

花蓮縣113學年度國民中學技藝教育
餐旅職群學生技藝競賽

資料手冊

主辦單位：花蓮縣政府

承辦單位：國立花蓮高級工業職業學校

協辦單位：國立光復高級工商職業學校

辦理日期：114年4月08日(星期二)

辦理地點：國立光復高級工商職業學校

目錄

花蓮縣113學年度國中技藝教育學程餐旅職群技藝競賽實施計畫-----	1
花蓮縣113學年度國民中學技藝教育學程餐旅職群競賽學科試題題庫-----	5
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽術科試題題庫-----	9
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽程序表-----	10
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽地理位置圖-----	11
花蓮縣113學年度國中技藝競賽(餐旅職群-中餐烹飪)報名表-----	13
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽場地提供材料表-----	14
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽場地(學生自備器材)-----	15
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽場地器具表-----	16
花蓮縣113學年度國中技藝教育餐旅職群技藝競賽術科評分表-----	17

花蓮縣113學年度國中技藝教育學程餐旅職群技藝競賽實施計畫

114.02.12

壹、依據：

- 一、「教育部技藝教育改革方案」、「國民中學技藝教育課程大綱」及「推動國民中學生涯發展教育實施計畫」辦理。
- 二、教育部96年3月3日部授教中字第0960503066C號令頒「國民中學技藝教育學程學生技藝競賽實施要點」辦理。
- 三、教育部98年2月3日台國(四)字第0980015933號函辦理。

貳、目的：

- 一、為加強技藝教育、強化學生成就動機與興趣，以增進學習效果及技能水準。
- 二、藉競賽活動，相互觀摩，分享學習心得及教學經驗，提升教學品質。
- 三、提供技藝優良學生升讀職業學校之機會，以發展其志趣和才能。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：花蓮縣政府
- 二、總承辦單位：國立花蓮高級工業職業學校
- 三、協辦單位(職群承辦單位)：國立光復高級商工職業學校

肆、競賽要點：

- 一、競賽項目：餐旅職群-中餐烹飪
- 二、競賽內容：分筆試及實作兩部份

(一)筆試 30% : 50分鐘。

1.考題由題庫100題中抽出50題(如附件一)。

2.總分100分(答錯不倒扣)。

(二)實作 70% : 60分鐘，試題如附件二。

三、競賽日期及流程：114年4月08日(星期二)，流程如(附件三)。

四、競賽地點：國立光復高級商工職業學校(如附件四)

地址：976花蓮縣光復鄉林森路100號

五、參加對象及資格：

- 1、本縣各國中113學年第二學期選讀技藝教育學程「餐旅職群」之國中九年級學生。
- 2、凡參加技藝教育班之學生由合作之高中職學校推薦，總報名人數以44人為上限。

六、報名日期：

請於114年3月11日前，e-mail至高中學校承辦人信箱，請電話確認高中學校承辦人是否收到，報名截止日後不得更改參賽名單，未於期限內完成報名手續者視同放棄。(如附件五)

伍、競賽規則：

- 1、參賽者著實作考試規定服裝(依據中餐技術士技能檢定作業規定穿著)、配帶證件始得進場比賽(術科考試穿著白色圍裙及白色廚師衣工作服、白色工作帽、褲子須為長褲且不得為牛仔褲、鞋子為包頭鞋且具有止滑功能)。
- 2、參賽者不得攜帶規定項目以外之任何資料、工具、器材進入比賽場地，違者不予計分。
- 3、參賽者應按時進場，逾比賽規定進場時間15分鐘，即不准進場，並取消比賽資格。
- 4、報到時，應出示學生證或蓋學校關防之證明文件，並接受工作服務人員檢查。
- 5、參賽者依據比賽指定位置就位，以備核對。

- 6、 比賽使用之原料、設備、機具需於開始後10分鐘之內核對、檢查，如有疑問，應當場提出請評審人員處理。(如附件六、七、八)
- 7、 參賽者應聽從並遵守評審人員講解規定之事項。
- 8、 比賽時間之開始與停止，悉聽評審人員之哨音或口頭通知，不得自行提前開始或延後結束。
- 9、 參賽者應正確操作機具，如有損壞，需負賠償責任。
- 10、 參賽者對於機具操作應注意安全，以免發生意外。
- 11、 比賽進行中如遇有停電、空襲警報或其他事故，須聽評審人員指示辦理。
- 12、 比賽進行中，參賽者因本身疏忽或過失導致機具故障，須自行排除，不另加給時間。
- 13、 比賽結束離場時，應繳回領用器具並由監場人員簽名點收。
- 14、 比賽結束前，參賽者需將試題、比賽成品一併送至評審室。
- 15、 參賽者有下列情形之一者，取消比賽資格，不予計分。

1. 冒名頂替者，協助他人或託他人代為操作者或作弊者。
2. 互換半成品、成品。
3. 攜出工具、器材、半成品、成品或試題。
4. 故意損壞機具、設備者。
5. 不接受評審人員指導，擾亂試場內外秩序者。
6. 攜帶行動電話或呼叫器於比賽場所使用。

十六、各校領隊、老師、學生及其他人員，非經主辦單位許可，不可在競賽試場外逗留。

陸、評分標準：

一、實作評分方式(如附件九)。

二、工作態度、衛生習慣評分要點：凡有下列各情形之1小項者扣1分，最多扣至5分為限。

1.工作態度：

- (1)不愛惜食材(浪費食材)、用具及機械。
- (2)不服從評審人員糾正。
- (3)其他未及備載之違反事項(監評人員應註明扣分原因)

2.衛生習慣：

- (1)指甲過長、塗指甲油。
- (2)佩戴手錶或飾物。
- (3)工作前未洗手。
- (4)用手擦汗或鼻涕。
- (5)未刮鬍子或頭髮過長未梳理整齊。
- (6)工作場所內抽煙、喝酒、吃零食、嚼檳榔、隨地吐痰。
- (7)隨地丟棄廢物。
- (8)不符合由低至高污染洗滌程序規範。
- (9)工作前未檢視用具。
- (10)用以切割生熟食時，未以有效殺菌方法消毒刀、砧板及抹布者。
- (11)不符合由低至高污染切割程序規範。
- (12)未戴衛生手套切割熟食者或有交互污染之虞者。
- (13)工作後對使用之器具、桌面、機械等清潔不力。

(14)將盛裝原料或產品之容器放在地上。

(15)其他未及備載之違反事項(監評人員應註明扣分原因)

柒、評審：

一、由承辦學校遴聘相關職群專業人員擔任，**遴聘大專院校教師、業界師傅、或具有中餐監評資格者擔任。**

三、評審委員以三名為原則。

捌、獲獎學生人數：

獎項分為1~6名及佳作，總錄取名額以該職群實際參賽人數之30%為上限**(小數點無條件進位，競賽成績俟縣府簽准後公告)**；若筆試實作同分者，依實作成績高低為排名順序，若實作同分再依序以「觀感」、「刀工」、「火候」、「取量」、「調味」、「衛生習慣」及「工作態度」分數為評比依據，如實作各細項與筆試成績皆相同，則並列該項名次。

玖、獎勵：

一、學生獎勵：

參與競賽獲獎學生，由縣政府頒發獎狀，並於獎狀內註記職群名稱及獲得獎項、名次。在不限制分發區域下，可輔導分發升讀高中職實用技能學程，或透過中等以上學校技藝技能優良學生甄保入學辦法進入高中職就讀；參賽學生一律頒發「參賽證明」獎狀予以鼓勵。

二、指導教師獎勵：

參與競賽學生榮獲1-6名及佳作之指導教師(國中及高職)，由縣政府頒發獎狀。

(若指導2名以上學生獲獎，則擇優以頒發獎狀1紙為限，惟為充分呈現指導老師績效，所有指導學生獲獎成績，均於獎狀背面逐一表列。)

三、辦理本項競賽有功人員由主辦單位依相關辦法予以敘獎。

拾、經費來源：由花蓮縣政府技藝教育相關經費項下支應。

拾壹、本實施計畫經花蓮縣政府教育處核可後實施，其他若有未盡事宜者得適時修正之。

附件一

花蓮縣113學年度國民中學技藝教育學程餐旅職群(中餐烹飪)競賽學科試題題庫

一、選擇題

1. () 比較受季節影響的水產品為：(1)蜆 (2)草蝦 (3)海帶 (4)虱目魚。
《答案》4
2. () 米飯容易為仙人掌桿菌汙染而造成食品中毒，今有一中午十二時卅分開始營業的餐廳，你認為其米飯煮好的時間最好為：(1)八時卅分 (2)九時卅分 (3)十時卅分 (4)十一時卅分。
《答案》4
3. () 下列何種菌屬於毒素型病原菌？(1)腸炎弧菌 (2)沙門氏菌 (3)仙人掌桿菌 (4)金黃色葡萄球菌。
《答案》4。
4. () 豆腐是以：(1)花豆 (2)黃豆 (3)綠豆 (4)紅豆 為原料製作而成的。
《答案》2
5. () 無機汙垢物的去除宜以：(1)酸性 (2)中性 (3)鹼性 (4)鹹性 洗潔劑為主。
《答案》1。
6. () 盛菜時，頂端宜略呈：(1)三角形 (2)圓頂形 (3)平面形 (4)菱形 較為美觀。
《答案》2。
7. () 黃麴毒素容易存在於：(1)家禽類 (2)魚貝類 (3)花生、玉米 (4)內臟類。
《答案》3。
8. () 洗豬腦時宜用：(1)刮洗法 (2)擦洗法 (3)沖洗法 (4)漂洗法。
《答案》4。
9. () 下列何種材質的容器，不適宜放在微波爐內加熱？(1)耐熱塑膠 (2)玻璃 (3)陶瓷 (4)不鏽鋼。
《答案》4。
10. () 下列何種肉類含較少的脂肪？(1)鴨肉 (2)豬肉 (3)牛肉 (4)雞肉。
《答案》4。
11. () 有人說「吃檳榔可以提神，增加工作效率」，餐飲從業人員在工作時：(1)不可以吃 (2)可以吃 (3)視個人喜好而吃 (4)不要吃太多 檳榔。
《答案》1。
12. () 避免購買具有土味的淡水魚，其分辨方法可由：(1)魚鰓的黏膜細胞 (2)魚身 (3)魚鰭 (4)魚尾 所散發的味道得知。
《答案》1。
13. () 勾芡是烹調中的一項技巧，可使菜餚光滑美觀、口感更佳，為達「明油亮芡」的效果應：(1)勾芡時用炒瓢往同一方向推拌 (2)用炒瓢不停地攪拌 (3)用麵粉來勾芡 (4)芡粉中添加小蘇打。
《答案》1。
14. () 較老的肉宜採下列何種烹煮法？(1)切片快炒 (2)切片油炸 (3)切塊紅燒 (4)川燙。
《答案》3。
15. () 廚房器具沒有汙漬的情形稱為：(1)清潔 (2)消毒 (3)殺菌 (4)滅菌。
《答案》1
16. () 添加相同比例量的水於糯米中，烹煮後的圓糯米比尖糯米之質地：(1)較硬 (2)較軟 (3)較鬆散 (4)相同。
《答案》2。
17. () 牛奶中含量最少的礦物質是：(1)鐵 (2)鈣 (3)磷 (4)鉀。
《答案》1
18. () 地震發生時，廚房工作人員應：(1)立刻搭電梯逃離 (2)立即關閉瓦斯、電源，經由樓梯快

速逃出 (3)原地等候地震完畢 (4)逃至頂樓等候救援。

《答案》2

19.()下面哪一種是新鮮的乳品特徵？ (1)倒入玻璃杯,即見分層沉澱 (2)搖動時產生多量泡沫 (3)濃度適當、不凝固,將乳汁滴在指甲上形成球狀 (4)含有粒狀物。

《答案》3。

20.()冷凍食品是一種： (1)不夠新鮮的食物放入低溫冷凍而成 (2)將腐敗的食物冰凍起來 (3)添加化學物質於食物中並冷凍而成 (4)把品質良好之食物,處理後放在低溫下,使之快速凍結之食品。

《答案》4

21.()營養素的消化吸收部位主要在： (1)口腔 (2)胃 (3)小腸 (4)大腸。

《答案》3

22.()與血液凝固有關的維生素為： (1)維生素A (2)維生素C (3)維生素E (4)維生素K。

《答案》4。

23.()廚房的工作區可分為清潔區、準清潔區和汙染區,今有一餐盒食品工廠的包裝區,應屬於下列何區才對？ (1)清潔區 (2)介於清潔區與準清潔區之間 (3)準清潔區 (4)汙染區。

《答案》1。

24.()配膳區屬於： (1)清潔區 (2)準清潔區 (3)汙染區 (4)一般作業區。

《答案》1

25.()去除蔬菜農藥的方法,下列敘述何者不正確？ (1)用流動的水浸泡數分鐘 (2)去皮即可去除相當比率的農藥 (3)以洗潔劑清洗 (4)加熱時以不加蓋為佳。

《答案》3。

26.()肉類貯藏時會發生一些變化,下列何者為錯誤？ (1)脂肪酸會流失 (2)肉色改變 (3)慢速敗壞 (4)重量減少。

《答案》1。

27.()食補的廣告中,下列何者字眼未涉及療效？ (1)補腎 (2)保肝 (3)消渴 (4)生津。

《答案》4。

28.()同重量的：①肉毒桿菌毒素；②河豚毒；③砒霜,其對人體致命力依順序為： (1)①>②>③ (2)②>③>① (3)③>①>② (4)③>②>①。

《答案》1

29.()下列食品何者不得添加任何的食品添加物？ (1)鮮奶 (2)醬油 (3)奶油 (4)火腿。

《答案》1。

30.()膽汁可以幫助何種營養素的吸收？ (1)蛋白質 (2)脂肪 (3)醣類 (4)礦物質。

《答案》2。

31.()一公克的醣可產生： (1)4 (2)7 (3)9 (4)12 大卡的熱量。

《答案》1

32.()蛋黃醬(沙拉醬)之製作原料為： (1)豬油、蛋、醋 (2)牛油、蛋、醋 (3)奶油、蛋、醋 (4)沙拉油、蛋、醋。

《答案》4

33.()泡乾魷魚時須： (1)先泡冷水後泡鹼水 (2)先泡鹼水後泡冷水 (3)先泡冷水後泡鹼水再漂冷水 (4)冷水、鹼水先後不拘。

《答案》3。

34.()未吃完的米飯,下列保存方法以何者為佳？ (1)放在電鍋中 (2)放在室溫中 (3)放入冰箱中冷藏 (4)放在電子鍋中保溫。

《答案》3。

35.()做為盤飾的蔬果,下列的條件何者為錯誤？ (1)外形好且乾淨 (2)用量可以超過主體 (3)

葉面不能有蟲咬的痕跡 (4)添加的色素為食用色素。

《答案》2。

36.()傳熱最快的用具是以：(1)鐵 (2)鉛 (3)陶器 (4)琺瑯質 所製作的器皿。

《答案》1。

37.()大部分的豆類不宜生食係因：(1)味道噁心 (2)含抗營養因子 (3)過於堅硬,難以吞嚥 (4)不易消化。

《答案》2。

38.()絲瓜的選購以何者最佳？(1)越輕越好 (2)越重越好 (3)越長越好 (4)越短越好。

《答案》2。

39.()下列何種方式無法降低採購成本？(1)大量採購 (2)開放廠商競標 (3)現金交易 (4)惡劣天氣進貨。

《答案》4

40.()一包未經殺菌但有真空包裝的香腸,其標示如下:「本品絕對不含添加物—硝」,你認為這包香腸最可能具有下列何種食品中毒的危險因子？(1)沙門氏菌 (2)金黃色葡萄球菌 (3)腸炎弧菌 (4)肉毒桿菌。

《答案》4生。

41.()1公斤的食物賣80元,1斤重的應賣：(1)108元 (2)64元 (3)56元 (4)48元。

《答案》4。

42.()下列何種食材不因季節、氣候的影響而有巨幅價格變動？(1)海產魚類 (2)葉菜類 (3)進口蔬菜 (4)冷凍食品。

《答案》4。

43.()傳統江浙式的「醉雞」是使用何種酒浸泡？(1)米酒 (2)高粱酒 (3)紹興酒 (4)啤酒。

《答案》3

44.()「京醬肉絲」傳統的作法,舖底是用：(1)蒜白 (2)筍絲 (3)蔥白絲 (4)綠豆芽。

《答案》3。

45.()廚房所設之加壓噴槍,其用途為何？(1)洗碗專用 (2)洗菜專用 (3)洗廚房器具專用 (4)清潔沖洗地板、水溝用。

《答案》4

46.()小雅買了一些柳丁,你可以建議她那種吃法最能保持維生素C？(1)再放成熟些後切片食用 (2)新鮮切片放置冰箱冰涼後食用 (3)趁新鮮切片食用 (4)新鮮壓汁後冰涼食用。

《答案》3。

47.()烹調區屬於下列何者？(1)清潔區 (2)準清潔區 (3)汙染區 (4)一般作業區。

《答案》2

48.()一般飯店供應員工膳食之食材及飲料支出則列為：(1)人事費用 (2)原料成本 (3)耗材費用 (4)雜項成本。

《答案》4

49.()洗滌區屬於下列何者？(1)清潔區 (2)準清潔區 (3)汙染區 (4)一般作業區。

《答案》3。

50.()放置冰箱冷藏的豬碎肉、豬肝、豬心應在多久內用完？(1)1週內 (2)1~2天內 (3)3~4天內 (4)1個月內。

《答案》2。

51.()乾貨庫房的相對濕度應維持在：(1)80%以上 (2)60~80% (3)40~60% (4)20~40%。

《答案》3

52.()製作紅燒肉宜選用豬肉的哪一部位？(1)里肌肉 (2)五花肉 (3)前腿 (4)小里肌。

《答案》2。

- 53.()食品冷藏溫度最好維持在多少°C？ (1)0°C以下 (2)7°C以下 (3)10°C以上 (4)20°C以上。
《答案》2
- 54.()下列何種食物為維生素B₂的最佳來源？ (1)豬肉 (2)豆腐 (3)鮮奶 (4)米飯。
《答案》3
- 55.()餐具經過衛生檢查其結果如下，何者為合格？ (1)大腸桿菌為陽性，含有殘留油脂 (2)生菌數400個，大腸菌群陰性 (3)大腸桿菌陰性，不含有油脂，不含有殘留洗潔劑 (4)沒有一定的規定。
《答案》3
- 56.()牛奶比較欠缺的礦物質為下列何者？ (1)鈣 (2)鐵 (3)鈉 (4)磷。
《答案》2。
- 57.()買回家的冷凍食品，應放在冰箱的： (1)冷凍層 (2)冷藏層 (3)保鮮層 (4)最下層。
《答案》1
- 58.()將所有細菌完全殺滅使成為無菌狀態，稱之： (1)消毒 (2)滅菌 (3)殺菌 (4)商業殺菌。
《答案》2
- 59.()下列何種澱粉以手捻之有滑感？ (1)麵粉 (2)太白粉 (3)泡達粉 (4)在來米粉。
《答案》2。
- 60.()下列何者與預防甲狀腺機能無關？ (1)多吃海魚 (2)多食海苔 (3)食用含碘的食鹽 (4)充足的核果類。
《答案》4
- 61.()經過洗滌、切割或熟食處理後的生料或熟料，再用調味料直接調味而成的菜餚，其烹調方法為下列何者？ (1)拌 (2)煮 (3)蒸 (4)炒。
《答案》1
- 62.()一般俗稱的滷牛肉係採用牛的： (1)里肌肉 (2)和尚頭 (3)牛腩 (4)腱子肉。
《答案》4
- 63.()肉、魚、豆、蛋及奶類主要供應： (1)蛋白質 (2)脂質 (3)醣類 (4)維生素。
《答案》1
- 64.()廚房排水溝宜採用何種材料？ (1)不鏽鋼 (2)塑鋼 (3)水泥 (4)生鐵。
《答案》1。
- 65.()芋薯類削皮後的褐變是因： (1)酵素 (2)糖質 (3)蛋白質 (4)脂肪 作用的關係。
《答案》1。
- 66.()一般說來，豬排較少見「七分熟」、「八分熟」之情形，而大多以「全熟」上桌，其主要原因為： (1)七分熟的豬排不好吃 (2)全熟豬排售價高 (3)豬的寄生蟲較多未經處理不宜生食 (4)民間風俗以「全熟」為普遍。
《答案》3。
- 67.()沙拉油品質愈好則： (1)加熱後愈容易冒煙 (2)加熱後不易冒煙 (3)一經加熱即很快起泡沫 (4)不加熱也含泡沫。
《答案》2。
- 68.()為使器具不容易藏汙納垢，設計上何者不正確？ (1)四面採直角設計 (2)彎曲處呈圓弧型 (3)與食物接觸面平滑 (4)完整而無裂縫。
《答案》1。
- 69.()乾貨庫房的管理原則，下列敘述何者正確？ (1)食物以先進後出為原則 (2)相對濕度控制在40~60% (3)最適宜溫度應控制在25~37°C (4)儘可能日光可直射以維持乾燥。
《答案》2。
- 70.()甘薯最適宜的貯藏溫度為： (1)-18°C以下 (2)0~3°C (3)3~7°C (4)15°C左右。
《答案》4

71.()香蕉不宜放在冰箱中儲存,是為了避免香蕉:(1)失去風味 (2)表皮迅速變黑 (3)肉質變軟 (4)肉色褐化。

《答案》2

72.()「粉蒸肉」之材料宜用:(1)五花肉 (2)里肌肉 (3)豬蹄 (4)豬頭肉。

《答案》1。

73.()一般製造素肉(人造肉)的原料是:(1)玉米 (2)雞蛋 (3)黃豆 (4)生乳。

《答案》3。

74.()哈士蟆是指雪蛤體內的:(1)唾液 (2)肌肉 (3)輸卵管及卵巢上的脂肪 (4)腸 通常為製作「雪蛤膏」的食材。

《答案》3。

75.()整條紅燒魚宜以:(1)深盤 (2)圓盤 (3)方盤 (4)橢圓盤(腰子盤) 盛裝。

《答案》4。

76.()下列食物何者含膽固醇最多?(1)腦 (2)腎 (3)雞蛋 (4)肝臟。

《答案》1。

77.()下列何種瓜類有較長的儲存期?(1)胡瓜 (2)絲瓜 (3)苦瓜 (4)冬瓜。

《答案》4

78.()深色醬油較適用於何種烹調法?(1)紅燒 (2)炒 (3)蒸 (4)煎。

《答案》1。

79.()蛋白質經腸道消化分解後的最小分子為:(1)葡萄糖 (2)胺基酸 (3)氮 (4)水。

《答案》2

80.()冬天病媒較少的原因為:(1)較常下雨 (2)氣壓較低 (3)氣溫較低 (4)氣候多變 以致病媒活動力降低。

《答案》3。

81.()酸辣湯的辣味來自於:(1)芥菜粉 (2)胡椒粉 (3)花椒粉 (4)辣椒粉。

《答案》2

82.()河豚毒性最大的部分,一般是在:(1)表皮 (2)肌肉 (3)鰭 (4)生殖器。

《答案》4。

83.()解凍方法對冷凍肉的品質影響頗大,應避免解凍時將冷凍肉放於:(1)水中浸泡 (2)微波爐 (3)冷藏庫 (4)塑膠袋內包紮好後於流動水中 解凍。

《答案》1。

84.()盤飾用的番茄通常適用於:(1)蒸 (2)燴 (3)紅燒 (4)冷盤 的菜餚上。

《答案》4

85.()皮蛋又叫松花蛋,其製作過程是新鮮蛋浸泡於鹼性物質中,並貯放於:(1)陰涼通風處 (2)冷藏室 (3)冷凍室 (4)陽光充足處 密封保存。

《答案》1

86.()處理過的食物,擺放的方法:(1)可以相互重疊擺置,以節省空間 (2)應分開擺置 (3)視情況而定 (4)無一定規則。

《答案》2。

87.()金黃色葡萄球菌屬於:(1)感染型 (2)中間型 (3)毒素型 (4)病毒型 細菌,因此在操作上應注意個人衛生,以避免食品中毒。

《答案》3。

88.()食材450公克最接近:(1)1台斤 (2)半台斤 (3)1磅 (4)8兩。

《答案》3。

89.()下列哪種色素不是食用色素?(1)紅色5號 (2)黃色4號 (3)綠色3號 (4)藍色2號。

《答案》1。

- 90.()廚房備有空氣補足系統,下列何者不為其目的? (1)降溫 (2)降壓 (3)隔熱 (4)補足空氣。
《答案》2
- 91.()「雀巢」的製作使用下列哪種材料為佳? (1)通心麵 (2)玉米粉 (3)太白粉 (4)麵條。
《答案》4。
- 92.()食用油若長時間加高溫,其結果是: (1)能殺菌、容易保存 (2)增加油色之美觀 (3)增長使用期限 (4)產生有害物質。
《答案》4。
- 93.()存在於人體血液中最多的醣類為: (1)果糖 (2)葡萄糖 (3)半乳糖 (4)甘露糖。
《答案》2。
- 94.()廚師證照持有人,每年應接受: (1)4小時 (2)6小時 (3)8小時 (4)12小時 衛生講習。
《答案》3。
- 95.()下列果汁罐頭何者因具較低的安全性,應特別注意符合食品良好衛生規範準則之低酸性罐頭相關規定? (1)楊桃 (2)鳳梨 (3)葡萄柚 (4)木瓜。
《答案》4。
- 96.()下列材料何者不適合應用於素食中? (1)辣椒 (2)薑 (3)蒟蒻 (4)九層塔。
《答案》3。
- 97.()蛋儲藏一段時間後,品質會產生變化且: (1)比重增加 (2)氣室縮小 (3)蛋黃圓而濃厚 (4)蛋白黏度降低。
《答案》4
- 98.()下列何種方法不能達到食物保存之目的? (1)放射線處理 (2)冷凍 (3)乾燥 (4)塑膠袋包裝。
《答案》4。
- 99.()洗豬肚、豬腸時宜用: (1)翻洗法 (2)擦洗法 (3)沖洗法 (4)漂洗法。
《答案》1。
- 100.()餐飲業者使用地下水者,其水源應與化糞池廢棄物堆積場所等污染源至少保持: (1)5公尺 (2)10公尺 (3)15公尺 (4)20公尺 之距離。
《答案》3

附件二 113學年度花蓮縣國中技藝教育餐旅職群(中餐烹飪)技藝競賽術科試題題庫

一、術科試題題庫

編號	產品名稱
01	馬鈴薯炒雞絲

二、術科

三、烹調製作通則

- 1.製作成品為六人份之菜餚,不可過少。

試題:競賽當天由術科題庫施測。

- 2.菜需洗淨，不可以有泥土及異物。
- 3.刀工需形狀、大小、粗細、寬窄、長短、厚薄力求相似。
- 4.調味適中，不可太甜、太油及太鹹(以一般民眾常態調味習慣為主)。
- 5.火候控制適宜，不可有焦、苦之味。
- 6.食材需全熟。
- 7.不可有生味、澀味及腥味。
- 8.乾貨為配料時，需經適當處理(如:泡軟)。
- 9.為符合營養互補原則，須符合題意。
- 10.成品觀感菜餚需具商品價值。
- 11.烹調順序及擺飾方法由選手自行決定。
- 12.若有盤飾以美觀、可食用為原則，增加蔬果的攝取，達到均衡飲食為目的。

四、製作說明注意事項：

- 1.產品製作以一次為限，重做者不予計分。
- 2.雞絲須以切製方式呈現。
- 3.超過時限者不予計分。
- 4.不浪費食材，堪用食材需回收，違者予以扣分。

附件三

花蓮縣113學年度國中技藝教育學程餐旅職群(中餐烹飪)技藝競賽程序表

一、活動時間: 114年4月08日(星期二)08:00~17:00

二、活動地點: 國立光復商工餐飲管理科: 商業大樓一樓中餐實習教室

三、活動程序: 如下表(暫定)

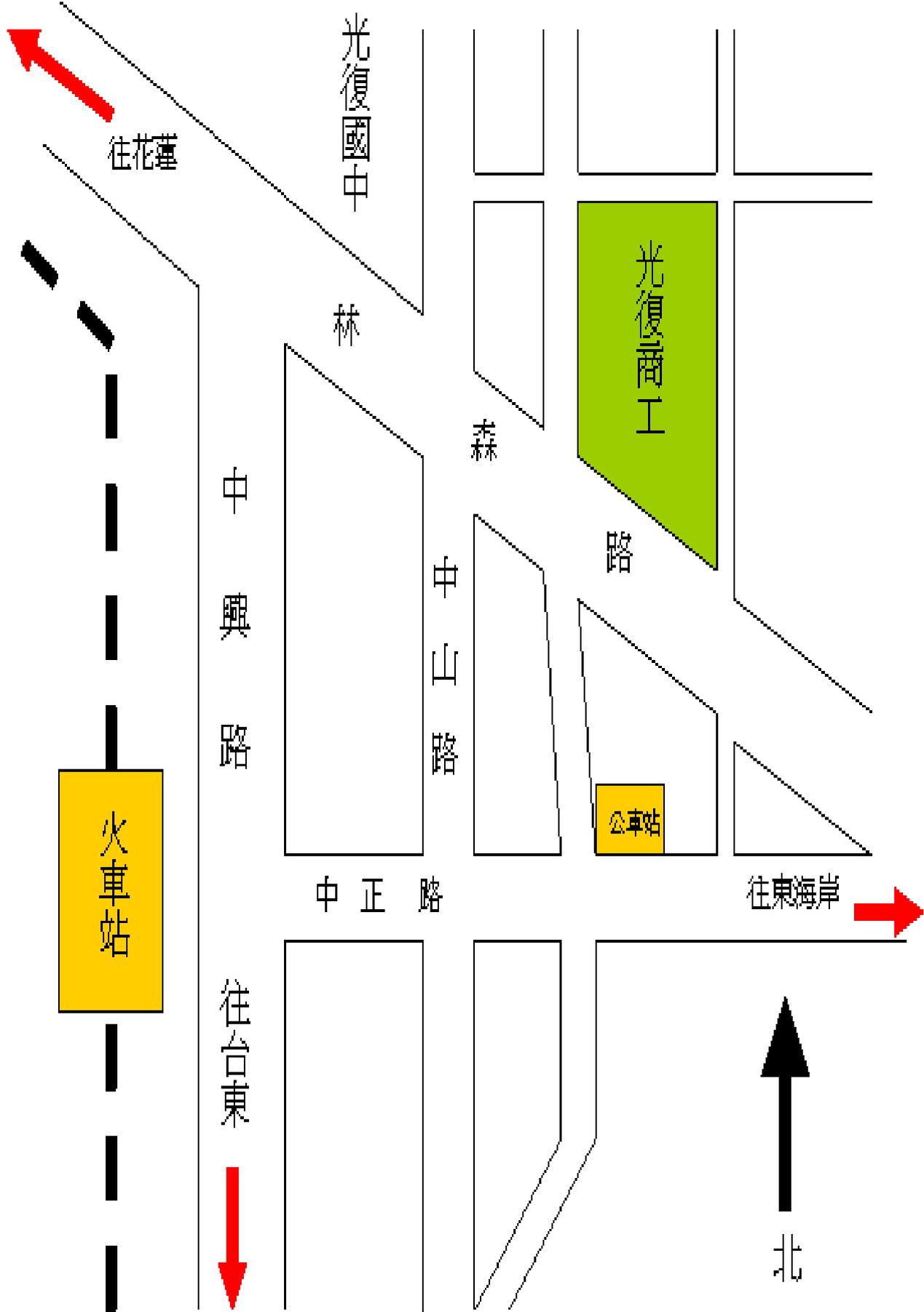
日期	時間	活動內容	參賽學校	備註
四月九日(星期二)	08:20~08:30	第一梯次術科競賽前說明	光復國中、鳳林國中、萬榮國中、瑞穗國中、豐濱國中 請於08:10前報到	音樂教室
	08:30~09:30	第一梯次術科測驗		中餐教室
	09:40~09:50	第二梯次術科競賽前說明	國風國中、平和國中、化仁國中、自強國中 請於09:20前報到	音樂教室
	09:50~10:50	第二梯次術科測驗		中餐教室
	10:50~11:10	選手報到、學科競賽前說明	全部參賽學校	音樂教室
	11:10~12:00	學科競賽(50分鐘)	全部參賽學校	商業大樓視聽教室
	12:00~12:50	午餐休息		音樂教室
	12:50~13:00	第三梯次術科競賽前說明	秀林國中、富北國中、富里國中、東里國中、玉里國中、玉東國中、國風國中 請於12:30前報到	音樂教室
	13:00~14:00	第三梯次術科測驗		中餐教室
	14:10~14:20	第四梯次術科競賽前說明	參賽學校 請於14:00前報到	音樂教室
	14:20~15:20	第四梯次術科測驗		中餐教室
	15:20~16:00	評審評分		評審室
	16:00~17:00	成績統計及上傳		

可參賽人數: 36~44人。

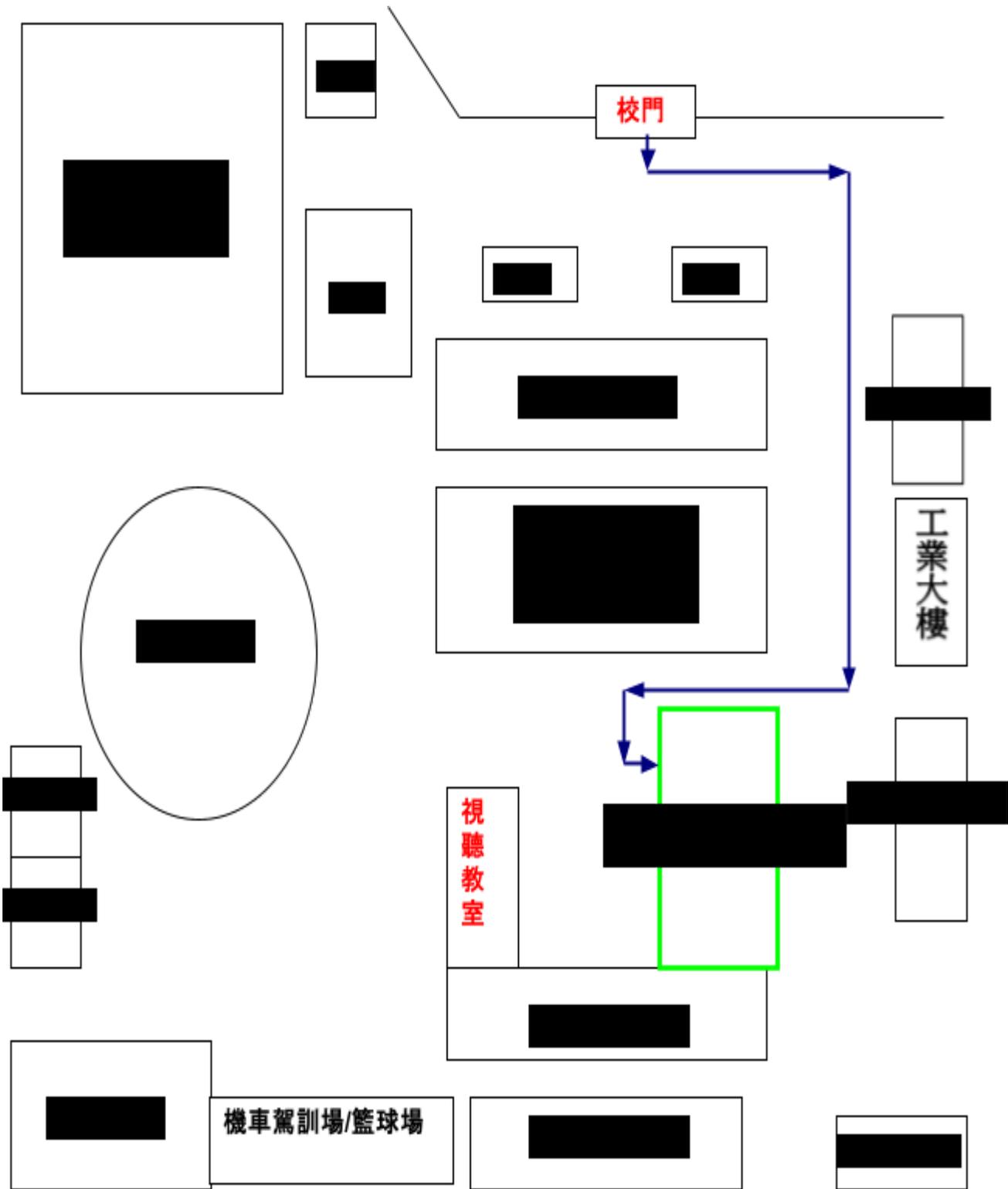
1. 選手於指定報到時間內攜帶學生證報到, 參加競賽學生一律穿著校服或運動服。
2. 術科考試穿著白色圍裙及白色廚師衣工作服、白色工作帽、褲子須為長褲(不得為牛仔褲)、鞋子為包頭鞋且具有止滑功能。

附件四

光復商工地理位置圖



國立光復高級商工職業學校餐飲管理科-中餐烹飪實習教室位置圖



附件五 花蓮縣113學年度國中技藝競賽(餐旅職群-中餐烹飪)報名表

競賽職群承辦學校:國立光復高級工商職業學校(976花蓮縣光復鄉林森路100號)

聯絡電話:03-8700245#604 鄭主任

報名國中		(請填寫全銜)						
參賽學生 姓名	生理性別	提供獎狀印製、保險用			國中指 導老師	高職指 導老師	競賽當 天葷素	正備取 序號
		身分證字號	出生年月日	監護人姓 名				
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女							

各合作學校(授課高中職):校名 (請確認本表內高中職指導老師姓名無誤後核章)	
高中職授課科主任核章:	高中職承辦人員核章:
高中職授課科主任e-mail:	

各國中	
(本表請由各國中承辦人員確認各資訊無誤後核章,將掃描檔及原始報名資料電子檔寄給各職種承辦人員)	
國中導師或國中承辦人員核章:	國中承辦主管核章:
國中承辦人員e-mail:	

各競賽職群職種承辦人員作業區
競賽職群職種承辦人員e-mail: niying@kfcivs.hlc.edu.tw
國中報名表繳交至各競賽承辦職種處截止日期:114/3/11(二)
競賽承辦人員繳交參賽名單至校內承辦人員截止日期:114/3/14(五)
校內承辦人員繳交參賽名單至總承辦學校截止日期:114/3/18(二)
競賽日期:114/4/8(二)

便當統計	葷	素
參賽學生		
國中端帶隊老師(各校1名)		
合計		

附件六

113學年度花蓮縣國中技藝教育餐旅職群(中餐烹飪)
技藝競賽場地提供材料表

編號	項次	材料名稱	單位	數量	項次	材料名稱	單位	數量	備註
馬鈴薯炒雞絲	1	馬鈴薯	個	1(約150-300克)	1	鹽	盒	1	個人區
	2	雞胸肉(不帶骨)	付	1/2(約150以上)	2	糖	盒	1	
	3	紅辣椒	條	1	3	太白粉	盒	1	
	4	青蔥	根	1	4	白胡椒粉	罐	1	
	5	蒜頭	顆	2	5	米酒	罐	1	
	6	小黃瓜	條	1/2	6	醬油	罐	1	
	7.				7	沙拉油	罐	1	
					8	香油	罐	1	
					9	白醋	罐	1	

附件七

113學年度花蓮縣國中技藝教育餐旅職群(中餐烹飪)
技藝競賽場地(學生自備器材)

編號	材料名稱	單位	數量	備註
1	白色廚房紙巾	包	1	
2	衛生手套	雙	不限	(以乾淨塑膠袋包裝)
3	工作帽	個	1	白色
4	工作服	件	1	白色
5	圍裙(過膝)	件	1	白色
6	礦泉水	瓶	1	
7	原子筆(黑、藍)	支	1	
8	立可白或立可帶	支	1	
9				
10				

(刀具由承辦單位提供, 若要自備刀具亦可)

附件八

113學年度花蓮縣國中技藝教育餐旅職群(中餐烹飪)
技藝競賽場地器具表

編號	器具名稱	單位	數量	備註	編號	材料名稱	單位	數量	備註
1	快速爐	個	2		1	時鐘	座	2	共同器材
2	炒菜鍋	個	2		2	急救箱	箱	1	
3	瓷圓形平盤	個	2		3	保鮮膜	捲	1	
4	瓷飯碗	個	1						
5	砧板	個	2	生熟食砧板各一					
6	片刀	支	1						
7	不鏽鋼盆	個	1						
8	疏籬	個	1						
9	不鏽鋼配菜盤	個	2						
10	馬口碗	個	5						
11	量杯	個	1						
12	量匙組	組	1						
13	不銹鋼筷	雙	1						
14	木製長筷子	雙	1						
15	剪刀	支	1						
16	削皮刀	支	1						
17	湯匙	支	1						
18	鍋鏟	支	2						
19	濾油網	支	1	個人用					
20	漏杓	支	1						
21	菜瓜布	個	1						
22	抹布	條	2						
23	沙拉脫	瓶	1						
24	酒精噴槍	瓶	1						
	以下空白								

號碼：_____

領用簽名：_____

歸還簽名：_____

附件九

113學年度花蓮縣國中技藝教育餐旅職群(中餐烹飪)
技藝競賽術科評分表

日期:114年4月08日(星期二)

號碼:____學生姓名:____監評老師簽名:____總分

實作題目:馬鈴薯炒雞絲

完成時間:60分鐘內完成

--

評審項目	評定		說明
	配分	得分	
1.觀感	20	()	
2.刀工	15	()	
3.火候	15	()	
4.取量 (食材浪費)	15	()	
5.調味	15	()	
6.衛生習慣	15	()	
7.工作態度	5	()	
備註:時間內未完成者不計分			
總 計	100分	()	