

به نام خداوند هنر آفرین

خانم مهین شیشه‌بر (قطمیری) مولف کتاب شیرینی پزی علمی و هنری (فروز) از چهره‌های خوشنام، فعال و اصیل شیرازی است، عشق و علاقمندی وی نسبت به پرورش استعداد‌های نهفته در وجود بانوان و آموزش هنر ارزشمند آشپزی و شیرینی‌پزی در نخستین آموزشگاه که به همت ایشان در فارس راه‌اندازی گردید افزون بر ترویج این هنر و اشتغال به کار آنان بی‌تردید موجب تحکیم و پایداری اساس خانواده می‌گردد. سرکار خانم شیشه‌بر همچنین با بیش از ۳۰ سال تلاش مستمر فعالیت‌های جانبی و چشمگیری نیز در کنار آموزشگاه خود داشته‌اند.

بخشی از فعالیت‌های دیگر ایشان:

- ✓ همکاری با صدا و سیما، مرکز فارس در زمینه آموزش برنامه «به خانه برمی‌گردیم».
- ✓ همکاری با آموزش و پرورش در زمینه آموزش به شاخه کار دانش و فنی و حرفه‌ای.
- ✓ عضو کمیسیون آزمون المپیاد مهارت ملی مرحله کشوری.
- ✓ عضو کمیته تخصصی مدیران و مربیان آموزشگاههای آزاد جهت بررسی استانداردهای آموزشی و تهیه جزوه و کتاب در رشته‌های مربوطه.
- ✓ عضو کمیسیون آزمون تأسیس و مربیگری استان فارس.
- ✓ عضو کمیسیون هیئت داوران جشنواره الگوهای برتر.
- ✓ شرکت در نمایشگاه‌های بین‌المللی، جهاد دانشگاهی، آموزش و پرورش، صنایع دستی و الگوهای برتر و...
- ✓ سردبیری مجله شیرینی‌پزی، آشپزی و سفره آرایایی فروز.
- ✓ مؤلف کتاب آشپزی فانتزی فروز.

در پایان ناشر وظیفه خود می‌داند تا سپاسگزار اداره کل آموزش فنی حرفه‌ای فارس باشد که با رهنمودهای ارزنده و پی‌گیری‌های مستمر موجب گردیدند تا این مجموعه در اختیار علاقمندان قرار گیرد از پیشگاه حضرت احدیت برای همه خدمتگزاران این مرز و بوم تندرستی و توفیق آرزو می‌کنم.

بسم الله الرحمن الرحيم

شیشه بر، مهین

شیرینی پزی / مهین شیشه بر. -- شیراز: نوید شیراز، ۱۳۸۳
۴۰۰ ص.؛ مصور (رنگی).

ISBN : 964-358-324-4

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.

۱. شیرینی پزی. الف. عنوان.

۶۴۱/۸۵۳

ش ۹۳/ش ۹۱/ TXV

م ۸۳-۳۸۴۳۸

کتابخانه ملی ایران



شیرینی پزی علمی و هنری فروز

تألیف: مهین شیشه بر (قطمیری)

□ حروفچینی: پدیده □ گرافیک: واصف □ چاپ: ستاره □ تیراژ: ۳۰۰۰ جلد

□ چاپ اول: ۱۳۸۳ □ حق چاپ محفوظ

ناشر: انتشارات نوید شیراز

دفتر شیراز - تلفن/ نمابر ۲۲۲۶۶۶۲ - ۰۷۱۱ - ص.پ: ۷۱۲۶۵/۶۶۶

دفتر تهران - تلفن/ نمابر ۰۸۹۰۵۹۳۵ - ۲۱

پست الکترونیکی: E-Mail: navid_publication @ yahoo.com

ISBN : 964-358-324-4

شابک: ۹۶۴-۳۵۸-۳۲۴-۴

یا قائم آل محمد(ص)

مقدمه

بوستان طبخ را دامنه‌ایست بس گسترده که از مسیر آن راهی به دلها می‌توان یافت. از دیرباز و از آن هنگام که بشر زندگی شکارگری را کنار گذاشت و در جایی سکونت اختیار کرد و به جمع‌آوری غذا و تولید آن پرداخت به ناچار با گسترش روزافزون نهادهای اجتماعی، برای گذران زندگی خود روبه‌رو گردید، که این امر، با اندیشه‌وری انسان، گستره‌ای بزرگ‌تر و پیچیده‌تر به خود گرفت که با اختراعات و اکتشافات راهگشای دشواری‌های فرا راه وی شد.

با پیشرفت نهادهای اجتماعی و گونه‌گونی ابزار و امکانات و نیز فن‌آوری‌ها در زمان‌های گوناگون، بنابر ضروریات، شرایطی پیش می‌آمد که می‌بایست برای بهره‌وری بهتر از امکانات موجود، استاندارد و معیارهایی را در نظر گرفت و از آنها پیروی نمود. چه بسا رعایت برخی نکات، زندگی بخش و بایسته است در حالی که ممکن است در چند سال قبل چنین نبوده و با اختراع دستگاهی، آن چنان دگرگونی‌ای در زندگی بشر در مدتی اندک به وجود آید که رعایت نکردن برخی اصول و مقررات زندگی فردی و یا اجتماعی او را به خطر اندازد. هر چه زمان می‌گذرد، نهادها و بنیادهای اجتماعی گونه‌گون‌تر و پیچیده‌تر شده که توجه به آنها بایسته است. بنا به شرایط هر زمان، از آن هنگام که بشر آموخت که می‌تواند کاملاً در اختیار طبیعت و شرایط آن نباشد و چه بسا بر آن چیره شود، اصولی را برای برخورداری خوب از شرایط وضع کرد و امکاناتی را فراهم نمود.

با شناخت آتش و کاربرد آن از سوی انسان، یکی از بزرگ‌ترین دگرگونی‌ها در زندگی وی به وجود آمد، که خود، سرآغازی برای دیگر رویکردها بود. از آن زمان انسان آموخت که پختن مواد خوراکی، آن را خوشمزه‌تر و گواراتر می‌نماید. بنابراین، بهره‌گیری از این امر و نبوغ انسان و نیز تنوع خواهی وی، موجب تکامل هنر پخت و پز و شیرینی‌پزی گردید که با بهره‌مندی از اختراعات و اکتشافات و نیز امکانات موجود، در آسانی و بهترسازی چگونگی آن کوشیده و موفقیت را بدست آورده است.

لذا اینجانب در طول بیش از سی سال تجربه و سابقه در کار هنر شیرینی‌پزی و آشپزی، با علاقه مفراطی که به کارهای اجتماعی و خدمت به افراد هم‌نوع داشته‌ام به لطف حق این موفقیت را حاصل کرده‌ام که اولین آموزشگاه شیرینی‌پزی و آشپزی را زیر نظر اداره کل آموزش فنی و حرفه‌ای استان فارس در شیراز تأسیس نمایم.

در راستای این هدف و به منظور همکاری با آن اداره کل محترم و با توجه به استانداردهای آموزش شیرینی‌پزی لازم دیدم که از حاصل تجربیات خود هر چند ناچیز مجموعه‌ای براساس دو استاندارد آموزشی شیرینی‌پزی درجه دو از فصل ۱ لغایت فصل ۳۹ با کد بین‌المللی ۷۶/۶۵-۷۵۷ و شیرینی‌پزی درجه یک از فصل ۴۰ لغایت فصل ۴۸ با کد بین‌المللی ۷۶/۶۴-۷۵۷ بصورت علمی و هنری - برای دوره‌های تحصیلی فنی و حرفه‌ای و کار دانش و کلیه علاقمندان بخصوص خواهرانی که مایل هستند این هنر اصیل ایرانی را با روش علمی فراگیرند تدوین نموده و هدیه نمایم.

امید است که بزرگان و پیش‌کسوتان این هنر بر این حقیر خورده نگرفته و از ارشادات و راهنماییهای خود در جهت ارتقاء سطح کمی و کیفی مجموعه مرا محروم نسازند. برای همگان زندگی شیرین توأم با سلامتی آرزو کرده و در پایان از کلیه دست‌اندرکاران مجموعه چاپ بویژه آقای داریوش نویدگویی مدیریت محترم انتشارات نوید شیراز تشکر می‌نمایم.

مهرین شیشه‌بر

مدیره آموزشگاه شیرینی‌پزی و آشپزی فروز

فهرست

عنوان	صفحه	عنوان	صفحه
فصل اول		توزین مواد اولیه شیرینی	۳۸
هدف کلی	۲۱	ترازو	۳۸
اهداف رفتاری	۲۱	ظروف مدرج (درجه بندی شده)	۳۹
تشخیص عوامل مؤثر بر محیط کار	۲۲	پیمانه ها	۳۹
عوامل فیزیکی	۲۲	واحدهای اندازه گیری	۳۹
عوامل فیزیولوژیکی	۲۲	مواد اولیه مورد مصرف در شیرینی پزی	۴۱
پرسش	۲۵	چربی ها	۴۳
فصل دوم		کره و انواع آن	۴۳
هدف کلی	۲۷	مارگارین (کره گیاهی)	۴۴
اهداف رفتاری	۲۷	روغن صاف	۴۴
بررسی مدت زمان پخت شیرینی و تنظیم درجه		خامه	۴۴
حرارت اجاق گاز و فر	۲۸	میوه	۴۵
پرسش	۲۹	اسانس	۴۷
فصل سوم		مریاب	۴۷
هدف کلی	۳۱	قهوه و کاکائو	۴۸
اهداف رفتاری	۳۱	شیر و فرآورده های آن	۴۸
شستشو، سرویس و نگهداری وسایل	۳۲	روغن مایع و انواع آن	۴۹
عملیات کارگاهی	۳۳	شیره	۴۹
پرسش	۳۳	افشره (عصاره) و انواع آن	۴۹
فصل چهارم		آب میوه	۴۹
هدف کلی	۳۵	دانستی هایی درباره تخم مرغ	۵۰
اهداف رفتاری	۳۵	عملیات کارگاهی	۵۱
شستشو و تمیز کردن مواد اولیه	۳۶	پرسش	۵۱
عملیات کارگاهی	۳۶	فصل ششم	
پرسش	۳۶	هدف کلی	۴۷
فصل پنجم		اهداف رفتاری	۴۷
هدف کلی	۳۷	حجم	۴۸
اهداف رفتاری	۳۷	واحدهای اندازه گیری و تبدیل آنها	۴۸

عنوان	صفحه	عنوان	صفحه
عملیات کارگاهی	۴۸	اصول پهن کردن خمیر	۷۲
پرسش	۴۸	عملیات کارگاهی	۷۳
فصل هفتم		پرسش	۷۳
هدف کلی	۵۵	فصل دوازدهم	
اهداف رفتاری	۵۵	هدف کلی	۷۵
الک کردن	۵۶	اهداف رفتاری	۷۵
عملیات کارگاهی	۵۷	برش دادن به خمیر	۷۶
پرسش	۵۷	آشنایی با کار برش	۷۶
فصل هشتم		اصول برش خمیر فراهم شده	۷۶
هدف کلی	۵۹	عملیات کارگاهی	۷۷
اهداف رفتاری	۵۹	پرسش	۷۷
آسیاب کردن مواد	۶۰	فصل سیزدهم	
انواع آسیاب	۶۰	هدف کلی	۷۹
اصول آسیاب کردن	۶۰	اهداف رفتاری	۷۹
عملیات کارگاهی	۶۱	قالب گیری شیرینی	۸۰
پرسش	۶۱	قالب شیرینی و انواع آن	۸۰
فصل نهم		قالب پرپوش	۸۰
هدف کلی	۶۳	قالب کیک	۸۱
اهداف رفتاری	۶۳	قالب استوانه ای (سیلندری)	۸۳
مخلوط کردن مواد اولیه شیرینی	۶۴	قالب یک تکه (حلقه ای)	۸۳
اصول مخلوط کردن	۶۴	قالب لوله ای	۸۳
عملیات کارگاهی	۶۵	عملیات کارگاهی	۸۳
پرسش	۶۵	پرسش	۸۴
فصل دهم		فصل چهاردهم	
هدف کلی	۶۷	هدف کلی	۸۵
اهداف رفتاری	۶۷	اهداف رفتاری	۸۵
عمل آوردن خمیر شیرینی	۶۸	چیدن شیرینی در سینی فر	۸۶
عوامل مؤثر در خمیر کردن	۶۸	سینی فر و انواع آن	۸۶
مخمر و انواع آن	۶۸	عملیات کارگاهی	۸۶
عملیات کارگاهی	۶۹	پرسش	۸۶
پرسش	۶۹	فصل پانزدهم	
فصل یازدهم		هدف کلی	۸۷
هدف کلی	۷۱	اهداف رفتاری	۸۷
اهداف رفتاری	۷۱	مخلوط کردن زرده تخم مرغ با مواد افزودنی	۸۸
پهن کردن خمیر	۷۲	مواد افزودنی	۸۸

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۸۸	عملیات کارگاهی	۸۸	پرسش
۸۸	فصل شانزدهم	۸۹	هدف کلی
۸۹	اهداف رفتاری	۸۹	اهداف رفتاری
۹۰	اندودن سطح شیرینی	۹۰	وسایل مورد نیاز برای اندودن خمیر شیرینی
۹۰	عملیات کارگاهی	۹۰	پرسش
۹۱	فصل هفدهم	۹۳	هدف کلی
۹۳	اهداف رفتاری	۹۳	قراردادن سینی شیرینی در فر
۹۴	بیرون آوردن سینی شیرینی از فر	۹۴	عملیات کارگاهی
۹۴	پرسش	۹۵	فصل هیجدهم
۹۷	هدف کلی	۹۷	اهداف رفتاری
۹۷	خنک کردن شیرینی پخته شده	۹۸	عملیات کارگاهی
۹۹	پرسش	۹۹	فصل نوزدهم
۱۰۱	هدف کلی	۱۰۱	اهداف رفتاری
۱۰۱	چیدن شیرینی در ظرف	۱۰۲	اصول چیدن شیرینی در ظرف
۱۰۳	عملیات کارگاهی	۱۰۳	پرسش
۱۰۴	فصل بیستم	۱۰۵	هدف کلی
۱۰۵	اهداف رفتاری	۱۰۵	تهیه انواع شیرینی خشک
۱۰۶	نان شیرینی، انواع و موارد مصرف آنها	۱۰۶	مواد اولیه انواع شیرینی خشک
۱۰۶	مواد افزودنی و میزان آن	۱۰۷	دستورالعمل تهیه انواع شیرینی خشک
۱۰۷	اصول تهیه انواع شیرینی خشک	۱۰۷	عملیات کارگاهی
۱۰۸	پرسش	۱۰۸	فصل بیست و یکم
۱۰۹	هدف کلی	۱۰۹	اهداف رفتاری
۱۱۰	تهیه انواع کرم مخصوص شیرینی	۱۱۰	مواد اولیه تهیه انواع کرم و موارد مصرف آن
۱۱۰	فرمول های مربوط به انواع کرم	۱۱۰	اصول تهیه انواع کرم مخصوص شیرینی
۱۱۱	کرم زدن انواع شیرینی	۱۱۱	تهیه شیرۀ مخصوص مرطوب کردن شیرینی
۱۱۲	عملیات کارگاهی	۱۱۲	پرسش
۱۱۲	فصل بیست و دوم	۱۱۳	هدف کلی
۱۱۳	اهداف رفتاری	۱۱۴	زدن خامه برای شکل گرفتن
۱۱۴	خامه و مورد مصرف آن	۱۱۴	اصول خامه زدن برای شکل گیری
۱۱۵	عملیات کارگاهی	۱۱۵	پرسش
۱۱۵	فصل بیست و سوم	۱۱۷	هدف کلی
۱۱۷	اهداف رفتاری	۱۱۷	کمپوت
۱۱۸	مریبا	۱۱۸	مارمالاد
۱۱۹	مصرف مریبا و مارمالاد	۱۱۹	عملیات کارگاهی
۱۱۹	پرسش	۱۱۹	فصل بیست و چهارم
۱۲۱	هدف کلی		

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
	فصل سی‌ام	۱۲۱	اهداف رفتاری
۱۳۵	هدف کلی	۱۲۲	فریز کردن میوه‌ها
۱۳۵	اهداف رفتاری	۱۲۲	عملیات کارگاهی
۱۳۶	دسر ها	۱۲۲	پرسش
۱۳۶	عملیات کارگاهی		فصل بیست و پنجم
۱۳۶	پرسش	۱۲۳	هدف کلی
	فصل سی و یکم	۱۲۳	اهداف رفتاری
۱۳۷	هدف کلی	۱۲۴	تهیه شیرینی تر و تزین آن
۱۳۷	اهداف رفتاری	۱۲۴	عملیات کارگاهی
۱۳۸	شکلات‌ها	۱۲۴	پرسش
۱۳۸	مواد اولیه شکلات		فصل بیست و ششم
۱۳۸	نکات مهم در تهیه شکلات	۱۲۵	هدف کلی
۱۴۱	عملیات کارگاهی	۱۲۵	اهداف رفتاری
۱۴۱	پرسش	۱۲۶	تهیه کیک و نکات مهم آن
	فصل سی و دوم	۱۲۶	عملیات کارگاهی
۱۴۳	هدف کلی	۱۲۶	پرسش
۱۴۳	اهداف رفتاری		فصل بیست و هفتم
۱۴۴	شیرینی شطرنجی دورنگ	۱۲۷	هدف کلی
۱۴۵	نان نخودچی	۱۲۷	اهداف رفتاری
۱۴۶	نان برنجی	۱۲۸	شیرینی دانمارکی
۱۴۷	نان کششی	۱۲۸	عملیات کارگاهی
۱۴۸	نان بادامی (۱)	۱۲۸	پرسش
۱۴۹	نان بادامی (۲)		فصل بیست و هشتم
۱۵۰	نان چای	۱۲۹	هدف کلی
۱۵۱	شیرینی نارنگیلی	۱۲۹	اهداف رفتاری
۱۵۲	شیوه رنگ کردن نارنگیل	۱۳۰	شیرینی دونات پفی با مایه خمیر
۱۵۲	شیرینی میوه، مارمالاد یا مربا (۱)	۱۳۰	عملیات کارگاهی
۱۵۳	شیرینی میوه، مارمالاد یا مربا (۲)	۱۳۱	پرسش
۱۵۴	پشک مرنگ		فصل بیست و نهم
۱۵۵	بیسکویت	۱۳۳	هدف کلی
۱۵۶	گوش فیل	۱۳۳	اهداف رفتاری
۱۶۱	نان پنجره‌ای	۱۳۴	زولیا و بامیه
۱۶۲	باقلاوا	۱۳۴	عملیات کارگاهی
۱۶۳	باقلاوی گلبرگ	۱۳۴	پرسش
۱۶۴	ساق عروس		

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
	فصل سی و پنجم	۱۶۶	قطاب
۱۸۷	هدف کلی	۱۶۷	میکادو
۱۸۷	اهداف رفتاری	۱۶۸	برش‌توک نخودچی (شیر مرغ)
۱۸۸	شیرینی تر با خامه، میوه و کرم	۱۶۹	شیرینی سوئدی
۱۸۹	آراستن شیرینی تر با خامه و میوه و کرم	۱۶۹	شیرینی با خرده شکلات
۱۸۹	رولت خامه	۱۷۱	شیرینی اسکاتلندی
۱۹۱	شکل دهی خامه	۱۷۱	عملیات کارگاهی
۱۹۲	شکل دهی پودر خامه	۱۷۲	پرسش
۱۹۷	لطیفه		فصل سی و سوم
۱۹۷	نان خامه‌ای	۱۷۳	هدف کلی
۱۹۹	تارت با خامه و میوه و ژله	۱۷۳	اهداف رفتاری
۲۰۰	ژله	۱۷۴	کرم وانیلی
۲۰۱	تزئین شیرینی با ژله	۱۷۴	کرم پرتقالی
۲۰۱	عملیات کارگاهی	۱۷۵	کرم شکلاتی
۲۰۱	پرسش	۱۷۶	کرم پانی سیر
	فصل سی و شش	۱۷۷	عملیات کارگاهی
۲۰۳	هدف کلی	۱۷۷	پرسش
۲۰۳	اهداف رفتاری		فصل سی و چهارم
۲۰۴	کیک ساده و دو رنگ	۱۷۹	هدف کلی
	طرز تهیه کردن خلال پسته، بادام و گردو برای کیک	۱۷۹	اهداف رفتاری
۲۰۵	کیک	۱۸۰	کمپوت سیب
۲۰۵	کیک سیب با سس کارامل	۱۸۰	کمپوت هلو
۲۰۶	سس کارامل	۱۸۱	کمپوت زردآلو
۲۰۶	کیک پرتقالی	۱۸۱	کمپوت گیلان
۲۰۸	کیک خرما و گردو	۱۸۱	کمپوت آلو
۲۰۹	کیک شیفون پرتقال و نارگیل	۱۸۱	مربای پوست مرکبات
۲۱۰	تزئین کیک شیفون پرتقال و نارگیل	۱۸۲	شیوه گرفتن تلخی از پوست مرکبات
۲۱۰	کیک کوچک بزدی	۱۸۲	مربای آلبالو
۲۱۱	کیک گردویی	۱۸۳	مربای سیب
۲۱۲	تزئین کیک گردویی	۱۸۴	مارمالاد زردآلو
۲۱۲	مافین کشمش و گردو	۱۸۵	مارمالاد توت فرنگی
۲۱۷	تزئین مافین‌های بزرگ	۱۸۵	مارمالاد کیوی
۲۱۸	عملیات کارگاهی	۱۸۶	عملیات کارگاهی
۲۱۸	پرسش	۱۸۶	پرسش

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
۲۵۳	عملیات کارگاهی	فصل سی و هفت	
۲۵۳	پرسش	هدف کلی	۲۱۹
	فصل سی و هشت	اهداف رفتاری	۲۱۹
۲۵۵	هدف کلی	خمیر دانمارکی	۲۲۰
۲۵۵	اهداف رفتاری	مایه‌های بادامی درون خمیر دانمارکی	۲۲۱
۲۵۶	زولیا	کرم مخصوص	۲۲۱
۲۵۷	بامیه	رویه کره و دارچین	۲۲۲
۲۵۸	شریت بامیه و زولیا	رویه رقیق	۲۲۲
۲۵۸	شیر برنج	رولت	۲۲۳
۲۵۹	پودینگ برنج	پنجه‌ای	۲۲۳
۲۶۰	حلوی آرد گندم (۱)	قرقره	۲۲۳
۲۶۱	حلوی آرد گندم (۲)	سه گوش	۲۲۴
۲۶۱	حلوی آرد گندم (۳)	شیرینی دانمارکی (۱)	۲۲۴
۲۶۲	پودینگ وانیلی	شیرینی دانمارکی (۲)	۲۲۴
۲۶۳	کرم کارامل	مواد لازم برای پر کردن شیرینی	۲۲۵
۲۶۴	کرم با واریای وانیلی	شهد مخصوص دانمارکی	۲۲۶
۲۶۹	کرم وانیل	دونات پفی	۲۲۷
۲۶۹	کرم موز	شیره پرتقال	۲۲۸
۲۷۰	کرم هلو	شیرینی سروی	۲۲۸
۲۷۱	کرم پرتقال	کرم شکلاتی	۲۲۹
۲۷۲	کرم ژله ساده	آراستن شیرینی	۲۳۰
۲۷۳	کرم ژله با پوره انبه	ژله با آب میوه	۲۳۰
۲۷۴	موس شکلاتی ساده	کیک شکلاتی	۲۳۱
۲۷۵	فروماژ قهوه	شیرینی گردویی	۲۳۲
۲۷۶	ترایفل	کیک توت فرنگی	۲۳۷
۲۷۷	پارافه ناپلئون	مرنگ ساده	۲۳۸
۲۷۸	دسر ماست	شیرینی گل کوب	۲۳۸
۲۷۹	بستنی وانیلی	شیرینی به شکل میوه	۲۳۹
۲۷۹	بستنی سنتی	نقل گیلان و آلبالو	۲۴۱
۲۸۰	پلمبر	کلوچه فسایی	۲۴۲
۲۸۰	بستنی پلمبر دو رنگ	کیک موز	۲۴۳
۲۸۱	عملیات کارگاهی	شیرینی دو رنگ	۲۴۴
۲۸۱	پرسش	کیک خرما	۲۴۹
	فصل سی و نه	بستنی خرما	۲۵۰
۲۸۲	هدف کلی	کیک هویج	۲۵۰
۲۸۲	اهداف رفتاری	حلوی هویج قالبی	۲۵۱
۲۸۴	شکلات بادامی	لطفه گردویی	۲۵۲

صفحه	عنوان	صفحه	عنوان
	فصل چهل و دو	۲۸۴	شکلات نارنگیلی
۳۲۱	هدف کلی	۲۸۵	شکلات فندقی
۳۲۱	اهداف رفتاری	۲۸۶	نافی پرتقال
۳۲۲	کوکیز ساده	۲۸۷	نوتلا
۳۲۲	کوکیز شکلاتی	۲۸۸	شکلات صبحانه (نوتلا)
۳۲۳	کوکیز مربایی	۲۸۹	سوهان عسلی
۳۲۴	کوکیز بادامی	۲۹۰	لوز بادام
۳۲۴	عملیات کارگاهی	۲۹۱	راحت الحلقوم
۳۲۴	پرسش	۲۹۲	باسلوق
	فصل چهل و سه	۲۹۳	مارش ملال
۳۲۵	هدف کلی	۲۹۳	عملیات کارگاهی
۳۲۵	اهداف رفتاری	۲۹۴	پرسش
۳۲۶	رویه شکلاتی		فصل چهل
۳۲۶	رویه هفت دقیقه‌ای	۲۹۵	هدف کلی
۳۲۷	عملیات کارگاهی	۲۹۵	اهداف رفتاری
۳۲۷	پرسش	۲۹۶	آب نبات
	فصل چهل و چهارم	۲۹۶	پولکی
۳۲۹	هدف کلی	۲۹۷	عملیات کارگاهی
۳۲۹	اهداف رفتاری	۲۹۷	پرسش
۳۳۰	خمیر مخصوص تهیه گل		فصل چهل و یک
۳۳۳	خمیر مارسییان	۲۹۹	هدف کلی
۳۳۱	عملیات کارگاهی	۲۹۹	اهداف رفتاری
۳۳۱	پرسش	۳۰۰	اکلر قالبی با میوه و خامه و یا کرم
	فصل چهل و پنجم	۳۰۱	شیرینی سنت انوره
۳۳۳	هدف کلی	۳۰۲	خمیر کلمی
۳۳۳	اهداف رفتاری	۳۰۳	کرم پانی سیر (سنت انوره)
۳۳۴	پای سیب	۳۰۵	شیرینی پرتقالی فرانسوی
۳۳۵	پای شکلات	۳۰۶	کیک مرنگ شکلات
۳۳۳۶	پای پارافه	۳۰۷	کیک آفاناس برگردان
۳۳۶	پای پارافه میوه فصل	۳۰۸	کیک سیب نروژی
۳۳۷	شارلوت راس شکلات	۳۰۹	پاری پرست کوچک
۳۳۹	کرم مخصوص شارلوت	۳۱۱	خمیر میل فوی یا فویته
۳۴۰	مرنگ‌های کوچک یک نفره	۳۱۲	شیرینی سیب با خمیر میل فوی
۳۴۰	گاتو سنت اونوره	۳۱۳	تارت میوه (۱)
۳۴۲	کیک بستنی	۳۱۴	تارت میوه (۲)
۳۴۳	کیک پنیر	۳۱۵	عملیات کارگاهی
۳۴۴	سس شکلات (۱)	۳۱۵	پرسش

صفحه عنوان صفحه عنوان

۳۶۵	اهداف رفتاری	۳۴۵	سس شکلات (۲)
۳۶۶	نان شیرمال (گیسو)	۳۴۵	کیک پنیر با توت فرنگی
۳۶۷	کراسانت	۳۴۷	کیک پنیر (با بیسکویت)
۳۶۹	توک مخصوص صبحانه	۳۴۸	سوفله شکلات
۳۷۰	زبان و پاپیون	۳۴۹	ژله میوه
۳۷۱	شیرینی پنجه‌ای	۳۵۰	عملیات کارگاهی
۳۷۱	شیرینی قیفی	۳۵۰	پرسش
۳۷۱	ناپلثونی		فصل چهل و ششم
۳۷۳	شیرینی والوان	۳۵۱	هدف کلی
۳۷۳	عملیات کارگاهی	۳۵۱	اهداف رفتاری
۳۷۴	پرسش	۳۵۲	معجون
	فصل چهل و هشتم	۳۵۲	شیک توت فرنگی
۳۷۵	هدف کلی	۳۵۳	نوشیدنی با آلو سیاه (قرمز)
۳۷۵	اهداف رفتاری	۳۵۴	نوشیدنی با چغندر
۳۷۶	کیک تولد	۳۵۴	نوشیدن با زرشک
۳۷۷	کیک عروسی		نوشیدنی آب پرتقال با خامه مخصوص
۳۷۸	کیک نامزدی	۳۵۵	صبحانه
۳۷۸	کیک دو طبقه	۳۵۶	نوشیدنی گرم
۳۸۰	آراستن کیک	۳۵۶	نوشیدنی‌های آب میوه فصل
۳۸۱	هنر رنگ کاری	۳۵۶	شربت آلبالو
۳۸۲	سس شکلات برای آراستن کیک	۳۵۷	شربت به لیمو
	سس شکلات بدون تخم مرغ برای آراستن	۳۵۷	شربت توت فرنگی
۳۸۳	کیک		شیوه سفید کردن سرکه برای شربت سرکه
۳۸۳	کرم مخصوص نوشتن بر روی کیک	۳۵۸	انگبین
۳۸۴	عملیات کارگاهی	۳۵۸	شربت سرکه انگبین
۳۸۴	پرسش	۳۵۹	شربت آناناس
	ضمیمه	۳۵۹	شربت پرتقال
۳۹۳	دانستنی‌های شیرینی‌پزی	۳۶۰	پالوده انگور (فالوده)
۳۹۷	پیش‌گیری از حوادث	۳۶۰	پالوده هلو، زردآلو و شلیل (فالوده)
۳۹۸	رعایت اصول بهداشت در محیط کار و خانه	۳۶۱	پالوده مرکبات (فالوده)
۳۹۹	نکات ایمنی و حفاظتی	۳۶۲	پالوده سیب یا کیوی (فالوده)
۳۹۹	جعبه کمک‌های اولیه	۳۶۳	عملیات کارگاهی
۴۰۵	اصول بکارگیری کپسول آتش‌نشانی	۳۶۳	پرسش
			فصل چهل و هفتم
		۳۶۵	هدف کلی