

**ဇယား**

- နိဒါန်းစကား ၁၁
- ဦးလှမြင့် (မားကက်တင်း)၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း ၁၄
- ဖြိုးသူမြင့် (Sunway Hotel)၏ ကိုယ်ရေးအကျဉ်း ၁၅
- ဦးလှမြင့် (မားကက်တင်း)၏ ထုတ်ဝေပြီးစာအုပ်များ ၁၆

- အစားအစာနှင့် အဖျော်ယမကာ ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း  
*The food and beverage service industry* ၂၁
- နိဒါန်း  
*F & B လုပ်ငန်းအမျိုးအစားများ (Types of F & B operations)* ၂၃
- အစားအစာနှင့်အဖျော်ယမကာဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း၏ ကဏ္ဍများ  
*(Sectors of the food and beverage industry)* ၂၉
- အစားအစာနှင့် အဖျော်ယမကာလုပ်ငန်းများတွင် ပြောင်းလဲနိုင်သည့် အရာများ  
*(Variables in food and beverage operations)* ၃၈

- အစားအစာနှင့် အဖျော်ယမကာဝန်ဆောင်မှုနေရာများနှင့် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ  
*(Food and beverage service areas and equipment)* ၈၉
- ၁။ - နိဒါန်း (Introduction) ၉၁
- လက်ဖက်ရည်၊ ကော်ဖီ၊ အအေးဖျော်ရာ အဖျော်ခန်း (Stillroom) ၉၆
- ပန်းကန်ပြားထားသိုခန်း (Silver or plate room) ၁၀၂
- စားပွဲသုံးငွေထည်ပစ္စည်းများကို ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း နည်းများ (Silver cleaning method) ၁၀၅
- ပန်းကန်ခွက်ယောက်ဆေးနည်းများ (Dishwashing methods) ၁၁၀
- လျှပ်စစ်မီးဖို (Hotplate) ၁၁၂

- ၂။ - အဖျော်ယမကာထုတ်ပေးသည့် ကောင်တာ/ဘား (Dispense bar) ၁၁၅
- နိဒါန်း (Introduction) ၁၁၅
- အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ (equipment) ၁၁၆
- ဘားဆိုင်စီစဉ်ခြင်း (planning of the bar) ၁၂၆
- သန့်ရှင်းမှု (Hygiene) ၁၂၉
- ၃။ စက်ဖြင့် အလိုအလျောက်ရောင်းချခြင်း (Automatic vending) ၁၃၁
- နိဒါန်း (Introduction) ၁၃၁
- အကျိုးကျေးဇူးများ (Advantages) ၁၃၃
- အားနည်းချက်များ (Disadvantages) ၁၃၅
- စက်အမျိုးအစားများ (Types of machines) ၁၃၆
- ဧည့်ခံကျွေးမွေးခြင်း ဝန်ဆောင်မှုများ (Catering services) ၁၃၇
- အလိုအလျောက်ရောင်းစက်များကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း (Cleaning of vending machines) ၁၃၈
- အလင်းရောင်ပေးခြင်းနှင့် အရောင် (Lighting and colour) ၁၄၀
- ၄။ ပရိဘောဂ (Furniture) ၁၄၅
- နိဒါန်း (Introduction) ၁၄၅
- ကုလားထိုင်များ (Chairs) ၁၅၀
- စားပွဲများ (Tables) ၁၅၂
- စားပွဲဝိုင်းဘေးစားပွဲငယ်များ (Sideboards) ၁၅၄
- ဟိုတယ်သုံး အဝတ်အထည်များ (Linen) ၁၅၆

- ၅။ ကြွေထည် (china) ၁၆၀
- နိဒါန်း (Introduction) ၁၆၀
- ကျွေးမွေးရာမှာ အသုံးပြုတဲ့ ကြွေထည်များ (Catering China) ၁၆၃
- အရွယ်အစားများ (Sizes) ၁၆၄
- စားပွဲအသုံးအဆောင်များ (Tableware) ၁၆၇
- အမျိုးအစားများ (Types of tableware) ၁၆၇
- သိုလှောင်ခြင်း (Storage) ၁၇၀
- ၆။ ဖန်ထည်ပစ္စည်းများ (Glassware) ၁၇၃
- ဖန်ထည်ပစ္စည်းအမျိုးအစားများနှင့် အရွယ်အစားများ (Types & size of glassware) ၁၇၃
- သိုလှောင်ခြင်း (Storage) ၁၇၅
- ၇။ တစ်ခါသုံးများ (Disposables) ၁၇၆
- နိဒါန်း (Introduction) ၁၇၆
- တစ်ခါသုံးပစ္စည်းအမျိုးအစားများ (Types of disposables) ၁၇၇
- တစ်ခါသုံး ပစ္စည်းရဲ့ အားသာချက်များ (Advantages of disposables) ၁၇၉
- တစ်ခါသုံးပစ္စည်းရဲ့ အားနည်းချက်များ (Disadvantages of disposables) ၁၇၉

- အစားအသောက်စာရင်း (မီနူး)၊ မီနူးဖလှယ်ရာနှင့် တွဲဖက်စားဖွယ်ရာများ  
*The menu, menu knowledge and accompaniments* ၁၈၁
- ၁။ အစားအသောက်စာရင်း/ မီနူး (The Menu) ၁၈၃
- နိဒါန်း (Introduction) ၁၈၃
- အစားအသောက်စာရင်းများ ပြုစုရေးသားခြင်း (Compiling of menus) ၁၈၄
- ရှေးမှုမပျက် မီနူးအစီအစဉ် (Classic menu sequence) ၁၈၆
- ၂။ မီနူးအမျိုးအစားများ (Classes of menu) ၂၀၈
- ၃။ ယေဘုယျတွဲဖက်စားဖွယ်ရာများနှင့် စားသောက်ရန် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ခင်းထားပုံ (General accompaniments and covers) ၂၂၀
- နိဒါန်း (Introduction) ၂၂၀
- စားမြိန်စာ (Hors-D'oeuvre) ၂၂၂
- ဟင်းချိုများ (Soups)၊ ဥများ (Eggs)၊ ငါးဟင်းလျာများ (Fish dishes)၊ အသား (Meat)၊ ကြက်၊ ဘဲ (Poultry)၊ တောကောင်သား (Game) ၂၂၇
- ဒိန်ခဲအမျိုးအစားများ (Categories of Cheese) ၂၃၄
- လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် ဒိန်ခဲ (Fresh Cheese) ၂၃၆
- အပြာရောင်ဒိန်ခဲ ၂၃၇
- မပျော့မာဒိန်ခဲ (Semi-hard Cheese) ၂၃၈
- ဒိန်ခဲအမာ (Hard Cheese) ၂၄၀
- အချိုပွဲ (Dessert) ၂၄၂
- အမြည်းများ (Savouries) ၂၄၇

