附件：

赛项规程与评判细则

**一、赛项规程**

（一）参赛队组成及说明

参赛团队由1名领队和3名厨师组成。

（二）赛项说明

1.菜单设计、加工及烹饪过程和食品安全管理等均要遵守《中国居民膳食指南》《餐饮服务食品安全操作规范》的相关要求。

2.参赛作品造型、规格、份量均应一致。

3.参赛团队自带除赛事指定食材以外的所有食材、调味料、餐具。

（三）相关规定

1.参赛作品用料严格实行“三不”原则，即不使用燕窝、干鲍、鱼翅等高档原料，不使用国家明令保护的动植物，不违规使用添加剂。

2.自带食材需符合以下规定：

（1）蔬菜：可洗净，剥皮，不能切割，未经制熟；

（2）鱼类：可去除内脏和鳞片，不可改刀；

（3）贝类：可洗净，需连壳，未经制熟；

（4）甲壳类：生鲜或煮熟，不可剥开；

（5）鲜肉类或家禽肉：肉可去骨，不可切割；骨头可以切割成小块；

（6）汤底：基本汤底，未经浓缩和调味，原味，未加配料和调味品；

（7）饼干、果干、调和蛋白可以带入,不得带入面团；

（8）果肉：可以带入果泥，但必须现场加工，不能直接用作酱汁；

（9）干货食材：可涨发好，但必须在比赛现场加调味及烹煮。

**二、评判细则**

（一）理论部分

1.套餐设计10分

（1）营养套餐设计合理，符合国家膳食营养标准，主辅料搭配营养均衡，能够体现地方饮食特色，分量适当，不超标超量，做到整体套餐的减油减盐减糖；

（2）使用食材多样化；适用于标准化加工作业，烹调工艺简单实用；

（3）带量食谱及营养分析表，菜品名称中食材、克数描述准确，营养成分分析计算，营养素、摄入量准确；

（4）食材成本参考北京市物价，成本分析清晰准确，投料合理，重量适宜，原材料成本真实；

（5）以餐标为准，成本合理，满足消费者需求。

2.讲解问答10分

（1）根据抽签结果，营养配餐部分通过PPT方式进行讲解，由领队展示比赛套餐成果；食品安全部分从题库中抽取相关题目进行现场答辩。讲解时间为10分钟，问答时间为5分钟；

（2）内容结构安排合理、重点突出、专业知识表达准确；

（3）营养食谱设计符合群体需求，营养套餐标签清晰（包含套餐特色、主辅原料重量及所含主要营养素等基本信息，带量食谱等）；

（4）PPT设计精美，图文结合，数据充分；

（5）在规定时间内完成展示演讲；

（6）回答问题条理清晰、层次脉络清楚；

（7）形象衣着得体，无夸张配饰。

（二）实操部分

1.准备工作5分

（1）自带食材、调味品符合比赛规则；

（2）自带物品专用整理箱分类收纳；

（3）整理箱摆放整齐统一运输进入比赛工位；

（4）自带食材贮藏及运输温度符合国家食品安全规定；

（5）所有须保鲜的食材均存放在冷柜或冰箱内；

（6）冰箱或冷柜中的食材有覆盖，不同食材相互独立；

（7）操作工位物品摆放就位，分类合理、整洁有序；

（8）提供可品尝的高汤的冷热样品；

（9）没有提前加工行为。

2.烹饪流程25分

（1）食品安全部分（5分）

①开始加工前和操作过程中按照七步洗手法要求清洁洗手；

②原材料加工过程，使用的设备、器皿符合食品安全操作规范；

③正确使用和更换手套；

④及时清洁工作台和厨房设备、用具，专业使用砧板；

⑤对温度敏感的食材加工后及时存放回冰箱内，无长时间裸露现象；

⑥加工过程中，以及品尝食物时无交叉感染行为；

⑦主辅料加工过程符合餐饮服务食品安全操作规范；

⑧正确使用厨房用纸，及时更换脏围裙和毛巾。

（2）技能/技艺部分（10分）

①加工时正确、安全、专业使用工具、设备、盛放容器；

②熟悉原料特性，充分利用，无浪费现象；

③操作过程中食材、半成品及时冷藏存储；

④加工、烹调过程规范有序，动作协调适当，体现传统或现代技法；

⑤不同操作使用恰当的工具和设备（如刀具、锅等）；

⑥加工过程中对鱼、肉、海鲜、家禽等主食材的处理恰当；

⑦合理利用骨头和边角料将汤底做成调味汁；

⑧加工过程中对蔬菜、沙拉和香料的处理恰当；

⑨剩余食材及时包好后保存在冰箱或冰柜中，并标注日期。

（3）厨房管理部分（10分）

①合理分配工作内容、时间，有团队配合；

②加工中垃圾及时处理，废弃物处理妥当；

③加工过程中工作台、操作位整洁有序，无杂、乱、差现象；

④合理使用水、电，无能源消耗浪费；

⑤在规定的时间内完成供餐准备；

⑥比赛结束后，及时进行工位清洁，操作位公用设备、设施及用具清洗干净。

3.作品呈现25分

（1）在规定的时间完成供餐；

（2）供餐过程有条不紊，具有效率；

（3）作品造型、规格、份量合理一致；

（4）无多做挑选；

（5）摆盘实用（不允许使用盘中盘），装饰或点缀物可食用（不允许摆放明显地域属性的装饰品），成品需由参赛选手送至成品展示区和评判区各一套；

（6）作品造型、规格、份量一致；

（7）主料和配料搭配比例协调、平衡，主题突出；

（8）送展作品不允许过度装饰，装饰或点缀物可食用。

4.口味质感25分

（1）口味质感与作品说明书说明一致；

（2）色、香、味统一、协调；

（3）调味适当，主味突出，风味特别；

（4）火候得当，无焦煳、腥膻等异味；

（5）食材质感鲜明，符合应有的口感特点。

**三、计分方式**

作品成绩：每款作品裁判员评分的平均值（保留小数点后两位）为该款作品成绩。