

第一届山东省职业技能大赛  
烹饪（中餐）项目技术工作文件

第一届山东省职业技能大赛组委会办公室技术工作组

2023 年 5 月

# 目 录

一、技术描述.....	3
(一) 项目概要.....	3
(二) 基本知识与能力要求.....	3
二、试题及评判标准.....	7
(一) 试题.....	7
(二) 比赛时间及试题具体内容.....	8
(三) 评分标准.....	11
三、竞赛细则.....	12
(一) 竞赛时间安排.....	12
(二) 比赛规则纪律.....	13
(三) 技术与赛务保障工作.....	15
(四) 评判工作.....	15
(五) 大赛仲裁.....	15
四、赛场、设施设备等安排.....	16
(一) 赛场规格要求.....	16
(二) 场地布局图.....	17
(三) 基础设施清单.....	18
五、安全、健康规定.....	19

(一) 绿色环保·····	20
(二) 赛场安全要求·····	20
(三) 选手安全防护要求·····	20

## 一、技术描述

### （一）项目概要

中式烹调师能够利用不同的原料制作各种各样的美味的菜肴。运用煎、炒、烹、炸、熘、爆、煸、蒸、烧、煮等多种烹调技法，根据菜肴出品质量要求，对原料、辅料、调料进行处理、加工、制作出中式菜肴。中式烹调师是一种对专业技能要求很高的职业，选手在现有设备、原料的基础上能生产制作出不同种类的菜品，并能根据比赛要求制作菜品并展示等。

### （二）基本知识与能力要求

相关要求		权重比例（%）
1	工作组织和管理	5
基本知识	—商业道德 —购买原料到生产有价值的产品以及卖给顾客的过程 —最大化可持续与最小化浪费的重要性 —使用原料用于烹调的考虑因素，包括季节、可用性、成本、储存和使用 —中餐厅中使用的工具和设备的范围 —食品的购买、储存、准备、烹饪和服务有关的法规 and 良好做法	
工作能力	—准备并正确使用工具和设备 —在指定时间内有效地确定和规划工作顺序 —尊重原材料 —高效使用原料，尽可能减少浪费 —按规定成本准备产品 —为计划的工作准确预订货物和材料 —工作效率和卫生，注意工作场所与其他的人 —展示良好的工作流畅性 —展示设计和工作技术的灵感、天赋和创新	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>—围绕指定主题工作</li> <li>—按照一致的标准生产大量的菜品</li> <li>—菜品的尺寸和重量保持一致，以保持客户满意度和利润率</li> <li>—专业和有效地应对意外发生</li> <li>—如期完成工作</li> <li>—在指定的时间准备好所有的客户订单</li> </ul>	
2	<b>沟通 and 人际交往</b>	
基本知识	<ul style="list-style-type: none"> <li>—烹饪菜品如何陈列有利于销售</li> <li>—陈列、标牌对销售与传播的重要性</li> <li>—在公众视野和与客户打交道时的外表的重要性</li> <li>—与跨团队、同事、承包商和其他专业人员的有效沟通的重要性</li> <li>—需要与客户有效沟通</li> </ul>	
工作能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>—与顾客进行专业对话</li> <li>—根据客户的特殊要求，制定合适的产品</li> <li>—与同事和其他专业人士合作高效</li> <li>—成为有效率的团队成员</li> <li>—通过产品陈列最大程度地提高销售额</li> <li>—始终注意自身外表清洁</li> <li>—与同事、团队和客户有效沟通</li> <li>—特殊状况下向管理人员、同事和客户提供建议和指导</li> <li>—就事论事，以解决问题为方向开展讨论</li> <li>—促销活动的计划和实施</li> <li>—遵循详细的书面和口头指示</li> <li>—能开发其他中餐厨师能看懂并且做出来的好质量产品的食谱</li> </ul>	5
3	<b>食品卫生、健康、安全与环境</b>	
基本知识	<ul style="list-style-type: none"> <li>—与食品的购买、储存、准备、烹饪和服务有关的法规和良好操作</li> <li>—新鲜与加工食品的质量标准</li> <li>—食物变质的原因</li> <li>—中餐厅中使用的工具和设备的范围</li> <li>—在中餐厨房和使用商业设备的法规以及安</li> </ul>	5

	全工作操作	
工作能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>—按照 HACCP 要求做好个人卫生标准和食品储存、准备、烹饪和服务</li> <li>—遵守所有健康和食品安全法规和最佳做法</li> <li>—根据 HACCP 安全存储所有商品</li> <li>—确保根据最高标准清洁所有工作区域</li> <li>—将业务内部 HACCP 概念应用于每一个细节</li> <li>—安全工作，并遵守事故预防规定</li> <li>—按照制造商的说明书安全使用所有工具和设备</li> <li>—在工作环境中促进健康、安全、环境和食品卫生</li> </ul>	
4	利用原材料制作中餐食谱	
基本知识	<ul style="list-style-type: none"> <li>—配方对质量控制的重要性</li> <li>—各地知名的产品的范围和特点</li> <li>—色彩应用、口味组合和组织结构</li> <li>—原料精准组合以便生产的基本原则</li> <li>—如何通过使用不同的原料和工作技术创造出产品的外观、质地和味道</li> <li>—通过生产技术处理原材料</li> <li>—不同生产技术对产品的影响</li> <li>—颜色应用、味道组合和组织结构</li> <li>—外观、质地和味道的重要性</li> </ul>	20
工作能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>—利用自己对于干性物料和液体原料的了解，制作不同的菜品</li> <li>—菜品中原材料特性的知识理解和应用</li> <li>—有效使用适当的材料和调味品</li> <li>—设计展示具有创意的产品</li> <li>—设计中餐食谱</li> <li>—将产品设计为一致的尺寸、形状、外观、风味和标准</li> <li>—使用适当的调味剂</li> <li>—根据客户的要求设计展示作品</li> <li>—创建符合规格的展示作品</li> </ul>	
5	原料准备以及初加工过程	10

基本知识	<ul style="list-style-type: none"> <li>—原料的选择与鉴别</li> <li>—如何处理和储存不同的原料</li> <li>—处理不同种类原料的方法，如：新鲜蔬菜初加工、水产品初加工、家禽、家畜的初加工</li> <li>—干货原料及其涨发加工技术</li> <li>—辅助原料对菜品的影响</li> </ul>	
工作能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>—利用适当的方法对原料进行加工</li> <li>—利用刀具对禽类进行分档取料</li> <li>—利用刀具对牲畜类进行分档取料</li> <li>—对水产品进行初步宰杀、处理，如：宰杀、去鳞、去鳃、取内脏和洗涤</li> </ul>	
6	<b>刀工与原料成型</b>	
基本知识	<ul style="list-style-type: none"> <li>—了解刀具的种类和用途</li> <li>—不同的刀具保养</li> <li>—砧板的使用与保养知识</li> <li>—根据烹调、食用和美化的要求进行合理的刀工处理</li> <li>—了解基本的刀工、刀法。如：直刀法、平刀法、斜刀法、其它刀法</li> <li>—如何对原料进行花刀处理</li> <li>—刀工处理对烹调的影响，如：方便烹调、缩短烹调时间、美化菜肴</li> </ul>	20
工作能力	<ul style="list-style-type: none"> <li>—掌握持刀的基本操作姿势</li> <li>—掌握正确的磨刀和使用刀具技术</li> <li>—利用刀具对原料进行切配成型。如：丁、丝、粒、片、条、块、球</li> <li>—掌握花刀处理技术，如：牡丹形花刀、麦穗形花刀、菊花形花刀、蓑衣形花刀</li> <li>—能够合理使用原料、做到物尽其用</li> <li>—经过刀工处理的原料能够做到整齐均匀、符合规格、清爽利落、互不粘连</li> </ul>	
7	<b>冷菜拼摆</b>	
基本知识	<ul style="list-style-type: none"> <li>—了解冷菜拼摆刀具的种类和用途</li> <li>—了解冷菜拼摆基本刀法。如：摆、贴、排、叠</li> </ul>	15

	一熟悉禽鸟、花卉、鱼虫等冷拼造型设计图案、工艺流程、要点或制作要求	
工作能力	一能独立整理原料、工具清单并说明用量和质量要求 一掌握使用切拼、叠拼、排列等手法进行花卉类冷拼、禽鸟类冷拼等的制作	
<b>8</b>	<b>烹调与装盘</b>	
基本知识	一了解烹调前的原料处理 一挂糊、上浆、勾芡对原料的作用及影响 一菜肴成熟需要的时间 一了解锅与手勺的保养 一调味的作用，如：去异味、增进美味、可使菜肴形成独特风味 一烹制时的热源和传热方式 一装盘形态丰润、整齐美观、突出主料 一根据菜肴的形态、品质及特点装盘	20
工作能力	一掌握挂糊、上浆、勾芡的技法 一掌握勺工基本工，如：推、拉、转、翻等各种动作 一掌握调味方法，如：腌制、分散、热渗、裹浇、沾撒、随味碟等调味方法 一正确使用烹调前、烹调中、烹调后的调味 一掌握烹调技术，如：炒、烹、爆、熘、炖、烩、烧、扒、煎、余等烹调方法 一合理使用火力与火候 一装盘要均匀、动作敏捷、协调	
合计		100

## 二、试题与评判标准

### （一）试题

比赛分为 4 个模块，分别是：模块 A 作业书、模块 B 比赛过程、模块 C 冷菜拼摆、模块 D 中式热菜。



试题命制采用专家讨论形式，形成意见，最后汇总确定试题。在规定时间内在官网公布。

## （二）比赛时间及试题具体内容

1. 比赛时间安排：比赛采用个人赛，所有操作需选手独立完成。本项目比赛总时间共计 180 分钟。其中冷菜拼摆 90 分钟，中式热菜指定菜 30 分钟，中式热菜创意菜 60 分钟。比赛原料全部由主办方提供，不允许参赛选手携带任何烹饪原材料和调料进场。

### 2. 试题：

#### 模块 A：作业书

##### （1）比赛时间安排：

所有选手的作业书在工器具与原料检录时提交。

##### （2）比赛任务及要求：

选手需准备 6 本作业书。

作业书中必须包含以下内容：

- ①选手自我介绍。
- ②产品食谱（包含作品配方及工艺流程）。
- ③产品图片，要求产品的呈现和作业书中的图片一致。
- ④自备工器具清单。

#### 模块 B：比赛过程

##### 1. 比赛时间安排：

比赛总时间共计 180 分钟，采用分段计时。其中冷菜拼摆 90 分钟，中式热菜指定菜 30 分钟，中式热菜创意菜 60 分钟。

## 2. 比赛任务及要求

- ①在整个竞赛过程中必须保证工位的整洁。
- ②正确储存原材料。
- ③废弃原料不得浪费，所有废弃原料需摆放在一个容器中。
- ④安全操作设备，使用工器具，不得有违规操作的行为。
- ⑤遵守赛场规定及秩序。
- ⑥合理规划制作流程。

## 模块 C：冷菜拼摆

### 1. 组合冷拼一款

（1）比赛时间安排：

此模块 90 分钟内完成

（2）比赛任务及要求：

- ①使用现场提供的原材料在 90 分钟内完成组合冷拼一款；
- ②选手一律使用现场提供的原料：西式方火腿 1 块（约 220 克）、鸡肉肠 3 根（约 180 克）、蒜蓉肠 2 根，鸡蛋干 3 块、象牙白萝卜 1 根（约 800 克）、盐水虾 10 只、酱牛腱肉 1 块（约 300 克）、黄瓜 3 根（约 300 克）、生胡萝卜 3 根（约 500 克）、心里美萝卜 1 个（约 500 克）、青萝卜 1 根（约 750 克），现场提供原料均要使用在作品中，现场统一提供调味品（精盐、

白醋、老抽、白糖等)。比赛当天提供的原料等于或多于清单中原料,选手灵活选用;

③作品造型不限,主题应健康、积极、向上,能体现选手的刀工基本功和拼摆技巧,以形、色为主,注重实用、卫生,具有创新意识;

④作品造型美观,主题突出,构思完整,刀工精细,简繁适当,搭配合理,拼摆造型严禁使用粘合剂黏接,造型、点缀饰物制作均须在场内独立进行;

⑤作品需制作四份,每份各不相同,整体要突显出一个主题,应满足6人量,每份净料总重量约260克(可上下浮动10%),使用现场提供的直径28厘米的白色圆盘盛装。

⑥作品制作过程中不可以使用模具,原料不可熟处理。

### **模块 D: 中式热菜**

#### **1. 指定菜肴一款: 五彩鱼丝**

(1) 比赛时间安排:

此模块 30 分钟内完成

(2) 任务要求:

①鱼类品种为黑鱼

②现场提供的原料为初加工后的净鱼扇和青、红辣椒、黄彩椒、水发黑木耳以及调辅料葱、姜。

③鱼丝长度不低于 5cm, 粗度为 0.2cm。

- ④菜品需满足 8 人量，另备品尝碟供评判。
- ⑤作品使用现场提供的直径 23 厘米的平盘盛装。

## 2. 创意菜肴一款

### （1）比赛时间安排：

此模块 60 分钟内完成

### （2）任务要求：

#### ①完成创意鸡肉菜一道。

②选手一律使用现场提供的冰鲜鸡胸肉，重量为 400 克，配料为青椒 2 个、红椒 2 个、水发香菇 6 个、冬笋 1 块（约 100 克）、青菜心 6 个、葱姜蒜各适量。比赛当天提供的原料等于或多于清单中原料，选手灵活选用。

③比赛过程中只能使用现场提供的配料，不能出现其他配料。

④制作份菜为 10 人量，另备品尝碟供评判；或制作位菜（各客），需要 6 份，4 份送评，2 份品尝；装盘器皿选手可以自带，器皿长度不能超过 60 厘米。

## （三）评判标准

### 1. 分数权重：

模块编号	模块名称	竞赛时间	分数

A	作业书		检录提交	5
B	比赛过程		比赛全过程	10
C	冷菜拼摆		90 分钟	30
D	中式热菜	指定热菜	30 分钟	25
		创意热菜	60 分钟	30
总分				100

## 2. 评判方法:

本项目采用主观描述进行的评判。

评价分(Judgement)打分方式: 按比例安排分为 3 组裁判, 分别是模块 A(作业书)、模块 B(比赛过程)为第一组, 模块 C(冷菜拼摆)为第二组, 模块 D(中式热菜)为第三组。各自单独对每一评分项评分, 各位裁判员的平均分为该评分项的实际得分。裁判员相互间分差必须小于等于 3 分, 否则需要给出确切理由并在裁判长的监督下进行重新评分。

## 3. 成绩并列:

本项目不采取并列名次, 如选手成绩出现相同情况, 将按照模块 D、模块 C、模块 B、模块 A 的顺序计算排名顺序。

# 三、竞赛细则

## (一) 竞赛时间安排

竞赛阶段	日期	时间	主要事项
赛前	第一天	13:30-15:00	报到, 熟悉场地

		15: 00-16: 00	裁判员培训，赛前技术准备会议
赛中	第二天	8: 00-8: 40	开幕式
		9: 00-10: 30	C 模块竞赛
		10: 40-12: 20	D 模块竞赛
赛后	第二天	13: 00-14: 00	技术点评会
说明：比赛具体时间根据当日实际情况，可能会略微调整			

## （二）比赛规则纪律

1. 严格执行《第一届全省技能大赛技术工作文件》提出的工作要求，履职尽责，忠于职守，按时、保质、保量、安全地完成各项工作。发扬团队精神，服从工作分工，做好本职工作。不因任何机构和个人而影响本人履职尽责，不无故退赛。

2. 参赛选手应严格遵守赛场纪律，服从指挥，仪表端庄，讲文明礼貌。各队之间应团结、友好、协作，避免发生各种矛盾。

3. 参赛选手提前 30 分钟到达比赛现场，凭本人身份证原件、参赛证入场。迟到 15 分钟以上者，不得入场。

4. 参赛选手应衣着整洁，戴厨师帽、围裙，穿厨师服、黑色厨师鞋（不得有企业或地域标识）。操作讲究卫生，工具洁净，不乱扔下脚料，不浪费原材料。

5. 严禁带入菜肴成品，禁止重做或挪用他人已加工过的原料。

6. 成品要在时间规定范围内完成，不得超时，每超时 1 分

钟从该项目的总分中扣 1 分，依次累加。

7. 参赛选手必须服从裁判。比赛过程中或比赛后发现问题，应由领队在当天向执委会提出陈述。领队、指导教师、选手不得与大赛工作人员直接交涉。

8. 参赛选手在比赛期间出现以下情况的，由参赛选手承担全部责任：未遵守机械设备操作规程、操作不当导致安全事故的，遭受与赛事操作无关的意外伤害事故的，突发疾病的。

9. 大赛严禁冒名顶替、弄虚作假，一经发现选手信息不真实，将取消参赛资格。

10. 比赛期间，参赛选手不允许带入手机等一切电子设备，独立操作，未经裁判长同意不得离开自己的比赛工位。

11. 比赛期间，所有一切喝水、吃饭、休息、如厕等时间均计入在比赛时间内。

12. 因为设备自身故障导致选手中断比赛的，经过裁判仲裁委员会讨论确定视情况增补修订。

13. 比赛结束后，参赛选手清理工位，所有器具归位，按照自备工具清单带走自带的器具。

14. 参赛选手必须独立完成所有项目。正式比赛期间，除裁判长外任何人员不得主动接近选手及其工作区域，不许主动与选手接触与交流。选手如有问题可向裁判或工作人员示意寻求解决途径，竞赛过程中禁止与其他人员交流(含眼神暗示及肢体语言示意)。

15. 参赛选手不得在作品和器材上作任何标记,不得穿着有标记自己身份、单位、参赛队名等信息(包含文字、图形)的服饰。

16. 所有参赛选手必须符合大赛执委会有关防疫要求。

### (三) 技术与赛务保障工作

技术与赛务保障工作由场地经理及助理、其他技术与赛务保障人员共同完成。

#### 1. 场地经理及助理

场地经理负责组织相关工作人员做好竞赛设施设备、工具、材料落实及场地布置,参与赛务管理手册编制,配合裁判长做好技术工作文件编制、赛前准备和现场技术支持与后勤保障等工作。场地经理助理根据场地经理工作安排,负责协助场地经理开展相关工作。场地经理和助理在竞赛期间应全程在竞赛区域值守,本着廉洁、诚信的原则履行职责,确保大赛公平公正。

#### 2. 其他技术与赛务保障人员

其他技术与赛务保障人员包括由执委会为各项目配备的竞赛联络员、技术负责人、录分员及赛务保障人员。具体职责是按照竞赛技术规则规定和大赛统一要求,在执委会相关部门领导下做好相应的竞赛保障工作。

### (四) 评判工作

1. 裁判长: 1 名(不参与评分)

2. 执裁方式: 裁判长指导由行业专家(1-2 名)和各地市



推荐的裁判员共同组成的裁判团队进行执裁。

## （五）大赛仲裁

### 1. 情况反映

选手及其他相关人员发现竞赛过程中存在问题，可由选手或其所在参赛队领队及时向裁判长反映，裁判长应及时处理并给予答复。如发现裁判长在处理中存在问题，可由领队直接向监督仲裁工作组书面反映。

### 2. 异议处理

选手及其参赛代表队的其他相关人员对裁判长处理结果有异议，可通过领队向大赛监督仲裁工作组书面反映并举证。赛区监督仲裁工作组经调查，属于技术问题的，可要求裁判长组织裁判人员复核，形成处理意见。属于违背公平公正原则的，由监督仲裁工作组直接处理，并将处理意见报大赛执委会。

### 3. 最终裁决

选手及其他相关人员对监督仲裁工作组的处理结果仍有异议，可由领队在本次选拔活动结束前，书面向大赛执委会提出申诉，由大赛执委会做出最终处理决定。

### 4. 裁判人员间争议处理

比赛评判过程中，裁判间产生争议的，依据评判规则要求由裁判长进行裁决处理。裁判人员如对裁判长的处理结果存在异议，可向裁判长书面申请，启动全体裁判人员表决程序。表决程序在监督仲裁工作组监督下，由裁判长组织全体裁判人员

讨论，裁判长不参与投票，获得半数以上裁判人员同意的方案将作为最终技术问题的裁定意见。

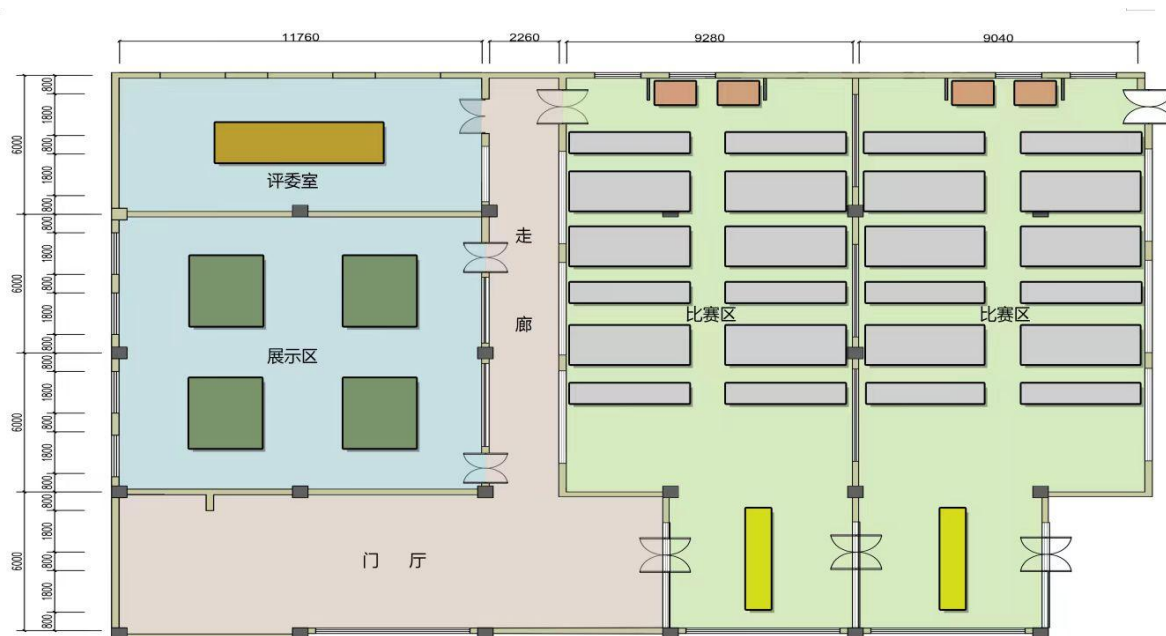
#### 四、竞赛场地、设施设备安排

##### （一）赛场规格要求

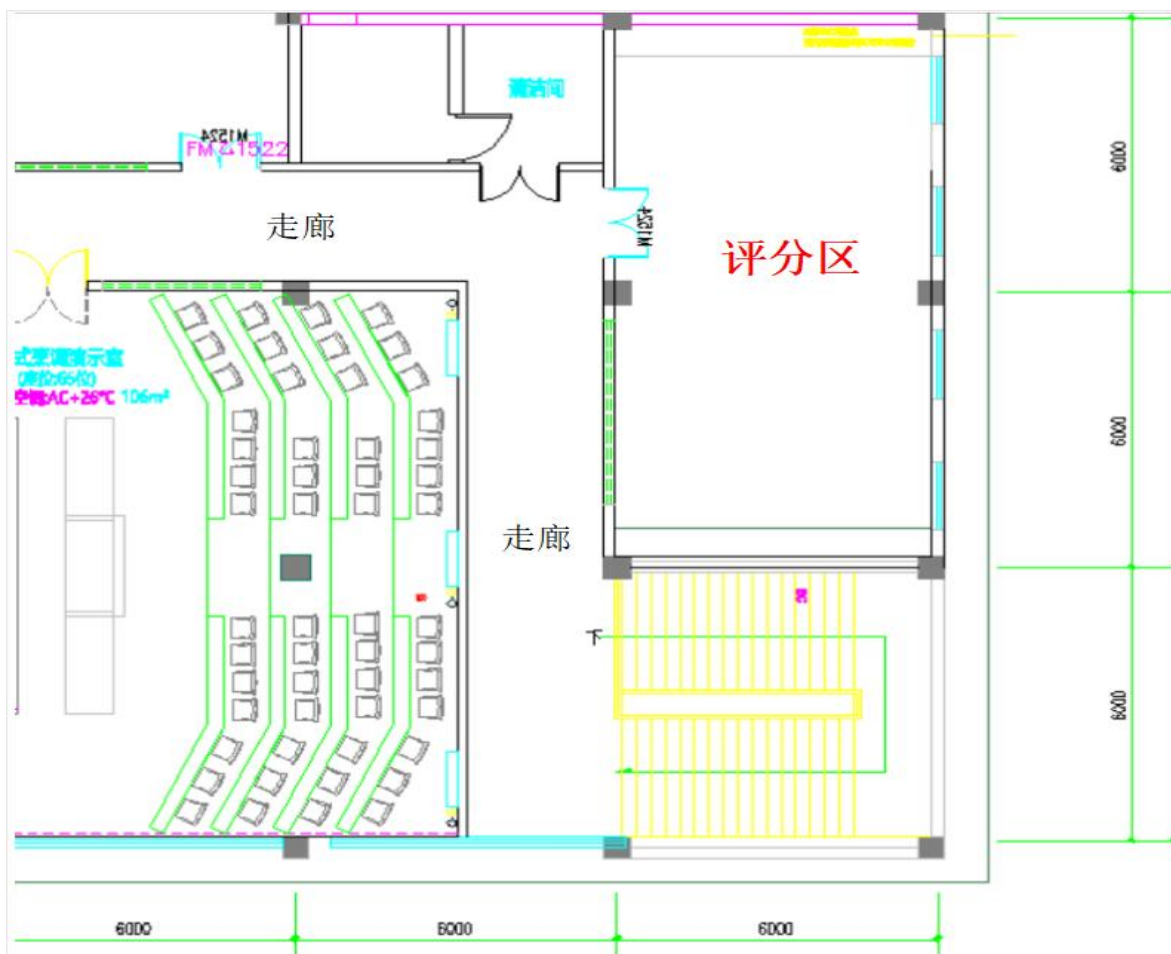
说明本项目场地总体面积 324 平米，长 18 米、宽 18 米。工位数量 18 个，每个工位的面积是 2.25 平米，工位间隔 1.5 米。

##### （二）场地布局图

提供规格（长度、宽度）清晰的布局图。



一楼平面图



二楼平面图

### (三) 基础设施清单

烹饪（中餐）项目赛场提供设施、设备清单表

序号	名称	数量	技术规格
1	燃气双头单尾中式炒灶	18 台，所有选手共用	3900*1050*710 cm
2	万能蒸烤箱	2 台，所有选手共用	850*842*1014 cm
3	蒸柜	2 台（8 门），所有选手共用	1150*800*1700 cm
4	工作台（切配台）	18 台，所有选手共用	1100*450*950 cm
5	调料盒（套）	18 套，所有选手共用	
6	水池	18 个，所有选手共用	450*530*850 cm

序号	名称	数量	技术规格
7	马斗	每个工位 8 个	直径 8 cm
8	砧板（绿色）	每个工位 1 个	38*10cm
9	小盆	每个工位 4 个	直径 15 cm

烹饪（中餐）项目选手自带工具、材料清单表

序号	名称	数量	技术规格
1	菜刀	2 把/选手	
2	雕刻刀	1 套/选手	
3	料理机	1 台/选手	

烹饪（中餐）项目场地提供调料清单表

序号	名称	序号	名称
1	食盐	11	海鲜酱（1 瓶/每人）
2	鸡精	12	黄酱
3	醋	13	香油
4	白糖	14	味精
5	老抽	15	玉米淀粉
6	生抽	16	生粉
7	料酒	17	脆炸粉
8	蚝油	18	鸡蛋（4 个/每人）
9	鸡汁	19	浓缩橙汁（1 瓶/每人）
10	番茄酱（200 克/每人）	20	色拉油（1 桶/每人）

通常情况下：未明确在选手携带工具清单中的，一律不得带入赛场（如需携带其他工具，提前写材料申请单，经裁判长签字同意后方可带进场内）。另外，赛场配发的各类工具、材料，选手一律不得带出赛场。

## 五、安全、健康要求

参赛选手凡违反以下规定，并且不听裁判员与工作人员劝阻，扰乱赛场秩序将视其情节给予处理或直接取消参赛资格。

### （一）绿色环保

1. 赛场严格遵守我国环境法；
2. 赛场所有废弃物应有效分类处理，尽可能地回收利用；
3. 提倡绿色制造的理念；
4. 所有可循环利用的材料都应分类处理和收集。

### （二）赛场安全要求

1. 禁止选手及所有参加赛事的人员携带任何有毒有害物品进入竞赛现场，所有人员须注意人身防护、防火、防爆。

2. 承办单位应设置专门的安全防卫组，负责竞赛期间安全、健康、防疫事务；主要包括检查竞赛场地、与会人员居住地、车辆交通及其周围环境的安全防护；制定紧急应对方案：监督与会人员食品安全；分析和处理安全突发事件等工作。

3. 根据国家相关法规要求，结合本项目实际，提出安全、健康、防疫要求及职业操作范要求，并明确违反后的处理定。

### （三）选手安全防护要求

1. 与会人员应遵守承办方的要求；凭本人身份证原件、参赛证入场。

2. 参赛选手应遵从安全规范操作。

3. 参赛选手应严格遵守设备安全操作