

# 2024年“中银杯” 四川省职业院校技能大赛 赛项规程

赛项名称：西式烹饪

英文名称：Western Cuisine

赛项组别：中等职业教育

赛项编号：SCZZ2024041

四川省职业院校技能大赛组织委员会

2024年12月

## 一、赛项信息

赛项类别			
<input checked="" type="checkbox"/> 每年赛 <input type="checkbox"/> 隔年赛( <input type="checkbox"/> 单数年/ <input type="checkbox"/> 双数年)			
赛项组别			
<input checked="" type="checkbox"/> 中等职业教育 <input type="checkbox"/> 高等职业教育			
<input checked="" type="checkbox"/> 学生赛( <input type="checkbox"/> 个人/ <input checked="" type="checkbox"/> 团体) <input type="checkbox"/> 教师赛(试点) <input type="checkbox"/> 师生联队赛(试点)			
涉及专业大类、专业类、专业及核心课程			
专业大类	专业类	专业名称	核心课程 (对应每个专业,明确涉及的专业核心课程)
旅游大类	餐饮类	西餐烹饪中西面点	餐饮食品安全与操作规范、饮食营养与配餐、西式烹调工艺、加工与烹饪技术、西式冷菜制作、西式热菜制作。
对接产业行业、对应岗位(群)及核心能力			
产业行业	岗位(群)		核心能力
餐饮业	西餐原料加工处理、汤汁预制、西式菜肴制作、西式面点制作等岗位		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 具有西餐常用原料选用和加工处理的能力;</li> <li>2. 具有西餐常用工具、设备使用和维护的能力;</li> <li>3. 具有较熟练的西餐烹饪基本操作能力;</li> <li>4. 具有餐饮产品安全生产及规范操作的能力;</li> <li>5. 具有餐饮产品基本的营养配餐、成本核算、成品美化的能力;</li> <li>6. 具有餐饮行业新技法、智能化烹饪设备设施的基础应用能力;</li> <li>7. 具有绿色生产意识、安全防护能力,能够严格遵守餐饮行业有关法律法规;</li> <li>8. 具有终身学习和可持续发展的能力。</li> </ol>

## 二、竞赛目标

本赛项围绕现代餐饮业发展对职业教育的新要求,以习近平新时

代中国特色社会主义思想为指导，贯彻落实《国家职业教育改革实施方案》、《关于推动现代职业教育高质量发展的意见》及全国职业教育大会精神和国家新职业教育法，以西餐行业所需的高素质技术技能人才全面发展为目标，进一步强化职业院校本专业学生职业技能训练和职业能力的综合运用，检验中职选手在西餐生产工作中的专业知识掌握情况；检验选手基于西餐生产工作流程中核心的操作技能的规范性、熟练度，现场分析与处理问题的能力，检验选手的现场烹饪能力、节约意识、卫生安全操作意识、心理素质及匠心精神；全面客观反映国家中等职业教育西餐烹饪教学水平，引导中职校关注西餐新业态、中华人民共和国技能大赛、世界技能大赛以及行业对西餐人才培养的新需求，“以赛促教、以赛促改”，促进校企合作、产教融合，完善“岗课赛证”教学模式，推动中职“双师型”师资队伍建设，大力培养适应全国经济与社会发展的劳动者和技术技能型人才，为建成技能型社会提供高质量的人才和技能支撑。

### 三、竞赛内容

本届西式烹饪竞赛为团体赛，由理论知识竞赛和技能操作竞赛三个模块组成。专业理论测试为闭卷机考，测试时间为 40 分钟，试卷题型全部为客观题，数量为 100 道，所有参赛选手均需参加专业理论考试；参赛队根据西式烹饪赛项规程要求进行西餐基本功、开胃菜、汤、主菜，并在规定时间内完成菜品的制作。检验选手能够从事西餐原料加工处理、汤汁预制、西式菜肴制作的综合能力，能独立解决现代餐饮生产与管理、营养配餐、餐饮产品设计与创新等实际问题的创新能力及具有良好的沟通能力、团队合作能力、社会适应能力和可持续发展的能力，具备随行业和职业发展的终身学习能力和较为广阔的国际视野。

## （一）竞赛内容的组成与比重

具体内容组成及比重如表 1。

**表 1** 内容的组成与比重

一级指标	二级指标	分值	比重
理论知识	西餐烹饪专业理论知识 (取二位选手的平均成绩)	100	10%
技能操作	基本功 (取二位选手的平均成绩)	100	20%
	海鲜头盘 (作品质量成绩)	100	15%
	汤菜 (作品质量成绩)	100	15%
	鸭肉主菜 (作品质量成绩)	100	20%
	现场操作成绩 (包含基本功、开胃菜、汤、主菜制作全部过程的现场成绩)	100	20%
总计			100%

## （二）竞赛内容说明

**表 2** 竞赛内容说明

竞赛模块		主要内容	比赛时长	分值
模块一	理论知识	任务一 西式烹调工艺 营养学知识 烹饪原料学知识 冷菜制作工艺 热菜制作工艺	40 分钟	100
模块二	技能操作	开档整理准备 检查准备工用具、清洗盘子、原材料整理归类、检查地面是否干净、清洁台面器械。此期间不得动用器械、不得开展初加工、动火、动刀、动电等	5 分钟（比赛开始前 5 分钟）	/

	任务一 基本功	刀工刀法 原料的加工基本技法 基础调味汁的制作 基本的烹调方法 西点制作基础技法 西菜烹调基础技法	10 分钟（比赛开始后 10 分钟时间内完成基本功比赛内容）	100
	任务二 开胃菜的制作	开胃菜菜品设计 海鲜、果蔬原料加工 主菜食材组配 开胃菜烹调制作与展示 生产组织与时间管理	90 分钟（比赛开始后 90 分钟开始出品）	100
	任务三 汤的制作	汤菜菜品设计 牛骨、洋葱等原料加工 汤菜食材组配 汤菜烹调制作与展示 生产组织与时间管理	120 分钟（比赛开始后 120 分钟出品）	100
	任务四 主菜的制作	主菜菜品设计 鸭肉、蔬菜等原料加工 主菜食材组配 主菜烹调制作与展示 生产组织与时间管理	150 分钟（比赛开始后 150 分钟出品）	100
	任务五 现场操作	着装规范、卫生安全、 现场管理、食材综合利用、节能环保、标准执行、规范操作、团队合作、综合素养	155 分钟（比赛从入场到退场的全过程）	100

#### 四、竞赛方式

西式烹饪赛项为线下团体赛，每队由 2 名选手组成，不得跨校组队，每队限报 2 名本校专兼职教师担任指导教师。

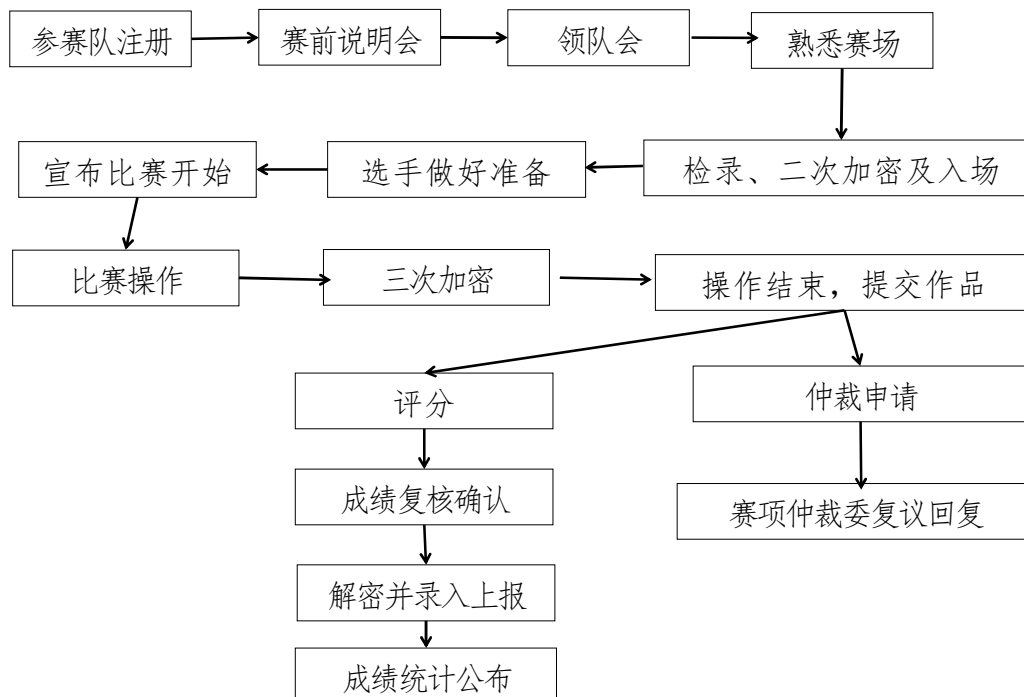
#### 五、竞赛流程

##### （一）竞赛流程安排

日期	时 间	内 容	地 点	参加人员
第一天	10:00-14:30	参赛队报到	立业楼大厅	各参赛队、赛务人员
	14:00 前	报到，酒店入住	兰欧国际酒店	专家、裁判、监督仲裁
	15:10-15:50	开赛仪式	学校运动场	专家、裁判、监督仲裁、各参赛队、赛务人员

	15:20-15:50	裁判会议	立善楼三楼	专家、裁判、监督仲裁
	16:10-16:40	领队会议、抽签	立善楼三楼	各参赛队领队、监督仲裁
	16:10-16:30	理论考试工位抽签及检录	尚真楼三楼	各参赛队领队、监督仲裁
	16:40-17:20	理论考试	尚真楼三楼	参赛选手、监督仲裁、赛务人员
	17:30-18:00	熟悉技能操作赛场	思源堂二楼	各参赛队、赛务人员
	18:10-18:30	选手离场，验收赛场	思源堂二楼	专家、监督仲裁、赛务人员
第二天	7:30-7:50	第一场检录	赛场入口	参赛选手二、裁判、监督仲裁、赛务人员
	8:00-10:30	第一场比赛	赛场	
	10:30-10:50	第二轮检录	赛场入口	
	11:00-13:30	第二场比赛	赛场	
	13:30-13:50	第三轮检录	赛场入口	
	14:00-16:30	第三场比赛	赛场	
	17:00-18:30	成绩统计复核	赛场	裁判、监督仲裁
	19:00-21:00	成绩公示	立业楼一楼	赛务人员

## (二) 竞赛流程图



## 六、竞赛规则

### （一）选手报名规则

1. 各职业学校参赛选手通过四川省职业技术教育学会门户网站(<http://www.sczcyjxh.com/index.html>)进行报名。报名平台入口、开始时间和结束时间等事项以大赛组织委员会通知为准。

2. 参赛对象为中等职业学校（含技工学校）全日制在籍学生及五年制高职一至三年级全日制在籍学生。参赛选手须为中等职业学校全日制在籍学生，资格以报名时所具有的在校学籍为准，团体赛不得跨校组队。凡在往届全国职业院校技能大赛国赛中获一等奖和 2024 年世界职业院校技能大赛总决赛争夺赛获金奖的选手，不得参加本届大赛同一专业大类赛项的比赛。

3. 各州市教育行政部门负责本地参赛选手和指导教师的资格审查工作。

4. 凡网上报名系统未作更改的选手，本赛项将以网上报名系统显示的参赛选手为准。

### （二）熟悉场地规则

1. 各参赛队统一有序熟悉场地，并限定在指定区域，不允许进入竞赛区。

2. 熟悉场地时严禁与现场工作人员进行交流，不发表无根据和有损大赛整体形象的言论。

3. 熟悉场地时严格遵守大赛各种制度，听从指挥，严禁拥挤，喧哗，以免发生意外事故。

### （三）入场规则

1. 参赛选手按规定时间准时到达赛场检录区集合。

2. 裁判和工作人员将对各参赛选手的身份进行核对。参赛选手须

提供参赛证、身份证、经学校注册的学生证，证件上的姓名、年龄、相貌特征应与参赛证一致。

3. 裁判和工作人员检验参赛选手的工具、量具等，不允许携带任何通信及存储设备、纸质材料等物品，检查合格后进入赛场抽签区。

4. 一级加密选手按抽签顺序号依次抽取参赛编号，二级加密凭参赛编号抽取竞赛工位号，然后在指定区域等待；在现场裁判的指挥下有序进入赛场，按抽取的竞赛工位号就位。

#### （四）赛场规则

1. 选手进入赛场后，必须听从现场裁判的统一布置和指挥，尊重裁判。

2. 在现场裁判宣布正式比赛前，选手可分析竞赛任务，摆放工具、清点检查器材和原材料，不可使用工具进行竞赛任务的操作。

3. 现场裁判宣布竞赛开始，选手才能进行竞赛任务的操作。

4. 竞赛过程中，参赛选手必须严格遵守安全操作规程，确保人身和设备安全，并接受现场裁判和技术人员的监督和警示。

5. 竞赛过程中若需更换原材料，应由现场裁判和裁判长确认后后方可更换。更换后经现场裁判和裁判长检查并将结果记录在赛场记录表中，并由选手签名确认。

6. 竞赛过程中选手不得随意离开本队比赛区域，不得与其他参赛队选手和赛场服务人员交流。因故终止竞赛或提前完成竞赛任务需要离场，应报告现场裁判，在赛场记录表的相应栏目填写离场时间、离场原因并由现场裁判签名和选手签工位号确认。

7. 竞赛过程中，严重违反赛场纪律影响他人竞赛者，违反操作规程不听劝告者，越界影响他人者，有意损坏赛场设备或设施者，经现场裁判报告裁判长，经大赛组委会办公室同意后，由裁判长宣布取消



其竞赛资格。

#### （五）离场规则

1. 竞赛结束前 15 分钟，现场裁判提示一次竞赛剩余时间。
2. 竞赛结束信号给出，由现场裁判宣布终止竞赛。
3. 现场裁判宣布终止竞赛时，选手应停止竞赛任务的操作。按照赛前原状恢复，做好整理和保洁，使之符合职业规范。

#### （六）成绩评定与管理规则

##### 1. 成绩管理的机构及分工

成绩管理机构由裁判组、监督组和仲裁组组成。裁判在大赛裁判库中随机抽取，监督组和仲裁组由大赛组委会办公室指派。

（1）裁判组实行“裁判长负责制”，设裁判长 1 名，全面负责赛项的裁判分工、裁判评分审核、处理竞赛中出现的争议问题等工作。

（2）根据竞赛需要分为加密裁判、现场裁判、作品裁判。现场裁判：负责选手点名登记、身份核对、原料检查等工作；加密裁判：负责参赛队、选手抽签，对参赛队信息、抽签代码等进行加密；现场裁判按规定做好赛场记录，维护赛场纪律，评定参赛队的过程得分；作品裁判对作品进行综合评定。

（3）监督仲裁组对裁判组的工作进行全程监督，并对竞赛成绩抽检复核。

（4）仲裁组负责接收由参赛队领队提出的对裁判结果的申诉，组织复议并及时反馈复议结果。

## 七、技术规范

1. 教育部职业教育与成人教育司颁发的《中等职业学校专业教学标准—旅游大类》餐饮类专业教学标准。

2. 人力资源社会保障部职业技能鉴定中心制订的西式烹调师

中级工（四级）以及西式面点师中级工（四级）国家职业技能标准。

3. 世界厨师联合会烹饪赛事评判办法，以及世界技能大赛、IKA 世界奥林匹克烹饪大赛、中餐世界锦标赛、中华人民共和国职业技能大赛等国际赛事相关技术规范。

## 八、技术环境

### （一）竞赛环境

1. 选手比赛在相应项目的操作室进行，赛场内配备西餐烹饪实训室、评分室，以及选手准备检录处、加密室、展示区等。

2. 竞赛环境安静、整洁，设立紧急疏散通道、消防设施、医疗服务点。

3. 所有竞赛场地面积容纳 12 队同时比赛的工位数，备用工位 1 个，并配有满足比赛各种必需设备设施。

4. 比赛场地附近设评判室，满足所有裁判员同时进行作品打分。

5. 设立作品展评区。展评区面积可容纳本赛项每场参赛队作品展示的展台。

6. 其他需要说明的内容。根据需要，在指定场地，设观摩展示区、休息区、服务保障区、咨询区等区域。

### （二）技术平台

1. 赛场（厨房）主要操作设备和安全设备，见附表 1。所有作品餐具，以及品尝碟（碗）由赛场统一提供（展示托盘除外）。选手允许携带塑料工具箱（或整理箱）总规格不得大于：长度 0.65m；度 0.5m；高度 1m。

2. 餐饮场所消防安全管理规范（DB42/T413-2007）。

3. 成绩统计技术软件为 WPS 表格，并按照本规程统计要求进行相应设置。

## 九、竞赛样题

### （一）赛题的内容

#### 1. 理论知识竞赛内容

为贯彻公开、公平、公正原则，理论知识测试题目由独立第三方专家命制，类型为：单选题、多选题。

#### 2. 技能操作竞赛内容

##### （1）基本功

每位选手在 10 分钟内完成规定基本功项目：蘑菇花（10 个）、橄榄胡萝卜（10 个）、夏都土豆（8 个）、法式薄饼（6 个）等共四个基本功竞赛试题。裁判长将于比赛正式开始前 10 分钟，在监督仲裁员的监督下抽取其中一个项目作为基本功比赛内容，并在参赛队选手进入赛场后宣布试题。

##### （2）开胃菜

任务描述	海鲜开胃菜——适用于高级餐厅
	制作完成 2 份完全一致的海鲜开胃菜，1 份送评，1 份用于展示。 每份开胃菜总重量 120g~150g； 成品一律使用现场提供的盛器盛装； 每份开胃菜中，海鲜制品占比不低于总重量的 70%（包括与海鲜合为一体不可分割的非海鲜制品，如：包裹的酥皮、夹心的馅料等）； 每份开胃菜须有经过烹饪的可食用装饰配菜（Garnish）； 开胃菜冷热均可，冷开胃菜盘子须冷的，热开胃菜盘子须热的； 盘沿不能摆放食物。
出菜描述	比赛开始后第 90 分钟出菜窗口打开，选手在出菜窗口打开前不能在赛场提供的白色平盘上有任何装盘操作，违规者将扣现场分。 选手在 5 分钟内完成装盘出菜，超时即扣分，每超时 1 分钟扣 1 分，超时满 5 分钟即停止本任务比赛，否则本任务作品不予评分（只计现场分）。
食材描述	食材必须从组委会提供的食材清单中选择。
餐具描述	外径约 30 厘米，内径约 20 厘米白色圆盘。

### (3) 汤

	意大利蔬菜汤——适用于高级餐厅
任务描述	<p>制作完成 2 份完全一致的意大利蔬菜汤，1 份送评，1 份用于展示。成品色泽鲜亮、浓稠适度；汤底蔬菜切成 0.3 厘米见方的丁，刀工整齐均匀；</p> <p>成品一律使用现场提供的汤盘盛装；</p> <p>每盘汤总份量至少 180 克（包含所有固体物）；</p> <p>每份汤须有经过烹饪的可食用装饰配菜（Garnish）；</p> <p>盘沿（边）不能摆放食物。</p>
出菜描述	<p>比赛开始后第 120 分钟出菜窗口打开，选手在出菜窗口打开前不能在赛场提供的白色平盘上有任何装盘操作，违规者将扣现场分。</p> <p>选手在 5 分钟内完成装盘出菜，超时即扣分，超时分钟扣 1 分，超时满 5 分钟即停止本任务比赛，否则本任务作品不作品评（只计现场分）。</p>
食材描述	食材必须从组委会提供的食材清单中选择
餐具描述	帽子碗；外径约 30 厘米，内径约 13.5 厘米。

### (4) 主菜

	鸭肉主菜——适用于高级餐厅
任务描述	<p>制作完成 2 份完全一致的鸭肉主菜，1 份送评，1 份用于展示。成品一律使用现场提供的成器盛装；</p> <p>主料的烹调要用到至少两种烹调方法；</p> <p>每份主菜要求搭配两种及以上的蔬菜；</p> <p>每份主菜要有一种淀粉类配菜；</p> <p>每份主菜要有少司；</p> <p>每份主菜须有经过烹饪的可食用装饰配菜（Garnish）；每份主菜总重量在 180g~220g；</p> <p>每份主菜中，鸭肉制品（包括与鸭肉合为一体不可分割的非鸭肉制品）占比不低于总重量的 60%；</p> <p>盘沿（边）不能摆放食物。</p>
出菜描述	<p>比赛开始后第 150 分钟出菜窗口打开，选手在窗口打开前不能在赛场提供的白色平盘上有任何装盘操作，违规者将扣现场分。</p> <p>选手在 5 分钟内完成装盘出菜，超时即扣分，超时 1 分钟扣 1 分，超时满 5 分钟即停止本任务比赛，否则本任务作品不作品评（只计现场分）。</p>
食材描述	食材必须从组委会提供的食材清单中选择
餐具描述	外径约 30 厘米，内径约 20 厘米白色圆盘。

(二) 竞赛题样题

1. 理论试题

(1) 单选题

赛项名称	西式烹饪	英语名称	Western cuisine
赛项编号	SCZZ2024041	归属产业	餐饮业
赛项组别			
<input checked="" type="checkbox"/> 中等职业教育 <input type="checkbox"/> 高等职业教育			
<input checked="" type="checkbox"/> 学生赛( <input type="checkbox"/> 个人/ <input checked="" type="checkbox"/> 团体) <input type="checkbox"/> 教师赛(试点) <input type="checkbox"/> 师生同赛(试点)			
题目类型		单选题	
题目内容	题目选项	题目答案	难度系数
以荷兰少司为基础制作作的少司有( )。	A、绿胡椒少司    B、莫司林少司 C、蜂蜜少司      D、莫内少司	B	0.7

(2) 多选题

赛项名称	西式烹饪	英语名称	Western cuisine
赛项编号	SCZZ2024041	归属产业	餐饮业
赛项组别			
<input checked="" type="checkbox"/> 中等职业教育 <input type="checkbox"/> 高等职业教育			
<input checked="" type="checkbox"/> 学生赛( <input type="checkbox"/> 个人/ <input checked="" type="checkbox"/> 团体) <input type="checkbox"/> 教师赛(试点) <input type="checkbox"/> 师生同赛(试点)			
题目类型		多选题	
题目内容		题目答案	难度系数
西餐配菜的摆盘有些不成文的规定，它们是( )。		ABCD	0.8
A. 左边配薯类右边配蔬菜 B. 配薯类配菜就不配米面类配菜 C. 左边配米面类右边配蔬菜 D. 配菜一般摆在主料的上方或依主料为中心配菜放于四周 E. 配菜的量可以多于主料的量			

## 2. 技能操作竞赛题

赛项名称	西式烹饪		英语名称	Western cuisine				
赛项编号	SCZZ2024041		归属产业	餐饮业				
赛项组别								
<input checked="" type="checkbox"/> 中等职业教育 <input type="checkbox"/> 高等职业教育								
<input checked="" type="checkbox"/> 学生赛( <input type="checkbox"/> 个人/ <input checked="" type="checkbox"/> 团体) <input type="checkbox"/> 教师赛(试点) <input type="checkbox"/> 师生同赛(试点)								
模块序号	技能竞赛内容	技术技能要点	专业知识能力要求	专业知识综合能力要求	对应核心课程	权重占比	竞赛时间	评分方法
技能模块	基本功	基础刀工使用方法、基础烹饪方法	西餐原料基础刀工, 基本的西式烹饪方法等基本技能	能够通过科学原理和科学方法对基本技能进行研究, 了解烹饪专业领域技能新技术	加工与烹饪技术	20%	10分钟	过程评分和结果评分
	西菜制作	具备熟练运用西餐烹饪技术等能力	掌握的西餐各种烹饪方法, 西餐汤的现场加工制作技能, 选择不同烹饪方法合适的制作汤菜, 合理安排烹饪工作并统筹安排烹饪时间, 准时出菜	能够应用烹饪的基本知识和原理, 识别烹饪过程中的问题, 能够通过研究分析解决的烹饪中操作中的问题	西式冷菜制作、西式热菜制作加工与烹饪技术	70%	140分钟	过程评分和结果评分

## 十、赛项安全

### (一) 比赛环境

在赛前组织专人对比赛现场、住宿场所和交通保障进行考察, 并对安全工作提出明确要求。赛场的布置, 赛场内的器材、设备, 应符合国家有关安全规定。如有必要, 也可进行赛场仿真模拟测试, 以发

现可能出现的问题。承办单位赛前须按照赛项规程要求排除安全隐患。

赛场周围要设立警戒线，防止无关人员进入发生意外事件。比赛现场内应参照相关职业岗位要求为选手提供必要的劳动保护。在具有危险性的操作环节，裁判员要严防选手出现错误操作。

承办单位应提供保证应急预案实施的条件。对于比赛内容涉及高空作业、可能有坠物、大用电量、易发生火灾等情况的赛项，必须明确制度和预案，并配备急救人员与设施。

承办单位制定开放赛场和体验区的人员疏导方案。赛场环境中存在人员密集、车流人流交错的区域，除了设置齐全的指示标志外，须增加引导人员，并开辟备用通道。

大赛期间，承办单位应在赛场管理的关键岗位增加力量并建立安全管理日志。参赛选手进入工位、赛事裁判工作人员进入工作场所，严禁携带通讯、照相摄录设备，禁止携带记录用具。如确有需要，由赛场统一配置、统一管理。赛项可根据需要配置安检设备对进入赛场重要部位的人员进行安检。

## （二）生活条件

比赛期间，统一安排参赛选手和指导教师食宿。承办单位须尊重少数民族的信仰及文化，根据国家相关的民族政策，安排好少数民族选手和教师的饮食起居。

比赛期间安排的住宿地应具有宾馆/住宿经营许可资质。以学校宿舍作为住宿地的，大赛期间的住宿、卫生、饮食安全等由提供宿舍的学校负责。

## （三）参赛队责任

1. 各学校组织参赛队时，须安排除参赛选手、指导教师、领队以外的随行人员购买大赛期间的人身意外伤害保险。

2. 各学校参赛队组成后，须制定相关管理制度，并对所有选手、指导教师进行安全教育。

3. 各参赛队伍须加强对参与比赛人员的安全管理，实现与赛场安全管理的对接。

#### （四）应急处理

比赛期间发生意外事故，发现者应第一时间报告赛项专家组长，同时采取措施避免事态扩大，立即启动预案予以解决并报告组委会。赛项出现重大安全问题可以停赛，应向组委会报告详细情况。

#### （五）处罚措施

1. 因参赛队伍原因造成重大安全事故的，取消其获奖资格。

2. 参赛队伍有发生重大安全事故隐患，经赛场工作人员提示、警告无效的，可取消其继续比赛的资格。

3. 赛场工作人员违规，按照相应的制度追究责任。情节恶劣并造成重大安全事故的，由司法机关追究相应法律责任。

### 十一、成绩评定

#### （一）制订原则

本着“公平、公正、公开、公益”的竞赛原则，参照《全国职业院校技能大赛成绩管理办法》的相关要求制定评分标准，依据参赛选手的整体表现综合评定团队的职业技能水平。

#### （二）评分方法

##### 1. 裁判员选聘

参照《全国职业院校技能大赛专家和裁判工作管理办法》由四川省职业院校技能大赛执委会在烹饪赛项裁判库中抽定赛项裁判人员，组成裁判工作组。

执行委员会及裁判专家组等应充分吸纳高校和行业企业专家参加，裁判长由赛项执委会聘请该赛项国赛裁判员担任，裁判员组成包



含省内外行业、本科院校、职业学校专家，确保竞赛的客观公正。

## 2. 裁判员配置

表 4 中职西式烹饪赛项裁判人员配置表

序号	裁判员类别	知识能力要求	工作经历	专业技术职称或资格等级	人数
1	裁判长	烹饪理论功底扎实，技艺精湛，熟悉大赛筹划与人员组织经验丰富。	具有多次国家级及以上烹饪技术大赛执裁经历。	著名的国家级烹饪大师、国际或国家级裁判员、高级技师。	1 人
2	加密裁判	熟悉烹饪赛项的竞赛规程；工作细心，责任心强；	从业 5 年以上，有省级比赛执裁经验。	具有中级以上职称，或技师及以上技能等级。	2 人
3	现场裁判	熟悉烹饪赛项的竞赛规程以及各环节的比赛流程和注意事项	有 10 年以上工作经验，有省级比赛执裁经验。	具有中级以上职称或有技师等级证	4 人
4	作品裁判	熟悉烹饪赛项的竞赛规程及评分标准	有 10 年以上工作经验，有省级比赛执裁经验。	具有中级以上职称或有高级技师等级证。	5 人
裁判员总数：12 人(具体参赛人数视比赛场地及参赛队而定)					

## 2. 裁判评分方法

赛前组织裁判培训，统一比赛各项目的评分细则和评分尺度。比赛期间，各裁判根据评分标准独立打分，不得干扰其他裁判打分。

## 3. 成绩产生方法

为保证公开、公平、公正、透明地进行成绩评定，在裁判员的评分中，去掉一个最高分和一个最低分，取平均分作为选手技能得分。具体分值设置与成绩产生方法如下：

(1) 所有参赛选手统一参加基础理论测试，测试时间为 40 分钟，测试方式为闭卷机考，由综合裁判负责监考。试卷题型全部为客观题，数量为 100 道，满分为 100 分，考试成绩由系统自动判分。

(2) 选手比赛成绩由理论测试成绩按 10% 计分，操作技能成绩

按 90%计分，操作技能成绩分现场操作过程评判和参赛作品评判两部分，其中现场操作成绩占 20%，参赛作品成绩占 70%。

#### 4. 成绩审核方法

各裁判员首先审核自身对选手的原始打分成绩，并签名；裁判长对所有裁判员的打分成绩进行审核，并签名。

#### （三）成绩复核与解密

监督、仲裁组将对赛项总成绩排名前 30%的所有参赛队伍（选手）的成绩进行复核；对其余成绩进行抽检复核，抽检覆盖率不得低于 15%。如发现成绩错误以书面方式及时告知裁判长，由裁判长更正成绩并签字确认。复核、抽检错误率超过 5%的，裁判组将对所有成绩进行复核。

成绩复核、确认无误后进行成绩排名，得出排名结果后进行解密，不允许先解密后排序。

#### （四）成绩公示

计分员将解密后的各参赛队竞赛成绩进行汇总制表，经裁判长、监督仲裁组签字后在指定地点，以适当形式向全体参赛队公示。

公示 2 小时无异议后，经裁判长、监督仲裁组长在导出成绩单上审核签字后，将赛项总成绩的最终结果交省组委会。

#### （五）评分标准

##### 1. 理论知识模块评分标准

试卷共计 100 道题，单选题 80 题，每题 1 分；多选题 20 题，每题 1 分，满分为 100 分。由计算机系统自动判分，选手现场签字确认成绩。

##### 2. 技能竞赛模块作品评分标准

### (1) 基本功评分标准

A类（夏都土豆、蘑菇花、橄榄胡萝卜）针对基本功菜品的质量，按照数量、形态、标准、卫生等进行评分。满分为100分。①数量（30分）：数量少1个扣3分，数量少2个扣6分，数量少3个扣9分，数量少7个以上扣20-30分；②形态（30分）：切或削或制作的不均匀扣1-10分；截面刀距不匀扣1-10分，大小不一扣1-10分或花纹不清晰及破损扣1-10分；花纹数量不符合要求扣1-10分；③标准（30分）：长度不准扣1-5分；直径不准扣1-5分；顶端直径不准扣1-5分；摆放方式错误扣5分；④卫生（10分）：盘面不清洁、有污迹扣1-10分；浪费严重、废料处理不得当，扣1-10分。

B类（法式薄饼）针对基本功菜品的质量，按照数量、形态、标准、卫生等进行评分。满分为100分。①数量（30分）：数量少1个扣5分，数量少2个扣10分，数量少3个扣15分；数量少4个扣20分，数量少5个扣25分；没有扣30分（形态、标准和卫生等评分项为0分）；②形态（30分）：不圆扣1-10分；大小不一扣1-10分；直径不达标扣1-10分；③标准（30分）：松软度不当扣1-5分；色泽过深或过浅扣1-5分；香味、口味不当扣1-5分；摆放方式错误扣5分；④卫生（10分）：盘面不清洁、有污迹扣1-10分，浪费严重、废料处理不得当，扣1-10分。

### (2) 海鲜开胃菜评分标准

针对海鲜开胃菜的质量，按照菜品展示、口味质感、技术要点、食品卫生等进行评分。满分为100分。①菜品展示（20分）：烹饪方法单一扣1-5分；色泽不佳扣1-5分；盛装形态不一致扣1-5分；②口味质感（30分）：口味不正扣1-10分；质感单一扣1-5分；有

异味扣 1-5 分；③技术要点（30 分）：重量不达标扣 1-5 分，无酱汁和配菜扣 1-5 分；冷热装盘不正确扣 1-5 分；海鲜制品总重量不达标扣 1-5 分。④食品卫生（20 分）：成品有异物扣 1-5 分；装盘溢出，餐盘不洁扣 1-5 分。

### （3）意大利蔬菜汤评分标准

针对意大利蔬菜汤的质量，按照菜品展示、口味质感、技术要点、食品卫生等进行评分。满分为 100 分。①菜品展示（20 分）：蔬菜刀工成型规格不对扣 1-10 分；色泽不佳扣 1-5 分，浓稠度不佳扣 1-5 分；②口味质感（30 分）：蔬菜香味不足扣 1-10 分；有异味扣 1-10 分；③技术要点（30 分）：装盘分量不达标扣 1-5 分；没用热盘盛装扣 1-5 分；无烹饪的装饰配料扣 1-5 分；④食品卫生（20 分）：成品有异物扣 1-5 分；装盘溢出扣 1-5 分，餐盘不洁扣 1-5 分。

### （4）鸭肉主菜评分标准

针对鸭肉主菜的质量，按照菜品展示、口味质感、技术要点、食品卫生等进行评分。满分为 100 分。①菜品展示（20 分）：烹饪方法单一扣 1-5 分；色泽不佳扣 1-5 分；盛装形态不一致扣 1-5 分；②口味质感（30 分）：口味不正扣 1-10 分；质感单一扣 1-5 分；有异味扣 1-5 分；③技术要点（30 分）：鸭肉主料重量不达标扣 1-5 分，鸭肉的成熟度不符合标准的扣 1-5 分，少 2 种蔬菜、1 种淀粉类食物、1 种可食用装饰菜、1 种酱汁扣 1-10 分；没用热盘盛装扣 1-5 分；④食品卫生（20 分）：成品有异物扣 1-5 分；装盘溢出，餐盘不洁扣 1-5 分。

## 3. 技能竞赛模块现场操作评分标准

现场操作违规和不规范操作内容及扣分标准

违规或不规范操作内容	相应扣分标准
仪容仪表	长头发未包进工作帽内，散乱；指甲过长或涂带色指甲油；手上佩戴戒指等首饰，每一项扣 1 分，最高扣 5 分
着装	工作衣、帽不整洁或破损；不穿戴工作衣、帽、围裙；脚踝裸露；不穿厨师专用鞋，每一项扣 1 分，最高扣 5 分
不关火	无加热操作时炉灶主眼火不关闭，每次扣 1 分，最高扣 5 分
长流水	无用水操作，水龙头长流水，每次扣 1 分，最高扣 5 分
浪费原料	将可回收利用的原材料扔入垃圾桶每次扣 1 分，最高扣 10 分；原料选用过剩，超过 20%，每一种扣 1 分，最高扣 10 分
多做挑选	每一件菜品多做挑选扣 2 分，最高扣 10 分
失任重做	每一件菜品失任重做扣 2 分，最高扣 10 分
不服从指挥	不服从现场裁判指挥每次扣 2 分，最高扣 10 分
安全事故	不规范操作导致设备、工具等损坏，影响其他选手操作等行为扣 5 分
不卫生、不规范行为	个人不符合《食品安全法》的卫生行为，每次扣 1 分，最多扣 5 分；台面脏乱等操作不卫生行为每次扣 1 分，最高扣 5 分；操作过程中未及时和规范处置和存放食材，每次扣 1 分，最高扣 5 分；砧板使用不符合国际规范，每次扣 2 分，最高扣 10 分
垃圾分类不规范	不按规定对垃圾进行分类，每次扣 2 分，最高扣 10 分
工作准备及赛后整理	比赛开始后 5 分钟的工作准备期间，动刀或工具加工食材，每次扣 2 分；动火加热，每次扣 2 分；赛后整理，未按要求进行工位区域整理清洁，扣 5~10 分（最高扣 20 分）
否定项	<p>1. 每个任务在规定时间内完成出菜，超时即扣分，每超时 1 分钟扣 1 分，超时满 5 分钟即停止本任务比赛，否则本任务作品不作品评（只计现场分）；选手在出菜窗口打开前若在赛场提供的白色平盘上有装盘操作，违规者将扣 1~3 分；</p> <p>2. 经现场裁判组长和裁判长认定为作弊行为（如操作过程中发现夹带原料和成品、偷换作品、破坏其他代表队选手作品等行为），终止操作，选手离场，选手竞赛成绩为零分；</p> <p>3. 因选手的责任造成火灾等安全事故的终止比赛，选手离场，选手竞赛成绩为零分。</p> <p>注：累计扣分不超过 100 分</p>

## 十二、奖项设置

根据竞赛成绩，从高到低排序，按参赛队数的数量，其10%设一等奖，20%设二等奖，30%设三等奖（小数点后四舍五入）。

## 十三、赛项预案

赛前成立由巡视员、专家组长、裁判长、监督仲裁组长、承办校领导等相关人员组成的应急处理小组，比赛期间发生任何意外事故（如赛卷、设备、安全等），发现者应第一时间报告专家组长，立即采取措施避免事态扩大，启动应急预案予以解决并报告大赛组委会。赛项出现重大安全问题可以停赛，是否停赛由赛项组委会决定。事后，应向大赛组委会报告详细情况。

### （一）医疗及安全事故预案

1. 现场布置急救设施（如：急救箱），赛场内设置医疗救护区（如：竞赛期间，安排医生随时处理突发的医疗事故）。

3. 竞赛期间偶发大规模意外事件，立即启动《偶发大规模意外事件处理应急预案》（采取中止比赛、快速疏散人群等措施避免事态扩大，并第一时间报告赛区执委会）。

### （二）水电事件应急预案

成立应急小组，责任到人。预设措施（如现场配置水桶、应急发电车值守等），竞赛时必须现场值守，突发水、电供给不良时及时响应，在维持秩序的同时，调配专业人员，及时查明原因、排除故障。

### （三）火灾事件应急预案

制订责任到人的事件处理小组，竞赛时现场值守。如发生火灾，及时组织人员疏散、切断电源，将易燃易爆物品及时转移到安全地段，同时组织人员使用适宜的灭火器材灭火。对轻伤人员有医疗人员进行

处置，对重伤人员及时送往医院进行救治。

#### （四）竞赛设备损坏应急预案

制订责任到人的竞赛设备损坏应急处理小组，竞赛时现场值守。赛场每个工位由赛场工作人员或厂方技术人员负责，及时解决比赛中突发的设备故障，解决不了的，启用备用工位，保证竞赛正常进行。

#### （五）赛卷应急预案

比赛过程中一旦出现赛卷密等问题，立即由巡视员、专家组长、裁判长、监督组长和仲裁组长会商，并向大赛组委会报告，启用备用赛卷。

#### （六）比赛成绩处理出现异常情况的处置预案

1. 由专家组迅速组建成绩核查组，在大赛监督仲裁员监督下核查成绩异常原因。
2. 经裁判长确认，报执委会批准，及时启动成绩重新处理工作。
3. 成绩重新处理工作采取手工处理方式进行，并采取严格措施确保处理完全正确。

## 十四、竞赛须知

### （一）参赛领队须知

1. 参赛队名称统一使用规定的代表队名称。
2. 参赛队员的报名资格被审核确认后，原则上不再更换，如选手因故不能参赛，所在学校需出具书面说明并按相关规定补充人员并接受审核；开赛前 10 日以内，不接受参赛队员更换，允许缺员比赛。
3. 按照大赛赛程安排凭大赛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。
4. 统一安排赛前熟悉场地环境的活动。

5. 准时参加赛前领队会，领队会上举行抽签仪式抽取场次号。
6. 各队注意饮食卫生，防止食物中毒。
7. 各队要发扬良好道德风尚，听从指挥，服从裁判，不弄虚作假。

## （二）指导教师须知

1. 各指导老师要发扬良好道德风尚，听从指挥，服从裁判，不弄虚作假。指导老师经报名、审核后确定，一经确定不得更换。
2. 对申诉的仲裁结果，领队和指导老师应带头服从和执行，还应说服选手服从和执行。
3. 指导老师应认真研究和掌握本赛项比赛的技术规则和赛场要求，指导选手做好赛前的一切准备工作。
4. 领队和指导老师应在赛后做好技术总结和工作总结。

## （三）参赛选手须知

1. 参赛选手应遵守比赛规则，尊重裁判和赛场工作人员，自觉遵守赛场秩序，服从裁判的管理。
2. 参赛选手应佩戴参赛证，带齐身份证、注册的学生证。在赛场的着装，应符合职业要求。在赛场的表现，应体现自己良好的职业习惯和职业素养。
3. 进入赛场前须将手机等通讯工具交赛场相关人员保管，严禁带入赛场。未经检验的工具、电子储存器件和其他不允许带入赛场物品，一律不能进入赛场。
4. 比赛过程中不准互相交谈，不得大声喧哗；不得有影响其他选手比赛的行为，不准有旁窥、夹带等作弊行为。
5. 参赛选手在比赛的过程中，应遵守安全操作规程，文明操作。



通电调试设备时，应经现场裁判许可，在技术人员监护下进行。

6. 比赛过程中需要去洗手间，应报告现场裁判，由裁判或赛场工作人员陪同离开赛场。

7. 完成比赛任务后，需要在比赛结束前离开赛场，需向现场裁判示意，在赛场记录上填写离场时间并签工位号确认后，方可离开赛场。

未完成比赛任务，因病或其他原因需要终止比赛离开赛场，需经裁判长同意，在赛场记录表的相应栏目填写离场原因、离场时间并签工位号确认后，方可离开；离开后，不能再次进入赛场。

8. 裁判长发出停止比赛的指令，选手（包括需要补时的选手）应立即停止操作进入通道，在现场裁判的指挥下离开赛场到达指定的区域等候评分。需要补时的选手在离场后，由现场裁判召唤进场补时或比赛结束后自然延时补时。

9. 遇突发事件，立即报告裁判和赛场工作人员，按赛场裁判和工作人员的指令行动。

#### （四）工作人员须知

1. 工作人员必须服从赛项组委会统一指挥，佩戴工作人员标识，认真履行职责，做好服务赛场、服务选手的工作。

2. 工作人员按照分工准时上岗，不得擅自离岗，应认真履行各自的工作职责，保证竞赛工作的顺利进行。

3. 工作人员应在规定的区域内工作，未经许可，不得擅自进入竞赛场地。如需进场，需经过裁判长同意，核准证件，有裁判跟随入场。

4. 如遇突发事件，须及时向裁判长报告，同时做好疏导工作，避免重大事故发生，确保竞赛圆满成功。

5. 竞赛期间，工作人员不得干涉及个人工作职责之外的事宜，不

得利用工作之便，弄虚作假、徇私舞弊。如有上述现象或因工作不负责任的情况，造成竞赛程序无法继续进行，由赛项组委会视情节轻重，给予通报批评或停止工作，并通知其所在单位做出相应处理。

#### （五）裁判员须知

1. 裁判员执裁前应参加培训，了解比赛任务及其要求、考核的知识与技能，认真学习评分标准，理解评分表各评价内容和标准。不参加培训的裁判员，取消执裁资格。

2. 裁判员执裁期间，统一佩戴裁判员标识，举止文明礼貌，接受参赛人员的监督。

3. 遵守执裁纪律，履行裁判职责，执行竞赛规定，信守裁判承诺书的各项承诺。服从赛项专家组和裁判长的领导。按照分工开展工作，始终坚守工作岗位，不得擅自离岗。

4. 裁判员有维护赛场秩序、执行赛场纪律的责任，也有保证参赛选手安全的责任。时刻注意参赛选手操作安全的问题，制止违反安全操作的行为，防止安全事故的出现。

5. 裁判员不得有任何影响参赛选手比赛的行为，不得向参赛选手暗示或解答与竞赛有关的问题，不得指导、帮助选手完成比赛任务。

6. 公平公正地对待每一位参赛选手，不能有亲近与疏远、热情与冷淡差别。

7. 赛场中选手出现的所有问题如：违反赛场纪律、违反安全操作规程、提前离开赛场等，都应在赛场记录表上记录，并要求学生签工位号确认。

8. 严格执行竞赛项目评分标准，做到公平、公正、真实、准确，杜绝随意打分；对评分表的理解和宽严尺度把握有分歧时，请示裁判

长解决。严禁利用工作之便，弄虚作假、徇私舞弊。

9. 竞赛期间，因裁判人员工作不负责任，造成竞赛程序无法继续进行或评判结果不真实的情况，由赛项组委会视情节轻重，给予通报批评或停止裁判资格，并通知其所在单位做出相应处理。

#### （六）重要提示

1. 为体现公平，大赛将严格进行赛前检录和赛中检查，选手经检录后进入比赛场地指定区域参加比赛。

2. 所有参赛选手必须按时检录，迟到 30 分钟取消比赛资格。

3. 所有装饰点缀的加工均在场内进行。

4. 为了确保大赛的公平、公正，凡在比赛期间发现选手有夹带等作弊行为的，经裁判裁定确认后，该选手的比赛成绩按“0”分计算。

### 十五、申诉与仲裁

1. 各参赛队对不符合赛项规程规定的设备、工具、材料、计算机软硬件、竞赛执裁、赛场管理及工作人员的不规范行为等，可向赛项仲裁组提出申诉。

2. 申诉主体为参赛队领队。

3. 申诉启动时，参赛队以该队领队签字同意的书面报告的形式递交赛项仲裁组。报告应对申诉事件的现象、发生时间、涉及人员、申诉依据等进行充分、实事求是的叙述。非书面申诉不予受理。

4. 申诉应在赛项比赛结束后 2 小时内提出。超时不予受理。赛项仲裁组在接到申诉报告后的 2 小时内组织复议，并及时将复议结果以书面形式告知申诉方。申诉方对复议结果仍有异议，可由领队向大赛仲裁工作组提出申诉。大赛仲裁工作组的仲裁结果为最终结果。

5. 申诉方不得以任何理由拒绝接收仲裁结果；不得以任何理由采

取过激行为扰乱赛场秩序。仲裁结果由申诉人签收，不能代收；如在约定时间和地点申诉人离开，视为自行放弃申诉。

## 十六、竞赛观摩

1. 观摩期间，必须服从现场工作人员的指挥，保持安静，不得大声喧哗，不得在观摩区来回走动影响他人观摩。

2. 需提前 15 分钟到达观摩区入口，并接受证件核查。

3. 视频观摩地点由承办院校安排，观摩人员在观摩期间，不得吸烟，不得携带水或液体食品进入观摩区。

## 十七、赛项成果

本赛项资源转化包括基本资源和拓展资源，努力把所转化的成果打造成符合行业标准、契合课程标准、突出技能特色、展现竞赛优势，形成满足职业教育教学需求、体现先进教学模式、反映职业教育先进水平的共享性职业教育教学资源。

比赛期间，执委会将安排专业技术人员对比赛过程进行全程、全项目视频录制、图片拍摄和文本采集，按照大赛资源转化技术标准制作成大赛专题片、风采展示片、大赛获奖作品集等共享资源成果。

## 附件 1

赛场每工位提供设施设备清单

序号	设备名称	型号	单位	数量
1	电磁炉	4 头	台	1
2	烤箱（公用）		台	1 层
3	面火焗炉		台	1
4	单星盆		台	1
5	不锈钢操作台		套	1
6	高身汁锅	19*11	只	1
		25*14	只	1
7	矮汁锅	18*8	只	2
8	不沾煎锅	22*5	只	2
9	圆形不锈钢拌料盆	直径约 20cm	只	2
		直径约 18cm	只	2
10	汤勺	8cm*33.5cm	把	2
11	漏勺		把	1
12	不锈钢料理盒		个	10
13	木铲	30cm	把	1
14	网筛	20cm	把	1
15	打蛋器	24cm	把	1
16	份数盆	53*35*6.5cm	个	2
17	耐高温硅胶铲	32.5cm	把	1
18	料理机	台式	台	1
19	砧板套装	红黄蓝绿褐白	套	1
20	烤箱烤盘		个	1
21	四门冰箱	冷藏	台	公用
		冷冻	台	公用
22	大型计时器		只	公用
23	急救医疗设备		套	公用
24	烘焙用手套		双	公用
25	小垃圾桶（干、湿）	各 1	只	2
26	帽子碗	外径约 30cm, 内径约 13.5cm。	只	2
27	基本功、开胃菜、主菜盘	外径约 30cm, 内径约 20cm。	只	6

注：1. 以上设备设施的技术参数在承办校确定后赛前 15 天由承办校公告公布。

2. 选手可以根据需要带必备工具，并填写选手自带工具清单，按要求递交（见附件 4）。

## 附件 2

每工位提供一次性用品清单

序号	品名	单位	数量（每个工位）
1	大盒装保鲜膜	卷	1
2	一次性试味勺	把	5
3	厨用卷纸	卷	1
4	双色小垃圾袋	卷	1
5	洗手液	小罐	1
6	百洁布	个	1
7	洗洁精	瓶	1

附件 3

选手工装规范

名称	图例	备注
安全鞋		防滑、防砸、防穿刺、绝缘、包脚
厨师服		白色长袖，贴身不松垮，纯棉、舒适、透气
厨师围裙		白色半身围裙
厨师长裤		宽松、中腰、黑色、松紧裤腰
厨师帽		厨师中帽、透气，不外露头发

注：安全鞋、厨师长裤、白色厨师服和白色厨师围裙**选手自备**，厨师帽主办方统一提供。特别提醒：白色厨师服和围裙应是**纯白色**不能有任何标记，否则视为作弊。

附件 4

选手自带工具清单

序号	设备名称	型号	单位	数量

注：

1. 每个参赛队限带 1 台 220V 外接电源的烹饪设备；
2. 未申报的工具不得带入赛场，否则作违规处理；
3. 自备工具清单在比赛入场时交现场裁判检录。
4. 清单中不得出现选手姓名、学校名称等参赛队信息，否则视为作弊。



## 附件 5

每工位食材清单

名称	数量	名称	数量
红圆椒	约 200g	浓缩橙汁	1 瓶 (840ml)
土豆	约 500g	精盐	50g
大蒜头	约 50g	黑胡椒粒	50g
苦菊	约 200g	淡奶油	250ml
胡萝卜	约 500g	绵白糖	100g
西兰花	约 300g	纯牛奶 (雀巢)	1L
小番茄	约 100g	白葡萄酒	750ml
手指萝卜	约 200g	红酒	750ml
洋葱	约 500g	白兰地	750ml
新鲜口蘑	10 个	鸭胸肉 (冻)	4 块
西芹	约 200g	净海鲈鱼肉 (冰鲜)	约 200g
百里香	约 30g	对虾 (冻)	(10-15 头) 4 只
迷迭香	约 30g	食用油	2000ml
芦笋	约 100g	橄榄油	500ml
鱿鱼 (冰鲜)	1 只约 200g	菠菜	150g
鸡蛋	5 个	柠檬	2 个约 150g
番茄酱	250g	面粉 (中筋)	五得利 300g
黄油	约 200g	牛骨 (锯段牛骨块)	约 300g
意大利黑醋	500ml	面包糠 (白色)	250g
黄汁粉	100g	绿节瓜	300g
黑胡椒碎	36g	甜豆	100g
法香菜	200g	茄子	约 300g
培根片 (双汇)	50g	甜橙	1 个 (约 150g)
通心粉	100g	帕马臣干酪	100g
四季豆	100g	罐装白豆	1 罐 (约 400g)

注：基本功模块食材单独发放。