第七届苏州技能状元大赛

中式烹调项目技术文件

（学生组）

2025 年 9 月

目　录

一、　本项目技术描述……1
二、　选手应具备的能力……2
三、　竞赛内容……3
四、　评分标准及流程……5
五、　场地及设施设备……6
六、　赛事纪律……7
七、　赛事安全……8
八、　绿色环保……9
九、　备注……9

一、本项目技术描述

本项目面向中式烹调专业院校学生，全面考核其专业知识和能力素质，展示中式烹调专业学生理论素养、核心技能和菜品设计的职业胜任能力。本次竞赛为单人赛，通过营造中式烹调的真实场景，向社会展示现代中式烹调专业学生的专业能力、职业形象和管理的职业水准，增加社会对中式烹调行业及职业发展的认同。

（一）竞赛内容

竞赛项目包含 5 个模块：A 各客冷拼、B 食品雕刻、C 规定热菜、D 自选热菜、E 中式面点，选手依次完成 5 个模块。

（二）竞赛日程

本次大赛技能考核按 5 个模块（A 模块、B 模块、C 模块、D 模块、E 模块）进行，总计 260 分钟，选手竞赛厨房工位在竞赛当日通过抽签的方式决定，一天内完成全部技能竞赛。

项目	日期	组别	竞赛模块	时间安排		竞赛人数	竞赛地点
				检录时间	竞赛时间		
中式烹调	*	所有选手	A.各客冷拼	8:00	8:30-9:30	**	相城中专
			B.食品雕刻		9:40-10:40		
			C.规定热菜	12:00	12:30-12:50	**	相城中专
			D.自选热菜		12:50-13:50		
			E.中式面点		14:00-15:00		

（三）配分比例

模块	A 各客冷拼	B 食品雕刻	C 规定热菜	D 自选热菜	E 中式面点	总时长
配分	100*20% (60min)	100*20% (60min)	100*15% (20min)	100*25% (60min)	100*20% (60min)	260min
作品总分		100 分				

竞赛最终成绩=作品总分*80%+现场总分*20%

（四）考核方式

技能考核：提前公布竞赛项目和食材。裁判长负责对已命制好的试题进行修改并验证，修改范围不超过 30%。

二、选手应具备的能力

序号	部 分	相对重要性（%）
1、工作组织和管理	（1）选手需要知道和理解： 所有设备的功能、使用以及安全事项；所用材料的用途、使用、保管以及潜在风险；相关操作的困难和风险，及其产生的原因和预防措施；可用的时间以及工作量；工作计划时需考量的参数；任何时间都应遵守的健康和安全标准；环保和安全准则，及其工作环境整洁的保持。 （2）选手应当能够： 准备一个安全、整洁和高效的工作台;准备好个人健康和安全相关的工作;计划、准备并按时完成每一项任务;计划好工作，高效实施，避免中断;选择使用设备和材料，确保安全;清洁、储存和鉴别设备和材料，确保安全;遵循有关环保、设备和材料的健康和安全标准;将工作场地和加热设备呈现良好的状态和条件。	30
2、沟通和交流	（1）选手需要知道和理解： 纸质或电子形式技术文件的范围和内容；与技能有关的专业语言（术语）；以口头、书写或电子形式汇报交流的规范。 （2）选手应该能够： 在工作场所，以规范的书写或电子的方式进行沟通；在工作场所，以口头、书写或电子的方式沟通，确保清晰、有效、高效；使用一些规范的沟通技巧。	20
3、操作加热	（1）选手需要知道和理解： 了解气源；了解点火程序和大、中、小火力使用；食材宰杀和加工的操作场地、距离；常规调味品的区别和摆放位置；特殊调味品公用区域；作品盛放规定的器皿尺寸、形状；竞赛时间的把控，合理安排。 （2）选手应该能够： 熟悉掌握食材加工、烹制、调味、装盘等；对食材能够物尽其用，反对浪费；食材下脚料分别放置，利于回收。	50
总分值		100

三、竞赛内容

序号	竞赛模块	现场提供食材	竞赛考核要求
1	A 各客冷拼(60min)	西式方火腿 1 块(约 200 克)、鸡肉肠 1 根(约 60 克)、鸡蛋干 2 块、象牙白萝卜 1 段(约 200 克)、水果黄瓜 1 根(约 100 克)、新鲜胡萝卜 2 段(约 180 克黄心、红心各一段)、心里美萝卜 1 块(约 200 克)、青萝卜 1 块(约 180 克)；现场统一提供调味品(精盐、白醋、老抽、白糖).	(1)使用规定的原料在 60 分钟内完成不同风格的 2 款各客冷拼； (2) 作品造型不限，主题突出，构图完整，色彩搭配合理，主题健康、积极向上，有创新意识； (3)作品应能体现选手的刀工基本功和拼摆技巧，以形、色为主，注重实用、卫生； (4) 拼摆造型严禁使用粘合剂黏接，造型、点缀饰物制作均须在场内进行，所有拼盘垫底料需为经刀工处理可食用的本拼盘内原料； (5) 作品应满足 2 人食用量，使用现场提供的直径 30 厘米白色圆盘盛装； (6) 所有原料均在现场腌制； (7) 参赛选手自备工具，放在一个工具箱里带入赛场，只允许携带菜刀和简单的雕刻工具； (8) 制作时间 60 分钟，选手需在竞赛开始后 45 分钟开始出作品，并在第 60 分钟出作品完毕；按标准时间 60 分钟，超时 5 分钟以上，本项目将不做品评。
2	B 食品雕刻(60min)	白萝卜 1 根(直径不小于 7cm，长度不小于 25cm),心里美萝卜 2 只(直径不小于 8 厘米)、青萝卜 1 根(直径不小于 6 厘	(1) 使用规定的原材料在 60 分钟内完成中型雕品一个，作品造型不限； (2) 作品的所有刀工处理均在场内完成，作品使用支撑物及粘合剂不得暴露于表面，支撑物使用铁丝时，不可提前弯曲、不可提前用多支铁丝焊接成型，不可使用铁片； (3) 作品高度不得超过 40 厘米； (4)作品使用现场提供的直径 30 厘米白色平盘盛

		米、长度不小于15厘米)、胡萝卜2根(根底直径不小于4厘米、长度不小于15厘米)；现场统一提供禹王502胶水1瓶。	装； （5）作品主题鲜明，搭配合理，易于推广，具有一定创新意识； （5）参赛选手自备工具，放在工具箱里带入赛场，只允许携带菜刀和简单工具，不得使用模具； （6）选手需在竞赛开始后45分钟开始出作品，至第60分钟出作品完毕；按标准时间60分钟，超时5分钟以上，本项目将不做品评。
3	C规定热菜(20min)	新鲜草鱼肉(带皮)约400克、青椒1只约50克、鸡蛋1只、姜、葱（各20克）。现场提供常规调味品:盐、味精、白糖、色拉油、料酒、风车淀粉。	（1）鱼丝规格整齐、粗细一致，不能出现连刀，鱼丝滑嫩，芡汁紧包，成菜重量不低于250克； （2）操作规范合理，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，口味精确； (6) 现场提供的直径25cm白色平盘盛装； （7）只允许携带菜刀。 （8）按标准时间20分钟，超时2分钟以上，本项目将不做品评。
4	D自选热菜(60min)	草鱼1条（约2500克），青、红椒(各一只)、鸡蛋1只、胡萝卜(约200克)、冬笋(约200克)水发香菇（10片）、上海青(8棵）、青皮萝卜（1根），蒜苗（100g）生姜、	（1）使用规定的原料在60分钟内完成菜肴制作，其中位菜（各客）需要6份，4份送评；2份品尝；制作大份菜为8人量,另备1人量尝碟供评委品尝，品尝器皿自备。； （2）作品造型不限，主题突出，积极向上，有创新意识； （3）作品所有制作流程均需在现场完成； （4）食材应物尽其用，减少浪费； （5）选手严禁自带任何电动工具、设备,只允许携带菜刀和简单工具； （6）餐具自备，可以各客，可以大份；

		葱（各 20 克）；现场提供常规调味品：盐、味精、白糖、生抽、老抽、色拉油、料酒、风车淀粉、番茄酱、白醋、面粉、陈醋。	（7）特殊调味品可自带，但需提前在调料自带清单中报备； （8）选手需在竞赛开始后 45 分钟开始出作品，并在第 60 分钟出作品完毕；按标准时间 60 分钟，超时 5 分钟以上，本项目将不做品评。
5	E 中式面点(60min)	五得利面粉 600 克、顺南牌白莲蓉馅心 200 克、鸡蛋 1 个、车轮牌起酥油、黑芝麻。现场提供常规调味品：色拉油、可可粉、糯米纸	(1)使用规定的原材料在 60 分钟内完成动物油酥（直酥）制作，成品数量为 10 个； （2）作品应能体现选手的基本功和手法技巧，注重实用，有一定创新意识； （3）和面、制酥、开酥、成型、熟制需在场内完成； （4）成品大小一致，用现场提供的直径 35cm 的圆形白色平盘盛装送评，按“343”排列。 （5）参赛选手自带工具必须放在工具箱里面带入赛场,只允许携带空心走槌、直杆、刮板、毛刷、毛笔、保鲜膜（袋）、起酥布、刀具、尺子、家用电子秤、炸篮、温度计； （6）选手需在竞赛开始后 45 分钟开始出菜，并在第 60 分钟出菜完毕；按标准时间 60 分钟，超时 5 分钟以上，本项目将不做品评。

四、评分标准及流程

（一）评分标准对应实操模块，本项目不公开具体评分细则。

评分打分方式：按比赛分组设置若干个评分组，5 名裁判为一组，裁判长有权对裁判队伍数量更改评分方式。计分时去掉一个最高分和一个最低分，其余得分的算术平均值作为参赛选手最后得分，保留小数点后两位（四舍五入）。

成绩并列：当出现选手总成绩并列时，以自选热菜、规定热菜、中式面点、各客冷拼、食品雕刻的顺序按模块成绩从高到低排序（即：选手总分相同时，首先按自选热菜的成绩从高到低排名，以此类推）。

（二）评判方法

1、中式烹调项目采用现场操作打分、作品呈现打分两种形式。

2、裁判为各工位现场操作中每个评分点客观打分，裁判长审核后签字确认。

3、参赛作品经过二次加密后，由裁判依据评分细则对作品呈现进行打分。

4、评分采用模块组评分方式。

五、场地及设施设备

（一）赛场布置及工位要求

场地布置、安全等方面符合比赛相关要求，赛场场地总面积为 1200 平方米，主要包含了竞赛工位、专家评分室、选手准备室、教练休息室等区域，工位配备有比赛所需的设施设备。

序号	区域名称	门牌号
1	选手准备室	F103
2	教练休息室	F103
3	专家评分室	F301
4	热菜操作室	F207、F208
5	冷拼操作室	F205
6	雕刻操作室	F205
7	面点操作室	F207、F208

（二）竞赛安排（以正式公布的竞赛手册为准）

（三）赛场提供设备、设施

1、赛场提供灶台、器皿、原材料、基础调味品等。具体要求见考核内容。

2、选手允许携带 1 个食品级储物箱进入工位，箱子体积要求：尺寸(不超过)长 45cm*宽 30cm*高 30cm，白色，食品级。如携带设备设施以外的基础工具和设备（见备注）可放入以上储物箱中，需在赛前发送自备基础设备和工具清单至指定邮箱，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，将视为违规，取消当天模块成绩。

3、选手必须在赛前提交作品设计单，具体时间以通知为准，见备注。

六、赛事纪律

本项目赛事纪律参照《第七届苏州技能状元大赛竞赛技术规则》执行。

1、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。

2、在比赛过程中，参赛选手未经允许，不得进入赛场区域，不准操作设备。

3、参赛选手不得将承办单位提供的工具、材料等物品带出赛场。

4、裁判，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；裁判长允许携带使用数码相机。

5、不得携带、使用自带的参考资料和任何存储设备。

6、参赛选手和裁判员发现竞赛过程中存在问题或争议，应向裁判长反映。

7、隔场将要参赛的选手不得出现在现时竞赛现场，不允许观摩现时竞赛选手的比赛。

8、参赛选手、领队对比赛过程和结果有异议时，可根据《第七届苏州技能状元大赛竞赛技术规则》有关规定实施。对于违反赛场纪律、扰乱赛场秩序者将视其情节予以处理，或直接取消参赛资格。

9、竞赛过程中，因参赛选手个人原因导致竞赛中断，中断的时间计入参赛选手竞赛时间，不予补偿；非因参赛选手个人原因造成的竞赛中断，中断时间不计入参赛选手竞赛时间，并予补足。竞赛中断的原因由裁判长会同当值裁判员做出裁判，并尽快告知参赛选手、参赛队、裁判员。

10、赛场内的参赛选手禁止和参赛队、裁判员任何交流。

11、选手在比赛期间和本赛区裁判任何交流将作为违规行为。

七、赛事安全

本项目赛事安全参照《第七届苏州技能状元大赛竞赛技术规则》的有关要求执行。

（一）选手防护装备

1、任何操作必须穿着符合国家标准的工作服。

2、参赛选手必须按照规定穿戴防护装备，如下表。

名称	图例	备注
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
厨师帽		无纺布厨师中帽、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

领巾		白色领巾
口罩		一次性医用口罩

（二）选手禁止携带物品

1、任何储存液体、气体的压力容器。

2、任何有腐蚀性、放射性的化学物品。

3、任何易燃、易爆物品。

4、任何有毒、有害物品。

5、任何没有生产厂商或达不到国家安全标准的工具及设备。

6、任何可能危及安全问题的物品。

（三）其他安全规定

1、赛场必须留有安全通道；必须配备灭火设备；赛场应具备良好的通风、照明和操作空间要求；做好大赛安全、健康和公共卫生及突发事件预防与应急处理等工作。

2、赛场必须配备医护人员和必需的药品和救护设备。

3、详细安全条例请参考：健康与安全 WSC2017_HS16_EN。

八、绿色环保

1、大赛任何工作都不应该破坏赛场周边环境。

2、提倡绿色环保的理念。所有可循环利用的材料都应分类处理和收集。

九、其他

1. 竞赛结果由主办单位统一发布。

2. 本技术文件仅适用本次技能竞赛项目。

3. 本技术文件解释权归大赛主办单位。

附件 1

第七届苏州技能状元大赛中式烹饪项目设备/调料自带清单

参赛队			
选手姓名		联系方式	
领队姓名		联系方式	
自带设备/调料清单	数量	规格	

附件 2

第七届苏州技能状元大赛中式烹调项目作品设计单

参赛队	
选手信息（姓名、联系方式）	
模块 A 的描述理念：	
模块 B 的描述理念：	
模块 C 的描述理念：	
模块 D 的描述理念：	
模块 E 的描述理念：	