



جمهوری اسلامی ایران

دانشگاه جامع علمی کاربردی  
کمیسیون برنامه ریزی درسی استانی  
شورای برنامه ریزی آموزشی و درسی علمی کاربردی

**مشخصات کلی، برنامه و سرفصل تک درس**

**عنوان : فست فود**

**عنوان انگلیسی : Fast Food**



گروه: (فرهنگ و هنر)

کمیسیون برنامه ریزی درسی استان تهران شرق

این برنامه در جلسه پانزدهم مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۹ کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان تهران شرق به تصویب رسید و بر اساس ابلاغیه شماره ۹۸/۱۶۱۶۱/م مورخ ۱۳۹۸/۰۵/۰۴ معاونت آموزشی دانشگاه، از تاریخ ابلاغ، برای واحدهای متقاضی، موسسات و مراکز آموزش علمی کاربردی استان که مجوز اجرای آن را دارند، قابل اجرا است.

رأی صادره جلسه پانزدهم مورخ ۱۴۰۲/۰۷/۱۹ کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان تهران شرق درخصوص برنامه و سرفصل تک‌درس فست فود صحیح است، به واحدهای متقاضی، موسسات و مراکز آموزش علمی کاربردی مجری استان ابلاغ شود.

خداداد واحدی

رئیس دانشگاه جامع علمی کاربردی استان شرق و

رئیس کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استانی

امضا و مهر



رونوشت :

- معاون محترم آموزشی دانشگاه جامع علمی کاربردی جهت استحضار
- مدیرکل محترم دفتر برنامه‌ریزی درسی دانشگاه جهت استحضار و دستور ثبت در سوابق عملکردی استان
- دبیر محترم کمیسیون برنامه‌ریزی درسی استان جهت آگاهی و اجرا

## دوره تک درس فست فود

به نام خداوند جان و خرد

### مقدمه (ضرورت و هدف)

فست فود به عنوان در دسترس‌ترین و پرفرودارترین غذاهای دنیا در حال به تسخیر درآوردن دنیای امروز ماست و با توجه به دغدغه های بشر از لحاظ کاری، زمانی و نیاز به متنوع بودن، خوراک نقش پررنگی در جهان خوراکی ها دارند. در دسترس بودن و قیمت نسبتا مناسب فست فودها باعث گرایش بیش از پیش به این نوع غذاها می باشد. مشاغل فست فودی که کاملا از رستوران ها، کبابی ها، بیرون برها و کترینگ ها متفاوت است، را می توان تنها صنفی دانست که می توان تمام اجزای آن را نه تنها سیستم سازی کرد که خود گردان باشد بلکه می توان تمام مواد مورد نیاز مصرفی این شغل را بصورت خودکفا تهیه کرد و بصورت درون سازمانی به خودکفایی رساند تا از هزینه های اضافی و سربار جلوگیری کرد. با توجه به گسترش مصرف فست فودها، و بازار کار غیر اشباع و درصد اشتغال و خود اشتغالی بالا در این صنف، لزوم آموزش علمی و عملی چنین مهارتی بیش از پیش می باشد.

### شایستگی ها و مهارت های قابل انتظار

مهارت جوینان، پس از اتمام دوره شایستگی ها و مهارت های ذیل را کسب می نمایند:

۱- مهارت تهیه و پخت فست فود های خانگی و صنعتی

۲- مهارت کنترل هزینه و طراحی منوی فست فود

### سطح آموزشی

■ تکمیلی بین سطوح تحصیلی دیپلم و کاردانی (حداقل دیپلم)

■ تکمیلی بین سطوح تحصیلی کاردانی و کارشناسی (حداقل کاردانی)

■ تکمیلی بین سطوح تحصیلی کارشناسی و کارشناسی ارشد (حداقل کارشناسی)

□ تکمیلی بین سطوح تحصیلی کارشناسی ارشد و دکتری تخصصی (حداقل کارشناسی ارشد یا دکتری حرفه ای)

### ضوابط و شرایط پذیرش

الف - (حداقل مدرک تحصیلی / رشته تحصیلی / تجربه)

■ دیپلم متوسطه (رشته های مورد نظر: همه رشته ها)

ب- گواهی های مورد نیاز (در صورت لزوم)

۱. گواهی دوره کوتاه مدت آزاد اصول تغذیه در آشپزی سالم یا درس اصول علم تغذیه

۲. گواهی دوره تک درس آشپزی مقدماتی برای متقاضیان دارای مدرک تحصیلی دیپلم

۳. یا گواهی اشتغال به تحصیل برای دانشجویان کاردانی آشپزی یا کاردانی قنادی با حداقل ۳۰ واحد گذرانده یا گواهینامه کاردانی

آشپزی یا قنادی

۴. یا گواهی اشتغال به تحصیل برای دانشجویان غیر مرتبط کارشناسی هتلداری یا آشپزی ملل با حداقل ۳۰ واحد گذرانده یا

گواهینامه کارشناسی آشپزی ملل یا آشپزی ایرانی یا هتلداری

### ج- نحوه پذیرش

آزمون تعیین سطح □، مصاحبه حضوری □، عدم نیاز به آزمون و یا مصاحبه ■

سایر روش ها با ذکر مورد



دوره تک درس فست فود

جدول و سرفصل تک درس

جدول ۱- جدول مقایسه‌ای ساعات دروس نظری و عملی

درصد استاندارد	درصد	جمع ساعات	نوع دروس
حداکثر ۳۰ درصد	۲۵	۱۵	نظری
حداقل ۷۰ درصد	۷۵	۴۶	عملی
۱۰۰	۱۰۰	۶۱	جمع

• مجموع ساعت تک درس حد اقل ۳۰ حد اکثر ۱۰۰ ساعت است.

دانشگاه جاب  
علمی-کاربردی



## دوره تک درس فست فود

نام درس: فست فود				نظری	عملی
<b>Course Title: Fast Food</b>					
ساعت					
۴۶					
۱۵					
الف: هدف درس (حداقل ۲ هدف قابل سنجش و اندازه گیری)					
طبخ و تولید انواع فست فود، طراحی منوی فست فود کنترل و برآورد هزینه					
ب: سر فصل آموزشی (رئوس مطالب و ریز محتوا)					
ردیف	مبحث کلی و رئوس مطالب	ریز محتوا	زمان آموزش (ساعت)		
۱	ایمنی و بهداشت در محیط آشپزخانه	مبحث نظری	۲	شناخت وسایل آشپزخانه و الزامات رعایت ایمنی، الزامات بهداشتی در محیط آشپزخانه و کار با وسایل آشپزی و مواد اولیه	
		شرح کار عملی	۲	گردش کار ایمن در محیط آشپزخانه	
۲	فرهنگ ایرانی	مبحث نظری	۴	الزامات فرهنگ ایرانی در آماده سازی، تهیه و سرو انواع غذاهای فوری	
۲	مزه شناسی و تهیه انواع چاشنی	مبحث نظری	۱	مزه شناسی، ذائقه شناسی، ادویه شناسی	
		شرح کار عملی	۴	آماده سازی و تهیه انواع چاشنی مورد نیاز	
۳	پیتزها	مبحث نظری	۱	انواع پیتزا، پنیر پیتزا و روش های آماده سازی مواد اولیه	
		شرح کار عملی	۴	تهیه و آماده سازی خمیر پیتزا، پخت و گارنیش انواع پیتزا (حداقل ۱۰ مورد)	
۴	ساندویچ و برگرها	مبحث نظری	۱	انواع ساندویچ و برگر و روش های تهیه و پخت	
		شرح کار عملی	۴	پخت و گارنیش انواع ساندویچ (حداقل ۸ مورد)	
۵	پاستاها	مبحث نظری	۱	انواع پاستا و روش های تهیه و پخت	
		شرح کار عملی	۴	پخت و گارنیش انواع پاستا (حداقل ۵ مورد)	
۶	سوخاری ها	مبحث نظری	۱	انواع سوخاری و روش های تهیه و پخت	
		شرح کار عملی	۴	پخت و گارنیش انواع سوخاری ها (حداقل ۸ مورد)	
۷	استیک ها	مبحث نظری	۱	انواع استیک ها و روش های تهیه و پخت	
		شرح کار عملی	۴	پخت و گارنیش انواع استیک (حداقل ۴ مورد)	
۸	سس و سالاد مخصوص فست فود	مبحث نظری	۱	انواع سس و سالاد مخصوص و روش های تهیه و آماده سازی	
		شرح کار عملی	۴	تهیه و آماده سازی انواع سس و سالاد مخصوص پیتزها، ساندویچ ها، پاستا ها، سوخاری ها، استیک ها، برگرها	
۹	خلاقیت و نوآوری	مبحث نظری	۲	خلاقیت و نوآوری در تهیه و پخت انواع فست فود	
۱۰	کنترل هزینه	شرح کار عملی	۶	مدیریت خرید، محاسبات هزینه و قیمت، نظارت بر نگهداری و انبار	
۱۱	طراحی منو	شرح کار عملی	۵	طراحی منو در فست فودها	
۱۲	ارزش غذایی	شرح کار عملی	۵	محاسبه ارزش غذایی مواد اولیه و ارزش غذایی فست فودها	



## دوره تک درس فست فود

ج: معرفی منابع درسی (حداقل ۲ منبع فارسی شامل کتاب، دستورالعمل، کاتالوگ فنی و سایر رسانه های آموزشی)					
ردیف	عنوان منبع	مؤلف/مؤلفان	مترجم/ مترجمان	ناشر	سال نشر
۱	پاستا و پیتزا دستورات خمیری به روایت ساناز سانیا	ساناز مینایی		ساناز و سانیا	۱۳۹۹
۲	انواع سس ها و چاشنی ها		ارغوان اشتری	پیک گل واژه	۱۳۹۸
۳	آموزش آشپزی: انواع ساندویچ، پیتزا و همبرگر	فخری مشهدی		سپهرین	۱۳۹۸
۴	غذاهای فوری		گیتا شیخ الاسلامی	صابرین	۱۳۹۸
۵	آشپزی هوتسا: فست فود	محمدجواد هوشیار، طاهره نصری مهری		آدا	۱۳۹۷
۶	کتاب دنیای هنر آشپزی آسان گریل و باربیکیو		اکرم ذاکری	بین المللی حافظ	۱۳۹۷
۷	The Complete Guide to Grilling Steak Cookbook: Master the Cuts, Rubs, and Grilling Techniques	Frank Campanella		Rockridge Press	۲۰۲۲



دانشگاه جامع علمی کاربردی  
 تهران - کاردستی

## دوره تک درس فست فود

د: استانداردهای آموزشی (شرایط یاددهی - یادگیری مطلوب) درس فست فود (غذاهای فوری)			
۱- ویژگی های مدرس			
معیار	عنوان رشته تحصیلی مدرس		مقطع تحصیلی مدرس
	اولویت اول	اولویت دوم	
گواهی نامه ها و مدارک (در صورت لزوم)	حداقل تجربه کاری (سال)		
دکتری			
کارشناسی ارشد	۲	صنایع غذایی	مدارک آشپزی
کارشناسی	۳	آشپزی ایرانی - آشپزی ملل	مدارک آشپزی
خبره	۵	هتلداری	مدارک خبرگی آشپزی
۲- کلاس آموزشی، تجهیزات و ملزومات مورد نیاز			
نوع فضای آموزشی	متر(متر مربع)	حداکثر ظرفیت(نفر)	ماشین آلات، تجهیزات و ملزومات مورد نیاز متناسب با سرفصل و ظرفیت(سرمایه ای - مصرفی)
کلاس	۳۵	۲۵	کلاس استاندارد آموزشی
آزمایشگاه/ کارگاه/ مزرعه/ عرصه/ محیط شبیه سازی شده	۷۵	۲۵	۱. یخچال صنعتی، ظروف آشپزی و نگهداری، چرخ گوشت، ترازوی آشپزخانه، سایر وسایل مورد نیاز آماده سازی فست فود ها ۲. غذاساز، هم زن و مخلوط کن ۳. سرخ کن، گریل، پیتزاپز، کباب پز، فر، اجاق گاز، سایر ظروف آشپزی
۳- روش تدریس و ارائه درس			
<input type="checkbox"/> کار گروهی و مشارکتی	<input type="checkbox"/> ایفای نقش	<input type="checkbox"/> مطالعه موردی	<input type="checkbox"/> بازدید و گردش علمی
<input type="checkbox"/> حل مساله و کاوشگری	<input type="checkbox"/> مباحثه‌ای	<input type="checkbox"/> تمرین و تکرار	<input type="checkbox"/> منابع دیداری و شنیداری
سایر روش ها با ذکر مورد			
۴- نحوه سنجش و ارزیابی با توجه به اهداف تعریف شده درس			
<input type="checkbox"/> آزمون کتبی	<input type="checkbox"/> آزمون عملی	<input type="checkbox"/> آزمون شفاهی	<input type="checkbox"/> ارائه پروژه
<input type="checkbox"/> ارائه نمونه کار	<input type="checkbox"/> فعالیت های مستمر	<input type="checkbox"/> مشاهده رفتار	<input type="checkbox"/> پوشه کار و ارائه گزارش
سایر روش ها با ذکر مورد			



# پیوست



دانشگاه جامع علمی - کاربردی

دوره تک درس فست فود

مشخصات تهیه کننده

الف: متقاضی / مرکز / موسسه

نام	مرکز آموزش علمی کاربردی موسسه فرهنگی هنری پیشروپژوهان (واحد ۳۳)
نشانی	تهران، میدان فردوسی، خیابان نجات الهی، بعد از تقاطع طالقانی، بن بست دوم پلاک ۶
تلفن	۰۲۱۸۴۰۴۱۰۰۰
نشانی وبسایت / پست الکترونیکی	<a href="https://Uast33.ir">https://Uast33.ir</a> info@uast33.ir

ب: اعضای گروه تدوین کننده

نام و نام خانوادگی	تجربه کاری مرتبط (سال)	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	تلفن	پست الکترونیکی
فرهود زعفری هشتجین	۳۰	خبره آشپزی	آشپزی	۰۹۱۲۱۴۹۰۱۵۴	info@uast33.ir
کتاب اله یعقوبی	۳۰	خبره آشپزی	آشپزی	۰۹۱۲۴۶۷۲۷۹۹	info@uast33.ir
آرزو انگستان	۱۰	کارشناسی	آشپزی	۰۹۱۲۴۷۰۳۵۶۸	info@uast33.ir
معصومه فرنود	۱۰	کارشناسی	آشپزی	۰۹۱۹۷۳۸۱۱۲۳	info@uast33.ir
وهاب بهرامی		کارشناسی ارشد	آمار	۰۲۱۸۴۰۴۱۰۰۰	info@uast33.ir

