

# 第十届“星光计划”职业院校技能大赛

“烹饪（西餐）”项目

## 技术描述

上海市星光计划组委会竞赛办公室

二〇二三年四月

# 目录

<b>1. 项目简介</b> .....	<b>1</b>
1.1 项目描述 .....	1
1.2 竞赛目的 .....	1
1.3 相关文件.....	1
<b>2. 选手应具备的能力</b> .....	<b>2</b>
<b>3. 竞赛试题</b> .....	<b>3</b>
3.1 试题模块.....	3
3.2 模块简述.....	3
3.2.1 模块 A: 奶油蔬菜汤.....	4
3.2.2 模块 B: 鱼肉主菜.....	4
3.3 命题方式 .....	4
3.4 命题方案.....	4
<b>4. 评分规则</b> .....	<b>4</b>
4.1 评价分（主观） .....	5
4.2 测量分（客观） .....	5
4.3 评分流程说明 .....	6
4.4 成绩排名（并列处理） .....	6
<b>5.项目特别规定</b> .....	<b>7</b>
5.1 工具箱检查规定.....	7
5.2 比赛食材规定 .....	7
5.3 本项目赛题和配套文件均采用简体中文 .....	8
5.4 技术违规.....	8
5.5 技术违规的处罚规定.....	9
<b>6. 竞赛场地与相关设施设备</b> .....	<b>9</b>
6.1 场地设备工具.....	9
6.2 材料.....	11
6.3 竞赛选手须自备的设备和工具 .....	11
6.4 竞赛场地禁止自带使用的设备和材料.....	11
<b>7. 健康和安</b> .....	<b>12</b>
7.1 选手安全防护要求.....	12
7.2 有毒有害物品的管制.....	12
7.3 赛事安全要求.....	12
<b>8. 开放赛场</b> .....	<b>12</b>
<b>9. 绿色环保</b> .....	<b>13</b>

本项目技术描述是对本竞赛项目内容的框架性描述，正式竞赛内容及要求以竞赛当日公布的赛题为准。

## 1. 项目简介

### 1.1 项目描述

烹饪（西餐）项目是指根据健康和安全法规制作菜单，根据不同类别的食材制作菜肴。本竞赛项目为个人赛，竞赛中对选手的技能要求主要包括：根据食谱和标准，准备、加工、烹饪、呈现菜肴；根据模块标准和给定准则创新和测试菜谱；根据标准准时出菜；掌握标准西餐制作技能；制定均衡营养菜单；按照给定的模块标准估算成本并合理安排预算；掌握食材订购和挑选知识；高度重视并严格确保个人卫生和食品卫生安全；熟练并安全操作厨房设施设备；能够有计划地合理安排厨房管理及菜肴制作工作，进行高效的工作及时间管理，并能够进行有效沟通。

### 1.2 竞赛目的

本次大赛以“新时代、新技能、新精彩”为主题，借鉴世界技能大赛的先进理念，促进参赛选手更好的掌握西餐基本技能，深化教学改革、推进校企合作，展示师生风采。提高学生素养，培育工匠精神。发挥大赛社会效应，展示职业教育成果，服务上海产业转型升级发展，增强职业教育影响力和吸引力。

引导职业院校重视实践教学，突出能力本位，改变“重知识、轻能力”的倾向，使参赛选手做到学思结合，知行统一，达到“以赛促学”、“以学促赛”的目的。

### 1.3 相关文件

本项目技术工作文件只包含项目技术工作的相关信息。除阅读本文件外，开展本技能项目竞赛还需配合其他相关文件一同使用：

- （1）第十届“星光计划”职业院校技能大赛烹饪（西餐）项目试题
- （2）第十届“星光计划”职业院校技能大赛烹饪（西餐）项目评分细则

## 2. 选手应具备的能力

参赛选手应严格遵守大赛竞赛各项规则，安全、环保地完成各模块比赛。通过竞赛，使参赛选手充分展示职业技能、基本制作能力、操作的熟练程度、制作过程的规范性及应变能力。

选手应具备以下能力：

- (1) 阅读并能理解技术文件及说明的能力；
- (2) 正确使用各类厨房用具和设备的能力；
- (3) 能够按照赛题要求制作并掌握好工作节奏；
- (4) 能够表现出训练有素的基本功；
- (5) 能够使用新型的现代制作工具，按要求规范操作；
- (6) 理解并遵守现行餐饮行业相关标准以及法规；
- (7) 熟悉并能正确使用各种个人防护工具。

模块	能力描述
A	<b>奶油蔬菜汤</b>
	个人需要知道和理解： <ul style="list-style-type: none"><li>• 厨房基本安全规范</li><li>• 食品安全要求</li><li>• 基本刀法操作要求</li><li>• 西式蔬菜汤制作的原理</li><li>• 原料成型的基本要求</li><li>• 配菜烹饪的重要性</li></ul>
	个人应能够： <ul style="list-style-type: none"><li>• 注意个人卫生及操作卫生，穿着干净的厨师服（厨师帽、围裙、专业工作鞋）。</li><li>• 按要求洗手</li><li>• 正确品尝菜肴的滋味</li><li>• 确保工作区域的清洁卫生避免交叉污染。</li></ul>
•	<b>鱼类主菜</b>
	个人需要知道和理解： <ul style="list-style-type: none"><li>• 鱼肉基本知识及如何鉴别</li><li>• 鱼肉的营养价值及营养平衡</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 个人所需要的营养素</li> <li>• 鱼肉特征特点及用途</li> <li>• 菜肴展示的重要性</li> </ul>
	<p>个人应能够：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 识别食材的质量、品质及新鲜度</li> <li>• 按标准使用主料、辅料和调料</li> <li>• 运用刀法按顺序进行食材初加工</li> <li>• 根据要求掌握原料的重量，充分利用食材，发挥食材的最大效用</li> <li>• 为不同烹饪方法选择合适的烹饪器具</li> <li>• 灵活应用各种烹饪方法</li> <li>• 对菜肴的主副料配比，菜肴外观、色彩搭配结合摆盘趋势进行创意摆盘</li> </ul>

### 3. 竞赛试题

#### 3.1 试题模块

模块编号	模块名称	竞赛时间 min	分数		
			评价分	测量分	合计
A	奶油蔬菜汤	60	20	20	40
B	鱼肉主菜	60	30	30	60
总计		<b>120</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

#### 3.2 模块简述

参赛选手应阅读并理解技术文件，严格遵守竞赛各项规则，安全、环保地完成各模块比赛。通过各模块的比赛，选手能正确使用各种厨房设备和用具，表现出训练有素的基本功，按照赛题要求制作菜肴并能有序掌握工作节奏，正确使用各种个人防护工具，充分展示职业技能、基本制作能力、操作的熟练程度和制作过程中的规范性及应变能力。

本次第十届“星光计划”职业院校技能大赛烹饪（西餐）项目总项目时间为 2 小时。选手将有额外的 15 分钟开档时间和 15 分钟厨房复原时间。选手在开档期间不可进行任何食物的准备或者烹饪。竞赛厨房工位将由选手在比赛前一天进行抽签。

所有的食品准备工作将根据试题指定时间开始。选手不允许在比赛前做任何准备。选手需自带食材，比赛结束后将检查食材浪费。

### **3.2.1 模块 A：奶油蔬菜汤**

该模块包括原料的选择、操作规范、厨房卫生以及个人卫生的把控，按标准使用主料和配料、了解西餐基础汤以及奶油蔬菜汤的制作方式、西餐香料的合理应用、装饰菜肴摆盘、菜肴温度的把控使汤品完整达到技术要求。

### **3.2.2 模块 B：鱼肉主菜**

该模块包括原料的粗加工、合理使用砧板及刀具、展示西餐的基本刀工技能和烹饪技能、正确选用厨房工具和设备运用烹调方法加工、食材的成熟度掌握、主料与配菜的比例、菜肴颜色、香味、温度及口味的把控使热菜完整达到技术要求。

## **3.3 命题方式**

本项目为提前公布试题的项目，由专家组长根据本《技术描述》的思路及内容命制试题并于赛前 4 周公布（包括试题、素材、评判标准等）。竞赛试题由首席专家主持执裁专家组在赛前对试题进行修订，修订比例一般不超过 30%。修订时，首席专家须提供完整的修订方案，执裁专家组成员均可提出修订意见，最终修改由首席专家确定（或由首席专家发起举手表决通过确定），并由全体执裁专家签字确认。赛前不再重新公布竞赛试题。

## **3.4 命题方案**

本次命题方案参照上海市第八届“星光计划”职业院校技能大赛烹饪（西餐）项目、第一届全国职业技能大赛烹饪（西餐）项目以及第 45 届世界技能大赛烹饪（西餐）命题方案设计。

# **4. 评分规则**

本次评分规则参照世界技能大赛及中华人民共和国第一届全国职业技能大赛的评分规则执行。本项目评分标准为测量和评价两类。凡可采用客观数据表述的评判称为测量；凡

需要采用主观描述进行的评判称为评价。

#### 4.1 评价分（主观）

评价分（Judgement）打分方式：3名执裁专家为一组，各自单独评分，计算出平均权重分，除以3后再乘以该子项的分值计算出实际得分。执裁专家相互间分差必须小于等于1分，否则需要给出确切理由并在小组长或首席专家的监督下进行调分。

评价分采用0-3分制。打分需严格及有连贯性，评价分应使用如下方法评判：  
每个项目有详细的打分指导标准：

- 0: 低于行业标准；
- 1: 符合行业标准；
- 2: 符合行业标准，部分高于行业标准；
- 3: 完全超过行业标准，被认为是非常好。

权重表如下：

权重分值	要求描述
0分	菜品整体色泽暗淡，刀工处理不当，搭配不合理，没有装饰
1分	菜品整体色泽较明显，刀工处理简单，搭配合理性较差，简单装饰
2分	菜品整体色泽明显，刀工处理适当，搭配合理，装饰有新意
3分	菜品整体色泽鲜明，刀工处理完美，搭配十分协调，装饰新意高且实用性强

#### 4.2 测量分（客观）

测量分（Measurement）打分方式：按模块设置若干个评分组，每组由3名及以上执裁专家构成。每组所有执裁专家一起商议，在对该选手在该项中的实际得分达成一致后最终只给出一个分值。若执裁专家数量较多，也可以另定分组模式。

测量分评分准则样例表：

类型	示例	最高分值	正确分值	不正确分值
满分或零分	工作台/柜台的卫生的清洁柜台在比赛开始时清洁，在任务与任务中间和结束时清洁	√=0.5	√=0.5	×=0

### 4.3 评分流程说明

在比赛过程中，执裁专家将根据其职责在相关区域评分：外场评分和内场评分。本次外场执裁专家由各参赛队等额推荐组成，共 12 人，分为 3 组，每组 4 人。为了保证比赛的公平公正，将采取回避原则，遇到本校选手则不评分；每组外场执裁专家将会设立一名小组长（以执裁专家的培训考核成绩来进行分配），该小组长仅对所在组内成员参赛队的选手进行评分。

内场执裁专家由第三方推荐执裁专家组成共 9 人，分为 3 组，每组 3 人；且增设应急执裁专家 1 人，当有执裁专家临时无法进行执裁工作时，将由应急执裁专家担任其执裁工作。出现分值分歧时，将由首席专家介入。评价评分表和测量评分表应由每一个参与评判的执裁专家签字确认后交首席专家。首席专家审核执裁专家提交的评分表后将评分表交至登分员登分并汇总成绩。

执裁专家必须做好笔记并在他们评分时展示他们的理由，以说明他们在给予扣除分数方面的正当理由。评价分之间的差异最多只能为 1 分，否则需要拿着书面记录讨论。首席专家会就差异问题提供意见，并与有关执裁专家一起回顾进行重新评分。

A/B 模块有 10 分钟的上菜时间，超过 10 分钟的上菜时间，将不允许对该菜给予展示和内场评分。

内场执裁专家在内场评分时需留在内场评分室，只有在得到首席专家许可的情况下，以群组为单位才能离开内场执裁专家室。当内场执裁专家走出内场执裁专家室时，他们必须远离比赛区域（回避原则）。

### 4.4 成绩排名（并列处理）

参赛选手总成绩按得分从高到低依次排列名次，当总分相同时，则模块 A 得分高的选手名次在前。



## 5. 项目特别规定

### 5.1 工具箱检查规定

在正式比赛前一天，执裁专家将检查选手所携带的工具箱。

#### (1) 选手工具箱规定：

选手可带入比赛的最大个人设备（例如：刀、模具、器皿等）必须能够容纳在 1 个完整的 1/1 份数盘，并配 150 毫米盖。工具箱将由选手自带，多余工具需自行取出直至工具箱盖子完全盖上。

1/1 份数盘的尺寸为 150 毫米（H）×530 毫米（W）×325 毫米（D），示例如下图：



- #### (2) 每个工位只能放置 1 个工具箱，选手在 15 分钟的开档时间内需取出工具箱并摆放好所有小工具，比赛中由场地经理统一保存。比赛结束收档时需将所有自带工具放回工具箱。工具箱侧面需贴上选手编号。

### 5.2 比赛食材规定

比赛时的所有食材将来自于公共桌食材及选手自带食材，标准食材的订购单（比赛前一个月向选手公布）

- 公共食材桌食材（比赛前一个月向选手公布）

比赛当天公共桌子上会提供公共食材。公共食材将无限量向选手提供。

每个选手都得到一个同样的含有固定食材的订料清单。所有食材须符合订料清单规定的标准重量/数量；食材不允许经过任何刀工或烹饪的预处理，所有奶制品及干货食材不允许拆开包装，违反规定将扣除相应的分值。比赛前一天执裁专家将对选手自带食材进行检查，比赛当天会发放所有订购的食材。

每个选手需自行准备两个 30L 的盒子用于存放食材，一个用于存放干货，一个用于存放冷藏新鲜食材。盒子会贴上选手编号和姓名，比赛过程中这两个盒子需自行保管，使用安排自理。比赛结束后，执裁专家将进行冷藏新鲜剩余食材称重。



### 5.3 本项目赛题和配套文件均采用简体中文

### 5.4 技术违规

- (1) 参赛选手、执裁专家不可携带手机等通讯设备。需放在锁柜内，直到当天比赛结束后由首席专家和场地经理安排取回。
- (2) 比赛前参赛选手未经允许，不得进入赛场区域，不准擅自操作设备。
- (3) 参赛选手应服从命令、听从指挥，在规定区域内活动，不得擅自离开。
- (4) 参赛选手不得将选拔赛承办单位提供的工具、材料等物品带出赛场。
- (5) 参赛选手禁止携带设施设备清单中已有的设备和工具。
- (6) 禁止参赛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。
- (7) 执裁专家、参赛选手、场内技术工作人员在比赛期间不得使用手机、照相机、录像机等设备。
- (8) 参赛选手对选拔赛过程安排或选拔赛结果有异议时，可以向执裁专家反映，必要时

可向首席专家汇报，但不得扰乱赛场秩序。

- (9) 参赛选手和执裁专家发现竞赛过程中存在问题或争议，应及时向首席专家反映。如在赛场比赛期间和执裁专家有任何交流将作为违规行为。如需汇报问题举手示意。
- (10) 比赛期间，参赛选手必须严格遵守赛场纪律，除携带竞赛抽签单和规定必备的物品外，其它一律不得带入竞赛现场，不得在赛场内大声喧哗，不得作弊或弄虚作假；同时，必须严格遵守操作规程，确保设备和人身安全，并接受执裁专家的监督和警示。若因选手因素造成设备故障或损坏，无法进行比赛，首席专家有权终止比赛。

## 5.5 技术违规的处罚规定

- (1) 竞赛日当天如参赛选手携带任何未申报或未经允许的设备和工具带入赛场，将按作弊违规，取消当天该模块成绩。
- (2) 参赛选手在比赛期间不得使用手机、照相机、录像机等设备，发现违规将取消竞赛资格。
- (3) 对于违反赛场纪律、扰乱赛场秩序的参赛选手将视其情节予以处理，或直接取消参赛资格和比赛成绩。
- (4) 参赛选手进入赛场未按要求穿戴防护装备（厨师服、厨师裤、厨师鞋、厨师帽、厨师围裙）将会扣除相应分值。
- (5) 禁止选手携带任何有毒有害物品进入竞赛现场，一经发现将取消参赛资格。
- (6) 参赛选手应准时参赛，迟到 30 分钟以上时，将按自动弃权处理，不得入场进行比赛。

## 6. 竞赛场地与相关设施设备

### 6.1 场地设备工具

序号	主体设备名称	型号	单位	数量
1	两联电磁炉灶	功率 14KW	台	1
2	水槽		个	1
3	不锈钢操作台	100*50*80	个	1
4	操作柜或层架柜		个	1
5	高汁锅	16*10	个	1

6	矮汁锅	16*8	个	1
7	高炖锅	25*15	个	1
8	不粘煎锅	26*5	个	1
9	焗炉（共用）	600x549x510	台	4
10	炉下烤箱	320*250*400	个	1
11	保温热灯 （两名选手共用一台）	750*535*735	个	1
12	1/1 烤盘	标准烤盘	个	2
13	1/2 烤盘	标准烤盘	个	2
14	白色主菜盘	外径 31 厘米、内径 23 厘米	个	2
15	白色汤盘	外径 25 厘米、内径 16 厘米	个	2
16	六色砧板	320*280*20(六种颜色各一块) 包含砧板架	套	1
17	标准汤匙		把	2
18	烤箱手套		双	1
19	大垃圾桶	干、湿	个	2
20	冷冻冰箱（共用）		台	1
21	冷藏冰箱（共用）		层	1
22	急救医疗箱（共用）		个	1
23	开瓶器（共用）		把	2
24	拖把（共用）		把	1
25	扫把（共用）		把	1
26	大盒装保鲜膜		卷	1
27	一次性试味勺		把	20
28	厨用卷纸		卷	2
29	一次性塑胶手套		盒	1
30	小垃圾袋		卷	1
31	一次性透明口罩		个	1
32	洗手液		小罐	1
33	百洁布		个	1
34	一次性打包盒		个	30
35	湿纸巾		盒	1
36	消毒液		小瓶喷 嘴式	1

37	食品标签纸		张	5
38	黑色水笔		支	1
39	洗洁精		瓶	1
40	油纸		盒	1
41	锡纸		卷	1

## 6.2 材料

序号	名称	型号	单位	数量
1	工作流程表		张	1
2	蓝色邦迪		张	2

## 6.3 竞赛选手须自备的设备和工具

本项目场地设备及工具均由赛场提供。如需携带设备设施以外的基础工具和设备，需提前发送自备基础设备和工具清单至首席专家。选手自带工具箱内的自备工具不能含有主办方设备清单中已经列有的相同或相似设备。每个选手可以带一种电器（例如：手持粉碎机或者小美机器等），电器设备需要在工具清单中注明。比赛当日得到首席专家允许后可携带至现场并使用。

## 6.4 竞赛场地禁止自带使用的设备和材料

序号	设备和材料名称
1	食品添加剂
2	自带餐盘、餐具
3	有毒有害物品
4	通讯设备（手机、平板等不能带入竞赛现场）

## 7. 健康和安

### 7.1 选手安全防护要求

- (1) 参赛选手应携带并穿戴合适的防护用品，主要包括整套厨服、防滑工作鞋等。
- (2) 参赛选手应严格遵守设备安全操作规程。
- (3) 参赛选手停止操作时，应关闭设备电源及水源。

### 7.2 有毒有害物品的管制

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。

### 7.3 赛事安全要求

赛场主办方应设置保障组，应有相关人员负责竞赛期间健康和安

全事务。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卫；制定紧急应对方案；督导竞赛场地用电、用水等相关安全问题；监督与会人员食品安全与卫生；分析和处理安全突发事件等工作。赛场须配备相应医疗人员和急救人员，并备有相应急救设施。

## 8. 开放赛场

- (1) 赛场内除指定的监督人员、工作人员外，其他与会人员须经组委会同意或在组委会负责人陪同下，佩带相应的标志方可进入赛场。
- (2) 允许进入赛场的人员，只可在安全区内观摩竞赛。
- (3) 参观人员应在参观区域进行文明观赛，谢绝携带影音拍摄设备，不得影响选手、执裁专家及工作人员的工作。
- (4) 允许进入赛场的人员，应遵守赛场规则，不得与选手交谈，不得妨碍、干扰选手竞赛。
- (5) 允许进入赛场的人员须听从场地工作人员的管理，遵循赛场安全管理要求，不得在场内吸烟。

## 9. 绿色环保

### 1. 环境保护

- (1) 赛场严格遵守我国环境保护法。
- (2) 赛场所有废弃物应进行有效分类并处理，尽可能地回收利用。
- (3) 使用“绿色”材料。

### 2. 可持续性

该项目将会强调以下可持续性原则

- (1) 降低食物成本至最小化：仅订购所需要的食材，同时限制数量。
- (2) 剩余新鲜食材（水果、蔬菜、肉类、乳制品）和废料（湿垃圾总重量）将进行核算扣分，严禁浪费。