

第四届职业技能大赛广州市选拔赛

烹饪（西餐）项目

技术文件

2025 年2月

目录

1. 项目简介.....	1
1.1 项目描述.....	1
1.2 竞赛目的.....	2
2. 选手条件及要求.....	2
3. 选手应具备的能力.....	2
4. 竞赛项目.....	3
4.1 竞赛模块.....	4
4.2.1 模块A基本工考核.....	4
4.2.2 模块B鸡肉主菜.....	5
4.3 命题方案.....	7
5. 评分规则.....	8
5.1 评价分（主观）.....	8
5.2 测量分（客观）.....	8
5.3 评分流程说明.....	8
6. 项目特别规定.....	8
7. 赛场设备提供.....	9
8.1 赛场设备提供.....	9
8.2 其他.....	10
9. 健康和安​​全.....	12
10. 封闭赛场.....	13
11. 绿色环保.....	14

本项目技术描述是对本竞赛项目内容的框架性描述，正式比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

项目名称：烹饪（西餐）

相关工作角色或职业的描述：

职业厨师可以在各种各样的机构工作，其中包括高级餐厅、休闲餐馆、酒店、福利机构（如医院和住宅）主题公园和工厂食堂、学校食堂等并为客人和员工提供餐饮服务。烹饪技能会因客户需求和工作地点改变而做相应的改变，所提供服务的性质和质量与客户或公司客户支付的费用也有直接关系。除了烹饪技能之外，厨师的角色还需要与商业环境中的厨房相应的改变，从而努力达到预算或预期利润率。这些技能包括菜单编辑、食品成本计算、食品的采购、储存和使用及其成本控制、工作/时间管理、规划、沟通和管理厨房团队。

提供精美菜肴的高级酒店或餐厅的厨师需要展示出色的食物准备和烹饪技能。他们需要对菜肴进行设计和制作以满足在高档餐厅用餐顾客的苛刻要求和美好期望。菜肴的设计会随着时尚趋势而波动，所以顶级厨师必须跟上这些趋势并相应地调整他们的菜肴和服务。那些体验美食的客户期望着能够有令人难忘的用餐体验，这些体验的来源包括餐厅的环境和氛围，细致入微的客户服务以及独特的菜肴。在任何时候，严格遵守个人和食品卫生与安全都是至关重要的。如果不满足这一要求会对食客的健康和生命造成毁灭性影响并可能对餐馆的声誉和生意造成不可弥补的损害。

因为商用厨房配备了复杂的专业设备，所以必须小心使用以避免事故和伤害。厨房是潜在危险的工作场所，厨师在巨大的压力下工作，他们通常在有限的空间内使用各种刀具、工具和烹饪设备。

有效的沟通技巧对厨师来说至关重要。专业厨房是一个高压环境，专门从事菜单各种制作方面的厨师团队一起工作来制作整个宴会菜肴。厨房团队的协调对于保证送到餐厅的菜肴质量和满足非常紧迫的时间要求至关重要。此外，厨房团队需要与酒店或餐厅的其他部门有效合作以确保客人获得良好的就餐体验。随着烹饪全球化，厨师可以在世界各地工作。有天赋的厨师总是很受欢迎，因为他们有机会去一些最有趣、最激动人心的全球目的地旅行和工作。同时这就意味着他们需要欣赏不同的文化特别是饮食传统和要求

竞赛方式：个人项目

竞赛对象：全市职业技工院校正式在册的学生，2004年1月1日以后出生。思想品德优秀，具备相应职业（专业）扎实基本功和技能水平，具有较强学习能力、应变能力以及较好身体素质、心理素质和一定英语听说能力的我市各类院校（含高校、技工院校、职业院校和民办职业培训学校）的学生。

1.2 竞赛目的

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的二十大和二十届二中、三中全会精神，全面落实习近平总书记关于技能人才工作的重要指示批示精神，举办一届精简、安全、高效的全省职业技能大赛，选拔一批优秀高技能人才，备战参加全国技能大赛，展示我省技能人才队伍建设成效。健全职业技能竞赛体系，推动以赛促学、以赛促训、以赛促评，提升技能竞赛工作水平。大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，激励更多青年学习技能、投身技能，走技能成才、技能报国之路。

2、选手条件及要求

- 2.1 2004年1月1日以后出生的人员；
- 2.2 思想品德优秀，身心健康；
- 2.3 具备扎实的基本功和相应的技能水平，具有较强的学习领悟能力、良好的身体素质、心理素质及应变能力等的综合素质；
- 2.4 选手身体条件应能够适应烹饪（西餐）项目的操作要求，并具有长时间、高强度站立工作的能力和安全操作的意识。

3、选手应具备的能力

3.1 食品卫生、健康、安全和环境个人应能够：

- 3.1.1 注意个人卫生及操作卫生。如穿着干净的厨师服（厨师帽，围裙，专业工作鞋等），按要求洗手，菜肴品尝的正确方式等
- 3.1.2 卫生安全地进行菜肴的准备及烹饪制作
- 3.1.3 确保工作区域的清洁卫生，避免交叉污染。如工作台面干净整洁，合理处理餐厨垃圾，一菜一清等
- 3.1.4 安全正确地使用厨房设施设备，避免安全事故发生
- 3.1.5 安全正确地使用刀具和不同颜色的砧板

3.2、烹饪原料知识及烹饪原料准备个人应能够：

- 3.2.1 识别烹饪原料的质量状态，品质及新鲜度
- 3.2.2 现场领取指定的主料
- 3.2.3 按照标准规范和操作顺序进行烹饪原料初加工处理
- 3.2.4 计算和称量菜肴所需烹饪原料
- 3.2.5 充分利用烹饪原料，发挥烹饪原料的最大效用，避免浪费
- 3.2.6 正确运用刀法和常用的切割技巧

3.3 烹饪技能个人应能够：

- 3.3.1 为不同烹饪方法选择合适的烹饪器具/工具
- 3.3.2 对每一种烹饪原料和每一道菜肴都使用正确的烹饪手法/技术
- 3.3.3 合理安排烹饪工作并统筹安排烹饪时间，准时出菜
- 3.3.4 灵活应用各种烹饪方法

4、竞赛项目

4.1 竞赛试题制定的标准

本竞赛项目以第45届世界技能大赛项目技术文件或世界技能大赛试题为基础，参考烹饪（西餐）国家职业技能标准高级工（国家职业资格三级），以实际操作的形式进行。

模块名称	竞赛时间	分数		
		评价分	测量分	合计
开档	20分钟	/	/	/
A模块基本功	10分钟		100	100*30%
B模块鸡肉主菜	120分钟	60	40	100*70%
收档	30分钟	/	/	/
总计	180分钟			100

4.2 竞赛模块

4.2.1 模块A基本功考核

要求选手了解并掌握西餐基本功（削土豆橄榄）的制作方式、掌握西餐基本刀工技能、基本的烹饪手法、理解不同食物的特点并能正确使用。

总计【10分钟】	
	基本功考核-削土豆橄榄
模块描述	根据试题要求，准备 1 份土豆橄榄成品，进行刀工考核评价。
模块规则	<p>◆必须根据工作计划进行烹饪（操作步骤表）</p> <p>土豆橄榄必须放在贴有标签的指定碟中进行呈现，盘沿不能摆放食物；</p> <p>土豆橄榄要符合以下标准要求：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 土豆橄榄必须有10个，并整齐盛放在指定碟中； • 每个土豆橄榄要大小、长度、形状均衡； • 土豆橄榄必须要有刚好七个明显的面； • 土豆橄榄长度必须在六厘米，误差±0.2厘米； • 土豆橄榄的横切面，要有明显的等七边形； • 土豆橄榄的横切面最大直径是2厘米，±0.2厘米； <p>A 模块比赛开始前将有 20 分钟开档时间；A 模块必须在总时间的第 30 分钟之前出菜超时即 扣分，超时 5 分钟后出菜取消内场评分。</p>
主辅料描述	A 模块所有原料由主办方提供。

4.2.2 模块 B：鸡肉类主菜

要求选手对鸡肉和其他食材正确的烹饪方法，确保食物的搭配比例以及口味，合理计算烹饪时间，严格把控上菜时间以及对出菜时间及菜肴温度上的安全把控。展示基本刀工技能和烹饪手法。

总计【120分钟】	
	鸡肉类主菜
B 模块描述	根据试题要求，准备 4 盘相同的鸡肉类主菜，适合点餐服务。
模块规则	<p>必须根据工作计划进行烹饪（操作步骤表）。</p> <p>盘沿不能摆放食物；</p> <p>鸡肉的烹调必须使用两种以上的技术方法制作，并且分开直观呈现。</p> <p>每盘主菜必须搭配 2 种或以上的蔬菜、1 种的淀粉类配菜和 1 种经过烹饪的装饰菜 Garnish；</p> <p>主菜必须体现烤的技术点，烹饪技术必须在菜名描述中体现；</p> <p>每盘鸡肉主菜的分量在180-220克之间，鸡肉主料的分量不低于整盘菜肴的50%，其中包含主体内所有的内容物，如馅料、酥皮。</p> <p>每盘主菜必须包含 1 种与菜肴搭配的酱汁；</p> <p>出菜时盘子必须是温热的，碟子表面的温度必须达到 40℃ 以上；</p> <p>4 个盘子上必须有 4 份完整且相同的鸡肉主菜；</p> <p>B 模块比赛开始后的第 140 分钟出菜窗口打开，选手有 10 分钟出菜时间，超时即扣分，超时 5 分钟后出菜取消内场评分；</p> <p>白色主菜盘：外径约 31 厘米，内径约 23 厘米。</p>
主辅料描述	<ul style="list-style-type: none"> B 模块主办方固定提供的主要原料（鸡胸肉、鸡腿肉）及部分香料；主办方提供的材料不可自带，其余所有原料由选手自带、
所需特殊设备	除了主办方提供的设备及自备工具清单中的设备外不允许使用其他设备
设备器皿	<ul style="list-style-type: none">  *4

4.3 命题方案

本次命题方案参照第46届世界技能大赛烹饪项目技术说明与试题和任务描述“Description of project and tasks”相关内容编写，公开命题，无样题。

5、评分标准：

本次评分规则参照世界技能大赛评分规则执行。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。

5.1 评价分（主观）

评价分权重示例表如下：

烹饪项目——菜肴摆盘

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，没有装饰菜品
1分	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

5.2 测量分（客观）

测量分评分准则样例表：

类型	示例	最高分值	正确分值	例如分值
满分或零分	餐盘干净整洁，菜肴没有溢出，盘子上也没有手指印	1	1	0-1
从满分中扣除	按照规定时间按时出菜（若延时则每个菜每分钟扣0.15分，延时超过5分钟则取消盲品室测评）	5	5	0-5

5.3 评分流程说明

本次评分规则参照世界技能大赛评分规则执行。本项目评分标准为测量评价两类。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。无论是打测量分、评价分或者两者都打，每个子标准一个打分队伍。评分的队伍必须给所有的选手打分。打分队伍必须避免裁判给本队选手打分。

评价分数

评价分采用 0-3 分制。评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

测量与判断的使用

试题和评分方案设计时决定评分标准和评分方法的选择

技能评分过程

每个评分组都有一个组长，组长由各裁判技能测试得分高者担任。专家组讨论并将裁判分成若干小组。分组通常根据世界技能竞赛经验、业务水平和专业语言，经过测试决定在分组中评分的权重。

6 项目特别规定

裁判在评判期间禁止与外界通讯，一旦发现（有确切证据）立即暂停裁判工作，由备用裁判接替裁判工作，如有紧急情况需与外界通讯，必须由专家组长授权且在场情况下进行。

在比赛过程中，各裁判将根据其职责在所有区域评分：

现场评分和盲品评分，各位裁判不可对同一模块同时进行测量和判断评分。裁判们必须做好笔记，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充分理由。

上菜时间不可有延误。在分配的时间内，应在指定的时间内上菜，合计十分钟。可额外给 5 分钟的时间，但会对选手进行扣分。这之后，将不允许对该菜给予展示和盲品室评分。

盲品裁判在比赛进行时间内，需留在盲品室，只有在得到专家组长许可的情况下，以群组为单位才能离开盲品室。当盲品评委走出盲品室时，他们必须远离比赛区域。这确保了盲品裁判不知道哪个作品属于哪位选手。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。专家组长会就差异问题提供意见，并与专家组一起回顾，并要求裁判进行重新评分。

7. 竞赛相关设施设备

7.1 场地设备工具

结合国家选拔赛的试题设置制定该设备设施清单。数量为每个工位所需数量，初步计划设置 6 个工位。以下砧板颜色是世界技能大赛的基本指南要求：

	红色	生肉类
	蓝色	生海鲜类
	黄色	生家禽类
	绿色	蔬果类
	褐色	熟食类
	白色	即食类

赛场提供设备清单：

序号	设备名称	规格	数量	区域
1	低温双冷冻四门冷柜	有冷冻、冷藏功能	2	比赛公共区域
2	双层工作台		1	比赛各个工位
3	多功能烤箱		1	比赛各个工位
4	台式四头电磁炉		1	比赛各个工位
5	破壁机		1	比赛各个工位
6	单星水池		1	比赛各个工位
7	垃圾桶		1	比赛各个工位
8	保鲜工作台		1	比赛各个工位

赛场提供工具清单：

序号	工具名称	规格	数量	区域
1	不沾平底锅	直径约24厘米	2	比赛各个工位
2	汤锅		2	比赛各个工位
3	主菜盘		5	比赛各个工位
4	砧板套装（配砧板架）	红色、白色、绿色、蓝色、黄色、褐色	1	比赛各个工位
5	万能蒸烤箱烤盘		4	比赛各个工位
6	酱汁盅		1	比赛各个工位

7.2 材料

比赛所需要使用的食材，必须从组委会提供的原料清单中选用并且自带，不得使用任何超出原料清单范围的食材。

具体原料清单 Food List 请参看附件。

选手必须在**指定日期** 2025年2月25日前提交原料等三个附件清单订单到指定邮箱：12173819@qq.com，并且不得进行修改。

附件一：烹饪选拔赛项目菜品描述理念

附件二：烹饪选拔赛原料清单

附件三：自带设备工具清单

7.3 决赛选手须自备的设备和工具

选手自带工具箱指南/规格要求

选手工具箱规则及规定

选手可带入两个箱/车，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个完整的工具箱/车里；所有自带食材必须能够容纳在1个完整的工具箱/车里；

技能大赛的目标之一是赛事的可持续发展。选手自带的工具箱必须严格遵守以下规范：

选手工具箱物料及检查规定

裁判员负责查看工具箱，裁判长审核通过的工具和设备方可允许带入比赛现场。允许使用的设备必须放在工具箱里带入赛场。

在模块比赛期间工具箱不能移动。

工具箱不能用作操作平面。

除以下列表的材料、工具以外的材料、选手可以自带一种电器，其他工具需报备专家组长同意后才能带入赛场使用。

序号	设备名称（或图片）	型号	单位	数量
1	刀具（带刀套）		套	1
2	搅拌机	220V，小型	台	1
3	粉碎机	220V，小型	台	1
4	低温机	220V，小型	台	1

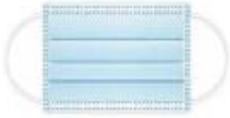
7.4 决赛场地禁止自带使用的设备

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专家组长（专家组长报备组委会），得到允许后可携带至现场并使用。如比赛当日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。

在 7.1 设施设备清单上已有的设备和工具，禁止携带

8. 健康和安

8.1 选手安全防护要求

名称	图示	备注
口罩		专业医用口罩使用
安全鞋		必须防滑、防砸、防穿刺、绝缘
厨师服		必须是长袖、厨师服必须贴身不松垮纯棉、舒适透气、必须是白色的，不能有任何标志、文字或装饰图案。
厨师帽		无仿布厨师中帽、树脂纤维透气，长发不得外露
厨师围裙		半身围裙（白色）
厨师长裤		宽松、中腰、黑色、松紧裤腰

8.2 参赛选手应严格遵守设备安全操作规程

8.3 参赛选手停止操作时，应关闭设备电源及水源。

8.4 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。

8.5 赛事安全要求

赛区组委会设置保障组，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。

9、封闭赛场

在竞赛过程中，企业员工、院校师生等现场外面观摩。

新闻媒体等进入赛场，必须听从现场工作人员的安排和管理，不得影响比赛进行。比赛前半个小时和结束前半个小时不开放参观。

9.1、对公众开放的要求

赛场内除指定的监考裁判、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。

允许进入赛场的人员，只可在安全区内观摩竞赛。

允许进入赛场的人员，应遵守赛场规则，不得妨碍、干扰选手竞赛。

允许进入赛场的人员，不得在场内吸烟。

9.2、对于宣传的要求

经组委会允许的负责宣传的媒体记者，按竞赛规则的要求进入赛场相关区域。上述相关人员不得妨碍、干扰选手竞赛，不得有任何影响竞赛公平、公正的行为。

10. 绿色环保

10.1、环境保护

赛场严格遵守我国环境保护法和野生动物保护法。

赛场所有废弃物应有分类并处理，尽可能地回收利用。

提倡环保，不使用一次性塑料制品

10.2、可持续性

比赛承办方应在不影响选手比赛和裁判员工作的前提下提供开放式场地供参观者观摩。

承办方应为媒体提供宣传其企业和产品的空间和场地。

比赛承办方应积极做好竞赛的宣传工作。

参观人员及媒体应在参观区域进行文明观赛，不得影响选手、裁判及工作人员的工作。

附件一 菜品理念表述表

作品编号:

作品原料表:

菜品制作步骤:

菜品设计描述:

附件二：食材清单（各选手只允许自带清单范围内的食材，附件以参赛队命名）

Common table ingredients 公共桌食材		自带数量（克）	
Spices 香料 Spices 香料		Available in unlimited quantities 由主办方无限量供应	
Salt 细盐（g）			
Sugar 白糖（g）			
Black pepper 黑胡椒粒（g）			
White pepper 白胡椒粒（g）			
Bay leaf 香叶（g）			
Oregano 牛至叶（g）			
Fresh Herbs 鲜香草料			
Flat Parsley 平叶荷兰芹（g）			
Rosemary 迷迭香（g）			
Thyme 百里香（g）			
Ingredients 食材			
Vegetables 蔬菜			
Onion 白洋葱			
Celery 西芹			
Baby carrot 手指胡萝卜			
Garlic 去皮大蒜			
Spinach 菠菜			
Tomato 西红柿			
Cherry tomato 樱桃番茄			
Asparagus 芦笋			

Broccoli 西兰花			
Red bell pepper 红圆椒			
Red chill 红辣椒			
Potato 土豆			
Pumpkin 南瓜			
Green zucchini 绿节瓜			
Yellow zucchini 黄节瓜			
Beetroot 红菜头			
Shallot 小干葱			
Fennel 茴香根			
Leek 京葱			
Eggplant 茄子			
Cauliflower 花菜			
Button mushroom 白蘑菇			
Fruit 水果			
Lemon 柠檬			
Avocado 牛油果			
Orange 橙子			
Dairy 奶制品			
Unsalted Butter 无盐黄油			
Cream 奶油			
Parmesan cheese 巴马臣奶酪			
Cheddar cheese 车达奶酪			
Egg 鸡蛋			
Sour cream 酸奶油			

Dry Goods 干货			
All purpose plain flour 中筋粉			
Corn starch 玉米淀粉			
Bread crumbs 面包屑			
Gelatin 明胶			
Tomato paste 番茄膏			
Tabasco 辣椒仔			
Dijon mustard 第戎芥末			
White vinegar 白醋			
Balsamic vinegar 黑醋			
Virgin olive oil 轻榨橄榄油			
White wine 白葡萄酒			
Red wine 红葡萄酒			
Port wine 波特酒			
Pistachio 绿皮开心果			
Cuttlefish sauce 墨鱼汁			
Chick-pea 鹰嘴豆罐头			
Spring roll wrap 春卷皮			
Meat 肉类			
Beef bone 牛骨			
chicken bone 鸡骨			

