲
۵۰	ظروف مخصوص سرو غذا	در چند مدل	۲ سری		۲
۵۱	شیشه های درب دار	در اندازه های مختلف	۲ سری		۱
۵۲	سینی گرد (دیس پلوخوری)	سیلور	۲ عدد		۲
۵۳	گوشت کوب	دستی (۲ عدد)، برقی (۱ عدد)	۳ عدد		۱
۵۴	کارد آشپزخانه	سری کامل	۴ عدد		۱
۵۵	چاقو تیز کن		۲ عدد		۱
۵۶	پوست کن		۲ عدد		۱
۵۷	سیخ کباب	۱۲ عدد پهن، ۱۲ عدد باریک	۲۴ عدد		۲
۵۸	انبرک		۳ عدد		۲
۵۹	قیچی مخصوص آشپزخانه		۲ عدد		۲
۶۰	آبکش با لگن استیل		۲ عدد		۲
۶۱	آبکش آلومینیومی		۲ عدد		۱
۶۲	تخته گوشت بزرگ	پلاستیک فشرده	۲ عدد		۱
۶۳	تخته گوشت متوسط	پلاستیک فشرده	۲ عدد		۱
۶۴	تخته چوبی سبزی خردکنی		۱ عدد		۱

فهرست تجهیزات و ابزار کارگاهی مورد نیاز استاندارد مهارت کمک کار آشپز (۱۱ نفر)

ردیف	نام کالا	مشخصات فنی	تعداد	توضیحات	اولویت
۶۵	وسایل تزئین سبزی و میوه و چاقوی مخصوص سبزی آرایی		۴ سری		۲
۶۶	چاقوی حکاکی، گل کنی، دالبرزی، تویی کن (سرویس کامل)		۱ سری		۱
۶۷	قلم مو و فرچه	در انواع مختلف، از هر کدام ۲ عدد	۴ عدد		۱
۶۸	هاون	برنجی و سنگی در دو اندازه مختلف	۲ عدد		۲
۶۹	پارچ	استیل و بلور	۳ سری		۱
۷۰	لیوان (۶ عدد)		۲ سری		۱
۷۱	لگن استیل و لعابی		۲ سری	جهت شستن مواد غذایی	۱
۷۲	سطل درب دار برای نگهداری مواد غذایی	پلاستیکی	۴ عدد	جهت نگهداری برنج، قند و ...	۲
۷۳	سطل زباله بزرگ		۲ عدد		۱
۷۴	پیمانه اندازه گیری	پلاستیکی، در اندازه های مختلف	۲ سری		۱
۷۵	همزن دستی (همزن بالنی)		۲ عدد		۲
۷۶	دربازکن کمپوت، کنسرو و شیشه		۲ عدد		۱
۷۷	حوله و دستگیره و پارچه های تمیز		۵ سری		۱
۷۸	رومیزی	شش نفره	۱ عدد		۱
۷۹	ترازوی آشپزخانه	کیلویی و عقربه دار، دیجیتالی	۲ عدد		۱
۸۰	رنده (ریز و درشت)	استیل	۴ عدد		۱
۸۱	شعله پخش کن روی گاز		۴ عدد		۲
۸۲	وردنه	در سه اندازه	۲ سری		۱
۸۳	کتاب آموزشی، فیلم، سی دی آموزشی			رزا منتظمی (و ۲)، نرم افزارهای آموزشی معتبر متناسب با موضوع	۴
۸۴	کیسول آتش خاموش کن		۱ دستگاه		۱

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۱	توانایی رعایت نکات بهداشتی و اصول ایمنی	<p>۱-۱-۱- نکات بهداشت فردی در آشپزی</p> <p>۱-۱-۲- ویژگی های بهداشت محیط کارگاه آشپزی</p> <p>۱-۱-۳- نکات مربوط به شست و شو و نگهداری وسایل و ابزار آشپزی</p> <p>۱-۱-۴- نکات مرتبط با بهداشت غذا (پخت کامل غذا و ...)</p> <p>۱-۱-۵- نحوه ی پیشگیری از حوادث و رعایت اصول ایمنی در کارگاه</p> <p>۱-۱-۶- طرز کار با کپسول آتش خاموش کن.</p>	<p>۱-۲-۱- از وسایل بهداشت فردی در هنگام کار استفاده کند. (دستکش ، روپوش ، پیش بند ، روسری یا کلاه ، کفش ، ماسک و...)</p> <p>۱-۲-۲- اصول بهداشت (فردی، ایمنی و محیط) را در هنگام کار رعایت کند.</p> <p>۱-۲-۳- از یک کارگاه آشپزی بازدید کند و نکات بهداشتی و غیر بهداشتی آن را مشاهده و یادداشت نماید.</p> <p>۱-۲-۴- با استفاده از محلول های مناسب لوازم آشپزخانه را ضدعفونی کند.</p> <p>۱-۲-۵- با کپسول آتش خاموش کن کار کند.</p>	۳	۲۰	۱۲

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۲	توانایی به کارگیری ابزار و وسایل آشپزی	۱-۲/۱- نام ابزار و وسایل آشپزی ۲-۲/۲- نحوه ی کار با ابزار و وسایل آشپزی (اجاق گاز، زودپز، پلوپز، بخارپز، مایکروویو، کباب پز، مخلوط کن و ...)	۱-۲/۲- از ابزار و وسایل آشپزی به طور صحیح استفاده کند. (زودپز، پلوپز، بخارپز، مایکروفر، کباب پز، مخلوط کن و ...) ۲-۲/۲- اجاق گاز را روشن کند. ۳-۲/۲- درجات اجاق گاز را تنظیم کند. ۴-۲/۲- فرآجاق گاز را روشن کند.	۱۲	۱۸	ابزار و وسایل آشپزی : - اجاق گاز فردار - زودپز، پلوپز، بخارپز، مایکروویو، کباب پز، مخلوط کن

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز		
				نظری	عملی			
۳	توانایی آماده کردن مواد اولیه آشپزی	۱-۳/۱-۱- اصول ضد عفونی و آماده کردن سبزی ۲-۳/۱-۲- اصول میکروب زدایی از شیر، کشک و کنسروها ۳-۳/۱-۳- اصول تمیز و آماده کردن انواع گوشت (قرمز، مرغ، ماهی، و ...) ۴-۳/۱-۴- اصول رفع انجماد مواد غذایی ۵-۳-۱-۵- اصول تمیز و آماده کردن برنج برای پخت ۶-۳/۱-۶- اصول تمیز و آماده کردن حبوبات برای پخت.	۱-۳/۲-۱- سبزی و میوه را به طور صحیح ضد عفونی کند. ۲-۳/۲-۲- شیر، کشک و کنسروها را میکروب-زدایی کند. ۳-۳/۲-۳- یک عدد مرغ را تمیز کرده و به قطعات مناسب خرد نماید. ۴-۳/۲-۴- یک عدد ماهی را تمیز کرده و به قطعات مناسب خرد کند. ۵-۳/۲-۵- مقداری گوشت قرمز را تمیز کرده و به قطعات مناسب خرد کند. ۶-۳/۲-۶- برنج و حبوبات را تمیز کند. ۷-۳/۲-۷- از یک ماده غذایی به طور بهداشتی رفع انجماد کند.	۲	۲	۶	۱۶	- مقداری سبزی - شیر، کشک، کنسرو - مرغ - ماهی - میگو - گوشت قرمز - برنج - حبوبات

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۴	توانایی جداسازی مواد غذایی سالم از ناسالم	۴-۱-۱- ویژگی های گوشت سالم (قرمز، مرغ، ماهی) ۴-۱-۲- ویژگی های تخم مرغ سالم ۴-۱-۳- ویژگی های روغن سالم ۴-۱-۴- نکات مهم در خرید مواد غذایی (بسته بندی، تاریخ انقضاء، تأیید وزارت بهداشت و...)	۴-۱-۲- مواد غذایی سالم را شناسایی کند. - گوشت قرمز - مرغ - ماهی - تخم مرغ - روغن	۱۵	۱۲	- گوشت قرمز - مرغ - ماهی - تخم مرغ - روغن - چند ماده غذایی بسته بندی شده
			۴-۲-۲- چند نوع ماده غذایی بسته بندی شده را انتخاب و تاریخ انقضاء، تأیید وزارت بهداشت و نوع بسته بندی آن را بررسی کند.	۲		

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز	
				نظری	عملی		
۵	توانایی نگهداری مواد غذایی	۵/۱-۱- اصول خشک کردن سبزیها ۵/۱-۲- اصول نگهداری برنج ۵/۱-۳- اصول نگهداری نان ۵/۱-۴- اصول نگهداری حبوبات ۵/۱-۵- اصول نگهداری مواد غذایی در یخچال و فریزر (گوشت، مرغ، ماهی، تخم مرغ و ...)	۵/۲-۱- مقداری سبزی را به طور صحیح خشک کند.	۲	۱۲	- مواد اولیه مورد نیاز - یخچال و فریزر - کابینت آشپزخانه	
			۵/۲-۲- فهرستی از غذاهای نگهداری شده در کابینت، یخچال و فریزر منزل تهیه کند و نحوه نگهداری آنها را بررسی کند.	۲	۱۲		- ظروف و وسایل مورد نیاز - سبب زمینی
			۵/۲-۳- اصول نگهداری مواد غذایی را رعایت کند.	۲			
۶	توانایی به کارگیری اصول پخت غذا	۶/۱-۱- اصول آرام پختن ۶/۱-۲- اصول بخارپز کردن ۶/۱-۳- اصول تفت دادن ۶/۱-۴- اصول سرخ کردن ۶/۱-۵- اصول پخت با مایکروویو ۶/۱-۶- اصول آب پز کردن ۶/۱-۷- اصول کبابی کردن	۶/۲-۱- اصول پخت را در هنگام آشپزی رعایت کند.	۲		۴	
			۶/۲-۲- سبب زمینی را به طرق زیر طبخ کند: - سرخ کردن - آب پز کردن - کبابی کردن - پخت با مایکروویو	۲			

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۷	توانایی وزن کردن مواد اولیه آشپزی	۷/۱-۱- نام وسایل و ابزارهای اندازه گیری مواد اولیه آشپزی (ترازو، پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری) ۷/۱-۲- اصول وزن کردن و اندازه گیری مواد اولیه آشپزی	۷/۲-۱- وزن مواد اولیه آشپزی را با استفاده از وسایل و ابزار مناسب اندازه گیری کند : - ترازو - پیمانه های اندازه گیری - قاشق های اندازه گیری	۸	۱۰	- ترازو - پیمانه ها و قاشق های اندازه گیری - چند نوع ماده غذایی
۸	توانایی تهیه انواع سالاد ، ترشی ، شور و سس	۸/۱-۱- اصول تهیه انواع سالاد و تزئین آن ها ۸/۱-۲- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه سالاد فصل و کلم ۸/۱-۳- طرز تهیه سالاد فصل و سالاد کلم ۸/۱-۴- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه سالاد ماکارونی ۸/۱-۵- طرز تهیه سالاد ماکارونی	۸/۲-۱- مواد لازم برای تهیه سالاد فصل و سالاد کلم را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۸/۲-۲- سالاد فصل و کلم را با توجه به طرز تهیه آن ها آماده و تزئین کند. (آماده کردن مواد اولیه، مخلوط کردن آن و ...) ۸/۲-۳- مواد لازم برای تهیه سالاد ماکارونی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۸/۲-۴- سالاد ماکارونی را با توجه به طرز تهیه آن آماده و تزئین کند : ۸/۲-۴-۱- پختن مرغ ۸/۲-۴-۲- پختن ماکارونی و آبکش کردن آن ۸/۲-۴-۳- مخلوط کردن مرغ و ماکارونی با سایر مواد (خیارشور، نمک و فلفل، سس مایونز و آبلیمو)	۲	۱۰	- مواد اولیه - اجاق گاز - ظروف و وسایل مورد نیاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		۸/۱-۶- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه سالاد الویه	۵-۸/۲- مواد لازم برای سالاد الویه را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند.	۲		
		۸/۱-۷- طرز تهیه سالاد الویه	۶-۸/۲- سالاد الویه را با توجه به طرز تهیه آن آماده و تزئین کند:	۲		
		۸/۱-۸- اصول تهیه ترشی	۱-۸/۲-۶- پختن سیب‌زمینی، مرغ، تخم‌مرغ و نخود سبز			
		۸/۱-۹- اصول تهیه شور	۲-۸/۲-۶- خرد کردن و مخلوط کردن مواد پخته شده با نمک، فلفل، خیارشور، سس مایونز و آبلیمو			
		۸/۱-۱۰- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه سس گوجه فرنگی	۷-۸/۲- مواد لازم برای تهیه یک نوع ترشی را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند.	۲		
		۸/۱-۱۱- طرز تهیه سس گوجه فرنگی	۸-۸/۲- یک نوع ترشی را با رعایت اصول آن تهیه کند.	۲		
			۹-۸/۲- مواد لازم برای تهیه یک نوع شور را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند.	۲		
			۱۰-۸/۲- یک نوع شور را با رعایت اصول آن تهیه کند.	۲		
			۱۱-۸/۲- مواد لازم برای تهیه سس گوجه- فرنگی را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند.	۲		

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	سختی - حرکتی سختی - حسی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
					نظری	عملی	
		۸/۱-۱۲- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه سس مایونز	۸/۲-۱۲- سس گوجه فرنگی را با توجه به طرز تهیه آن آماده کند.	۲			
		۸/۱-۱۳- طرز تهیه سس مایونز	۸/۲-۱۲-۱- حرارت دادن کره				
		۸/۱-۱۴- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه سس سفید	۸/۲-۱۲-۲- اضافه کردن گوجه فرنگی و هم زدن آن				
		۸/۱-۱۵- طرز تهیه سس سفید	۸/۲-۱۲-۳- اضافه کردن شکر، سرکه ، نمک و فلفل به سس				
			۸/۲-۱۳- مواد لازم برای تهیه سس مایونز را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند.	۲			
			۸/۲-۱۴- سس مایونز را با توجه به طرز تهیه آن آماده کند.	۲			
			۸/۲-۱۴-۱- مخلوط کردن تخم‌مرغ زرده با کمی نمک				
			۸/۲-۱۴-۲- اضافه کردن روغن زیتون به مخلوط				
			۸/۲-۱۴-۳- اضافه کردن سرکه و فلفل یا خردل به سس				
			۸/۲-۱۵- مواد لازم برای تهیه سس سفید را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند.	۲			
			۸/۲-۱۶- سس سفید را با توجه به طرز تهیه آن آماده کند.	۲			
			۸/۲-۱۶-۱- آب کردن کره در ظرف				
			۸/۲-۱۶-۲- اضافه کردن آرد به کره و تفت دادن آن				
			۸/۲-۱۶-۳- اضافه کردن تدریجی شیر به آرد و هم زدن آن				
			۸/۲-۱۶-۴- حرارت دادن مواد مخلوط شده				
			۸/۲-۱۶-۵- اضافه کردن نمک و فلفل به سس				

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۹	توانایی تهیه انواع بورانی (اسفناج و بادنجان)	۹/۱-۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه بورانی اسفناج ۹/۱-۲- طرز تهیه بورانی اسفناج ۹/۲-۳- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه بورانی بادنجان ۹/۱-۴- طرز تهیه بورانی بادنجان	۹/۲-۱- مواد لازم برای تهیه بورانی اسفناج را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۹/۲-۲- بورانی اسفناج را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۹/۲-۲-۱- پختن اسفناج خرد شده ۹/۲-۲-۲- تفت دادن آن همراه با سیر ۹/۲-۲-۳- افزودن ماست، نمک و فلفل به اسفناج ۹/۲-۳- مواد لازم برای تهیه بورانی بادنجان را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۹/۲-۴- بورانی بادنجان را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۹/۲-۴-۱- کبابی کردن بادنجان ها ۹/۲-۴-۲- پوست کندن و ساطوری کردن بادنجان ها ۹/۲-۴-۳- تفت دادن بادنجان ها به همراه سیر ۹/۲-۴-۴- افزودن ماست، نمک و فلفل به آن	۲	۲	- مواد اولیه - اجاق گاز - ظروف و وسایل مورد نیاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز			
				نظری	عملی				
۱۰	توانایی تهیه انواع ساندویچ (پنیر و تخم مرغ، مرغ، همبرگر)	۱-۱۰/۱-۱ اصول تهیه ساندویچ ها (انواع نان مورد استفاده، انواع سس ها و ...) ۲-۱۰/۱-۲ مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه ساندویچ پنیر و تخم مرغ ۳-۱۰/۱-۳ طرز تهیه ساندویچ پنیر و تخم مرغ ۴-۱۰/۱-۴ مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه ساندویچ مرغ ۵-۱۰/۱-۵ طرز تهیه ساندویچ مرغ ۶-۱۰/۱-۶ مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه ساندویچ همبرگر ۷-۱۰/۱-۷ طرز تهیه ساندویچ همبرگر	۱-۱۰/۲-۱ مواد لازم برای تهیه ساندویچ پنیر و تخم مرغ را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۱۰/۲-۲ ساندویچ پنیر و تخم مرغ را با توجه به طرز تهیه آن درست کند. (رنده کردن پنیر و تخم مرغ های پخته شده، مخلوط کردن آن ها با سس مایونز و قرار دادن آن روی نان) ۳-۱۰/۲-۳ مواد لازم برای تهیه ساندویچ مرغ را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۴-۱۰/۲-۴ ساندویچ مرغ را با توجه به طرز تهیه آن درست کند. (پختن مرغ با پیاز، نمک و زردچوبه و خرد کردن آن، قرار دادن مرغ خرد شده همراه خیارشور، گوجه فرنگی و کاهو داخل نان مناسب و افزودن سس مایونز به آن) ۵-۱۰/۲-۵ مواد لازم برای تهیه ساندویچ همبرگر را با توجه به نسبت های آن آماده کند.	۲	۲	۲	۵	۳۰	- مواد اولیه - اجاق گاز - ظروف و وسایل مورد نیاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار - روانی - حرکتی - حیطه	سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی		
			<p>۶-۱۰/۲- ساندویچ همبرگر را با توجه به طرز تهیه آن درست کند. (مخلوط کردن گوشت چرخ کرده با پیازنده شده، نمک و فلفل و سرخ کردن آن، قرار دادن آن داخل نان مناسب همراه با گوجه فرنگی، خیارشور و کاهو)</p>	۲	۲	۲	<p>- مواد اولیه - اجاق گاز - ظروف و وسایل مورد نیاز</p>

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش سطح جبهه روانی-حرکتی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
					نظری	عملی	
۱۱	توانایی تهیه پوره سیب- زمینی	۱-۱۱/۱-۱ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه پوره سیب‌زمینی ۲-۱۱/۱-۲ طرز تهیه پوره سیب‌زمینی	۱-۱۱/۲-۱ مواد لازم برای تهیه پوره سیب- زمینی را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲-۱۱/۲-۲ پوره سیب‌زمینی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۱/۲-۲-۱ پختن سیب‌زمینی با کمی نمک ۲-۱۱/۲-۲-۲ پوست کندن و رنده کردن سیب‌زمینی ۳-۱۱/۲-۲-۳ افزودن شیر، کره و نمک به آن ۱-۱۲/۲-۱ مواد لازم برای تهیه خاکینه را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲-۱۲/۲-۲ خاکینه را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: (هم‌زدن تخم‌مرغ با آرد ، نمک و فلفل و سرخ کردن آن) ۳-۱۲/۲-۳ مواد لازم برای تهیه املت گوجه- فرنگی را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۴-۱۲/۲-۴ املت گوجه‌فرنگی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: (خردکردن گوجه فرنگی ، حرارت دادن آن و اضافه کردن پیاز داغ، نمک و فلفل ، تخم‌مرغ و روغن به آن)	۲	۳	۴	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز
۱۲	توانایی تهیه خاکینه و املت گوجه فرنگی	۱-۱۲/۱-۱ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه خاکینه ۲-۱۲/۱-۲ طرز تهیه خاکینه ۳-۱۲/۱-۳ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه املت گوجه‌فرنگی ۴-۱۲/۱-۴ طرز تهیه املت گوجه فرنگی	۲	۲	۸	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش تئوری - عملی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز	
					نظری	عملی		
۱۳	توانایی تهیه انواع کوکو (کوکوی سیبزمینی، سبزی)	۱-۱۳/۱-۱ مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه کوکوی سیبزمینی ۲-۱۳/۱-۲ طرز تهیه کوکوی سیبزمینی ۳-۱۳/۱-۳ مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه کوکوی سبزی ۴-۱۳/۱-۴ طرز تهیه کوکوی سبزی	۱-۱۳/۲-۱ مواد لازم برای تهیه کوکوی سیبزمینی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۱۳/۲-۲ کوکوی سیبزمینی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۳/۲-۲-۱ پختن سیبزمینی ۲-۱۳/۲-۲-۲ پوست کندن و رنده کردن سیبزمینی ۳-۱۳/۲-۲-۳ افزودن تخم مرغ، نمک، فلفل و زردچوبه به آن ۴-۱۳/۲-۲-۴ سرخ کردن مایه در روغن ۵-۱۳/۲-۲-۵ تزیین کوکو با گوجه فرنگی و خیار شور ۳-۱۳/۲-۳ مواد لازم برای تهیه کوکوی سبزی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۴-۱۳/۲-۴ کوکوی سبزی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۳/۲-۴-۱ افزودن تخم مرغ، نمک، فلفل و آرد به سبزی خرد شده ۲-۱۳/۲-۴-۲ سرخ کردن مایه در روغن ۳-۱۳/۲-۴-۳ تزیین کوکو با گوجه فرنگی و خیار شور	۲	۲	۳	۱۴	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	روانی-حرکتی سطح چپه	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
					نظری	عملی	
۱۴	توانایی تهیه انواع سوپ ها (اسفناج، جو، سبزیجات)	۱-۱۴/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه سوپ اسفناج ۲-۱۴/۱- طرز تهیه سوپ اسفناج ۳-۱۴/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه سوپ جو ۴-۱۴/۱- طرز تهیه سوپ جو	۱-۱۴/۲- مواد لازم برای تهیه سوپ اسفناج را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۱۴/۲- سوپ اسفناج را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۴/۲-۲- خرد کردن و پختن اسفناج و گشنیز ۲-۱۴/۲-۲- تهیه آب مرغ و اضافه کردن آن به سبزیجات ۳-۱۴/۲-۲- اضافه کردن سیر رنده شده، نمک و فلفل به آن ۴-۱۴/۲-۲- تزئین سوپ با خامه ۳-۱۴/۲-۳- مواد لازم برای تهیه سوپ جو را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۴-۱۴/۲-۴- سوپ جو را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۴/۱-۴- پختن جو نیم کوب ۲-۱۴/۱-۴- اضافه کردن هویج و پیاز رنده شده به جو پخته شده ۳-۱۴/۱-۴- تهیه آب مرغ ۴-۱۴/۱-۴- اضافه کردن آب مرغ، نمک، کره و شیر به آن ۵-۱۴/۱-۴- تزئین سوپ با جعفری خرد شده	۲	۲	۲	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۱۴/۱-۵- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه سوپ سبزیجات</p> <p>۱۴/۱-۶- طرز تهیه سوپ سبزیجات</p>	<p>۱۴/۲-۵- مواد لازم برای تهیه سوپ سبزیجات را با توجه به نسبت های آن آماده کند .</p> <p>۱۴/۲-۶- سوپ سبزیجات را با توجه به طرز تهیه آن بپزد:</p> <p>۱۴/۲-۶-۱- تهیه آب گوشت با مرغ</p> <p>۱۴/۲-۶-۲- اضافه کردن هویج خرد شده به آن</p> <p>۱۴/۲-۶-۳- اضافه کردن نخود فرنگی، خلال پیاز و رب به مایه</p> <p>۱۴/۲-۶-۴- اضافه کردن ماکارونی ریز شکل دار همراه با نمک، فلفل و کره به سوپ</p> <p>۱۴/۲-۶-۵- تزیین سوپ با جعفری</p>	۲	۲	<p>- مواد اولیه</p> <p>- ظروف و وسایل مورد نیاز</p> <p>- اجاق گاز</p>

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۱۵	توانایی تهیه انواع آش (گوجه فرنگی، رشته)	۱-۱۵/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه آش گوجه فرنگی ۲-۱۵/۱- طرز تهیه آش گوجه فرنگی	۱-۱۵/۲- مواد لازم برای تهیه آش گوجه فرنگی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۱۵/۲- آش گوجه فرنگی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۵/۲-۱ پختن لپه به همراه پیاز داغ ۲-۱۵/۲-۲ اضافه کردن برنج به لپه ۳-۱۵/۲-۳ تهیه کوفته ریزه با استفاده از گوشت چرخ کرده، پیاز رنده شده با نمک و زردچوبه و اضافه کردن آن به آش ۴-۱۵/۲-۴ اضافه کردن سبزی معطر خرد شده به آش (تره، جعفری، گشنیز و نعناع) ۵-۱۵/۲-۵ اضافه کردن آب گوجه فرنگی ۶-۱۵/۲-۶ تزئین آش با نعناع داغ	۴	۲۰	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز	زمان آموزش		روانی - حرکتی سهج حیطه	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	دانش و معلومات مورد نیاز	عنوان توانایی ها	ردیف
	عملی	نظری					
- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز			۲ ۲	۳-۱۵/۲- مواد لازم برای تهیه آش رشته را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۴-۱۵/۲- آش رشته را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۵/۲-۴- آماده کردن حبوبات و پختن آنها همراه با پیاز داغ تفت داده شده با زردچوبه (عدس، نخود، لوبیا چیتی) ۲- ۱۵/۲-۴- حل کردن آرد در آب سرد و اضافه کردن به سبزی در حال پخت ۳- ۱۵/۲-۴- اضافه کردن حبوبات پخته شده به آش ۴- ۱۵/۲-۴- اضافه کردن کشک پس از آماده شدن آش ۵- ۱۵/۲-۴- تزئین آش با کشک، پیاز داغ، نعناع داغ و سیر داغ	۳-۱۵/۱- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه آش رشته ۴-۱۵/۱- طرز تهیه آش رشته		

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				عملی	نظری	
۱۶	توانایی تهیه آبگوشت	۱-۱۶/۱- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه آبگوشت ۲-۱۶/۱- طرز تهیه آبگوشت	۱-۱۶/۲- مواد لازم برای تهیه آبگوشت را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲-۱۶/۲- آبگوشت را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۶/۲- پختن گوشت، نخود و لوبیا سفید به همراه پیاز و ادویه ۲-۱۶/۲- افزودن لیمو عمانی و رب گوجه فرنگی ۳-۱۶/۲- افزودن سیب‌زمینی به آن ۴-۱۶/۲- جدا کردن آب از گوشت و حبوبات پخته شده ۵-۱۶/۲- کوبیدن مقداری از گوشت و حبوبات به منظور تهیه گوشت کوبیده	۴	۱۰	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۱۷	توانایی تهیه اشکنه و کله جوش	۱-۱۷/۱-۱ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه اشکنه ۲-۱۷/۱-۲ طرز تهیه اشکنه ۳-۱۷/۱-۳ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه کله جوش ۴-۱۷/۱-۴ طرز تهیه کله جوش	۱-۱۷/۲-۱ مواد لازم برای تهیه یک نوع اشکنه را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲-۱۷/۲-۲ یک نوع اشکنه را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۷/۲-۲-۱ سرخ کردن پیاز ۲-۱۷/۲-۲-۲ افزودن آرد، شنبلیله خشک، نمک، فلفل و زردچوبه به آن ۳-۱۷/۲-۲-۳ اضافه کردن آب و سیب زمینی به آن ۴-۱۷/۲-۲-۴ افزودن تخم‌مرغ زده شده به مایع در حال جوشیدن ۳-۱۷/۲-۳ مواد لازم برای تهیه کله جوش را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۴-۱۷/۲-۴ کله جوش را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۷/۲-۴-۱ مخلوط کردن گوشت چرخ کرده با پیاز، ادویه و تهیه کوفته ریزه از آن ۲-۱۷/۲-۴-۲ سرخ کردن کوفته‌ریزه‌ها و افزودن نعناع، زرد چوبه و آب به آن ۳-۱۷/۲-۴-۳ اضافه کردن پیاز داغ، کشک و گردوی خرد شده به مواد پخته شده	۴	۱۶	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

خاص افراد با نیازهای ویژه

شماره استاندارد :

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
۱۸	توانایی تهیه خوراک گوشت یا مرغ و لوبیا چیتی	۱-۱۸/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه خوراک گوشت یا مرغ ۲-۱۸/۱- طرز تهیه خوراک گوشت یا مرغ ۳-۱۸/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه خوراک لوبیا چیتی ۴-۱۸/۱- طرز تهیه خوراک لوبیا چیتی	۱-۱۸/۲- مواد لازم برای تهیه خوراک گوشت یا مرغ را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۱۸/۲- خوراک گوشت یا مرغ را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۸/۲-۱- قطعه کردن گوشت یا مرغ و پختن آن ۲-۱۸/۲-۲- آب پز کردن کلم و هویج خرد شده و نخود فرنگی ۳-۱۸/۲-۳- تهیه کردن سس با تفت دادن رب گوجه فرنگی، نمک، زردچوبه و فلفل ۴-۱۸/۲-۴- اضافه کردن سس گوجه فرنگی به سبزیجات و گوشت یا مرغ ۳-۱۸/۲- مواد لازم برای تهیه خوراک لوبیا چیتی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۴-۱۸/۲- خوراک لوبیا چیتی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۸/۲-۱- پختن لوبیا چیتی ۲-۱۸/۲-۲- اضافه کردن پیاز داغ، نمک، زرد چوبه، فلفل، رب گوجه فرنگی و سیب زمینی خرد شده به لوبیای نیم پز ۳-۱۸/۲-۳- اضافه کردن آبلیمو به خوراک آماده شده	۲	۶	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز
				۲		- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	روزانه - تکرار تعداد	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز		
					نظری	عملی			
۱۹	توانایی تهیه میرزا قاسمی، عدسی و کشک بادنجان	۱-۱۹/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه میرزا قاسمی ۲-۱۹/۱- طرز تهیه میرزا قاسمی ۳-۱۹/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه خوراک عدسی ۴-۱۹/۱- طرز تهیه خوراک عدسی	۱-۱۹/۲- مواد لازم برای تهیه میرزا قاسمی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۱۹/۲- میرزا قاسمی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۹/۲- کیابی کردن بادنجان ها ۲-۱۹/۲- جدا کردن پوست و ساطوری کردن بادنجان ها ۳-۱۹/۲- افزودن گوجه فرنگی پوست گرفته و خرد شده به بادنجان ها ۴-۱۹/۲- افزودن سیر، زردچوبه، نمک و فلفل تفت داده شده به آن ۵-۱۹/۲- افزودن تخم مرغ به مایه ۳-۱۹/۲- مواد لازم برای تهیه عدسی را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۴-۱۹/۲- عدسی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۱۹/۲- پختن عدس ۲-۱۹/۲- افزودن پیاز داغ، آرد، نمک و زرد چوبه به آن ۳-۱۹/۲- تزئین آن با کمی دارچین	۲	۲	۲	۳۴	۶	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۱۹/۱-۵-مواد لازم و نسبت های آن برای تهیه کشک بادنجان</p> <p>۱۹/۱-۶-طرز تهیه کشک بادنجان</p>	<p>۱۹/۲-۵- مواد لازم برای تهیه کشک بادنجان را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۱۹/۲-۶- کشک بادنجان را با توجه به طرز تهیه آن بپزد:</p> <p>۱۹/۲-۶-۱- سرخ کردن و پختن بادنجانها</p> <p>۱۹/۲-۶-۲- افزودن پیاز داغ، نمک و زردچوبه به آن</p> <p>۱۹/۲-۶-۳- کوبیدن بادنجانها و اضافه کردن کشک به آن</p> <p>۱۹/۲-۶-۴- تزئین آن با پیاز داغ و نعناع داغ</p>	۲	۲	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	روانی- حرکتی سطح چپه	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز	
					نظری	عملی		
۲۰	توانایی تهیه انواع پلو (برنج ساده، اسلالمبولی پلو، سبزی پلو، عدس پلو، زرشک پلو، باقالی پلو)	۱-۲۰/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت برنج ساده ۲-۲۰/۱- اصول پخت برنج به صورت کته و آبکش ۳-۲۰/۱- طرز تهیه برنج ساده به صورت کته و آبکش ۴-۲۰/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت اسلالمبولی پلو ۵-۲۰/۱- طرز تهیه اسلالمبولی پلو	۱-۲۰/۲- مواد لازم برای پخت برنج ساده را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۲-۲۰/۲- برنج ساده را به صورت کته و آبکش با توجه به اصول و طرز تهیه آن بپزد. ۳-۲۰/۲- مواد لازم برای تهیه اسلالمبولی پلو را با توجه به نسبت های آن آماده کند. ۴-۲۰/۲- اسلالمبولی پلو را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۲۰/۲-۴- آماده کردن گوشت به صورت قیمه ۲-۲۰/۲-۴- تفت دادن گوشت با پیاز، نمک و زردچوبه ۳-۲۰/۲-۴- افزودن آب به گوشت و پختن آن ۴-۲۰/۲-۴- پختن برنج با آب گوجه فرنگی، نمک و روغن ۵-۲۰/۲-۴- اضافه کردن گوشت پخته شده به برنج و دم کردن آن	۲	۲	۲	۸ ۱۱۸	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۶-۲۰/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت سبزی پلو</p> <p>۱-۲۰/۱-۷- طرز تهیه سبزی پلو</p> <p>۸-۲۰/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت عدس پلو</p> <p>۹-۲۰/۱- طرز تهیه عدس پلو</p>	<p>۵-۲۰/۲- مواد لازم برای تهیه سبزی پلو را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۶-۲۰/۲- سبزی پلو را با توجه به طرز تهیه آن بپزد:</p> <p>۲-۲۰/۲-۶- خیساندن برنج همراه با نمک</p> <p>۳-۲۰/۲-۶- خرد کردن سبزی</p> <p>۴-۲۰/۲-۶- آبکش کردن برنج و برداشتن آن در مرحله نیم پز</p> <p>۵-۲۰/۲-۶- پاشیدن سبزی لابه لای برنج و دم کردن آن</p> <p>۷-۲۰/۲- مواد لازم برای تهیه عدس پلو را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۸-۲۰/۲- عدس پلو را با توجه به طرز تهیه آن بپزد.</p> <p>۱-۲۰/۲-۸- خیساندن برنج همراه با نمک</p> <p>۲-۲۰/۲-۸- پختن عدس</p> <p>۳-۲۰/۲-۸- آبکش کردن برنج و برداشتن آن در مرحله نیم پز</p> <p>۴-۲۰/۲-۸- پاشیدن عدس لابه لای برنج و دم کردن آن</p>	۲	۲	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۲۰/۱-۱۰- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت زرشک پلو</p> <p>۲۰/۱-۱۱- طرز تهیه زرشک پلو</p>	<p>۲۰/۲-۹- مواد لازم برای تهیه زرشک پلو را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۲۰/۲-۱۰- زرشک پلو را با توجه به طرز تهیه آن بپزد:</p> <p>۲۰/۲-۱۰-۱- خیساندن برنج همراه با نمک</p> <p>۲۰/۲-۱۰-۲- آبکش کردن برنج و دم کردن آن</p> <p>۲۰/۲-۱۰-۳- تفت دادن زرشک همراه با زعفران، شکر و روغن</p> <p>۲۰/۲-۱۰-۴- تزئین برنج با زرشک آماده شده</p>	۲	۲	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش روانی - حرکتی تفصیلی	سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز	
					نظری	عملی
۲۱	توانایی تهیه انواع خورش (خورش بادنجان، خورش قیمه، خورش قورمه سبزی، خورش کرفس)	۱-۲۱/۱- مواد لازم و نسبت‌های آن برای پخت خورش بادنجان ۲-۲۱/۱- طرز تهیه خورش بادنجان	۱-۲۱/۲- مواد لازم برای پخت خورش بادنجان را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲-۲۱/۲- خورش بادنجان را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۲۱/۲-۲-۱- خرد کردن گوشت یا مرغ ۲-۲۱/۲-۲-۲- تفت دادن آن در پیاز، نمک، زردچوبه و رب گوجه فرنگی ۳-۲۱/۲-۲-۳- افزودن آب به گوشت یا مرغ و پخت آن ۴-۲۱/۲-۲-۴- سرخ کردن بادنجان‌ها ۵-۲۱/۲-۲-۵- اضافه کردن بادنجان‌ها به گوشت یا مرغ پخته شده ۶-۲۱/۲-۲-۶- افزودن غوره‌ی تفت داده شده یا آب لیمو به آن	۲	۴	۹۰ - مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۳-۲۱/۱- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت خورش قیمه</p> <p>۴-۲۱/۱- طرز تهیه خورش قیمه</p>	<p>۳-۲۱/۲- مواد لازم برای پخت خورش قیمه را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۴-۲۱/۲- خورش قیمه را با توجه به طرز تهیه آن بپزد:</p> <p>۱-۲۱/۲-۴- نکه کردن گوشت به قطعات ریز</p> <p>۲-۲۱/۲-۴- تفت دادن گوشت همراه با پیاز، لپه، نمک ، زردچوبه و رب گوجه فرنگی</p> <p>۳-۲۱/۲-۴- افزودن آب به مخلوط و پختن آن</p> <p>۴-۲۱/۲-۴- اضافه کردن لیمو عمانی و نمک به آن</p> <p>۵-۲۱/۲-۴- سرخ کردن سیب زمینی های خلال شده</p> <p>۶-۲۱/۲-۴- تزئین خورش با سیب زمینی های سرخ شده</p>	۲	۲	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۲۱/۱-۵- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت خورش قورمه سبزی</p> <p>۲۱/۱-۶- طرز تهیه خورش قورمه سبزی</p>	<p>۲۱/۲-۵- مواد لازم برای پخت خورش قورمه سبزی را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۲۱/۲-۶- خورش قورمه سبزی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد:</p> <p>۲۱/۲-۶-۱- تکه کردن گوشت به قطعات متوسط</p> <p>۲۱/۲-۶-۲- تفت دادن گوشت همراه پیاز و زردچوبه</p> <p>۲۱/۲-۶-۳- اضافه کردن آب و لوبیا قرمز به گوشت و پخت آن</p> <p>۲۱/۲-۶-۴- سرخ کردن سبزی خرد شده</p> <p>۲۱/۲-۶-۵- اضافه کردن سبزی به گوشت نیم پز</p> <p>۲۱/۲-۶-۶- افزودن لیمو عمانی، نمک و فلفل به آن</p>	۲	۲	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		<p>۲۱/۱-۷- مواد لازم و نسبت های آن برای پخت خورش کرفس</p> <p>۲۱/۱-۸- طرز تهیه خورش کرفس</p>	<p>۲۱/۲-۷- مواد لازم برای پخت خورش کرفس را با توجه به نسبت های آن آماده کند.</p> <p>۲۱/۲-۸- خورش کرفس را با توجه به طرز تهیه آن پزند:</p> <p>۲۱/۲-۸-۱- تکه کردن گوشت به قطعات متوسط</p> <p>۲۱/۲-۸-۲- تفت دادن گوشت همراه با پیاز و زردچوبه</p> <p>۲۱/۲-۸-۳- اضافه کردن آب به گوشت و پختن آن</p> <p>۲۱/۲-۸-۴- تفت دادن کرفس خرد شده، همراه با نعناع و جعفری ریز شده</p> <p>۲۱/۲-۸-۵- اضافه کردن آن به گوشت نیم پز</p> <p>۲۱/۲-۸-۶- افزودن آب لیمو یا آبغوره، نمک و فلفل</p>	۲	۲	

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	روانی- حرکتی سطح چپه	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
					نظری	عملی	
۲۲	توانایی تهیه ماکارونی و پیتزا	۱-۲۲/۱- مواد لازم و نسبت‌های آن برای پخت ماکارونی ۲-۲۲/۱-۲ طرز تهیه ماکارونی ۳-۲۲/۱-۳ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه یک‌نوع پیتزا ۴-۲۲/۱-۴ اصول تهیه پیتزا با استفاده از خمیر و سس آماده ۵-۲۲/۱-۵ میزان حرارت و مدت زمان لازم برای پخت پیتزا در فر	۱-۲۲/۲- مواد لازم برای پخت ماکارونی را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲-۲۲/۲- ماکارونی را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۲۲/۲-۱ تفت دادن گوشت چرخ کرده یا قارچ خرد شده با پیاز، رب‌گوجه فرنگی، فلفل دلمه‌ای ریز شده، نمک، زردچوبه و فلفل. ۲-۲۲/۲-۲ اضافه کردن کمی آب و پختن آن. ۳-۲۲/۲-۳ آبکش کردن ماکارونی ۴-۲۲/۲-۴ تزئین ماکارونی با مایه گوشت یا قارچ ۳-۲۲/۲- مواد لازم برای تهیه یک نوع پیتزا را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۴-۲۲/۲- دو نوع پیتزا را با استفاده از خمیر و سس آماده تهیه کند. ۱-۲۲/۱-۴ آماده کردن مواد اولیه و قرار دادن آن روی خمیر فر ۲-۲۲/۱-۴ پوشاندن مواد آماده شده با پنیر ۳-۲۲/۱-۴ قرار دادن پیتزا در فر	۲	۲	۳۰	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	روانی - حرکتی سطح چینه	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز	
					نظری	عملی		
۲۳	توانایی تهیه چند نوع غذای گوشتی (جوجه کباب، کباب تابه‌ای، ماهی در فر، ماهی سرخ شده)	۱-۲۳/۱-۱ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه جوجه کباب ۲-۲۳/۱-۲ طرز تهیه جوجه کباب ۳-۲۳/۱-۳ مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه کباب تابه‌ای ۴-۲۳/۱-۴ طرز تهیه کباب تابه‌ای	۱-۲۳/۲-۱ خرد کردن مرغ به قطعات مناسب ۲-۲۳/۲-۲ خواباندن آن در پیاز خرد شده، روغن مایع، آب‌لیمو، نمک، فلفل و زعفران ۳-۲۳/۲-۳ به سیخ کشیدن و کباب کردن آن ۳-۲۳/۲-۳ مواد لازم برای تهیه کباب تابه‌ای را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۴-۲۳/۲-۴ کباب تابه‌ای را با توجه به طرز تهیه آن بپزد: ۱-۲۳/۲-۴-۱ مخلوط کردن گوشت چرخ کرده با پیاز رنده شده، نمک، فلفل و زردچوبه ۲-۲۳/۲-۴-۲ پهن کردن آن در تابه و افزودن روغن به آن ۳-۲۳/۲-۴-۳ افزودن گوجه فرنگی حلقه شده در مرحله آخر پخت	۲	۲	۲	۴۰	<ul style="list-style-type: none"> - مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز - اجاق گاز

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
				نظری	عملی	
		۲۳/۱-۵- مواد لازم و نسبت‌های آن برای تهیه ماهی در فر ۲۳/۱-۶- طرزتهیه ماهی در فر ۲۳/۱-۷- میزان حرارت و مدت زمان لازم برای پخت ماهی در فر ۲۳/۱-۸- مواد لازم و نسبت‌های آن برای سرخ کردن ماهی ۲۳/۱-۹- اصول سرخ کردن ماهی	۲۳/۲-۵- مواد لازم برای تهیه ماهی در فر را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲۳/۲-۶- ماهی را با توجه به طرز تهیه آن در فر پیزد: ۲۳/۲-۶-۱- خواباندن ماهی در پیاز خرد شده، آبلیمو، نمک، فلفل، زعفران و روغن مایع ۲۳/۲-۶-۲- چرب کردن سینی فر و قرار دادن ماهی در آن ۲۳/۲-۷- مواد لازم برای سرخ کردن ماهی را با توجه به نسبت‌های آن آماده کند. ۲۳/۲-۸- ماهی را با رعایت اصول آن سرخ کند.	۲	۲	۲

استاندارد مهارت کمک کار آشپز

شماره استاندارد :

خاص افراد با نیازهای ویژه

ردیف	عنوان توانایی ها	دانش و معلومات مورد نیاز	عملیات کارگاهی یا آزمایشگاهی	روانی- حرکتی سخت-چیده	زمان آموزش		سخت افزار و نرم افزار مورد نیاز
					نظری	عملی	
۲۴	توانایی پذیرایی از میهمان و انجام تزئینات ساده در مراسم مختلف	۱-۲۴/۱-۱ وسایل سرو غذا را نام ببرد و کاربرد آن‌ها ۲-۲۴/۱-۲ اصول پذیرایی از میهمان در اوقات مختلف (صبحانه، ناهار، عصرانه و شام) ۳-۲۴/۱-۳ اصول میوه آرایبی ۴-۲۴/۱-۴ اصول سفره‌آرایبی و تزئینات آن (گل،شمع، رومیزی، دستمال سفره)	۱-۲۴/۲-۱ انواع وسایل سرو غذا را شناسایی کند. ۲-۲۴/۲-۲ یک میز صبحانه، ناهار، عصرانه و شام را برای ۳ نفر تزئین کند. ۳-۲۴/۲-۳ یک ظرف میوه را تزئین کند. ۴-۲۴/۲-۴ یک ظرف سبزی را تزئین کند. ۵-۲۴/۲-۵ چند نوع دستمال سفره ساده تهیه کند.	۲	۲۰	۶۵	- مواد اولیه - ظروف و وسایل مورد نیاز