aglasem.com

FOR UP CLASS 12 PREPARATION

UP Board Class 12 Syllabus 2027 Trade 2 Cookery

EXAM	YEAR	TYPE
UP Class 12	2027	Syllabus

शैक्षिक सत्र–2026–27
(2) ट्रेड–पाक शास्त्र (कुकरी)
कक्षा–12

उद्देश्य–

(1) भोजन से प्राप्त होने वाले पौष्टिक तत्वों का ज्ञान कराना।

(2) मौसम, आवश्यकता, आय व मूल्य के आधार के अनुसार पौष्टिक भोजन बनाने की विधियों से अवगत कराना।

(3) बाजार में आसानी से बिक सकने वाले व्यंजन बनाने की क्षमता उत्पन्न करना।

(4) राष्ट्र के विभिन्न भागों में खाये जाने वाले व्यंजनों की जानकारी देना।

(5) विभिन्न प्रकार के व्यंजन बनाने की विधियों के आदान–प्रदान द्वारा राष्ट्रीय एकता की भावना जागृत करना।

(6) खाद्य वस्तुओं के संदूषण होने के कारणों से अवगत कराना।

(7) समय के रचनात्मक सदुपयोग का बोध कराना।

रोजगार के अवसर–

(1) शाकाहारी भोजनालय स्थापित किया जा सकता है।

(2) मांसाहारी भोजनालय स्थापित किया जा सकता है।

(3) किसी होटल में नौकरी की जा सकती है।

(4) पाक शास्त्र के प्रशिक्षण केन्द्र स्थापित कर उनका संचालन किया जा सकता है।

(5) पाक शास्त्र से सम्बन्धित साहित्य तथा अद्यतन जानकारियां देने का सन्दर्भ केन्द्र स्थापित किया जा सकता है।

(6) पाक शास्त्र से सम्बन्धित आधुनिक उपकरणों/संयंत्रों का बिक्रय केन्द्र स्थापित किया जा सकता है।

पाठ्यक्रम–

इस ट्रेड में तीन–तीन घण्टे के पांच प्रश्न–पत्र और प्रयोगात्मक परीक्षा भी होगी। अंकों का विभाजन निम्नवत् रहेगा :

	पूर्णांक		उत्तीर्णांक	
(क) सैद्धान्तिक–				
प्रथम प्रश्न–पत्र	60		20	
द्वितीय प्रश्न–पत्र	60		20	
तृतीय प्रश्न–पत्र	60	300	20	100
चतुर्थ प्रश्न–पत्र	60		20	
पंचम प्रश्न–पत्र	60		20	
(ख) प्रयोगात्मक–				
आन्तरिक परीक्षा	200	400	200	
वाह्य परीक्षा	200			

नोट–परीक्षार्थियों को प्रत्येक लिखित प्रश्न–पत्र में न्यूनतम उत्तीर्णांक 20 तथा योग में 33 प्रतिशत अंक एवं प्रयोगात्मक परीक्षा में 50 प्रतिशत उत्तीर्णांक पाना आवश्यक है।

प्रथम प्रश्न–पत्र
(गृह विज्ञान का सामान्य ज्ञान)

1–व्यावसायिक शिक्षा की आवश्यकता एवं लाभ– 20

विकासशील भारत की आवश्यकतायें, आकांक्षायें और अपेक्षाओं के अनुरूप शिक्षा व्यवस्था में व्यावसायिक शिक्षा का स्थान।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति के अनुसार व्यावसायिक शिक्षा का महत्व, व्यावसायिक शिक्षा से छात्र, समाज एवं देश को लाभ।

समाज के गुणात्मक सुधार को सुनिश्चित करने हेतु पुरुष और स्त्री दोनों का समान भागीदारी से निर्णय लेने और स्त्रियों को शिक्षा और आर्थिक स्वतन्त्रता के अवसर।

रोजगार ढूढ़ने वाले और रोजगार के अवसरों के बीच असंतुलन उत्पन्न करती जनसंख्या वृद्धि का ज्ञान।

मानव मूल्य के साथ–साथ परिवार की खुशी और समाज कल्याण हेतु भविष्य के लिये मौलिक और भावात्मक सुरक्षा को सुदृढ़ बनाना।

2–स्वास्थ्यवर्धक भोजन की जानकारी– 20

भोजन के विभिन्न तत्व, उनकी आवश्यकता, प्राप्ति के स्रोत और कमी से होने वाले रोग।

जीवन के विभिन्न अवस्था में भोजन की आवश्यकता, प्रकार एवं मात्रा–शिशु, बालक, स्त्री, पुरुष, वृद्धावस्था, धात्री मां, रोगी, श्रमिक, किसान आदि।

3–आत्म निर्भर बनाकर व्यवसाय द्वारा किये जाने वाले स्वरोजगार या विभिन्न कार्य क्षेत्रों में संवैधानिक रोजगारों के अवसरों का ज्ञान– 20

अपने क्षेत्र में प्राप्त कच्ची वस्तुओं और उनके निर्मित पदार्थों जिसका अन्य स्थानों में अधिक मूल्य आदि का ज्ञान।

द्वितीय प्रश्न–पत्र
पाक शास्त्र(भाग–1)

(1) खाना बनाने की विधियां–उबालना, भूनना, तलना, भाप द्वारा बेकिंग, ग्रिलिंग, स्टूयूइंग, बेजिंग, पोच तथा मांस, मछली, सब्जी, अण्डे, चीज के सम्बन्ध में इनका विशेष प्रयोग (स्पेशल ऐप्लीकेशन)। 10

(2) तैयार पदार्थ की संरचना (स्ट्रक्चर आफ फूड)–फर्म व क्लोब, शीट व कम्बली, हल्का व समान स्पजो, पलेकी चिकना (स्मूथ)। 10

(3) मीनू प्लानिंग–एक दिन की, एक सप्ताह, विभिन्न अवसरों के लिये जैसे सामूहिक मीनू पैक्ड लंच, कैन्टीन आदि के लिये। 10

(4) रसोई की व्यवस्था–देशी शैली, विदेशी शैली। 10

(5) दैनिक आहार (नाश्ता, लंच, डिनर)–विभिन्न अवस्थाओं के लिये भोजन जैसे शिशु, विद्यार्थी, वयस्क, वृद्ध, गर्भावस्था, रोगी। 10

(अ) भारतीय–खोये की बर्फी, मालपुआ, चने की दाल का हलुआ, मूंग की दाल का हलुआ, गुड़ व लड्डू, आटे का लड्डू, खोये का लड्डू, गुझिया, ब्रेड रोल, सेव, सैण्डविच, रोटी, सब्जी, खीर, सलाद, रायता, चटनी, पुलाव।

(6) पाश्चात्य–क्रीम आफ कार्न सूप, टोमैटो सूप, वेक्ड, वेजीटेबुल क्रीम्ड पोटेटो, स्पिनेंच सूपले, पाई डिसेज, रशियन सलाद। 10

तृतीय प्रश्न–पत्र
पाक शास्त्र (भाग–2)

(1) ओडो या क्षुधावर्धक पदार्थ–सिंगल एवं एसीटेड सोडा, आडो डिसेज। 10

(2) ठण्डे सास–मियोनीज, हालेन्डेज तथा कम्पाउण्ड बटर्स। 10

(3) मेज की व्यवस्था तथा भोजन परोसना। 10

(4) रसोई–जगह का चयन, निर्माण (कान्सट्रक्शन), संवातन (वेन्टीलेशन), प्रकाश की व्यवस्था, पानी निकास की व्यवस्था।10

(5) खाद्य–पदार्थों का भण्डारण– 10

(अ) शुष्क भण्डारण।

(ब) कोल्ड स्टोरेज।

(स) फ्रोजेन फूड स्टोरेज (फूड कास्टिंग)।

(6) तैयार डिश का मूल्य निकालना। 10

चतुर्थ प्रश्न–पत्र
(कमोडिटीज)

(1) वसा एवं तेल–प्रकार, कार्य पौष्टिक मूल्य (फैट्स ऐण्ड आयल) प्राप्ति व दोनों में अन्तर। 16

(2) मसाले (स्पाइस) गर्म एवं ठण्डे मसाले, महत्व। 16

(3) शर्करा (सुगर)–विभिन्न अवस्थायें–चाशनी, विभिन्न तार की साफ्ट व हार्ड बाल, जैली चीनी (कैरेमल)। 08

(4) नमक–प्राप्ति, महत्व, लाभ व प्रयोग। 10

(5) गाढ़ापन देने वाले पदार्थ–प्याज, अरारोट, धनिया, नारियल, खसखस–प्रयोग व लाभ। 10

पंचम प्रश्न–पत्र
(पोषण एवं स्वास्थ्य विज्ञान)
(अ) न्यूट्रीशन

1–भोजन का पाचन और अवशोषण (Digestion and Absorbtion)। 16

2–विभिन्न बीमारियों में भोजन (डाइट)–

जैसे–हृदय सम्बन्धी रोग (हार्ट डिजीजेस), मधुमेह(डाईबिटीज), अतिसार (डायरिया),रक्त चाप (ब्लड प्रेशर) एवं पाचन सम्बन्धी अन्य विकार (स्टमक डिसआर्डर्स)। 16

(ब) हायजीन

(3) भोजन विषाक्तता (फूड प्वायजनिंग)–कारण, प्रकार, बचाव, लक्षण। 10

(4) भोजन का रख–रखाव, भण्डारण–पकाने के दौरान एवं पश्चात्। 08

(5) बर्तनों की धुलाई (डिश वाशिंग)– डिटर्जेन्ट, स्टील, शीशे, तामचीनी, लोहे, पीतल, एल्यूमिनियम, लकड़ी, मुरादाबादी इत्यादि। 10

प्रयोगात्मक पाठ्यक्रम

1–भारतीय व्यंजन–

(1) चावल बिरयानी, शाही पुलाव, बेजीटेबल पुलाव, तिरंगा पुलाव, कोकोनट यलो राइस, पी गुलाब मटर।

(2) रोटी पूड़ी, कचौड़ी, भरवा पराठे, नान मुगलई, पराठा, रोटी आदि।

(3) सब्जी बेजीटेबल कोरमा, कोफ्ते, भरवा सब्जी, खोया, पनीर, विभिन्न प्रकार की रसेदार, सूखी सब्जी, भरता।

(4) रायता बूंदी, लौकी, खीर, टमाटर, पोदीना, आलू, बथुआ, ककड़ी, केला आदि।

(5) सलाद सलाद काटना व सजाना।

(6) पेय पदार्थ चाय, कोल्ड व गर्म काफी, आम का पना, लस्सी, काकटेल।

2–पाश्चात्य व्यंजन–

(1) सूप क्रीम आम टोमैटो सूप, मिक्स्ड वेजीटेबिल सूप, पालक का सूप, दाल (लेन्टिन) सूप।

(2) पुडिंग ब्रेड बटर पुडिंग, बेक्ड कोकोनट पुडिंग, फ्रूट कस्टर्ड, फ्रूट क्रीम।

(3) नूडिल्स चाऊमीन।

3–प्रान्तीय–

(1) उत्तर भारतीय ढोकला।

(2) दक्षिण भारतीय इडली, नारियल चटनी।

प्रयोगात्मक परीक्षा की रूपरेखा

(अ)(1) परीक्षार्थियों द्वारा किये जाने वाले प्रयोग–

प्रयोग नं0 (अ) नाश्ते, लंच या डिनर के लिये 5 या 6 डिसेज का मीनू तैयार करना।

प्रयोग नं0 (ब) विशेष अवसरों का मीनू जैसे जन्म–दिन पार्टी, त्योहार, विशेष अतिथि आदि (6 आइटम)।

(2) परोसने की कला।

(3) व्यंजन की प्रस्तुति व मेज की व्यवस्था।

(4) मौखिक।

(5) प्रयोगात्मक पुस्तिका।

(ब) सतत् आन्तरिक मूल्यांकन–

(क) सत्रीय कार्य–

1–प्रोजेक्ट वर्क–रिपोर्ट और रिकार्ड्स।

2–कार्य–स्थल पर प्रशिक्षण।

छात्राओं को वर्ष के अन्त में एक विषय पर प्रोजेक्ट रिपोर्ट जमा करना है जैसे–

1–सोयाबीन से बने पदार्थ।

2–पनीर से बने पदार्थ।

3–दाल से बने पदार्थ।

4–आलू से बने पदार्थ।

5–गेहूं, चने से बने पदार्थ आदि।

निर्देश–

1–प्रयोगात्मक परीक्षा हेतु 10 घन्टे समय निर्धारित है।

2–प्रयोगात्मक परीक्षा उत्तीर्ण होने हेतु 50 प्रतिशत अंक प्राप्त करना आवश्यक है।

3–एक दिन में अधिक से अधिक 25 परीक्षार्थियों द्वारा ही परीक्षा सम्पन्न कराई जाय।

संस्तुत पुस्तकें

क्रमांक	पुस्तक का नाम	लेखक का नाम	प्रकाशक का नाम एवं पता	मूल्य रु0
1	भारतीय एवं पाश्चात्य पाक शास्त्र कला के सिद्धान्त एवं व्यंजन विधियां	सुश्री अनुपम चौहान	हिन्दी प्रचारक संस्थान चौक, वाराणसी	100.00
2	आहार एवं पोषण विज्ञान	श्रीमती ऊषा टण्डन	स्वास्तिक प्रकाशन एवं पुस्तक विक्रेता, अस्पताल मार्ग, आगरा	25.00

3	पाक शास्त्र	. .	युनिवर्सल बुक सेलर, लखनऊ	21.00
4	मार्डन कुकरी 1 एंण्ड 2	. .	,,	130.00
5	सुगम पाक विज्ञान	. .	भारत प्रकाशन मन्दिर, जामा मस्जिद, मेरठ	25.00

उपचारात्मक शिक्षण हेतु चार यूनिट टेस्ट निम्नलिखित है–

(i) प्रथम यूनिट टेस्ट (MCQ आधारित) जुलाई द्वितीय सप्ताह 20 अंक
(10 अंक ग्रीष्मावकाश गृहकार्य + 10 अंक यूनिट टेस्ट)

(ii) द्वितीय यूनिट टेस्ट (वर्णनात्मक प्रश्न आधारित) अगस्त अन्तिम सप्ताह 20 अंक

(iii) तृतीय यूनिट टेस्ट (MCQ आधारित) नवम्बर अन्तिम सप्ताह 20 अंक

(iv) चतुर्थ यूनिट टेस्ट (वर्णनात्मक प्रश्न आधारित) दिसम्बर अन्तिम सप्ताह 20 अंक

नोट– उपरोक्त यूनिट टेस्ट उपचारात्मक शिक्षण के अन्तर्गत विद्यालय स्तर पर लिये जायेंगे। इनके प्राप्तांक परीक्षफल में सम्मिलित नहीं किये जायेंगे।