



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 คำรับ (เน้นรายการอาหารไทยยอดนิยมในต่างประเทศ)

- การวัดและประเมินผล**
- 1) เวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 ของเวลาเรียนรวม 92 ชั่วโมง (74 ชั่วโมง)
 - 2) มีผลคะแนนภาคปฏิบัติ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 80

ตารางเรียนหลักสูตรเชฟอาหารไทยมืออาชีพระยะสั้น Intensive Thai Chef Program: ITCP

ครั้งที่	วันที่	เวลา	เนื้อหาการเรียน	หมายเหตุ
1	9 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	โภชนาการสำหรับผู้ประกอบอาหารไทย - อาหารหลัก 5 หมู่ โภชนาการครบคร้ว และการจัดสำรับอาหารไทย กลุ่มวิชา ความรู้อาหารไทย อัตลักษณ์ และ ภูมิปัญญาอาหารไทย - ประวัติอาหารไทย - อาหารไทย 4 ภาค และอาหารวัฒนธรรม - อัตลักษณ์ของอาหารไทยประเภทต่างๆ - ภูมิปัญญาในอาหารไทย	
2	10 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	งานเตรียม พื้นฐาน หุงข้าว ข้าวต้ม น้ำต้มกระดูก 1) หุงข้าวสวย 2) ต้มข้าวต้ม 3) ต้มน้ำต้มกระดูก 4) ข้าวต้มกุ้ง 5) ข้าวผัด 6) แกงจืดเต้าหู้หมูสับ	
3	16 ส.ค. 2568	08.30 – 12.30 น.	คำรับอาหารมาตรฐาน การคำนวณต้นทุนและกำหนดราคาขาย - ความหมาย ประโยชน์และการจัดทำคำรับอาหารมาตรฐาน - Standard Operation Procedure (SOP) - การวิเคราะห์รูปแบบ SOP - ต้นทุนการจัดการ ต้นทุนอาหารและปัจจัยในการกำหนดราคาขาย	

ครั้งที่	วันที่	เวลา	เนื้อหาการเรียน	หมายเหตุ
		13.30 - 17.30 น.	สุขาภิบาลอาหารและความปลอดภัย (อบรมผู้สัมผัสอาหาร)	
4	17 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	ขอสำหรับยำ และยำแบบต่างๆของไทย 7) น้ำขอสยำ 8) น้ำจิ้ม Seafood 9) น้ำขอสยำน้ำคั่วแดง 10) น้ำจิ้มเต้าเจี้ยวจากน้ำยำ 11) ยำวุ้นเส้น 12) ยำทะเล หรือลวกจิ้มปลา 13) ยำถั่วพู 14) ปลาทุ้ง	
5	23 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	กลุ่มวิชา การจัดการงานครัวไทย การบริหารวัตถุดิบในงานครัวไทย - แหล่งวัตถุดิบที่สำคัญในประเทศไทย - คุณลักษณะและการเลือกซื้อวัตถุดิบที่สำคัญในอาหารไทย - การจัดเก็บวัตถุดิบในการปรุง ประกอบอาหารไทย - Zero Food Waste	
6	24 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	ขอสด สำเร็จสำหรับอาหารจานผัด 15) ขอสดผัด 16) ผัดกะเพรา + ไข่ดาว 17) ผัดผักรวมมิตร 18) ไก่ผัดขิง 19) ผัดซีอิ้วหมู 20) คอหมูย่าง	
7	30 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	การแล้ไก่ เพื่อการประกอบอาหาร + อาหารภาคอีสาน 21) ขอสดเผ็ดเม็ดมะม่วง 22) ไก่ผัดเม็ดมะม่วง (อกไก่) 23) แกงอ่อมไก่ (สะโพกติดน่อง) 24) ไก่ย่าง(น่องติดสะโพก) 25) ข้าวเหนียวหนึ่ง 26) ส้มตำไทย 27) ลาบไก่ (อก) *** ปีกเก็บไว้ทำไก่ทอดหัดใหญ่***	
8	31 ส.ค. 2568	08.30 – 17.30 น.	การเตรียม และการแล้ปลากระพง + อาหารภาคใต้ 28) ปลากระพงทอดน้ำปลา 29) น้ำพริกแกงเหลือง +แกงเหลือง 30) หมูฮ้อง 31) น้ำพริกแกงคั่ว 32) แกงคั่วปูใบชะพลู 33) ไก่ทอดหัดใหญ่ (ปีกไก่)	
9	6 ก.ย. 2568	08.30 – 17.30 น.	การเตรียมกุ้งแม่น้ำ + อาหารภาคกลาง 34) น้ำขอสมะขาม 35) ผัดไทย 36) กุ้งทอดขอสมะขาม 37) ต้มยำกุ้งน้ำใส 38) ต้มยำกุ้งน้ำข้น 39) น้ำพริกแกงเขียวหวาน 40) แกงเขียวหวาน 41) น้ำพริกแกงเขียวหวานจำนวนมาก 42)แกงเขียวหวานจำนวนมาก	
10	7 ก.ย. 2568	08.30 – 17.30 น.	อาหารภาคเหนือ 43) น้ำพริกหนุ่ม 44) น้ำพริกอ่อน 45) น้ำพริกแกงฮังเล 46) แกงฮังเล 47-48) ข้าวซอยไก่ 49) น้ำพริกแกงข้าวซอย 50) น้ำพริกหมกแบบเหนือ 51) ห่อหนึ่งไก่	
11	13 ก.ย. 2568	08.30 – 17.30 น.	อาหารว่างและขนม 52) เปาะเปี๊ยะทอด 53) ข้าวตังหน้าตั้ง 54) สะเต๊ะไก่ 55) น้ำจิ้มสะเต๊ะไก่ 56) อาจาด 57) ทับทิมกรอบ 58) สังขยาฟักทอง	
12	14 ก.ย.2568	08.00 – 09.00 น. 09.00 – 11.00 น. 12.00 – 15.00 น.	สอบทฤษฎี สอบปฏิบัติการทำอาหาร เตรียมวัตถุดิบ สอบปฏิบัติการทำอาหาร ปรุงประกอบ จับฉลากตามโจทย์ที่กำหนด	