

2024年“柳州市职工职业技能大赛烹饪  
(中餐) 赛项技术文件

## 目录

一、赛项说明.....	1
二、竞赛内容.....	1
（一）理论知识竞赛.....	1
（二）操作技能竞赛.....	2
三、竞赛规则与流程.....	4
（一）理论知识竞赛.....	4
（二）操作技能竞赛.....	4
四、竞赛成绩组成.....	5
五、竞赛评分标准.....	5
（一）理论知识竞赛.....	5
（二）操作技能竞赛.....	5
六、竞赛设备与比赛规则纪律.....	7
（一）竞赛设备.....	7
（二）比赛规则纪律.....	10
七、竞赛注意事项.....	11

## 一、赛项说明

本届竞赛以《烹调师国家职业技能标准》高级工（三级）及以上的知识和技能要求命题，并结合当前餐饮行业发展需求，适当增加相关新知识、新技术、新技能等内容。

竞赛形式：个人赛

包括理论知识竞赛和操作技能竞赛两部分，每部分均由每名选手独立完成。

## 二、竞赛内容

### （一）理论知识竞赛

#### 1. 竞赛时间：

理论知识竞赛时间为 90 分钟。

#### 2. 竞赛形式与题型：

理论知识竞赛采用线上答题方式进行，题型包括单选题、多选题以及判断题 3 类。具体题量及分值见表 1。

表1 理论知识竞赛题型、题量、分值分布

题型	评分标准	题目数量	分值
单选题	每题1分	40	40
多选题	每题2分	20	40
判断题	每题0.5分	40	20
合计		100	100

#### 3. 竞赛内容

##### （1）基本知识（20分）

职业道德：职业认知、职业道德、法律法规知识等。

基础知识：成本核算、安全和应急知识、厨房管理知识等。

烹饪专业知识（70分）

烹调工艺：刀功技术、烹调技法、整盘技术等

营养配餐：原料知识、菜品搭配等

（2）新知识新技术（10分）

行业绿色发展。

规范性文件及标准知识。

## （二）操作技能竞赛

### 1. 竞赛时间

操作技能竞赛时间为90分钟。

### 2. 竞赛形式与题型

本次比赛采用个人赛，所有操作需选手独自完成。本竞赛项目比赛总时间为90分钟，分二个模块完成，其中模块一为“规定基本功（醋溜土豆丝）”的作品竞赛，时间为10分钟（独立计时）；模块二为“规定热菜”作品竞赛，时间为80分钟。要求参赛选手必须在规定时间内分别独立完成二个模块作品的制作（包括开档准备、作品制作、撤场卫生整理等全过程）。

为有效控制选手完成作品的比赛用时，赛场对作品的送评时间作了严格规定，选手必须在规定的送评时间段内将制作完成的作品交由工作人员送评，如超过了规定的送评时间段，该作品将不予送评。具体要求如下：

类别	内容		数量	竞赛时间	送评时间
模块一	醋溜土豆丝		1个	10分钟 (独立计时)	第10分钟
模块二	规定热菜	鸡肉类：滑炒鸡丝	1个	80分钟 (热菜时间打通)	第90分钟
		鱼类：清汤鱼丸	1个		

### 作品一：醋溜土豆丝

基本功菜品制作技术和操作过程要求如下：

1. 选手一律使用现场提供的原材料，在 10 分钟内完成基础热菜一道；

醋溜土豆丝：土豆 250 克，青椒一个约 50 克；

2. 操作规范，流程合理，投料准确，按时完成；

3. 运刀基本功扎实，原料处理准确；

4. 火候基本功扎实，烹法恰当

5. 调味基本功扎实，口味准确；

6. 操作区整洁干净，垃圾分类处理得当。

### 作品二：滑炒鸡丝

基本功菜品制作技术和操作过程要求如下：

1. 选手一律使用现场提供的原材料，在 20 分钟内完成基础热菜一道；

滑炒鸡丝：净冰鲜鸡脯肉约 250 克，青、红椒各一个约 100 克；

2. 操作规范，流程合理，投料准确，按时完成；

3. 运刀基本功扎实，原料处理准确；

4. 火候基本功扎实，烹法恰当；

5. 调味基本功扎实，口味准确；

6. 操作区整洁干净，垃圾分类处理得当。

### 作品三：清汤鱼丸

1. 选手一律使用现场提供的原材料。主料统一使用草鱼半条，赛场准备常用调辅料（鸡蛋、精盐、料酒、生粉、色拉油）等；

2. 选手根据菜肴特点现场独立完成菜肴的烹调，可根据菜肴需要适当点缀饰；

3. 作品应体现菜肴味型特点，要求色泽洁白，口味咸鲜，鱼丸形状饱满圆润，口感滑嫩；

4. 作品制作要求份菜满足 8 人量，位菜则须满足 6 人量，器皿自带，另备品尝碟供评判；

5. 作品制作过程中不可以使用模具。

### **三、竞赛规则与流程**

#### **（一）理论知识竞赛**

1. 所有参赛选手在竞赛开始前 15 分钟凭本人身份证和参赛证进入考场。竞赛开始后 5 分钟禁止参赛选手入内。未参加竞赛人员成绩按 0 分计。

2. 任何资料和电子产品禁止带入考场。

3. 进入考场后按照参赛号码标识落座。

4. 落座后按照提示检查电脑运行情况，如电脑存在故障，举手跟考官示意，更换考位。

5. 竞赛现场，按照考官示意开始答题或结束答题。如竞赛途中遇机器故障可以举手示意，考官协调解决。其他任何情况下，竞赛开始后不得中途离开考位。如遇特殊情况，需报告考官，获得同意后可提前结束竞赛。

#### **（二）操作技能竞赛**

操作技能竞赛在专用考区进行，考区设置选手候赛区、比赛区、观摩区等区域，竞赛按照二个模块进行，其中模块一为“规定基本功（醋溜土豆丝）”的作品竞赛，时间为 10 分钟（独立计时）；模块

二为“规定热菜”作品竞赛，时间为80分钟。参赛选手竞赛开始前30分钟进行抽签。

根据抽签号进入比赛流程。

#### 四、竞赛成绩组成

成绩采用百分制，竞赛总成绩由理论知识和操作技能两部分成绩组成。

总成绩=理论成绩×30%+操作技能成绩×70%。

竞赛总成绩作为参赛选手名次排序的依据。若参赛选手总成绩相同，操作技能竞赛成绩高的选手名次在前；若选手成绩出现同分且影响最终名次，则由专业评委对同分选手成绩进行二次合议，确定选手最终名次。

#### 五、竞赛评分标准

##### （一）理论知识竞赛

理论知识竞赛成绩评定由线上考试系统自动完成。

##### （二）操作技能竞赛

##### 1. 分数权重：

类别	内容		竞赛时间	分值
	过程评价：现场操作		比赛全过程	10分
模块一	醋溜土豆丝		10分钟	30分
模块二	规定热菜	鸡肉类：滑炒鸡丝	80分钟	30分
		鱼类：清汤鱼丸		30分
总分				100分

操作技能竞赛按照统一的评分标准细则进行评分，由裁判组进行

现场评分，具体细则见表 2、表 3。

表 2 现场操作评分标准

模块	过程评价（100分）				
序号	内容	评分项描述	分值	扣分	得分
1	仪容 仪表	按要求着装，穿指定全套工作服、干净整洁	10		
		头发指甲修剪整齐、不蓄胡须	5		
		佩戴厨师帽，穿指定工鞋，佩戴口罩	10		
2	操作 规范	参赛物品有专用用品盛装、操作工具容器、 工作台等干净整洁，无异味	10		
		操作规范，制作过程中工用具生熟分开	10		
		操作流程合理工用具使用得当	5		
		合理使用原料，无浪费原料现象	5		
		垃圾分类管理	5		
3	安全 卫生	安全操作，不发生安全事故或炉具用具损坏	10		
		遵守相关食品安全管理规定，避免用手直接 接触或沾染成品食品	5		
		注意操作安全，无刀伤、烧伤、烫伤	5		
		操作现场整洁，餐饮用具整洁卫生	5		
4	赛场 纪律	服从指挥，不大声喧哗，不迟到	10		
		不失误重做、多做挑选，不使用他人原料	5		
合计			100		



表 3 操作成品评分标准

模块	滑炒鸡丝清汤鱼丸、红烧肉成品评价			
序号	评分项	分值	评分标准	
			评判点	得分标准
1	口味与质感	25分	调味得当，主味突出，质感符合应有要求，体现地方特色	①调味10分 ②质感10分 ③地方特色5分
2	工艺与火候	25分	烹法恰当，火候适宜，特点鲜明，烹饪技法得当	①烹法10分 ②火候5分 ③特点5分 ④区域技法5分
3	创意与实用	25分	设计合理，技艺新颖，有较高的技术技巧，创意突出，适合推广	①创意10分 ②实用推广价值15分
4	成品造型	25分	刀工均匀，色彩自然，造型美观	①刀工10分 ②色彩10分 ③造型5分

## 六、竞赛设备工具原材料与比赛规则纪律

### （一）竞赛设备、工具、原材料

#### 1. 竞赛设备

表 4 竞赛设备

序号	名称	数量	规格
1	不锈钢中餐燃气灶	13灶	3900*1050cm
2	不锈钢操作台	13张	100*180cm
3	不锈钢水池（含供水龙头）	13个	40*40cm

4	冷藏冰柜	2台, 所有选手共用	双门双温
5	专用塑料垃圾桶	13个	直径30cm
6	排烟罩 (合用)		覆盖全部炉灶
7	消防安全设备		满足消防要求
8	监控设备	10套	覆盖竞赛场地、评分 场地

## 2. 烹饪（中餐）项目赛场提供工具

表5 赛场提供工具清单表

序号	名称	数量	规格
1	砧板	26个	直径40cm, 高度不低10cm
2	双耳锅	13个	直径42cm
3	不锈钢手勺	13个	手把40cm, 勺头12.5cm
4	不锈钢漏勺	13个	直径30cm
5	不锈钢锅铲	13个	长度40cm
6	不锈钢油罐	13个	直径28cm
7	调料罐	90个	单个直径12cm
8	厨用毛巾	13块	长度40cm
9	盛菜盘	26个	直径20cm
10	不锈钢圆盆	13个	直径33cm
11	汤碗	13个	直径15cm
12	一次性碗	52个	直径8cm
13	马斗	65个	直径8cm

### 3. 原材料

为每位选手备配的原材料如下，选手不能自带原材料。

表 6 现场提供原材料

序号	名称	单位	数量(参考)
1	净冰鲜鸡脯肉	克	500
2	青椒	克	100
3	红椒	个	100
4	土豆	克	500
5	草鱼	克	1500
6	料酒	克	250
7	白砂糖	克	250
8	蒜头	克	50
11	生姜	克	50
13	精盐	克	100
15	味精	克	20
16	鸡粉	克	20
20	生抽	克	200
21	老抽	克	100
22	蚝油	克	100
23	醋	克	100
24	调和油	瓶 (3L)	1
25	生粉	克	200
26	胡椒粉	包 (5克)	1
27	葱	克	50

## （二）比赛规则纪律

1. 严格执行比赛提出的工作要求，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. 严禁带入成品或半成品菜肴，禁止重做或挪用他人加工过的原料。

6. 成品要在时间规定范围内完成，超时不予计分。

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场地。

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，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。

## 七、竞赛注意事项

1. 参赛选手应严格遵守赛场纪律，着装整洁，服从大赛组委会的指挥和安排。

2. 比赛过程中，参赛选手在指定区域进行操作，不得跨越区域干扰其他选手比赛，不得大声喧哗。如果裁判员提示注意后仍无效，将酌情扣分，情节严重的终止比赛。

3. 比赛过程中，参赛选手和裁判员需上缴个人通讯工具等电子产品。

4. 比赛过程中，参赛选手不得擅自离开赛场，如有特殊情况，需报告裁判员，获得同意后按要求作相应处理。

5. 比赛过程中，参赛选手如遇问题须举手向裁判员提问；比赛过程中如发生意外，应及时向裁判员报告，裁判员视具体情况予以判定，并协调处理。