

بسمه تعالی

معاونت آموزش
دفتر طرح و برنامه های درسی

استاندارد آموزش شغل

عنوان آموزش شغل

سرآشپز طلایی هتل

گروه شغلی هتلداری

کد ملی آموزش شغل

۵-۳۱/۳۸/۱/۱

تا تاریخ ۹۵/۹/۱

تاریخ تدوین استاندارد: ۹۱/۸/۱۵
مدت اعتبار استاندارد: از تاریخ ۹۱/۹/۱



نظارت بر تدوین محتوا و تصویب : دفتر طرح و برنامه های درسی

کد ملی شناسایی آموزش شغل : ۵-۳۱/۳۸/۱/۱

اعضاء کمیسیون تخصصی برنامه ریزی درسی رشته هتلداری

حوزه های حرفه ای و تخصصی همکار برای تدوین استاندارد آموزش شغل:

- دفتر طرح و برنامه های درسی

- موسسه فرهنگی هنری ساناز و سانیا

فرآیند اصلاح و بازنگری :

-

-

آدرس دفتر طرح و برنامه های درسی

تهران - خیابان آزادی ، خیابان خوش شمالی، نبش خیابان نصرت ، ساختمان شماره ۲ ، سازمان آموزش فنی و

حرفه ای کشور ، پلاک ۲۵۹

تلفن ۹ - ۶۶۵۶۹۹۰۰

دورنگار ۶۶۹۴۴۱۱۷

آدرس الکترونیکی : [Barnamehdarci @ yahoo.com](mailto:Barnamehdarci@yahoo.com)



تهیه کنندگان استاندارد آموزش شغل شایستگی

ردیف	نام و نام خانوادگی	آخرین مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	شغل و سمت	سابقه کار مرتبط	آدرس ، تلفن و ایمیل
۱	ساناز مینایی	کارشناسی	شناخت و پخت غذا (آشپزی)	مدیر عامل آموزشگاه سانازسانیا	۳۱ سال مربی و مدیرعامل موسسه فرهنگی هنری آشپزی و شیرینی پزی ساناز سانیا مولف و ناشر ۲۷ عنوان کتاب آشپزی و شیرینی پزی سانازسانیا مدیر مسئول ماهنامه آشپزی و شیرینی پزی	۰۹۱۹۰۶۷۰۸۲۸ ۸۸۹۰۰۲۸۳ بالا تر از میدان ولیعصر - جنب پمپ بنزین زرتشت - کوچه پزشک پور - پلاک ۱ - طبقه اول
۲	پریسا رستمی	لیسانس تغذیه	علوم تغذیه	کارشناس استاندارد	۱۳ سال	۰۹۱۲۳۴۹۸۶۹۷ ۶۶۵۶۹۹۰۰ میدان توحید- نصرت غربی- روبروی خوش شمالی- سازمان آموزش فنی و حرفه ای کشور
۳	ساناز شریفی	فوق لیسانس	شناخت و پخت غذا(آشپزی)و مدیریت بازرگانی	سردبیر ماهنامه آشپزی و شیرینی پزی سانازسانیا	۱۰ سال سردبیر ماهنامه آشپزی و شیرینی پزی سانازسانیا کارشناس آشپزی و شیرینی پزی	۰۹۱۹۰۶۷۰۸۲۸ ۲۲۲۱۸۷۸۹ فرمانیه - بلواز اندرزگو - وطن پور جنوبی - برج آرش واحد ۷
۴	سانیا شریفی	لیسانس	شناخت و پخت غذا(آشپزی)و مدیریت بازرگانی	مدیر اجرایی ماهنامه آشپزی و شیرینی پزی سانازسانیا	۷ سال مدیر اجرایی ماهنامه آشپزی و شیرینی پزی سانازسانیا کارشناس آشپزی و شیرینی پزی	۰۹۱۹۰۶۷۰۸۲۸ ۲۲۲۱۸۷۸۹ فرمانیه - بلواز اندرزگو - وطن پور جنوبی - برج آرش واحد ۷
۵	محمد علی حاتمیان	فوق لیسانس	تاریخ	مسئول گروه برنامه ریزی درسی هتلداری	۱۲ سال	۶۶۵۶۹۹۰۰ میدان توحید- نصرت غربی- روبروی خوش شمالی- پلاک ۹۷



تعاریف:

استاندارد شغل:

مشخصات شایستگی ها و توانمندی های مورد نیاز برای عملکرد موثر در محیط کار را گویند در بعضی از موارد استاندارد حرفه ای نیز گفته می شود.

استاندارد آموزش:

نقشه ی یادگیری برای رسیدن به شایستگی های موجود در استاندارد شغل .

نام یک شغل:

به مجموعه ای از وظایف و توانمندی های خاص که از یک شخص در سطح مورد نظر انتظار می رود اطلاق می شود .

شرح شغل:

بیانیه ای شامل مهم ترین عناصر یک شغل از قبیل جایگاه یا عنوان شغل ، کارها ارتباط شغل با مشاغل دیگر در یک حوزه شغلی ، مسئولیت ها ، شرایط کاری و استاندارد عملکرد مورد نیاز شغل .

طول دوره آموزش:

حداقل زمان و جلسات مورد نیاز برای رسیدن به یک استاندارد آموزشی .

ویژگی کارآموز ورودی:

حداقل شایستگی ها و توانایی هایی که از یک کارآموز در هنگام ورود به دوره آموزش انتظار می رود .

کارورزی:

کارورزی صرفاً در مشاغلی است که بعد از آموزش نظری یا همگام با آن آموزش عملی به صورت محدود یا با ماکت صورت می گیرد و ضرورت دارد که در آن مشاغل خاص محیط واقعی برای مدتی تعریف شده تجربه شود. (مانند آموزش یک شایستگی که فرد در محل آموزش به صورت تئوریک با استفاده از عکس می آموزد و ضرورت دارد مدتی در یک مکان واقعی آموزش عملی ببیند و شامل بسیاری از مشاغل نمی گردد).

ارزشیابی:

فرآیند جمع آوری شواهد و قضاوت در مورد آنکه یک شایستگی بدست آمده است یا خیر ، که شامل سه بخش عملی ، کتبی عملی و اخلاق حرفه ای خواهد بود .

صلاحیت حرفه ای مربیان:

حداقل توانمندی های آموزشی و حرفه ای که از مربیان دوره آموزش استاندارد انتظار می رود .

شایستگی:

توانایی انجام کار در محیط ها و شرایط گوناگون به طور موثر و کارا برابر استاندارد .

دانش:

حداقل مجموعه ای از معلومات نظری و توانمندی های ذهنی لازم برای رسیدن به یک شایستگی یا توانایی . که می تواند شامل علوم پایه (ریاضی ، فیزیک ، شیمی ، زیست شناسی) ، تکنولوژی و زبان فنی باشد .

مهارت:

حداقل هماهنگی بین ذهن و جسم برای رسیدن به یک توانمندی یا شایستگی . معمولاً به مهارت های عملی ارجاع می شود .

نگرش:

مجموعه ای از رفتارهای عاطفی که برای شایستگی در یک کار مورد نیاز است و شامل مهارت های غیر فنی و اخلاق حرفه ای می باشد .

ایمنی:

مواردی است که عدم یا انجام ندادن صحیح آن موجب بروز حوادث و خطرات در محیط کار می شود .

توجهات زیست محیطی:

ملاحظات است که در هر شغل باید رعایت و عمل شود که کمترین آسیب به محیط زیست وارد گردد.



نام استاندارد آموزش شغل :
سرآشپز طلایی هتل
شرح استاندارد آموزش شغل:
سرآشپز طلایی هتل شغلی از مشاغل هتلداری است که دارای شایستگی هایی از جمله: بکارگیری زبان انگلیسی و تخصصی در آشپزی هتل - کنترل و نظارت بر خر بچ و انبارداری آشپزخانه هتل - بررسی و کنترل مسائل مالی در صنعت مهمانداری - تهیه منو برای مراسم مهمانداری و ضیافت ها - بررسی سیستم مهمانداری در هتل و مدیریت غذای سالم و ارزشمند می باشد. و با مشاغل هم چون آشپز هتل؛ انباردار هتل؛ قصاب و قناد هتل در ارتباط است.
ویژگی های کارآموز ورودی:
حداقل میزان تحصیلات : دیپلم حداقل توانایی جسمی و ذهنی : سلامت کامل مهارت های پیش نیاز : سر آشپز طلایی با کده/۱۲/۵۱۲۰ از گروه برنامه ریزی درسی صنایع غذایی
طول دوره آموزش :
طول دوره آموزش : ۱۸۸ ساعت - زمان آموزش نظری : ۸۱ ساعت - زمان آموزش عملی : ۱۰۷ ساعت - زمان کارورزی : ۰ ساعت - زمان پروژه : ۰ ساعت
بودجه بندی ارزشیابی (به درصد)
- کتبی : ۲۵٪ - عملی : ۶۵٪ - اخلاق حرفه ای : ۱۰٪
صلاحیت های حرفه ای مربیان :
لیسانس علوم تغذیه؛ صنایع غذایی؛ هتلداری با شایستگی سرآشپز طلایی و ۴ سال سابقه کار مرتبط فوق لیسانس علوم تغذیه؛ صنایع غذایی؛ هتلداری با شایستگی سرآشپز طلایی ۲ سال سابقه کار مرتبط



* تعریف دقیق استاندارد (اصطلاحی) :

* اصطلاح انگلیسی استاندارد (و اصطلاحات مشابه جهانی) :

Goldencheff Hotel

* مهم ترین استانداردها و رشته های مرتبط با این استاندارد :

پذیرایی کننده، ایمری و بهداشت در آشپزخانه، آشپزی پایع، فناد پایع، آشپز ایاری، آشپز ملل، شری یری بز شری یری های سنخی، شری یری مدرن، متصدی کافی شاپ، نانوی نان خانگی، دسر ساز یهن الممل، کیک سازی و تزئین آن، سبزی آرا مههه آرا

* جایگاه استاندارد شغلی از جهت آسیب شناسی و سطح سختی کار :

- الف : جزو مشاغل عادی و کم آسیب طبق سند و مرجع
- ب : جزو مشاغل نسبتاً سخت طبق سند و مرجع
- ج : جزو مشاغل سخت و زیان آور طبق سند و مرجع
- د : نیاز به استعلام از وزارت کار



استاندارد آموزش شغل:

- شایستگی ها :

ردیف	عناوین
۱	بکارگیریزبان انگلیسی تخصصی برای آشپزخانه هتل
۲	کنترل و نظارت بر خرید و انبارداری آشپزخانه هتل
۳	تهیه منو برای مراسم مهمانداری و ضیافت ها
۴	بررسی سیستم مهمانداری در هتل
۵	مدیریت غذای سالم و ارزشمند



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان: بکارگیر زبان انگلیسی تخصصی برای آشپزخانه هتل
	جمع	عملی	نظری	
	۹۸	۷۰	۲۸	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
ویدئو پروژکتور اسلاید آموزشی میز صندلی تخته ماژیک				دانش: تعاریف و مفاهیم رایج در آشپزخانه هتل کلمات و مفاهیم انگلیسی در آشپزخانه هتل اصطلاحات انگلیسی در آشپزخانه هتل
			۶	
			۶	
			۱۶	
				مهارت: بکارگیری اصطلاحات متفاوت آشپزخانه هتل گفتمان و مکالمه با مخاطبان در حرفه آشپزخانه هتل اصطلاحات آشپزی هتل و نام ابزار و تجهیزات و ظروف هتل
		۲۰		
		۳۰		
		۲۰		
				نگرش: کاربرد درست اصطلاحات و عبارات انگلیسی حفظ فرهنگ و آداب ایرانیان احترام به آداب و فرهنگ ملل مختلف
				ایمنی و بهداشت: کپسول آتش نشانی جعبه کمک های اولیه استفاده از لباس کار؛ کلاه؛ دستکش بهداشتی توجهات زیست محیطی: -



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : کنترل و نظارت بر خرید و انبارداری هتل
	جمع	عملی	نظری	
	۱۵	۱۰	۵	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
ویدئو پروژکتور اسلاید آموزشی میز صندلی فرم های مربوط به انبار دامسنج رطوبت سنج				دانش :
			۱	نظارت بر میزان کالای خریداری شده
			۱	انواع موجودی در انبار
			۱	نحوه نظارت بر کمیت و کیفیت موجودی انبار
			۲	فرم های مربوط به خرید و انبارداری
				مهارت :
		۵		نظارت بر موجودی انبار - تاریخ مصرف کالا - آثار فاسدشدگی ناشی از حمل و نقل، بسته بندی و آفات - کنترل دمای کالاهای فاسد شدنی - ورود و خروج کالا
		۲		تکمیل فرم های مبوب به خرید و انبارداری
		۲		تعیین نقطه سفارش انبار
		۱		نظارت بر ذخیره سازی مناسب هریک از کالاها
			نگرش: در نظر گرفتن بهره وری اقتصادی	
			ایمنی و بهداشت : کپسول آتش نشانی جعبه کمک های اولیه استفاده از لباس کار؛ کلاه؛ دستکش بهداشتی	
			توجهات زیست محیطی: -	



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : تهیه منو برای مراسم مهمانداری و ضیافت ها
	جمع	عملی	نظری	
	۱۲	۸	۴	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
ویدئو پروژکتور اسلاید آموزشی میز صندلی کاغذ خودکار کامپیوتر				دانش :
			۱	معیارهای مورد اهمیت در طراحی ساختار منو در رستوران هتل
			۱	انواع منوی هتل
			۲	نکات مورد اهمیت در هماهنگی غذا و نوشیدنی در پذیرایی و مهمانداری
				مهارت :
		۴		بررسی فاکتورهای مهندسی منو - تقاضای مشتری - محبوبیت منو - سود اقتصادی حاصل از هر آیتم منو
		۲		کنترل هماهنگی غذا و نوشیدنی برای پذیرایی و مهمانداری تدوین ساختار منو - صبحانه - ناهار - شام
	۲		کنترل ^۳ انتخاب و تناسب صحیح دستورهای غذایی برای منوها	
	نگرش:			
	دقت در تدوین انواع منو			
	ایمنی و بهداشت :			
	کپسول آتش نشانی جعبه کمک های اولیه استفاده از لباس کار؛ کلاه؛ دستکش بهداشتی			
	توجهات زیست محیطی: -			



استاندارد آموزش
- برگه‌ی تحلیل آموزش

	زمان آموزش			عنوان : بررسی سیستم مهمانداری در هتل
	نظری	عملی	جمع	
	۵	۱۳	۱۸	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
ویدئو پروژکتور				دانش : محصولات خوراکی و نوشیدنی مختلف چگونگی و سیستم سرویس انواع فضاهای مورد استفاده در هتل برای برگزاری مراسم ها سیستم های تولید مواد غذایی و خدمات برای کنفرانس یا ضیافت خارج از مجموعه ماهیت ضیافت و عوامل موثر بر آن مسائل استراتژیک و عملیاتی در مدیریت کنفرانس و ضیافت
اسلاید آموزشی			۱	
میز			۱	
صندلی			۱	
کاغذ			۱	
خودکار			۱	
کامپیوتر			۱	
				مهارت : برنامه ریزی برای سرویس غذا و نوشیدنی در مهمانی با توجه به بودجه تعیین شده بررسی ملاحظات ارگونومیک برای یک کنفرانس یا مهمانی اجرای خدمات برنامه ریزی با توجه به استانداردهای کیفیت سلامتی ایمنی و حفاظت سازماندهی کنفرانس یا ضیافت در خارج از مجموعه
		۳		
		۲		
		۵		
		۳		
	نگرش: دقت در انتخاب انواع قرارداد دقت در مراحل انجام کار			
	ایمنی و بهداشت : کپسول آتش نشانی جعبه کمک های اولیه استفاده از لباس کار؛ کلاه؛ دستکش بهداشتی			
	توجهات زیست محیطی: -			



عنوان :	زمان آموزش		
	نظری	عملی	جمع
	۳۹	۶	۴۵
مدیریت غذای سالم و ارزشمند	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط		
دانش :			
انواع آلودگی های مواد غذایی		۲	
عوامل مسموم کننده غذا		۲	
ویژگی غذای سمی و آلوده		۳	
انواع روشهای نگهداری مواد غذایی		۱	
اهمیت کنترل آلودگی های بیماری زا در مواد غذایی		۲	
مراحل کلیدی در سیستم های کنترل دما		۱	
اهمیت بهداشت فردی در کنترل آلودگی غذا		۱	
اهمیت آموزش بعنوان یک مکانیسم مطمئن برای تولید غذای سالم		۸	
ارتباط بین رژیم غذایی و سلامتی		۲	
عوامل تاثیرگذار بر انتخاب غذا		۲	
توانایی طبقه بندی غذاها براساس ارزش غذایی آن ها		۴	
مواد غذایی مورد نیاز گروه های مختلف سنی		۴	
روش های استفاده برای اندازه گیری ارزش غذایی و میزان جذب آن ها		۱	
ارزیابی اثرات الکل روی سلامتی بدن و زیبایی		۲	
کاربرد رژیم غذایی برای درمان در شرایط پزشکی خاص		۲	
تنظیم دستورات غذایی، وعده های غذایی و منو ها برای پیاده سازی		۲	
قواعد غذاخوردن به جهت سلامت فردی		۲	
ارزیابی اثرات روشهای مختلف تولید غذا و اثر آن روی ارزش تغذیه ای غذا			
مهارت :			
ارزیابی اثرات روش های نگهداری غذا		۱	
ارزیابی نظافت و ضدعفونی فردی و محیط با هدف حفظ سلامتی غذای تولید شده		۱	
ارزیابی مشکلات مربوط به اثر کنترل آفات در ماهیت غذا		۱	
ارزیابی احتمالی خطر برای غذا		۱	
آنالیز سلامتی وعده های غذایی برای شرایط و مشتریان متفاوت			
• طراحی و آنالیز رژیم غذایی متناسب با منوهای تدوین شده		۲	
• ارزیابی اثرات روشهای مختلف تولید غذا و اثر آن روی ارزش تغذیه ای غذا			
نگرش :			



	زمان آموزش			عنوان: مدیریت غذای سالم و ارزشمند
	جمع	عملی	نظری	
	۴۵	۶	۳۹	
تجهیزات ، ابزار ، مواد مصرفی و منابع آموزشی	دانش ، مهارت ، نگرش ، ایمنی توجهات زیست محیطی مرتبط			
ایمنی و بهداشت:				
توجهات زیست محیطی:				



- برگه استاندارد تجهیزات

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	ویدئو پروژکتور	استاندارد	۲ عدد	
۲	میز کار آموز و مربی	استاندارد	به تعداد لازم	
۳	صندلی کار آموز و مربی	استاندارد	استاندارد	
۴	کپسول آتش نشانی	استاندارد	استاندارد	
۵	جعبه کمک های اولیه	استاندارد	۱ عدد	

توجه:

- تجهیزات برای یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر در نظر گرفته شود.



- برگه استاندارد ابزار

ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	اسلاید آموزشی	استاندارد	به تعداد لازم	
۲	کاسه	استیل	یک سری	
۳	قاشق	استیل	یک سری	
۴	پیمانه	استاندارد	یک سری	
۵	ترازو	با دقت گرم	یک عدد	
۶	همزن	دستی و برقی	هر کدام یک عدد	
۷	ماشین حساب	معمولی	یک عدد	

توجه:

- ابزار به ازاء هر سه نفر محاسبه شود.



ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۱	کاغذ	استاندارد	به تعداد لازم	
۲	خودکار	استاندارد	به تعداد لازم	
۳	آرد	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴	کره	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۵	استاک قهوه ای	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۶	استاک مرغ	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۷	استاک ماهی	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۸	فلفل سیاه	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۹	فلفل قرمز	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۰	فلفل سفید	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۱	فلفل دلمه ای سرکه	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۲	پیاز	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۳	قارچ	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۴	رب گوجه فرنگی	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۵	جعفری	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۶	رنگی	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۷	سس گوجه	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۸	ترخان	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۱۹	ریحان	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۰	جعفری	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۱	ژامبون	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۲	آویشن	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۳	پودر خردل	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۴	سس خردل	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	



ردیف	نام	مشخصات فنی و دقیق	تعداد	توضیحات
۲۵	شیر	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۶	پنیر	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۷	تخم مرغ	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۸	لاستر	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۲۹	پوره گوجه فرنگی	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۰	کاپریس	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۱	خامه	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۲	خیارشور	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۳	آنچوی	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۴	سیر	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۵	کچاپ	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۶	روغن زیتون	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۷	ریحان خشک	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۸	استاک سفید	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۳۹	روغن مایع	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴۰	گوشت بیات	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴۱	پوست پرتقال	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴۲	آب پرتقال	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴۳	سیب	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴۴	شکر	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	
۴۵	دارچین	سالم و بهداشتی	به تعداد لازم	

توجه :

- مواد به ازاء یک نفر و یک کارگاه به ظرفیت ۱۵ نفر محاسبه شود .



- سایر منابع و محتوای آموزشی (پیشنهادی گروه تدوین استاندارد) علاوه بر منابع اصلی

ردیف	نام کتاب یا جزوه	سال نشر	مؤلف / مؤلفین	مترجم / مترجمین	محل نشر	ناشر	توضیحات
۱	دایره المعارف آشپزی و شیرینی پزی ساناز سانیا	۱۳۹۱	ساناز مینایی ساناز شریفی سانیا شریفی		تهران	انتشارات ساناز سانیا	