沈阳市第四届“舒心传技 ”职业技能大赛

烹饪（西餐）项目技术工作文件

沈阳市第四届“舒心传技 ”职业技能大赛

烹饪（西餐）项目执委会技术工作组

2025年10月

**目 录**

**[一、技术描述 3](#_Toc5478)**

**[（一）项目概要 3](#_Toc29406)**

**[（二） 基本知识及能力要求 3](#_Toc23839)**

**[二、试题及评判标准 5](#_Toc16654)**

**[（一）试题（样题） 5](#_Toc27939)**

**[（二） 比赛时间及试题具体内容 5](#_Toc24941)**

**[（三） 评判标准 5](#_Toc23139)**

**[（四）赛项打分单 8](#_Toc31331)**

**[三、竞赛细则 1](#_Toc20169)2**

**[（一）竞赛时间 1](#_Toc27939)2**

**[（二）竞赛过程 1](#_Toc24941)2**

**[（三）实施细则 1](#_Toc20520)2**

**[四、竞赛场地、设施设备等安排 14](#_Toc27195)**

**[（一）赛场规格要求 1](#_Toc6798)4**

**[（二）场地布局图 1](#_Toc3810)4**

**[（三）基础设施清单 1](#_Toc3810)4**

**[五、安全规定 1](#_Toc24796)5**

**[（一）参赛选手规定 1](#_Toc12378)5**

**[（二）工作人员规定 1](#_Toc8276)6**

**[六、申诉与仲裁 1](#_Toc29370)6**

**[（一）申诉 1](#_Toc7032)6**

**[（二）仲裁 1](#_Toc27803)7**

一、技术描述

**（一）项目概要**

烹饪（西餐）项目，是指运用西餐代表烹调技法煎、铁扒、烤、焗、油浸、烟熏、低温真空烹饪等烹调方法，对原材料进行加工制作，使其形成一道道色香味形温俱佳的精美菜品。本次大赛参赛对象为年满16周岁，且在法定退休年龄之内，并在我市工作、生活和学习连续满1年以上的就业人员、居民或在校学生。报名数量不限，设置理论初赛进行筛选，成绩及格，排名前50名进入决赛实操考试。比赛中主要对选手的技能要求包括：烹调基础以及烹调操作技术，如了解[烹饪原料](https://baike.baidu.com/item/%E7%83%B9%E9%A5%AA%E5%8E%9F%E6%96%99" \t "https://baike.baidu.com/item/%E4%B8%AD%E5%BC%8F%E7%83%B9%E8%B0%83%E5%B8%88/_blank)分档取料及其加工方法，熟练使用烹调工具及设备、火候的掌握、烹调方法的运用、刀工、沙司制作、油温的识别，以及厨房卫生与安全知识。

1. **基本知识及能力要求**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 相关要求 | | 权重比例（%） |
| 1 | **职业道德** | 20 |
| 基本要求 | （1）忠于职守，爱岗敬业  （2）讲究质量，注重信誉  （3）尊师爱徒，团结协作  （4）积极进取，开拓创新  （5）遵纪守法，讲究公德 |
| 2 | **基础知识** | 30 |
| 基本知识 | 1. **饮食原料知识** 2. **饮食营养知识** 3. **饮食成本核算知识** 4. **安全生产知识** |
| 工作能力 | 1. 原料分类；原料特性；原料选择 2. 人体必需营养素；烹饪原料的营养；营养平衡和科学膳食；饮食的卫生与健康 3. 出成率的计算；其他相关项目计算 4. 厨房安全操作；安全用电用火安全；手动与机械设备安全使用 |
| 3 | 操作要求 | 50 |
| 基本知识 | 1. 原料初加工 2. 原料分档与切配 3. 原料预制加工 4. 菜肴制作 |
| 工作能力 | 1. 掌握鲜活原料的初步加工原则、方法及技术要求 2. 能够对一般畜禽原料进行分割取料 3. 掌握原料基本形状的加工，姿势正确，运用刀法，整齐均匀，符合要领，统筹用料，物尽其用 4. 熟练掌握各类烹饪技巧，操作姿势自然，原料辅料制作均匀适度，调味科学美味 |
| 合计 |  | 100 |

二、试题及评判标准

**（一）试题（样题）**

本次比赛命题及评分规则学习借鉴国内技能大赛的方法与理念，并结合国内行业技术特征，针对西餐的烹饪技法及特色制定试题。设置理论初赛进行筛选，成绩及格，排名前50名进入决赛实操考试。理论命题标准不低于国家职业技能标准规定的高级工（三级）要求。实操题涵盖西餐烹饪操作规程及相关规范和标准，注重基本技能和专业化操作，强调质量和精度，注重操作过程和质量控制，并结合行业实际，体现新技术新理念，考核职业综合能力，对技能人才培养起到示范引导作用。 制定四个模块，分别从操作、刀功、烹调技法、火候、沙司制作、配菜制作、装盘等几大方面考核。

模块A：操作过程评判

模块B：海鲜类开胃菜肴制作

模块C：牛肉主菜制作

模块D：英式橄榄球制作

1. **比赛时间及试题具体内容**

1.比赛时间安排：每场比赛时间共计120分钟。

2.试题竞赛形式和成绩计算

满分100分。操作过程25%，刀工削英式橄榄球占总分15%，海鲜类开胃菜占总分30%，牛肉主菜制作占30%。竞赛采用个人竞赛形式，三个模块必做。

1. **评判标准**

1.分数权重

依据技术规范，作品成绩分别由前场评分（操作过程评判）（25%）与后场评分（作品质量评判）（75%）组成，满分为100分。

2.评分方法

前场评分：按照操作准备（20分）、操作过程（40分）、安全卫生（20分）、礼仪礼貌（20分）进行评分。满分为100分。

（1）操作准备（20分）：自备原料不符合安全标准，扣1-5分；不按需合理准备材料，工具和调试设备.菜板没有明显的标识，扣1-3分。

（2）操作过程（40分）：不遵守相关操作流程和安全管理规定，扣1-5分；未按指定时间内完成竞赛，超过1分钟，扣1分；工作流程不顺畅，时间安排不合理，操作动作不娴熟，扣1-5分。

（3）安全卫生（20分）：原料摆放不符合食品安全扣1-5分；操作现场不整洁扣1-5分；餐、炊、用具不清洁扣1-5分；个人卫生不符合要求扣1-5分。

（4）礼仪礼貌（20分）：不穿全套工作制服，不符合行业标准，工作服不干净扣1-5分；不按照规范佩戴厨师帽，穿黑色工鞋，佩戴口罩，扣1-5分。

后场评分：

削英式橄榄球，数量（30分）、形态（30分）、标准（30分）、卫生（10分）。满分为100分。

海鲜类开胃菜制作，菜肴口味（30分）、菜肴色泽（15分）、菜肴质地（25分）、菜肴造型（20分）、营养卫生（10分）。满分为100分。

牛肉主菜制作，菜肴口味（30分）、菜肴色泽（15分）、菜肴质地（15分）、菜肴造型（20分）、营养卫生（15分）。满分为100分。

其中，前场评分由现场评委对每位选手现场操作表现进行评判，扣分处应告知选手并确认签字；后场评分由评委对每位选手成品质量分别进行评判、各自打分，分数相加后除以评委人数取得平均分，并保留小数点后两位。前场分数与后场分数相加既选手最终得分。

3.成绩并列

如出现选手总成绩并列时，按照理论考试分数高者为上。

**（四）赛项打分单**

1.前场打分单

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 前**前场打分单** | 选手编号 |  | |
| 工位号 |  | |
| 评分标准 | | 得分 |
| 操作准备  （20分） | 自备原料不符合安全标准，扣1-5分 |  |
| 不按需合理准备材料，工具和调试设备.菜板没有明显的标识，扣1-3分 |
| 操作过程  （40分） | 不遵守相关操作流程和安全管理规定，扣1-5分 |  |
| 指定时间内完成竞赛，超过 1 分钟，扣 1 分 |
| 工作流程不顺畅，时间安排不合理，操作动作不娴熟，扣1-5分 |
| 安全卫生  （20分） | 原料摆放不符合食品安全扣1-5分；操作现场不整洁扣1-5分；餐、炊、用具不清洁扣1-5分；个人卫生不符合要求扣1-5分。 |  |
| 礼貌礼仪  （20分） | 不穿全套工作制服，不符合行业标准，工作服不干净扣1-5分 |  |
| 不按照规范佩戴厨师帽，穿黑色工鞋，佩戴口罩，扣1-5分 |
| 总分 |  | |

选手： 评委1： 日期：

评委2：

2.后场打分单

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 前**模块A** | 项目名称 | **削英式橄榄球** | |
| 编号 |  | |
| 评分标准 | | 得分 |
| 数量（30分） | 按时提交3份共6只英式橄榄球,少一个扣5分 |  |
| 形态（30分） | 要求长度6cm,中间直径2cm,两端直径0.5cm，太粗太细扣1-5分，太长太短扣1-5分 |  |
| 标准（30分） | 要求削6-7个面，每个面光滑度、宽窄度一致，面数太少扣1-5分 |  |
| 卫生（10分） | 盘子及橄榄球不卫生，有污渍，扣1-5分 |  |
| 总分 |  | |

评委： 日期：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 前**模块B** | 项目名称 | **海鲜类开胃菜制作** | |
| 编号 |  | |
| 评分标准 | | 得分 |
| 菜肴口味  （30分） | 菜肴调味不适当，味道不纯正，主味不突出，扣1-2分 |  |
| 菜肴口感不适宜，扣1-2分 |
| 制作 3 份，摆盘不一致，每份菜品总重量超过 180 克，少于150克，扣1-2分 |
| 烹饪方法少于两种扣1-5分，酱汁少于两种，扣1-5分 |
| 海鲜类原料占到总重量的少于55%，或者多于65%，扣1-5分 |
| 菜肴色泽（15分） | 色调灰暗不自然大方，扣1-3分 |  |
| 主料，辅料，调料等搭配不协调，扣1-3分 |
| 沙司无光泽，不明亮，扣1-2分 |
| 菜肴质地（25分） | 选料不精致，火候不得当，沙司浓稠度不适宜扣1-5分 |  |
| 不符合其应有的嫩，脆，软，酥等特点，扣1-2分 |
| 刀工不精细，大小，粗细，长短不均匀，名1-2分 |
| 刀工处理不符合原料特点和结构，剩余边料多，浪费，扣1-2分 |
| 菜肴造型（20分） | 主辅料配比不合理，形态不自然，扣1-2分 |  |
| 装盘不美观，餐具与菜肴不谐调，扣1-2分 |
| 没有一种可食用的装饰物，或者使用不能使用的装饰物，扣1-2分 |
| 没有使用蔬菜或水果作为配菜，扣1-2分 |
|  | 营养卫生（10分） | 不讲究营养搭配，绿色健康，使用色素，扣1-2分 |  |
| 菜肴和盛器干净卫生，使用不可食用的鲜花，扣1-2分 |
| 总分 |  | |

评委： 日期：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 前**模块C** | 项目名称 | **牛肉主菜制作** | |
| 编号 |  | |
| 评分标准 | | 得分 |
| 菜肴口味（30分） | 菜肴调味不适当，味道不纯正，主味不突出，扣1-2分 |  |
| 菜肴口感不适宜，扣1-2分 |
| 每份主菜没有体现两种烹饪方法，没有包括 3 种蔬菜和 1 种淀粉类食物，扣1-5分 |
| 每份主菜没有一种可食用的装饰物或者没有搭配两种的酱汁，扣1-2分 |
| 牛肉原料制品的总重量为整份主菜低于55%或者高于65%，扣1-2分 |
| 菜肴色泽（15分） | 色调不明快自然，扣1-2分 |  |
| 主料，辅料，调味等相互搭配不协调，扣1-2分 |
| 沙司无光泽，太稠或太稀，扣1-2分 |
| 菜肴质地（15分） | 选料不精致，火候不当，加工不精细，沙司浓稠度不适宜，扣1-5分 |  |
| 不符合其应有的嫩，脆，软，酥等特点，扣1-2分 |
| 菜肴造型（20分） | 主辅料配比不合理，刀工粗糙，刀面不光洁，扣1-5分 |  |
| 装盘不美观，餐具与菜肴不谐调，扣1-2分 |
| 菜肴装饰不美观，无新意，扣1-2分 |
| 营养卫生  （15分） | 菜肴营养搭配不均衡，使用色素，扣1-2分 |  |
| 菜肴和盛器不干净卫生，使用不能食用的鲜花，扣1-2分 |
|  | 总分 |  | |

评委： 日期：

三、竞赛细则

**（一）竞赛时间**

|  |  |
| --- | --- |
| 项目 | 日期、时间 |
| 选手检录时间、备品发放 | 7:30—8:30 |
| 选手抽取场次、作品签等 | 7:30—8:20 |
| 实操赛场原料准备 | 8:20—9:00 |
| 实操考试第一场 | 9:00—11:00 |
| 实操考试第二场 | 11:00-13:00 |
| 实操考试第三场 | 13:00-15:00 |

**（二）竞赛过程**

操作考试：每场比赛时间共计120分钟，满分100分。

1.赛项内容：本赛项为现场制作削英式橄榄球，海鲜类开胃菜制作及牛肉主菜制作，提供规定菜品所需基础调料、餐具等，主料、辅料自备。

2.作品应表现出规定菜品质量要求的刀工技术和烹调技巧，色、香、味、形、质、养、温俱佳。

3.菜品使用自备的原材料加工成菜，不可自备半成品或成品的主料、配料,沙司及有标识的餐具入场，违反规定者取消参赛资格。

4.菜品限作一次，送评的菜品应保证成菜数量、质量及温度标准。

**（三）实施细则**

1.参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。选手之间应讲团结、友好、协作，避免各种矛盾发生。所有参赛选手服装、菜刀自备（服装上不得带有明显标识），包括帽子、上衣、围裙、一次性手套、口罩、厨房纸巾等。选手需按要求将参赛证佩戴在胸前，选手编号粘贴在左胸处。

2.参赛选手提前30分钟到达检录处参加检录。比赛过程中，应严格遵守赛场纪律，服从大赛裁判长及裁判的管理。比赛结束后，经确认后带好自己的工具，迅速撤离赛场。

3.本次大赛将严格进行赛前检录，选手经检录后进入比赛场地指定区域，检录后不得擅自出入。

4.比赛期间，除组委会成员、裁判组成员、赛场允许的工作人员外，其余人员一律不得进入赛场及评委室。

5.新闻媒体等进入赛场必须经过组委会允许，由专人陪同并且听从现场工作人员的安排和管理，不能影响比赛进行。

6.选手到达比赛场地后应认真检查设备设施等用具，整个操作过程中须保持环境整洁，废弃物倒入指定垃圾桶，但不需要自行清理出比赛场地。

7.参赛选手须服从现场裁判指挥。如有问题，应由选手或其指导教师在当天向组委会提出陈述。

8.组委会将对选手资格进行严格认证。比赛严禁冒名顶替，弄虚作假。

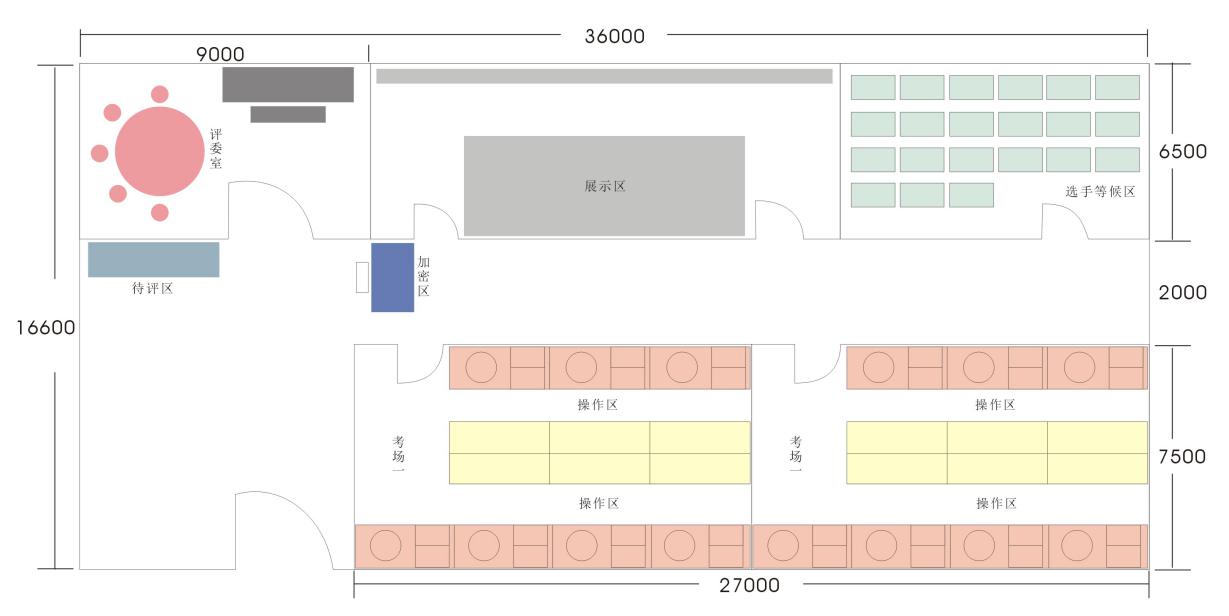
四、竞赛场地、设施设备等安排

依照大赛参赛项目和实际参赛人数具体确定，拟定场地如下：

**（一）赛场规格要求**

实际操作场地：二实训楼一楼西餐餐实训室101A。评委室、菜品展示室二实训楼实训室101B。场地总体面积600平，工位数量16个-20个/场，每个工位的3平。

**（二）场地布局图**



**（三）基础设施清单**

赛场提供基础烹饪工具：煎锅、沙司锅、四合一炉灶、万能蒸烤箱、抽真空机、水浴缸等，另备常用调味品：盐、番茄酱、白糖、黑白胡椒粉、色拉油等,菜肴制作完成后，统一使用现场提供餐具盛装，菜品不得做任何盘饰及标记。

五、安全规定

**（一）参赛选手规定**

1.参赛选手按照大赛赛程安排凭组委会颁发的参赛证和有效身份证件参加比赛及相关活动，服装不得带有明显标识。

2.参赛选手应自觉遵守赛场纪律，服从裁判、听从指挥、文明竞赛；选手需持证进入赛场，禁止将通讯工具带入赛场。

3.须服从领导，听从指挥，遵守赛场规则，按时接受检录。

4.穿戴整洁，佩带参赛证。

5.选手进入比赛现场后可进行赛前准备，检查并确认比赛所需要的相关原材料、用具及实施设备等。

6.独立完成操作，不得提前加工，不得多做挑选。严禁携带违禁器物和手机及其他通讯工具进入赛场。

7.不得在赛场喧哗、打斗。爱护场地的设施设备，爱护环境卫生，注意安全。损坏大赛设备照价赔偿。

8.比赛期间设备出现问题时，参赛选手应提请现场评判人员检查确认，并服从评判人员及工作人员的统筹安排。

9.当宣布比赛时间结束时，参赛选手须立即停止操作，如继续操作将被扣分。

10.比赛结束做好清理工作，及时撤离赛场。

11.服从比赛的评判结果，如有异议可以书面形式向组委会裁判组提出。

**（二）工作人员规定**

1.工作人员必须统一佩戴由组委会签发的相应证件，着装整齐。

2.工作人员不得影响参赛选手比赛，不允许有影响比赛公平的行为。

3.服从领导，听从指挥，以高度负责的精神、严肃认真的态度做好各项工作。

4.熟悉比赛规程，认真遵守各项比赛规则和工作要求。

5.坚守岗位，如有急事需要离开岗位时，应经领导同意，并做好工作衔接。

6.严格遵守比赛纪律，如发现其他人员有违反比赛纪律的行为，应予以制止。情节严重的，应向比赛大赛办反映。现场如出现危险情况，安保人员立即与相关部门请示上报采取应急措施。

7.发扬无私奉献和团结协作的精神，提供热情、优质服务。

六、申诉与仲裁

**（一）申诉**

1.参赛选手对不符合竞赛规定的设备、工具、软件，有失公正的评判、奖励，以及对工作人员的违规行为等，均可提出申诉。

2.申诉应在竞赛结束后2小时内提出，超时不予受理。申诉时，应按照规定的程序向组委会裁判组递交书面申诉报告。报告应对申诉事件的现象、发生的时间、涉及到的人员、申诉依据与理由等进行充分、实事求是的叙述。事实依据不充分、仅凭主观臆断的申诉不予受理。申诉报告须有申诉的参赛选手签名。

3.赛项裁判组收到申诉报告后，应根据申诉事由进行审查，2小时内书面通知申诉方，告知申诉处理结果。

**（二）仲裁**

赛项裁判组接受由参赛选手提出的对裁判结果的申诉。裁判组在接到申诉后的2小时内组织复议，并及时反馈复议结果，复议结果为最终结果。