



## หลักสูตรเชฟอาหารไทยมืออาชีพระยะสั้น Intensive Thai Chef Program: ITCP

- กลุ่มเป้าหมาย
- 1) ผู้สนใจทั่วไป ที่มีเวลาเรียนจำกัด
  - 2) ผู้เรียนที่เน้นการประกอบอาชีพในต่างประเทศ
  - 3) ผู้ที่กลับมาจากต่างประเทศ ต้องการมาศึกษาเพิ่มเติมด้านอาหารไทย / ค้นหาตัวเอง
  - 4) ผู้ที่ต้องการใบประกาศเพื่อนำไปเข้าสมัครการทดสอบฝีมือแรงงานแห่งชาติ หรือ  
คุณวุฒิวิชาชีพแห่งชาติ (อาหารไทย)

ระยะเวลาเรียน 92 ชั่วโมง

การเรียน เรียนทฤษฎี 24 ชั่วโมง

เรียนปฏิบัติ 68 ชั่วโมง

วันเรียน จำนวน 12 วัน

เนื้อหาการเรียน เน้นการเรียนเพื่อความเข้าใจและฝึกปฏิบัติพื้นฐานการประกอบอาหารไทย เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจในการประกอบอาหารไทยทุกประเภท การเรียนเน้นการฝึกปฏิบัติแบบเดี่ยว ผู้เรียนได้พื้นที่การประกอบอาหารเฉพาะบุคคล และสามารถศึกษารายวิชาออนไลน์ได้ตลอดเวลาแม้จบหลักสูตรไปแล้ว

จำนวนรายการอาหารที่เรียน 55 ตำรับ (เน้นรายการอาหารไทยยอดนิยมในต่างประเทศ)

- การวัดและประเมินผล
- 1) เวลาเรียนไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80 ของเวลาเรียนรวม 92 ชั่วโมง (74 ชั่วโมง)
  - 2) มีผลคะแนนภาคปฏิบัติไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80

### ตารางเรียนหลักสูตรเชฟอาหารไทยมืออาชีพระยะสั้น Intensive Thai Chef Program: ITCP

| ครั้งที่ | วันที่       | เวลา             | เนื้อหาการเรียน  | หมายเหตุ |
|----------|--------------|------------------|--|----------|
| 1        | 17 ม.ค. 2569 | 9.00 – 12.30 น.  | โภชนาการสำหรับผู้ประกอบอาหารไทย<br>- อาหารหลัก 5 หมู่ โภชนาการครบครัน และการจัดสำรับอาหารไทย   |          |
|          |              | 13.30 – 17.30 น. | กลุ่มวิชา ความรู้อาหารไทย<br>อัตลักษณ์และ ภูมิปัญญาอาหารไทย<br>- ประวัติอาหารไทย<br>- อาหารไทย 4 ภาค และอาหารวัฒนธรรม<br>- อัตลักษณ์ของอาหารไทยประเภทต่างๆ<br>- ภูมิปัญญาในอาหารไทย                          |          |
| 2        | 18 ม.ค. 2569 | 9.00 – 12.30 น.  | กลุ่มวิชา การจัดการงานครัวไทย<br>การบริหารวัตถุดิบในงานครัวไทย<br>- แหล่งวัตถุดิบที่สำคัญในประเทศไทย<br>- คุณลักษณะและการเลือกซื้อวัตถุดิบที่สำคัญในอาหารไทย<br>- การจัดเก็บวัตถุดิบในการปรุง ประกอบอาหารไทย |          |
|          |              | 13.30 – 17.30 น. | สุขาภิบาลอาหารและความปลอดภัย (อบรมผู้สัมผัสอาหาร)  |          |
| 3        | 24 ม.ค. 2569 | 08.30 – 17.30 น. | งานเตรียม พื้นฐาน หุงข้าว ข้าวต้ม น้ำต้มกระดูก<br>1) หุงข้าวสวย 2) ต้มข้าวต้ม 3) ตมน้ำต้มกระดูก 4) ข้าวต้มกุ้ง<br>5) ข้าวผัด 6) แกงจืดเต้าหู้หมูสับ  |          |

| ครั้งที่ | วันที่       | เวลา   | เนื้อหาการเรียน   | หมายเหตุ |
|----------|--------------|--|---|----------|
| 4        | 25 ม.ค. 2569 | 9.00 – 12.30 น.                                | <p>ตำรับอาหารมาตรฐาน การคำนวณต้นทุนและกำหนดราคาขาย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมาย ประโยชน์และการจัดทำตำรับอาหารมาตรฐาน</li> <li>- Standard Operation Procedure (SOP)</li> <li>- การวิเคราะห์รูปแบบ SOP</li> <li>- ต้นทุนการจัดการ ต้นทุนอาหารและปัจจัยในการกำหนดราคาขาย</li> </ul> |          |
|          |              | 13.30 – 17.30 น.                               | <p>กลุ่มวิชา การจัดการงานครัวไทย</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zero Food Waste</li> </ul>  |          |
| 5        | 31 ม.ค. 2569 | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>ซอสสำหรับยำ และยำแบบต่างๆของไทย</p> <p>7) น้ำซอสยำ 8) น้ำจิ้ม Seafood 9) น้ำซอสยำน้ำดำแดง</p> <p>10) น้ำจิ้มเต้าเจี้ยวจากน้ำยำ 11) ยำวุ้นเส้น</p> <p>12) ยำทะเล หรือลวกจิ้มปลา 13) ยำถั่วพู 14) พล่ากุ้ง</p>   |          |
| 6        | 1 ก.พ. 2569  | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>อาหารว่างและขนม</p> <p>15) เปาะเปี๊ยะทอด 16) ข้าวตังหน้าตั้ง 17) สะเต๊ะไก่</p> <p>18) ทับทิมกรอบ 19) สังขยาฟักทอง</p>  |          |
| 7        | 7 ก.พ. 2569  | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>การเตรียมกุ้งแม่น้ำ + อาหารภาคกลาง</p> <p>20) น้ำซอสมะขาม 21) ผัดไทย 23) กุ้งทอดซอสมะขาม</p> <p>24) ต้มยำกุ้ง 25) น้ำพริกแกงเขียวหวาน</p> <p>26) แกงเขียวหวานไก่ 27) น้ำพริกแกงเขียวหวานปริมาณมาก</p> <p>28) แกงเขียวหวาน+ขนมจีน ปริมาณมาก</p>   |          |
| 8        | 8 ก.พ. 2569  | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>การแล้ไก่ เพื่อการประกอบอาหาร + อาหารภาคอีสาน</p> <p>29) ซอสผัดเม็ดมะม่วง 30) ไก่ผัดเม็ดมะม่วง (อกไก่)</p> <p>31) แกงอ่อมไก่ (สะโพกติดน่อง) 32) ไก่ย่าง (น่องติดสะโพก) 33) ข้าวเหนียวหนึ่ง 34) ส้มตำไทย 35) ลาบไก่(อก) *ปีกเก็บไว้ทำไก่ทอดขนาดใหญ่*</p>  |          |
| 9        | 14 ก.พ. 2569 | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>ซอสผัด สำเร็จสำหรับอาหารจานผัด</p> <p>36) ซอสผัด 37) ผัดกะเพรา 38) ผัดผักรวมมิตร</p> <p>39) ไก่ผัดขิง 40) ผัดซีอิ้วหมู 41) คอหมูย่าง</p>   |          |
| 10       | 15 ก.พ. 2569 | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>อาหารภาคเหนือ</p> <p>42) น้ำพริกหนุ่ม 43) น้ำพริกอ่อน 44) น้ำพริกแกงฮังเล</p> <p>45) แกงฮังเล 46) น้ำพริกแกงข้าวซอย</p> <p>47) ข้าวซอย 48) น้ำพริกหมกแบบเหนือ 49) ห่อหนึ่งไก่</p>  |          |
| 11       | 21 ก.พ. 2569 | 08.30 – 17.30 น.                               | <p>การเตรียม และการแล้ปลากะพง + อาหารภาคใต้</p> <p>50) ปลากะพงทอดน้ำปลา 51) น้ำพริกแกงเหลือง</p> <p>52) แกงเหลืองปลากะพง 53) หมูฮ้อง 54) น้ำพริกแกงคั่ว</p> <p>55) แกงคั่วปูใบชะพลู 56) ไก่ทอดขนาดใหญ่ (ปีกไก่)</p>   |          |
| 12       | 22 ก.พ. 2569 | <p>9.00 – 10.00 น.</p> <p>11.00 – 17.00 น.</p> | <p><b>สอบทฤษฎี</b></p> <p><b>สอบปฏิบัติการทำอาหาร เตรียมวัตถุดิบ</b></p> <p><b>สอบปฏิบัติการทำอาหาร ประุงประกอบ</b></p> <p><b>จับฉลากตามโจทย์ที่กำหนด</b></p>   |          |