



# 第 24 屆 開平餐飲主廚盃

## 開平虎 *are you*

### 比賽辦法



開平餐飲學校  
KAI PING CULINARY SCHOOL



RECOGNITION  
OF QUALITY  
CULINARY EDUCATION  
WORLD ASSOCIATION  
OF CHEFS SOCIETIES



## 壹、比賽介紹

### 一、活動說明：

台灣餐飲業蓬勃發展，並在媒體的推波助瀾下，讓許多學生對餐飲懷抱著興趣。開平餐飲學校長年致力於推展餐飲專業教育，啟蒙對餐飲有興趣的學生，提昇餐飲技術及飲食興趣，讓餐飲文化能向下紮根。西元 1999 年起由開平餐飲師生共同舉辦「主廚盃烹飪比賽」，已成為國中校際餐飲交流年度盛事，賽程中除了可讓學生接觸認識開平餐飲教育，我們更藉由簡單、易做的烹飪主題，提供國中生多元展現的舞台，讓孩子進入廚房以充實生活能力，並從中增進家庭親子互動樂趣。

本次主題訂為「開平『虎』are you」，發想源於虎年意象，因老虎具威風凜凜的大眾印象，如同開平餐飲培養自信餐飲人的目標，並取「Who are you?」諧音，以大哉問的方式，期許喜愛餐飲的參賽學生，能內觀自身興趣發展，並依主題盡情發揮創意，以料理展現自我、創造未來無限可能。

### 二、活動目的：（一）提昇餐飲文化向下紮根。

（二）開啟親子互助合作平台，增進家庭親子關係。

（三）認識餐飲教育，提供職涯探索。

### 三、指導單位：臺北市政府教育局

### 四、主辦單位：臺北市開平餐飲學校

### 五、參賽資格：凡公、私立國中在校生及其親屬（詳見第十項「組隊方式」）

### 六、比賽類別：（中）炒飯、（西）義大利麵、（烘）蛋糕裝飾

### 七、招募隊數：（中）炒飯：32 組、（西）義大利麵：32 組、（烘）：蛋糕裝飾 24 組

### 八、比賽形式：公開賽（現場製作）

### 九、賽程日期：

（一）報名表繳交截止日期（截止日前如遇名額已滿，報名截止日將以額滿日為準）：

即日起至 111 年 10 月 30 日（星期日）23:59 時截止收件。

完成繳費才算是報名成功，資格審查依繳款順序認定，11 月 2 日繳費截止。

（二）入圍名單公佈日期：

111 年 11 月 4 日（星期五）下午 17:00 時於開平餐飲學校網站「開平餐飲主廚盃」專區公佈。

（三）示範說明影片公告時間：

111 年 11 月 4 日（星期五）下午 17:00 時於開平餐飲學校網站「開平餐飲主廚盃」專區公告影片連結，請各選手與指導老師線上觀賞。



(四) 競賽日期：111 年 11 月 12 日 (星期六)

十、組隊方式 (可重複報名)：

- (一) 校園雙人組：兩人皆須為國中生。
- (二) 親子雙人組：國中生 1 名，可搭配其師長、父母、兄弟姊妹等 1 名。  
(朋友除外)

十一、競賽地點：臺北市開平餐飲學校 (臺北市大安區復興南路二段 148 巷 24 號)

十二、服儀規定：當天請著長褲、包鞋、口罩及大會提供之圍裙與紙帽，以維護選手安全。(凡不符合服儀規定者，不得參加競賽。)

十三、報名辦法

(一) 網路報名：

至開平餐飲學校網站「開平餐飲主廚盃」專區  
(<https://sites.google.com/kpvs.tp.edu.tw/kpvsjcc>)，  
參閱「比賽辦法」，填妥「報名表」並提交。(參加「(中)炒飯、(西)義大利麵」  
組」選手，需一併下載「菜單」。)

(二) 通訊報名：

請洽各國中家政老師辦公室或輔導室索取「比賽辦法」及「報名表」，填妥「報名表」後，將「報名表」郵寄或傳真至本校。

傳真：(02)2754-1970

地址：106 臺北市大安區復興南路二段 148 巷 24 號

臺北市開平餐飲學校主廚盃籌備委員會

(三) 報名費用：

1. 乙組報名費新台幣 200 元 / 場次，匯款或 ATM 轉帳繳交。
2. 若曾參加「國中技藝班」報名主廚盃之國中生，乙組報名費新台幣 100 元 / 場次，報名時須檢附證明資料(開平餐飲技藝班得免附)，否則需於完成繳交全額費用日認證報名資格。

匯款資料：

戶名：財團法人臺北市私立開平餐飲職業學校

銀行：第一銀行信義分行 代碼：007

帳號：16230057899

3. 一經報名成功，如非因備取未入選或不可抗力因素，報名費則不予退還。如因主辦單位因故擇期比賽而無法參賽者，請於主辦單位通知後 10 日內提出申請退費，報名費由主辦單位全額退回。

(四) 報名截止：

即日起至 111 年 10 月 30 日 (星期日) 23:59 時止 (郵寄者以郵戳為憑)，依報名先



後順序額滿為止。

報名人數限制：一校每個報名項目(中、西、烘)，最多提報 3 組參賽名單。

(五) 完成報名手續：

1. 完成上列報名手續後，可來電查詢是否已報名完成。
2. 入選名單將於 111 年 11 月 4 日 (星期五) 下午 17:00 時於開平餐飲學校網站「開平餐飲主廚盃」專區公佈。
3. 入選參賽隊伍如欲更換參賽人員，請於 111 年 11 月 8 日 (星期二) 下午 14:00 時前，以 E-mail 至 [chefcup@kpvs.tp.edu.tw](mailto:chefcup@kpvs.tp.edu.tw) 方式更換，逾時依評分標準扣分。
4. 參賽選手請於比賽當天攜帶學生證或附有照片之身分證件。

十四、獎項規劃：

- (1) 冠軍：每場每組獎狀 2 紙、每人開平入學獎學金 10,000 元
- (二) 亞軍：每場每組獎狀 2 紙、每人開平入學獎學金 10,000 元
- (三) 季軍：每場每組獎狀 2 紙、每人開平入學獎學金 10,000 元
- (四) 優勝 (成績 80 分以上即入選)：獎狀 2 紙

\* 本次比賽最多為二個場次。

\* 各場次參加組數若未達 15 組以上獎項得從缺。

\* 公布獎項名單時，凡受獎人員於當日頒獎時未領取獎項者，視同放棄領取獎品及獎金之權利，惟獎狀另外函寄。

\* 若對比賽結果有疑慮的組別，需在結果公佈後 30 分鐘內至報到台填寫申訴表，逾時不予受理。

十五、賽務聯絡方式：

聯絡人：趙瑞鳳老師

電話：(02) 2755-6939 分機 211

傳真：(02) 2754-1970

地址：106 臺北市大安區復興南路二段 148 巷 24 號

臺北市開平餐飲學校主廚盃籌備委員會

主廚盃電子信箱：[chefcup@kpvs.tp.edu.tw](mailto:chefcup@kpvs.tp.edu.tw)



## 貳、(中)炒飯比賽內容說明

今年度比賽以「開平『虎』are you」為主題，旨於以創意展現自我特色，請參賽者於食材選用代表老虎斑紋的黃色或紫黑色食材融入料理，期許參賽者能從料理發掘如虎般的自信。

※食材範例：

黃色：薑黃、地瓜、鳳梨、香蕉、南瓜、柳橙、玉米、玉米筍

紫黑色：黑芝麻、黑木耳、松露、海帶（昆布）、香菇、墨魚汁

一、份量：（一）請準備兩份（每份 1 人份，每份重量 180~260g），一份供

展示用，另一份供評審評分用。

（二）食譜：1 張（內容請參照本文後附件），置放於評審桌。

二、成品之成本（不含大會提供之基本調味料）金額不得超過新台幣 300 元。食材費用若超過限制，將於技巧及創意進行扣分。

三、參賽者所攜帶之食材得經裁判長檢查後放行入場。

四、可自備鍋具、刀具及其他個人用具及調味料（不得使用味精、雞粉、高湯塊、罐頭濃縮雞湯），所有盤內裝飾需皆為可食用之食材。

五、比賽時間：60 分鐘內完成 2 份相同作品。



六、大會提供物品表（每組），若需本表未列出之食材、器具，請選手自行準備。

| 類別   | 項次 | 品名     | 數量 | 單位 |
|------|----|--------|----|----|
| 基本食材 | 1  | 白飯     | 1  | 包  |
| 調味料  | 1  | 鹽      | 1  | 罐  |
|      | 2  | 糖      | 1  | 罐  |
|      | 3  | 胡椒粉    | 1  | 罐  |
|      | 4  | 醬油     | 1  | 罐  |
|      | 5  | 沙拉油    | 1  | 罐  |
| 服裝   | 1  | 圍裙     | 2  | 件  |
|      | 2  | 紙帽     | 2  | 件  |
| 爐具   | 1  | 中式炒爐   | 1  | 組  |
| 器具   | 1  | 中式炒鍋   | 2  | 個  |
|      | 2  | 配菜盤    | 10 | 個  |
|      | 3  | 馬口碗    | 10 | 個  |
|      | 4  | 炒鏟     | 1  | 個  |
|      | 5  | 炒杓     | 1  | 個  |
|      | 6  | 紅色砧板   | 1  | 個  |
|      | 7  | 白色砧板   | 1  | 個  |
|      | 8  | 片刀     | 1  | 個  |
|      | 9  | 剉刀     | 1  | 個  |
|      | 10 | 刮鱗刀    | 1  | 個  |
|      | 11 | 疏離     | 1  | 個  |
|      | 12 | 削皮刀    | 1  | 個  |
|      | 13 | 剪刀     | 1  | 個  |
|      | 14 | 漏杓     | 1  | 個  |
|      | 15 | 10 吋圓盤 | 2  | 個  |
|      | 16 | 鋼盆     | 2  | 個  |
| 清潔器具 | 1  | 抹布     | 2  | 條  |
|      | 2  | 海綿菜瓜布  | 1  | 個  |
|      | 3  | 沙拉脫    | 1  | 罐  |



七、評分標準：

選手成績及得獎名次，係依各評審評出的成績加總，再予評比。

評審評分標準如下表，評分細節詳情將在示範說明會中予以說明：

(一) 評分標準表

| 項次 | 評分項目  | 百分比 | 評分標準                                         |
|----|-------|-----|----------------------------------------------|
| 1  | 味道    | 50% | 菜餚成品味道的調味鹹淡精準度及醬汁的搭配是否得宜。(保留主食材該有的味道)。       |
| 2  | 衛生與安全 | 10% | 製作過程之衛生安全習慣及現場器具之善後清潔工作。                     |
| 3  | 手法及技巧 | 20% | 食材運用、製作過程及時間掌握。<br>比賽結束哨聲響起仍繼續操作者，本計分項目零分計算。 |
| 4  | 創意    | 20% | 菜餚構思及擺設富有創意並切合創作主題。                          |

(二) 製作過程的中若有導致危險情況，如失火、操作過程中嬉鬧或衝突、成品未熟等危害安全之舉動，將扣總分 10 分。



## 第二十四屆 開平餐飲主廚盃 食譜

組別編號：

參賽者姓名：\_\_\_\_\_；\_\_\_\_\_

競賽組別：☐ 校園組 ☐ 親子組

作品名稱（菜名）：

| 序  | 食材名稱 | 數量 | 單位 | 調味料 | 數量 | 單位 |
|----|------|----|----|-----|----|----|
| 1  |      |    |    |     |    |    |
| 2  |      |    |    |     |    |    |
| 3  |      |    |    |     |    |    |
| 4  |      |    |    |     |    |    |
| 5  |      |    |    |     |    |    |
| 6  |      |    |    |     |    |    |
| 7  |      |    |    |     |    |    |
| 8  |      |    |    |     |    |    |
| 9  |      |    |    |     |    |    |
| 10 |      |    |    |     |    |    |

製作方法

- 說明：
1. 請清楚填寫參賽者姓名並確實勾選所參加之組別目，須與報名資料相同。
  2. 作品名稱：菜名呈現出作者創意巧思並說明創作理念。
  3. 食材名稱：請填寫您作品裡所有的食材及數量。
  4. 調味料：請填入您所有的醬料、鹽、糖…等，單位可用公克、毫升或茶匙。
  5. 組別編號：此編號請見賽前將寄送之資料。



### 參、(西) 義大利麵比賽內容說明

義大利麵雖然源自於義大利，但這些年來在更是深受台灣老中青三代的喜愛，豐富多彩的義大利麵發展出上百種不同類型及料理口味作法，內含豐富蛋白質具有飽足感。今年度主廚盃比賽以「開平『虎』are you」為主題，將代表老虎斑紋的黃色或紫黑色食材融入料理，發揮創意滿足麵食者的胃口。

※食材範例：

黃色：薑黃、地瓜、鳳梨、香蕉、南瓜、柳橙、玉米、玉米筍

紫黑色：黑芝麻、黑木耳、松露、海帶（昆布）、香菇、墨魚汁

一、份量：(一) 請準備兩份(每份 1 人份，每份重量 180~260g)，一份供展示用，另一份供評審評分用。

(二) 食譜：1 張（內容請參照本文後附件），置放於評審桌。

二、成品之成本(不含大會提供之基本調味料)金額不得超過新台幣 300 元。食材費用若超過限制，將於技巧及創意進行扣分。

三、參賽者所攜帶之食材得經裁判長檢查後放行入場。

四、可自備鍋具、刀具及其他個人用具及調味料（不得使用味精、雞粉、高湯塊、罐頭濃縮雞湯），所有盤內裝飾需皆為可食用之食材。

五、比賽時間：60 分鐘內完成 2 份相同作品。



六、大會提供物品表（每組），若需本表未列出之食材、器具，請選手自行準備。

| 類別   | 項次 | 品名                          | 數量 | 單位   |
|------|----|-----------------------------|----|------|
| 基本食材 | 1  | 義大利麵條                       | 1  | 包    |
| 調味料  | 1  | 鹽                           | 1  | 公共食材 |
|      | 2  | 胡椒粉                         | 1  |      |
|      | 3  | 起士粉                         | 1  |      |
|      | 4  | 番茄醬                         | 1  |      |
|      | 5  | TABSCO                      | 1  | 罐    |
| 服裝   | 1  | 圍裙                          | 2  | 件    |
|      | 2  | 紙帽                          | 2  | 件    |
| 爐具   | 1  | 西式四口爐附烤箱                    | 1  | 組    |
|      | 2  | 中式炒爐                        | 1  | 組    |
| 器具   | 1  | 馬口碗(16cm)                   | 3  | 個    |
|      | 2  | 圓型配菜盤(24cm)                 | 3  | 個    |
|      | 3  | 平底鍋(不鏽鋼 24cm)               | 1  | 個    |
|      | 4  | SAUCE 鍋(不鏽鋼 30cm )          | 1  | 個    |
|      | 5  | SAUCE 鍋(不鏽鋼 25cm)           | 1  | 個    |
|      | 6  | SAUCE 鍋(不鏽鋼 20cm)           | 2  | 個    |
|      | 7  | 鑄鐵平底鍋(25cm)                 | 1  | 個    |
|      | 8  | 鑄鐵平底鍋(20cm)                 | 1  | 個    |
|      | 9  | 鋼盆(30cm)                    | 3  | 個    |
|      | 10 | 強力夾 Tong                    | 1  | 支    |
|      | 11 | 木鏟(37cm)                    | 1  | 支    |
|      | 12 | 漏杓(不鏽鋼)                     | 1  | 支    |
|      | 13 | 平鏟(不鏽鋼)                     | 1  | 支    |
|      | 14 | 沙拉油                         | 1  | 罐    |
|      | 15 | 錐形漏斗                        | 1  | 支    |
|      | 16 | 長柄不鏽鋼湯杓(33cm)               | 1  | 支    |
|      | 17 | 清湯盤(盤 23CM/內圓 17CM/深 2.5CM) | 2  | 個    |
| 清潔器具 | 1  | 抹布                          | 2  | 條    |
|      | 2  | 海綿菜瓜布                       | 1  | 個    |
|      | 3  | 沙拉脫                         | 1  | 罐    |



## 七、評分標準：

選手成績及得獎名次，係依各評審評出的成績加總，再予評比。

評審評分標準如下表，評分細節詳情將在示範說明會中予以說明：

### (一) 評分標準表

| 項次 | 評分項目  | 百分比 | 評分標準                                         |
|----|-------|-----|----------------------------------------------|
| 1  | 味道    | 50% | 菜餚成品味道的調味鹹淡精準度及醬汁的搭配是否得宜。(保留主食材該有的味道)。       |
| 2  | 衛生與安全 | 10% | 製作過程之衛生安全習慣及現場器具之善後清潔工作。                     |
| 3  | 手法及技巧 | 20% | 食材運用、製作過程及時間掌握。<br>比賽結束哨聲響起仍繼續操作者，本計分項目零分計算。 |
| 4  | 創意    | 20% | 菜餚構思及擺設富有創意並切合創作主題。                          |

(二) 製作過程的中若有導致危險情況，如失火、操作過程中嬉鬧或衝突、成品未熟等危害安全之舉動，將扣總分 10 分。



## 第二十四屆 開平餐飲主廚盃 食譜

組別編號：

參賽者姓名：\_\_\_\_\_；\_\_\_\_\_

競賽組別：☐ 校園組 ☐ 親子組

作品名稱（菜名）：

| 序  | 食材名稱 | 數量 | 單位 | 調味料 | 數量 | 單位 |
|----|------|----|----|-----|----|----|
| 1  |      |    |    |     |    |    |
| 2  |      |    |    |     |    |    |
| 3  |      |    |    |     |    |    |
| 4  |      |    |    |     |    |    |
| 5  |      |    |    |     |    |    |
| 6  |      |    |    |     |    |    |
| 7  |      |    |    |     |    |    |
| 8  |      |    |    |     |    |    |
| 9  |      |    |    |     |    |    |
| 10 |      |    |    |     |    |    |

製作方法

- 說明：
1. 請清楚填寫參賽者姓名並確實勾選所參加之組別目，須與報名資料相同。
  2. 作品名稱：菜名呈現出作者創意巧思並說明創作理念。
  3. 食材名稱：請填寫您作品裡所有的食材及數量。
  4. 調味料：請填入您所有的醬料、鹽、糖…等，單位可用公克、毫升或茶匙。
  5. 組別編號：此編號請見賽前將寄送之資料。



#### 肆、(烘)蛋糕裝飾比賽內容說明

台灣日治時期，日本人把蛋糕傳進台灣，經過每個時期的在地化，改良至今成符合台灣人的口味，「蛋糕」是最具代表性的烘培甜點。今年度主廚盃比賽以「開平『虎』are you」為主題，並運用「蛋糕裝飾」結合虎的形象，創作出參賽者心目中的蛋糕。

一、份量：一個 8 吋蛋糕裝飾作品，為評審及展示用。

一張菜卡（置於展示桌），大小不得超過 A4 尺寸，內容需能清楚說明創作理念。

二、蛋糕裝飾比賽食材（不含大會提供之基本食材）金額不得超過新台幣 300 元，食材費用若超過限制，將於技巧及創意進行扣分。

三、參賽者攜帶其他裝飾物（半成品或原物料），需為可食用，得經裁判長檢查後放行入場。

四、可自備盤子及 8 吋蛋糕盒活動結束後以利將成品帶回。

五、比賽時間 60 分鐘，於時限內完成裝盤（含盤飾）。



六、大會提供物品表（每組）若需本表未列出之食材、器具，請選手自行準備。

| 類別   | 項次 | 品名                 | 數量      | 單位 |
|------|----|--------------------|---------|----|
| 食材   | 1  | 8 吋金黃色海綿蛋糕體        | 1       | 個  |
|      | 2  | 奶油霜                | 放置物料桌共用 |    |
|      | 3  | 色素（黃、橙、紅、綠、藍、咖啡色）  | 放置物料桌共用 |    |
| 服裝   | 1  | 圍裙                 | 2       | 件  |
|      | 2  | 紙帽                 | 2       | 件  |
| 操作器具 | 1  | 蛋糕轉台               | 1       | 個  |
|      | 2  | 花嘴                 | 每桌 1 組  |    |
|      | 3  | 梯形刮板               | 1       | 把  |
|      | 4  | 長柄刮刀               | 1       | 把  |
|      | 5  | 抹刀                 | 1       | 把  |
|      | 6  | 剪刀                 | 1       | 把  |
|      | 7  | 砧板                 | 放置物料桌共用 |    |
|      | 8  | 無粉乳膠手套             |         |    |
|      | 9  | 擠花袋                |         |    |
|      | 10 | 水果刀                |         |    |
|      | 11 | 鋸齒刀                |         |    |
|      | 12 | 金色 8 吋蛋糕底板（擺放成品之用） | 1       | 個  |
|      | 13 | 圓形配菜盤（24 公分）       | 2       | 個  |
|      | 14 | 鋼盆                 | 2       | 個  |
|      | 15 | 馬口碗（16 公分）         | 2       | 個  |
| 清潔器具 | 1  | 抹布                 | 1       | 條  |
|      | 2  | 擦手紙                | 放置物料桌共用 |    |



七、評分標準：選手成績及得獎名次，係依各評審評出的成績加總，再予評比。評審評分標準如下表，評分細節詳情將在示範說明會中予以說明：

(一) 評分標準表

| 項次 | 評分項目  | 百分比 | 評分標準                                                       |
|----|-------|-----|------------------------------------------------------------|
| 1  | 創意    | 30% | 整體構思、造型、擺設與菜卡，能充份切合本次主題。                                   |
| 2  | 技巧    | 25% | 抹工、畫工、及寫字等技巧的純熟。                                           |
| 3  | 衛生與安全 | 20% | 製作過程之衛生安全習慣及現場器具之清潔工作。                                     |
| 4  | 色彩搭配  | 15% | 作品上用色的協調性                                                  |
| 5  | 時間    | 10% | 是否在規定時間內完成；若在規定時間內完成者給予10分，每延長一分鐘則扣減1分，另逾10分鐘（含）以上者，則不列入名次 |

(二) 製作過程的中若有導致危險情況，如失火、操作過程中嬉鬧或衝突等危害安全之舉動，將扣總分10分。