

# 第一屆 滬廚盃

## 「2020 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」簡章

### 壹、競賽宗旨

為推廣文山區在地食材，茶的美味及促進親子同樂的精神，特舉辦親子廚藝養生料理大賽，邀請對於各界喜歡烹飪的朋友們來大展身手，運用各種的料理技巧，來煮出美味料理。

### 貳、辦理單位

主辦單位：臺北市私立滬江高級中學

協辦單位：台北華國大飯店

宏國德霖科技大學餐旅管理系、東南科技大學餐旅管理系

醒吾科技大學餐旅管理系、台北城市科技大學餐飲管理系

啟英文化事業有限公司、廣懋圖書股份有限公司、文野出版社有限公司

### 參、比賽對象

親子組隊報名(小朋友限國中生)，單一學校報名隊伍數不得超過2隊，若報名期限過後尚未額滿，則不在此限。

### 肆、比賽時間

1. 報到時間：8:30-9:00 於中正堂報到。
2. 比賽時間：109年1月18日(六)上午9:00-12:00

### 伍、比賽地點

臺北市私立滬江高級中學餐飲教室(中餐技能檢定評鑑合格考場)

地址：臺北市文山區羅斯福路六段336號

### 陸、報名方式及日期

1. 即日起至109年1月10日(五)下午17:00止，共24組，以報名先後順序錄取。

報名表網址：<https://forms.gle/RzknPQkNqHRmREYe8>



2. 聯絡人：

廖美齡(餐飲科主任) 電話：02-86631122#305

賴聖燕(餐飲科老師) 電話：02-86631122#293

3. 入取名單及順序：於109年1月13日(星期一)於本校餐飲科網頁公告

4. 比賽簡章，請至本校餐飲科網頁下載。

<https://sites.google.com/a/hchs.tp.edu.tw/hchsb/>

## 柒、比賽說明

1. 比賽時間：90 分鐘。
2. 製作二道養生料理，以「雞肉」、「雞蛋」為兩道主材料，「茶」入菜為呈現方式。  
每道製作共六人份：(其中 1 人份 (二盤) 將給評審品嚐，4 人份 (一盤) 做為菜餚展示用。)
3. 佈置的展台 (90cmx90cm)。
4. 評分標準：創意性 30%、口味 30%、衛生 30%、展台佈置 10%。  
評審應依評分內容與標準給予成品評分、並應詳列扣分原因。
5. 獎勵方式：  
第一名 頒發獎金 5,000 元，獎狀乙幀。  
第二名 頒發獎金 3,000 元，獎狀乙幀。  
第三名 頒發獎金 2,000 元，獎狀乙幀。  
最佳親子互動獎:3 組，頒發家電禮品及獎狀乙幀。  
最佳創意獎:3 組，頒發家電禮品及獎狀乙幀。  
獎品項目有：國際牌微電腦微波爐、象印牌熱水瓶、大同牌機械式微波爐、大同牌電烤箱、聲寶牌電陶爐…等多樣廚房小家電。  
其他參賽隊伍頒發參賽證明及紀念品以謝支持與鼓勵。
6. 競賽主辦單位所提供食材如下：
  - (1)個人材料為每位選手都有的材料。
  - (2)自選材料為報名時於報名表上填選。

### (1)個人材料明細：

材料數量	品名	數量	品名	數量	品名	數量
主材料	包種茶葉	50g	半隻雞	約 1 斤重	雞蛋	5 顆
副材料	紅蘿蔔	半條	洋蔥	半顆	青江菜	3 棵
	杏鮑菇	100g	紅辣椒	1 條	蔥	1 條
	薑	1 塊	蒜頭	3 顆		

### (2)自選材料明細：(每人最多可選 6 種，在報名表上需明確勾選，當場比賽不再額外提供)

品名	數量	品名	數量	品名	數量	品名	數量
白米	200g	乾麵條	150g	馬鈴薯	300g	地瓜	300g
海苔	6 片	青椒	1 顆	當歸	2 片	枸杞	20g
紅棗	5 顆	乾香菇	5 朵	白蘿蔔	150g	大豆乾	1 塊
小黃瓜	2 條	西芹	200g	四季豆	200g	鮮木耳	50g
白芝麻	50g	榨菜	半個	大黃瓜	半條	冬瓜	600g
綠豆芽	200g	筍筍	150g	豆腐	1 盒	高麗菜	200g
甜椒	1 顆	蘋果	2 顆	紅番茄	2 顆	檸檬	2 顆
柳橙	2 顆						

\*材料選後未使用，會酌量扣分。

(3) 競賽提供調味料：

鹽	糖	白胡椒粉	黑胡椒粉	咖哩粉
太白粉	麵粉	地瓜粉	泡打粉	
醬油	醬油膏	白醋	烏醋	番茄醬
沙拉油	香油	麻油	奶油	米酒
月桂葉	迷迭香	百里香	味醂	魚露

(4) 競賽場地提供器材(依中餐丙級檢定標準器具及設備規範)：

瓷器	1 組	中式爐具	1 組	炒菜鍋(附蓋 1 個)	2 個	湯鍋(附蓋)	1 組
蒸籠鍋(約 43cm)	1 組	漏盆	1 個	不鏽鋼盆	2 個	馬口碗	8 個
不鏽鋼配菜盤	6 個	量匙組	1 組	量杯	1 個	削皮刀	1 支
砧板(生食)	1 個	砧板(熟食)	1 個	桿麵棍	1 支	廚房用剪刀	1 支
不鏽鋼筷子	1 雙	油炸長竹筷	1 雙	不鏽鋼湯匙	3 支	篩網	1 個
直型打蛋器	1 支	漏杓	1 支	鍋鏟	1 支	大炒杓	1 支
洗碗精	1 瓶	菜瓜布	1 片	抹布	二條		

## 捌、注意事項

1. 參賽選手需自備競賽所需之個人刀具與工具。
2. 禁止穿拖鞋，須穿著圍裙、帽子符合衛生標準穿著烹調製作料理。
3. 參賽者不可攜帶任何食材及調味料等。
4. 餐盤餐具：選手可自行準備比賽菜餚裝盤所需之餐盤器皿（包括評審品嚐及說菜展台呈現的餐盤）或可使用現場提供的餐盤。展示桌面佈置物請選手自行準備。
5. 活動過程將開放媒體採訪，但不妨礙參賽者為原則；主辦單位基於宣傳推廣之需要使用其肖像，其著作版權屬於主辦單位所有，參賽者不得異議；主辦單位擁有得獎作品之研究、攝影、宣傳、網頁製作、展覽、商品開發、出版以及出版品販售等權利。
6. 評分重點，以發揮雞肉、雞蛋及茶，食材之美味，為評分之核心精神，務必注意。
7. 以上注意事項請參賽者務必遵守，倘若有違規或導致活動無法順利進行之事宜發生，主辦單位將視情況取消其參賽資格；本規章如有未盡事宜，得以隨時補充修正，並於活動當日或比賽前統一說明。

**第一屆 滬廚盃**  
**「2020 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」**

**比賽流程表**

109 年 1 月 18 日(六)

活動時間	活動內容	地點
08：30-09：00	選手報到	中正堂 2 樓
09：00-09：20	長官致詞	中正堂 2 樓
09：20-09：40	選手移動至比賽場地/ 注意事項說明	品評室 實習教室天 101.102
09：40-11：10	比賽	實習教室天 101.102
11：10-11：40	評審評分/ 選手場地清潔、參觀校園	實習教室天 101.102
11：40-12：00	公佈成績及頒獎	嵩慶樓 2 樓會議室

**第一屆 滬廚盃**  
**「2020 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」**  
**參賽同意授權書**

參賽者同意授權內容：

- 一、參賽者應尊重所有評審委員之評判結果，對評審內容不得有異議。
- 二、所有參賽者作品之智慧財產權、著作權以及專利所有權等，同意授與本主辦單位優先所有權。
- 三、主辦單位對於所有參賽者作品保有公開發表使用、重製以及保有修改之權利。
- 四、所有參賽者作品以及相關文件資料恕不另退還。
- 五、所有參賽作品請勿抄襲或已於相關公開場合之活動發表，若日後經查明立書人等之相關作品確實抄襲或一稿多投時，立書人等將喪失參賽與得獎資格，不得異議。
- 六、本次競賽大會主辦單位保有終有最終評判權與解釋權，參賽選手不得異議。

此致

臺北市私立滬江高級中學—「2020 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」競賽

親筆簽名及蓋章：

中 華 民 國 1 0 9 年 1 月 1 8 日

備註：本授權書請親簽，並於報到時繳交。