

山西省首届职业技能大赛

中式烹调项目

技 术 文 件

2019年8月

目录

1. 本项目的技术描述	3
1.1 竞赛项目名称.....	3
1.2 技术描述.....	3
2. 中式烹调师技能标准	3
3. 竞赛内容、形式和成绩计算	3
3.1 竞赛内容.....	3
3.2 竞赛形式.....	4
3.3 成绩计算.....	4
4. 命题方式	4
4.1 命题流程.....	4
4.2 最终竞赛题目产生方式.....	4
5. 竞赛成绩评判方式	4
5.1 花式冷盘.....	4
5.2 中餐热菜.....	6
5.3 创意菜.....	8
6. 竞赛评分办法	10
6.1 评分办法.....	10
6.2 违规扣分.....	10
7. 竞赛基础设施和场地要求	11
7.1 设施设备.....	11
7.2 耗材.....	11

7.3 用具.....	12
8. 安全要求	12
8.1 安全规则.....	12
8.2 医疗设备和措施.....	12
9. 开放现场的要求	12
10. 绿色环保	13
11. 补充说明	13

1. 本项目的技术描述

1.1 竞赛项目名称

竞赛项目名称：中式烹调

1.2 技术描述

中式烹调师是运用煎、炒、烹、炸、熘、爆、煸、蒸、烧、煮等多种烹调技法，根据成菜要求，对烹饪原料、辅料、调料、进行加工，制作中式菜肴的人员。

2. 中式烹调师技能标准

中式烹调师应忠于职守，爱岗敬业。讲究质量，注重信誉。尊师爱徒，团结协作，确保食品安全，注重绿色环保。必须熟练掌握原料的特性，加工制作的方法，烹调技法，呈现出色、香、味、型、养的整体造型。不仅满足对味和营养的要求，更要展示美的视觉。

3. 竞赛内容、形式和成绩计算

3.1 竞赛内容

每位参赛选手在规定时间内完成以下三个模块操作：

3.1.1 花式冷盘：

用 8 种以上（含 8 种）原料现场制作 1 款花式冷盘（餐具尺寸不小于 1.4 尺，品尝碟为 2 人量），不可使用色素及非食用原料；时间为 90 分钟。

3.1.2 中餐热菜：

现场制作以糖醋味型的热菜作品 1 款，原材料不限（展示作品为 8 人量，品尝碟为 2 人量，造型不限）；时间为 90 分钟。

3.1.3 创意菜：

创意菜 1 款，制作数量为 6 份，餐具用白色 1 尺瓷盘（33 厘米），（位吃，每份重量 160-180 克，原料、技法、熟制法不可与规定作品相同，需有淀粉类、

纤维类、蛋白类、酱汁类四大元素); 时间为 90 分钟。

3.2 竞赛形式

采用单人竞赛形式，独立完成规定的工作任务。

3.3 成绩计算

三个模块成绩均为百分制，总成绩除以三为选手的最终成绩，小数点后保留两位。

4. 命题方式

为了全面贯彻党的十九大精神，落实省委、省政府“以竞赛促实践、以竞赛促创新”的要求，持续推进“人人持证、技能社会建设”，弘扬劳模精神和工匠精神，营造劳动光荣的社会风尚和精益求精的敬业风气，建设一支知识型、技能型、创新型餐饮服务劳动大军，促进餐饮饭店服务业标准化、规范化、国际化。依据中式烹调师国家职业技能标准，注重基本技能，考核职业综合能力，并对技能人才培养起到示范指导作用。实际操作竞赛总时间不超过 270 分钟。

4.1 命题流程

依据本技术文件开发赛题，比赛前提前公布竞赛题目。根据竞赛基础设施材料准备情况，一般在比赛时不再变更题目内容。

4.2 最终竞赛题目产生方式

组委会、赛区工作人员共同研究协商场地布局，制定竞赛所需场地、设备、家具、材料等设计方案，一般赛题正式公布后，不再改动。在赛前经过专家的讨论分析后，由专家组组织确定赛题。

5. 竞赛成绩评判方式

5.1 花式冷盘

5.1.1 竞赛规定

选手自备参赛作品所使用原料、工具，花式冷盘餐具尺寸不小于 1.4 尺。

- (1) 原料可提前预制但不可改刀成型；
- (2) 参赛作品不可使用牙签、木签支撑、布料等辅助装饰材料，不可使用人工花、鲜花、泥土、沙石、丝带、珠子等相类似物品；
- (3) 参赛作品形态不可体现任何广告或宗教意识；
- (4) 参赛者需把自带工具放在工作台上(选手自带工具的遗失或损坏赛事组委会概不负责)；
- (5) 参赛者需在比赛时间内完成作品制作及清洗工作台。

5.1.2 评判要求

按准备工作及卫生、设计及组成、技巧及难度、创意及原创性、营养与卫生五个方面进行评判。

1. 准备工作及卫生（20分）

- (1) 自带食材符合比赛规则；
- (2) 自带物品用专用整理箱分类收纳；
- (3) 整理箱摆放整齐统一运输进入比赛工位；
- (4) 操作工位物品摆放就位，分类合理、整洁有序；
- (5) 身着干净、整洁的厨服（厨帽、厨衣、西裤、皮鞋），身上无任何配饰；
- (6) 没有提前加工行为。

2. 设计及构图（20分）

- (1) 主题突出，构思新颖，设计合理，寓意深刻；
- (2) 成型美观，色泽自然，比例恰当；
- (3) 细致度高，具有较高的观赏性；
- (4) 设计优美、精细、平和、比例对称，极具观赏性；
- (5) 食材的选择合理。

3. 技巧及难度（40分）

- (1) 调味得当，主味突出，质感丰富。异味严重，使菜品不能食用的品种不予判分；
- (2) 工艺流程合理，刀工精细，厚薄均匀，长短一致。拼摆均匀，色彩自然，形态美观；
- (3) 原材料使用合理，余料处理妥当，没有浪费现象；
- (4) 操作过程安全，现场整洁有序；
- (5) 结构技术技巧高超；
- (6) 组合正确，拼接精细。

4. 创意及原创性（20分）

作品具有艺术美感，富有创意，能展示出创新的技术，设计合理，技艺新颖，

体现创意。

5.2 中餐热菜

5.2.1 竞赛规定

1. 自备参赛作品所使用原料、餐具器皿，餐盘尺寸不限。
2. 制作以糖醋味型的热菜作品 1 款。
3. 热菜餐盘要热（除需要冷冻的特殊原料外）。
4. 热菜规定作品和自选作品需技法不同、风味各异。

5.2.2 相关规定

1. 赛项特殊调料需提前报请组委会批准。
2. 参赛作品用料严格实行“三不”原则，即不使用燕窝、干鲍、鱼翅等高档原料，不使用国家明令保护的动植物，不违规使用添加剂。

3. 自带食材需符合以下规定：

- (1) 蔬菜：可洗净，剥皮，不能切割，未经制熟；
- (2) 鱼类：可去除内脏和鳞片，但不可改刀；
- (3) 贝类：可洗净，需连壳，未经制熟；
- (4) 甲壳类：生鲜或煮熟，但不可剥开；
- (5) 鲜肉类或家禽肉：肉可去骨，但不可切割；骨头可以切割成小块；
- (6) 汤底：基本汤底，未经浓缩和调味，原味，未加配料和调味品；
- (7) 饼干、果干、调和蛋白可以带入，但面团不能带入；
- (8) 果肉：可以带入果泥，但必须现场加工，不能直接用作酱汁；
- (9) 干货食材：可涨发好，但必须在比赛现场加调味及烹煮。

5.2.3 评判要求

5.2.3.1 评判内容按准备工作、专业烹饪、作品呈现、口味质感四个方面进行评判。

1. 准备工作（10分）

- (1) 自带食材符合比赛规则；
- (2) 自带物品专用整理箱分类收纳；
- (3) 整理箱摆放整齐统一运输进入比赛工位；
- (4) 自带食材贮藏及运输温度符合国家食品安全规定；
- (5) 所有须保鲜的食材均存放在冷柜或冰箱内；
- (6) 冰箱或冷柜中的食材有覆盖，不同食材相互独立；
- (7) 操作工位物品摆放就位，分类合理、整洁有序；
- (8) 身着干净、整洁的厨服（厨帽、厨衣、西裤、皮鞋），身上无任何配饰；
- (9) 提供可品尝的高汤的冷热样品；

(10) 没有提前加工行为。

2. 专业烹饪 (30 分)

(1) 食品安全部分

- ①开始加工之前和操作过程中按照专业要求洗手;
- ②原材料加工过程, 使用的设备、器皿符合食品安全操作规范;
- ③正确使用和更换手套;
- ④及时清洁工作台和厨房设备、用具, 专业更换砧板;
- ⑤对温度敏感的食材加工后及时存放回冰箱内, 无长时间裸露现象;
- ⑥加工过程中, 以及品尝食物时无交叉感染行为;
- ⑦主辅料加工过程符合餐饮服务食品安全操作规范;
- ⑧正确使用厨房用纸, 及时更换脏围裙和毛巾。

(2) 技能/技艺部分

- ①加工时正确、安全、专业使用工具、设备、盛放容器;
- ②熟悉原料特性, 充分利用, 无浪费现象;
- ③操作过程中食材、半成品及时冷藏存储;
- ④加工、烹调过程规范有序, 动作协调适当, 体现传统或现代技法;
- ⑤不同操作使用恰当的工具和设备 (如刀具、锅等);
- ⑥加工过程中对鱼、肉、海鲜、家禽等主食材的处理恰当;
- ⑦合理利用骨头和边角料将汤底做成调味汁;
- ⑧加工过程中对蔬菜、沙拉和香料的处理恰当;
- ⑨剩余食材及时包好后保存在冰箱或冰柜中, 并标注日期。

(3) 厨房管理部分

- ①合理分配工作内容、时间;
- ②加工过程中垃圾及时处理, 废弃物处理妥当;
- ③加工过程工作台、操作位整洁有序, 无杂、乱、差现象;
- ④合理使用水、电、气, 无能源消耗浪费;
- ⑤在规定的时间内完成供餐准备;
- ⑥上餐结束后, 及时进行厨房清洁, 操作位公用设备、设施及用具清洗干净。

3. 作品呈现 (10 分)

(1) 摆盘实用 (不允许使用盘中盘), 装饰或点缀物可食用, 便于服务人员传送;

- (2) 作品造型、规格、份量一致;
- (3) 合理的份量大小;
- (4) 主料和配料搭配比例协调、平衡, 主题突出;

- (5) 菜肴在餐具中的构图比例、布局关系和谐;
- (6) 菜肴色泽明亮, 色彩鲜明, 各种色彩搭配和谐;
- (7) 具有现代艺术观赏性, 富有食欲和视觉冲击力;
- (8) 菜肴具有地域文化、烹饪技艺特征。

4. 口味质感 (50 分)

- (1) 口味质感、色、香、味统一协调;
- (2) 调味适当, 主味突出, 风味特别, 富有层次感;
- (3) 火候得当, 无焦糊、腥膻等异味, 或过生不能食用;
- (4) 食材质感鲜明, 符合应有的口感特点;
- (5) 主辅料搭配营养均衡。

5.3 创意菜

5.3.1 竞赛规定

1) 自备参赛作品所使用原料、餐具器皿, 餐盘为白色瓷盘, 规格不小于 1 尺 (33 厘米)。

2) 需有淀粉类、纤维类、蛋白类、酱汁类四大元素。

3) 热菜餐盘要热 (除需要冷冻的特殊原料外)。

4) 热菜规定作品和自选作品需技法不同、风味各异。

5.3.2 相关规定

1) 赛项特殊调料需提前报请组委会批准。

2) 参赛作品用料严格实行“三不”原则, 即不使用燕窝、干鲍、鱼翅等高档原料, 不使用国家明令保护的动植物, 不违规使用添加剂。

3) 自带食材需符合以下规定:

- (1) 蔬菜: 可洗净, 剥皮, 不能切割, 未经制熟;
- (2) 鱼类: 可去除内脏和鳞片, 但不可改刀;
- (3) 贝类: 可洗净, 需连壳, 未经制熟;
- (4) 甲壳类: 生鲜或煮熟, 但不可剥开;
- (5) 鲜肉类或家禽肉: 肉可去骨, 但不可切割; 骨头可以切割成小块;
- (6) 汤底: 基本汤底, 未经浓缩和调味, 原味, 未加配料和调味品;
- (7) 饼干、果干、调和蛋白可以带入, 但面团不能带入;
- (8) 果肉: 可以带入果泥, 但必须现场加工, 不能直接用作酱汁;
- (9) 干货食材: 可涨发好, 但必须在比赛现场加调味及烹煮。

5.3.3 评判要求

5.3.3.1 评判内容按准备工作、专业烹饪、作品呈现、口味质感四个方面进行评判。

1) 准备工作（10分）

- (1) 自带食材符合比赛规则；
- (2) 自带物品专用整理箱分类收纳；
- (3) 整理箱摆放整齐统一运输进入比赛工位；
- (4) 自带食材贮藏及运输温度符合国家食品安全规定；
- (5) 所有须保鲜的食材均存放在冷柜或冰箱内；
- (6) 冰箱或冷柜中的食材有覆盖，不同食材相互独立；
- (7) 操作工位物品摆放就位，分类合理、整洁有序；
- (8) 身着干净、整洁的厨服（厨帽、厨衣、西裤、皮鞋），身上无任何配饰；
- (9) 提供可品尝的高汤的冷热样品；
- (10) 没有提前加工行为。

2) 专业烹饪（30分）

(1) 食品安全部分

- ①开始加工之前和操作过程中按照专业要求洗手；
- ②原材料加工过程，使用的设备、器皿符合食品安全操作规范；
- ③正确使用和更换手套；
- ④及时清洁工作台和厨房设备、用具，专业更换砧板；
- ⑤对温度敏感的食材加工后及时存放回冰箱内，无长时间裸露现象；
- ⑥加工过程中，以及品尝食物时无交叉感染行为；
- ⑦主辅料加工过程符合餐饮服务食品安全操作规范；
- ⑧正确使用厨房用纸，及时更换脏围裙和毛巾。

(2) 技能/技艺部分

- ①加工时正确、安全、专业使用工具、设备、盛放容器；
- ②熟悉原料特性，充分利用，无浪费现象；
- ③操作过程中食材、半成品及时冷藏存储；
- ④加工、烹调过程规范有序，动作协调适当，体现传统或现代技法；
- ⑤不同操作使用恰当的工具和设备（如刀具、锅等）；
- ⑥加工过程中对鱼、肉、海鲜、家禽等主食材的处理恰当；
- ⑦合理利用骨头和边角料将汤底做成调味汁；
- ⑧加工过程中对蔬菜、沙拉和香料的处理恰当；
- ⑨剩余食材及时包好后保存在冰箱或冰柜中，并标注日期。

(3) 厨房管理部分

- ①合理分配工作内容、时间；
- ②加工过程中垃圾及时处理，废弃物处理妥当；

- ③加工过程工作台、操作位整洁有序，无杂、乱、差现象；
- ④合理使用水、电、气，无能源消耗浪费；
- ⑤在规定的时间内完成供餐准备；
- ⑥上餐结束后，及时进行厨房清洁，操作位公用设备、设施及用具清洗干净。

3) 作品呈现（10分）

(1) 摆盘实用（不允许使用盘中盘），装饰或点缀物可食用，便于服务人员传送；

- (2) 作品造型、规格、份量一致；
- (3) 合理的份量大小；
- (4) 主料和配料搭配比例协调、平衡，主题突出；
- (5) 菜肴在餐具中的构图比例、布局关系和谐；
- (6) 菜肴色泽明亮，色彩鲜明，各种色彩搭配和谐；
- (7) 具有现代艺术观赏性，富有食欲和视觉冲击力；
- (8) 菜肴具有地域文化、烹饪技艺特征。

4) 口味质感（50分）

- (1) 口味质感、色、香、味统一协调；
- (2) 调味适当，主味突出，风味特别，富有层次感；
- (3) 火候得当，无焦糊、腥膻等异味，或过生不能食用；
- (4) 食材质感鲜明，符合应有的口感特点；
- (5) 主辅料搭配营养均衡。

6. 竞赛评分办法

6.1 评分办法

赛项裁判组本着“公平、公正、公开、科学、规范”的原则，对各个比赛项目进行综合评价，最终按总分得分高低确定奖项归属。

比赛总成绩满分 100 分。

6.2 违规扣分

选手有下列情形须从参赛成绩中扣分：

1) 在完成竞赛任务的过程中，因操作不当导致事故，酌情扣 5~20 分，情况严重者取消竞赛资格。

2) 因违规操作等不符合职业规范的行为，视情节扣 5~10 分。

3) 扰乱赛场秩序, 干扰裁判员工作, 视情节扣 5~10 分, 情况严重者取消竞赛资格。

7. 竞赛基础设施和场地要求

7.1 设施设备

品名	型号	技术参数	备注
双眼灶台	长方形	长 180cm、宽 90cm、高 80cm	统一提供
双耳炒锅	圆形	直径 50cm (每锅配 8 两炒勺一把)	统一提供
八味调料盒	长方形	长 40cm、宽 30cm、高 10cm	统一提供
恒温操作台	长方形	长 180cm、宽 90cm、高 80cm、4℃左右	统一提供
操作台	长方形	长 180cm、宽 90cm、高 80cm、4℃左右	统一提供
六色砧板	长方形	长 60cm、宽 40cm、高 2cm (红、黄、蓝、绿、白、褐)	统一提供
六门冰箱	长方形	长 180cm、宽 90cm、高 80cm、4℃左右	统一提供
万能蒸烤箱	长方形	长 80cm、宽 90cm、高 160cm、	统一提供
清洗池	正方形	边长 90cm、高 80cm (冷热水混用)	统一提供
洗手池	正方形	边长 90cm、高 80cm (冷热水混用)	统一提供

7.2 耗材

品名	型号	技术参数	备注
细盐	袋	250g	统一提供
白砂糖	袋	250g	统一提供
老陈醋	瓶	500ml	统一提供
酱油	瓶	500ml	统一提供

食用油	桶	1000ml	统一提供
香油	瓶	250ml	统一提供
淀粉	袋	250g	统一提供

7.3 用具

品名	型号	技术参数	备注
写字板	块	A4	统一提供
秒表	块		统一提供
直尺	根	50CM	统一提供
红黑笔	根		统一提供
号码牌		操作台及选手号码	统一提供

8. 安全要求

8.1 安全规则

8.1.1 遵守安全操作规程，如果发生严重的安全事故，取消选手比赛。

8.1.2 参赛选手必须在整个比赛期间穿着工作鞋。

8.1.3 比赛期间要求保持环境整洁，地面保持没有任何垃圾。

8.1.4 不允许超出自己的比赛工位去操作。

8.1.5 赛位隔离

在自己的比赛区域，确保自己的材料不会干扰旁边参赛者的比赛区域，个人的行为也不妨碍他人操作。

8.1.6 环境卫生

保持地面整洁，环境卫生，做到整理、整顿、清扫、清洁和职业素养 5S。

8.2 医疗设备和措施

场地备有医疗站点，放置医药急救箱，包括外伤处理和急救药物。

9. 开放现场的要求

比赛现场对社会公众开放，要求注意各项安全。观摩者须在指定的观摩区域观摩，听从服务人员的指引，不得妨碍、干扰选手竞赛，不能有对竞赛选手进行指导或影响竞赛公平的行为。

10. 绿色环保

环境整洁卫生，体现绿色环保。严格遵守竞赛规则，安全意识和卫生意识，厨师服、厨师帽等卫生安全要求，平时就要养成良好的工作习惯，遵守职业规范。

所有竞赛相关人员必须注意保持场地整洁。交通路线、走廊、楼梯尤其是紧急疏散通道、灭火器及其他救生设备必须保持周边无障碍，且不得移除。每场比赛结束后，选手要做好自己赛位的卫生，工作人员要保障赛场整体的环境卫生，体现安全、整洁、有序。采用垃圾分类处理，将餐厨垃圾按照干湿分类，将垃圾分类处理，投放到制定垃圾桶内。

11. 补充说明

具体竞赛技术规程如有变动将于赛前另行发布补充说明。