



四川技能大赛——广元市第十届职业技能大赛
中式烹调师项目

技
术
文
件

2025年8月

目录

一、竞赛对象	1
二、竞赛标准	1
三、竞赛内容	1
四、竞赛场地与设施设备要求	2
五、竞赛方式与注意事项	4
六、竞赛成绩评定（评分标准）	5
七、参考文献	9
八、其他	9

一、竞赛对象

在我市从事相应技术工种且符合参赛条件的技能人员均可报名参加比赛（已获得“四川省五一劳动奖章”“四川省技术能手”及以上荣誉称号的、在近三届省级一、二类竞赛同项目比赛中获得前三名的人员、市级技能竞赛中获得第一名的人员除外）。本次报名审核符合条件的人员。

二、竞赛标准

本次竞赛以《中式烹调师》国家职业标准三级（高级工）的知识和技能要求为依据，结合区域餐饮业发展实际需求，适当增加中式菜肴加工制作有关的新知识、新技能。

三、竞赛内容

（一）比赛项目：中式热菜制作。

（二）比赛形式：比赛为个人赛，由理论考试和技能操作两部分组成。

（三）比赛内容及要求

1. 理论试题将从大赛官网公布的题库中抽取。

2. 菜肴制作包括：规定菜肴和创意菜肴。规定菜肴由裁判长在赛前说明会时从鱼香肉丝、宫保鸡丁、白油肉片、回锅肉、肝腰合炒中随机抽取其中1道；创意菜肴以鸡、鱼和豆腐食材作为主料（可选任选其一或者自由搭配），自主设计、自带原料、自带餐具在现场完成制作。

3. 比赛基础调料、规定菜肴原料和设备由组委会统一提供，

创意菜肴主料及特殊调料由选手自带。鸡、鱼和豆腐等主料可以提前完成宰杀、去毛、去鳞，不能进行刀工处理和预熟处理等加工。

4. 比赛时间，规定菜肴 30 分钟，创意菜肴 60 分钟，总时长 90 分钟可套用，要求规定菜肴在正式开赛后 30 分钟内完成。

四、竞赛场地与设施设备要求

(一) 竞赛场地

根据省级赛惯例，结合本次比赛作品设置制定该设备设施清单。初步设计为 20 个独立工位操作间(备用 1 个)，每个操作工位约 5 m²，有通风、排烟、上水、下水、高清监控等设备。

操作工位配置：

设备名称及型号	单位	单个工位数量	20 个工位小计	备注
不锈钢双层工作台 (长宽高约 180×80×80 cm)	台	1	20	
中式炉头(双眼带汤吊长 宽 160×80cm)	台	1	20	
双耳炒锅(直径 45cm)	口	2	40	
8 两炒勺	把	2	40	
漏勺(直径 30cm)	把	1	20	
油缸(直径 30cm)	个	1	20	
蒸笼(中号)	个	2	60	每 2 个蒸笼带 1 个 盖子
砧板(直径 40cm)	个	1	20	

保鲜膜	卷	1	20	
不锈钢码斗	个	5	100	
厨房用纸	包	1	20	
不锈钢方盘	个	3	60	
洗涤池（长宽高 45 × 45 × 80 cm）	个	1	20	
餐具：长约 28 厘米、宽约 18 厘米的椭圆形盘	个	3	60	规定热菜
8 格不锈钢调料盒	套	1	22	
小方巾	张	2	60	
刷把	把	1	20	
筷子	双	1	20	

（二）公用设备

平台雪柜 2 台、海鲜蒸柜 1 个（三层）、万能蒸烤箱 1 个。

（三）调配料

常规的调味料：食盐、白糖、普通酱油、保宁醋、纯味精、太太乐鸡精、玉米淀粉、雪花生粉、鹃城豆瓣酱、泡辣椒、干辣椒、干红花椒（红）、葱、姜、蒜、胡椒粉、色拉油、建华香油。

（四）裁判工作区域

布置 5 个独立的评分室，配高清监控设备，每个评分室 1 套桌椅。1 个统分室，配 2 台电脑和 1 台打印机。1 个仲裁室，配 2 套桌椅。1 个监审室，配 2 套桌椅。

（五）展示场地

一个 20 m²菜品展示台，配台布、台群。

（六）其它要求

1、设观摩区、检录区、休息区、媒体休息室、裁判休息室等区域。

2、配备隔离带。

3、着装要求：评委、工作人员的上衣着装由组委会统一提供。

4、选手任何的自备设备和用具需要在报到时交申报表，经裁判长同意后才能带入赛场使用。

5、现场操作区的每个工位区域配置无缝高清监控设备。

五、竞赛方式与注意事项

（一）本次中式烹调竞赛为个人赛项目，所有操作均有参赛选手本人完成，不允许带助手。

（二）参赛选手检录验证后进入赛场。报名者必须符合参赛资格，不得弄虚作假。在资格审查中一旦发现问题，将取消其报名资格；在竞赛过程中发现问题，将取消其竞赛资格；在竞赛后发现问题，将取消其竞赛成绩，收回获奖证书。

（三）参赛选手应遵守竞赛规则，遵守赛场纪律，服从大赛组委会的指挥和安排，爱护竞赛场地的设备和器材。

（四）赛前一天报到，当天 14:00—16:00 时，各领队和选手可自行组织参观适应场地与设备（亦可视频了解），比赛当

天赛场隔离封闭。报到当天 16:30 理论考试，实操工位在现场抽取，以具体赛事指南为准。

六、竞赛成绩评定（评分标准）

（一）本次竞赛技能操作环节以国家职业标准《中式烹调师》高级工的知识技能要求为依据，理论考试采取机考，即时公布成绩，技能操作由裁判对参赛选手现场实操环节和菜品质量进行评分，理论和技能操作都采用百分制，**总成绩=理论成绩*20%+（实操环节成绩*30%+菜品质量成绩*70%）*80%**。

（二）技能操作评分项目、考核要求及要点如下：

1. 现场操作评分标准。

违规项目	具体事项	配分	备注
操作规范	长明火、长流水、工位凌乱等	20分	
浪费原材料	分档不合理、原料浪费等	20分	
仪容仪表	长指甲、长头发违规带首饰、着装不规范等	20分	
操作卫生	生熟不分、荤素不分、工具不区分、其他不符合卫生规范的行为	20分	情节严重者直接取消比赛资格
其他违规行为	失败重做、不服从裁判指挥、违规使用添加剂	20分	

2. 菜品质量评分标准。

分值模块	具体要求	配分
------	------	----

口味与质感	调味得当，口味纯正，主味突出，符合味型的特征，质感符合菜品要求。	30分
工艺与火候	成熟恰当，火候适宜，烹制程序正确，主辅料配比合理，特点鲜明，工艺方法准确。	30分
形态与色泽	色泽符合菜品要求，芡汁适量；粗细适度、均匀一致，无连刀、无大小头、无碎粒。	20分
装盘与卫生	盛装自然，突出主料，盘面清洁。	10分
创意与营养	该项主要针对创意菜：创意是否巧妙、是否推广性、营养搭配合理性等	10分
出现焦糊或未成熟等影响菜肴食用性的情况菜肴质量评分为0。		

（三）其它未尽事宜由专家裁判组集体商议确定。

（四）裁判人数原则上不少于5名，裁判按照100打分，最后折算累计。每名裁判的评分，去掉一个最高分和一个最低分，取剩余裁判的平均分排序。

（五）如遇到参赛选手总成绩相同，以实操作比赛得分高者胜出；如遇到实际操作比赛得分相同，则以口味与质感、工艺与火候、形态与色泽、装盘与卫生、创意与营养的顺序将各因子单项得分进行对比，得分高者胜出。

**广元市第十届职业技能大赛中式烹调师项目
实操环节评分表（表 1）**

参赛工位号_____

违规项目	具体事项	配分	得分
操作规范	长明火、长流水、工位凌乱等	20 分	
浪费原材料	分档不合理、原料浪费等	20 分	
仪容仪表	长指甲、长头发违规带首饰、着装不规范等	20 分	
操作卫生	生熟不分、荤素不分、工具不区分、其他不符合卫生规范的行为	20 分	
其他违规行为	失败重做、不服从裁判指挥、违规使用添加剂	20 分	
裁判员：		总成绩：	

**广元市第十届职业技能大赛中式烹调师项目
菜品质量评分表（表 2）**

参赛工位号_____

违规项目	具体事项	配分	得分
操作规范	长明火、长流水、工位凌乱等	20 分	
浪费原材料	分档不合理、原料浪费等	20 分	
仪容仪表	长指甲、长头发违规带首饰、着装不规范等	20 分	
操作卫生	生熟不分、荤素不分、工具不区分、其他不符合卫生规范的行为	20 分	
其他违规行为	失败重做、不服从裁判指挥、违规使用添加剂	20 分	
裁判员：		总成绩：	

七、申诉与仲裁

（一）参赛选手对有失公正的检查、评判，以及工作人员的违规行为等，均可有序地提出申诉。

（二）选手重大申诉均须在赛后 2 个小时内以书面形式向专家组提出。专家组要认真负责地受理选手申诉，并在 2 小时内将处理意见通知当事人。

（三）裁判组现场裁决时，参赛选手不得因申诉或对处理意见不服而停止竞赛，否则按弃权处理，如还有不服，赛后 2 小时内书面向专家组申诉。专家组 2 小时内作出答复，对专家组意见不服的，自接到专家组意见 2 小时内书面向竞赛仲裁委员会申诉，竞赛仲裁委员会 4 小时内做出裁决。

（四）竞赛仲裁委员会的裁决为最终裁决。

八、参考文献

《中式烹调师》国家职业标准三级（高级工）的知识和技能要求。

九、其他

- 8.1. 本次大赛全程监控。
- 8.2. 本文件为竞赛技术操作参考材料。
- 8.3. 本文件的最终解释权归竞赛组委会。