Central Board of open Schooling and Examination

Academic Year 2025-26

Subject: Trade-2 Cookery

Class: 12th

A. उद्देश्य / Objectives

English:
The main aim of this course is to provide students with knowledge and practical skills in cooking and food presentation. It prepares learners for employment or self-employment in the hospitality and catering industry.

Hindi:
इस पाठ्यक्रम का मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों को पाक कला एवं भोजन प्रस्तुति से संबंधित ज्ञान और व्यावहारिक कौशल प्रदान करना है। यह उन्हें आतिथ्य और खानपान उद्योग में रोजगार या स्वरोजगार हेतु तैयार करता है।

B. Course Structure (पाठ्यक्रम संरचना)

Part	Component	Marks / अंक
1	Theory (सिद्धांत)	60
2	Practical (व्यावहारिक)	40
	Total (कुल)	**100**

C. Theory Syllabus (सिद्धांत पाठ्यक्रम)

Unit 1: Introduction to Cookery (पाक कला का परिचय)

English:

- History and evolution of cooking
- Importance of hygiene and sanitation in kitchen
- Role and duties of a cook
- Basic kitchen layout and equipment

Hindi:

- पाक कला का इतिहास एवं विकास
- रसोई में स्वच्छता और सफाई का महत्व
- रसोइए की भूमिका और कर्तव्य
- रसोई की संरचना और उपकरणों का परिचय

Unit 2: Food and Nutrition (भोजन और पोषण)

English:

- Classification of food
- Nutritional components (Carbohydrates, Proteins, Fats, Vitamins, Minerals)
- Balanced diet and menu planning
- Effects of cooking on nutrients

Hindi:

- खाद्य पदार्थों का वर्गीकरण
- पोषक तत्व (कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, वसा, विटामिन, खनिज)
- संतुलित आहार एवं मेनू योजना
- पकाने का पोषक तत्वों पर प्रभाव

Unit 3: Methods of Cooking (पकाने की विधियाँ)

English:

- Moist heat methods (Boiling, Steaming, Poaching, Braising)
- Dry heat methods (Roasting, Baking, Grilling, Frying)
- Microwave and pressure cooking
- Advantages and disadvantages of various methods

Hindi:

- गीली गर्मी से पकाने की विधियाँ (उबालना, भाप में पकाना, धीमी आँच पर पकाना)
- सूखी गर्मी से पकाने की विधियाँ (भूनना, बेक करना, ग्रिल करना, तलना)
- माइक्रोवेव एवं प्रेशर कुकर में पकाना
- विभिन्न विधियों के लाभ और हानि

Unit 4: Ingredients and Their Functions (सामग्री और उनका उपयोग)

English:

- Cereals, pulses, vegetables, fruits, spices, and herbs
- Role of ingredients in cooking
- Storage and preservation of ingredients

- Identification of adulteration in food

Hindi:

- अनाज, दालें, सब्जियाँ, फल, मसाले और जड़ी-बूटियाँ
- पकाने में सामग्री की भूमिका
- खाद्य सामग्री का भंडारण और संरक्षण
- खाद्य मिलावट की पहचान

Unit 5: Indian & International Cuisines (भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय व्यंजन)

English:

- Regional Indian cuisines (North, South, East, West)
- Popular international cuisines (Chinese, Italian, Continental)
- Preparation and serving of traditional dishes
- Table manners and presentation

Hindi:

- भारतीय क्षेत्रीय व्यंजन (उत्तर, दक्षिण, पूर्व, पश्चिम)
- प्रसिद्ध अंतर्राष्ट्रीय व्यंजन (चाइनीज़, इटालियन, कॉन्टिनेंटल)
- पारंपरिक व्यंजनों की तैयारी और प्रस्तुति
- भोजन परोसने के नियम और शिष्टाचार

Unit 6: Kitchen Management (रसोई प्रबंधन)

English:

- Kitchen organization and hierarchy
- Time and cost management in cooking
- Waste management and recycling
- Safety measures in kitchen

Hindi:

- रसोई संगठन और पदानुक्रम
- समय और लागत प्रबंधन
- अपशिष्ट प्रबंधन एवं पुनर्चक्रण
- रसोई में सुरक्षा उपाय

D. Practical Syllabus (व्यावहारिक पाठ्यक्रम)

S.No.	Practical Activity (व्यावहारिक क्रियाकलाप)	Details / विवरण
1	Personal hygiene and kitchen safety	साफ-सफाई एवं सुरक्षा अभ्यास
2	Identification of ingredients	खाद्य सामग्री की पहचान
3	Basic cooking techniques	उबालना, तलना, भूनना, बेक करना
4	Preparation of simple Indian dishes	भारतीय व्यंजन जैसे खिचड़ी, पूरी-सब्जी, उपमा
5	Preparation of international dishes	पास्ता, नूडल्स, सैंडविच आदि
6	Menu planning and presentation	संतुलित मेनू तैयार करना एवं प्रस्तुति
7	Garnishing and plating techniques	व्यंजन सजावट के तरीके
8	Kitchen cleaning and waste management	रसोई की सफाई और कचरा प्रबंधन

E. Evaluation Scheme (मूल्यांकन योजना)

Component / घटक	Marks / अंक
Internal Assessment (आंतरिक मूल्यांकन)	20
Practical Examination (व्यावहारिक परीक्षा)	20
Theory Examination (सिद्धांत परीक्षा)	60
Total / कुल	**100**

F. Suggested Reading & References (सुझावित पठन सामग्री)

1. *Basic Cookery – Theory & Practice* – S. Thangam Philip
2. *Modern Cookery for Teaching and Trade* – K. G. Basu
3. *Food Production Operations* – Parvinder S. Bali
4. *Indian Regional Cookery* – Tarla Dalal
5. CBOS Teacher's Handbook on Cookery (Central Board of Open Schooling, 2025 Edition)

Final Note

This curriculum is designed to empower learners with knowledge, skill, and ethical values — nurturing them into responsible citizens and competent professionals who contribute meaningfully to society and the nation.