



职业技能鉴定考核指导手册

中式烹调师

人力资源和社会保障部教材办公室

中国就业培训技术指导中心上海分中心 组织编写

上海市职业培训研究发展中心



中国劳动社会保障出版社

职业资格(CTP)等级

中国劳动社会保障出版社

3000, 林琳出

1+X职业技能鉴定考核指导手册

ISBN 958-5-2042-5731-9

中式烹调师

五级

编审委员会

主任 仇朝东

委员 葛恒双 顾卫东 宋志宏 杨武星 孙兴旺

刘汉成 张伟

执行委员 孙兴旺 张鸿樑 李 晔 瞿伟洁 唐美雯



中国劳动社会保障出版社

图书在版编目(CIP)数据

中式烹调师：五级/上海市职业培训研究发展中心组织编写. —北京：中国劳动社会保障出版社，2009

1+X 职业技能鉴定考核指导手册

ISBN 978-7-5045-7726-9

I. 中… II. 上… III. 烹饪-方法-中国-职业技能鉴定-自学参考资料 IV. TS972.117

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 156291 号

中国劳动社会保障出版社出版发行

(北京市惠新东街 1 号 邮政编码：100029)

出版人：张梦欣

*

新华书店经销

北京地质印刷厂印刷 三河市华东印刷装订厂装订
787 毫米×960 毫米 16 开本 5.25 印张 85 千字

2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷

定价：9.00 元

读者服务部电话：010-64929211

发行部电话：010-64927085

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010-64954652

前 言

职业资格证书制度的推行,对广大劳动者系统地学习相关职业的知识和技能,提高就业能力、工作能力和职业转换能力有着重要的作用和意义,也为企业合理用工以及劳动者自主择业提供了依据。

随着我国科技进步、产业结构调整以及市场经济的不断发展,特别是加入世界贸易组织以后,各种新兴职业不断涌现,传统职业的知识和技术也愈来愈多地融进当代新知识、新技术、新工艺的内容。为适应新形势的发展,优化劳动力素质,上海市人力资源和社会保障局在提升职业标准、完善技能鉴定方面做了积极的探索和尝试,推出了1+X培训鉴定模式。1+X中的1代表国家职业标准,X是为适应上海市经济发展的需要,对职业标准进行的提升,包括了对职业的部分知识和技能要求进行的扩充和更新。上海市1+X的培训鉴定模式,得到了国家人力资源和社会保障部的肯定。

为配合上海市开展的1+X培训与鉴定考核的需要,使广大职业培训鉴定领域专家以及参加职业培训鉴定的考生对考核内容和具体考核要求有一个全面的了解,人力资源和社会保障部教材办公室、中国就业培训技术指导中心上海分中心、上海市职业培训研究发展中心联合组织有关方面的专家、技术人员共同编写了《1+X职业技能鉴定考核指导手册》。该手册由“理论知识复习题”“操作技能复习题”和“理论知识模拟试卷及操作技能模拟试卷”三大块内容组成,

书中介绍了题库的命题依据、试卷结构和题型题量，同时从上海市1+X鉴定题库中抽取部分理论知识题、操作技能试题和模拟样卷供考生参考和练习，便于考生能够有针对性地进行考前复习准备。今后我们会随着国家职业标准以及鉴定题库的提升，逐步对手册内容进行补充和完善。

本系列手册在编写过程中，得到了有关专家和技术人员的大力支持，在此一并表示感谢。

由于时间仓促，缺乏经验，如有不足之处，恳请各使用单位和个人提出宝贵意见和建议。

1+X职业技能鉴定考核指导手册

编审委员会

目 录

CONTENTS 1+X 职业技能鉴定考核指导手册

中式烹调师职业简介	(1)
第 1 部分 中式烹调师 (五级) 鉴定方案	(2)
第 2 部分 鉴定要素细目表	(4)
第 3 部分 理论知识复习题	(15)
概述	(15)
烹饪原料	(16)
原料的加工	(18)
烹调基础知识	(23)
菜肴烹制前的准备	(31)
厨房卫生与安全	(34)
热菜的烹制方法	(36)
冷菜	(37)
菜肴成本	(38)
民俗与饮食习惯	(38)

第4部分 操作技能复习题	(39)
刀工	(39)
冷盆	(42)
烹调	(45)
第5部分 理论知识考试模拟试卷及答案	(50)
第6部分 操作技能考核模拟试卷	(60)

中式烹调师职业简介

一、职业名称

中式烹调师。

二、职业定义

根据成菜要求，运用煎、炒、炸、熘、爆、煸、蒸、烧、煮等多种烹调技法，对烹饪原料、辅料、调料进行加工，制作中式菜肴的人员。

三、主要工作内容

从事的工作主要包括：（1）根据菜肴品种、风味的不同，辨别选用原料，去掉原料中的非食用部分；（2）对畜、禽、水产品进行净料加工，分档取料和蒸料出骨，运用不同的涨发技术，对干货原料进行涨发；（3）根据不同的烹调方法和成菜要求，采用切、片、斩、削、剝等刀法把原料切配成所需形状，使原料易于成熟和便于入味；（4）调制芡、浆、糊，对不同菜品原料进行相应的挂糊上浆；（5）运用焯水、过油、汽蒸、酱制等技法对原料进行初步预熟处理，缩短菜肴成熟时间；（6）根据配质、配色、配形、配器的配菜原则合理配菜；（7）根据菜品的要求、原料的具体情况、调味的原则方法，选择调味品，控制其用量、投放的时间和顺序，合理调味；（8）对已加工切配后的原料运用炒、熘、爆、蒸、煮、烧等烹调技法使之成熟，达到营养和质量要求；（9）采用摆、叠、堆、围、扎、卷、雕刻等手法制作造型不同的冷菜；（10）整型装盘；（11）根据顾客要求编制菜单。

第 1 部分

中式烹调师（五级）鉴定方案

一、鉴定方式

中式烹调师（五级）的鉴定方式分为理论知识考试和操作技能考核。理论知识考试采用闭卷计算机机考方式，操作技能考核采用现场实际操作方式。理论知识考试和操作技能考核均实行百分制，成绩皆达 60 分及以上者为合格。理论知识或操作技能不及格者可按规定分别补考。

二、理论知识考试方案（考试时间 90 min）

项目 题型	考试方式	鉴定题量	分值（分/题）	配分（分）
判断题	机考	60	0.5	30
单项选择题		70	1	70
小计	—	130	—	100

三、操作技能考核方案

考核项目表

职业（工种）名称		中式烹调师		等级	五级			
职业代码								
序号	项目名称	单元编号	单元内容	考核方式	选考方法	考核时间（min）	配分（分）	
1	刀工	1	刀工	操作	必考	30	29	
2	冷盆	1	冷盆	操作	必考	10	13	
3	烹调	1	烹调	操作	必考	30	58	
合计						70	100	
备注	“烹调”中共有四题，每题有多种菜式，由鉴定部门抽选三题，每题抽选1个菜式考核							

第 2 部分

鉴定要素细目表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
	1				概述		
	1	1			烹调与烹饪		
	1	1	1		烹调与烹饪的定义和作用		
1	1	1	1	1	烹调的定义		
2	1	1	1	2	烹的作用		
3	1	1	1	3	调的作用		
4	1	1	1	4	烹饪的定义		
	1	2			中国菜		
	1	2	1		中国菜的特点		
5	1	2	1	1	菜肴的选料、切配、烹调方法和特色		
	1	3			厨师的素质		
	1	3	1		合格厨师应具备的综合素质		
6	1	3	1	1	厨德良好、知识丰富、技术娴熟、了解业务		
	2				烹饪原料		
	2	1			烹饪原料知识		
	2	1	1		烹饪原料的分类		
7	2	1	1	1	烹饪原料的分类方法		

续表

职业(工种)名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
8	2	1	1	2	植物性和动物性原料的一般分类方法		
	2	2			常用烹饪原料		
	2	2	1		家畜、家禽、蛋和水产原料的品种特点		
9	2	2	1	1	常用家畜简介		
10	2	2	1	2	常用家畜脏杂的品种特点		
11	2	2	1	3	家禽和蛋的品种特点		
12	2	2	1	4	海水鱼类的品种及特点		
13	2	2	1	5	淡水鱼类的品种及特点		
14	2	2	1	6	虾类的品种及特点		
15	2	2	1	7	蟹类的品种及特点		
	2	2	2		蔬果类原料的品种及特点		
16	2	2	2	1	叶菜类的品种及特点		
17	2	2	2	2	根茎类的品种及特点		
18	2	2	2	3	瓜果豆类的品种及特点		
19	2	2	2	4	豆制品的品种及特点		
20	2	2	2	5	花类蔬菜的品种及特点		
21	2	2	2	6	食用菌类的品种及特点		
	2	2	3		干货原料的品种及特点		
22	2	2	3	1	动物类干料的品种及特点		
23	2	2	3	2	植物类干料的品种及特点		
	3				原料的加工		
	3	1			工具和设备的使用与保养		
	3	1	1		刀具和砧板的种类与保养		
24	3	1	1	1	刀具的种类		
25	3	1	1	2	刀具的保养		
26	3	1	1	3	磨刀的方法		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
27	3	1	1	4	砧板木质的选择与保养的注意点		
	3	1	2		常用设备的使用与保养		
28	3	1	2	1	绞肉机的操作要领与保养的注意点		
29	3	1	2	2	微波炉的使用技巧与保养的注意点		
30	3	1	2	3	冰箱的使用要领与日常维护		
	3	2			原料粗加工		
	3	2	1		蔬菜的整理与洗涤		
31	3	2	1	1	叶菜类粗加工		
32	3	2	1	2	根茎类菜粗加工		
33	3	2	1	3	花果类菜的粗加工		
	3	2	2		家畜下水、禽类和水产类的粗加工		
34	3	2	2	1	家畜下水加工的方法和实例		
35	3	2	2	2	禽类的加工方法和分类		
36	3	2	2	3	水产原料的加工和实例		
	3	3			原料拆骨取肉加工		
	3	3	1		畜禽类和水产类原料拆骨取肉加工		
37	3	3	1	1	猪前后腿拆骨取肉		
38	3	3	1	2	鸡的部位取料		
39	3	3	1	3	鸡的拆骨取肉		
40	3	3	1	4	鱼的部位取料		
41	3	3	1	5	鱼的拆骨取料		
	3	3	2		黄鳝加工		
42	3	3	2	1	鳃背加工后的清理		
43	3	3	2	2	划鳃丝的要点——加少量盐		
44	3	3	2	3	划鳃丝的要点——加少量醋		
45	3	3	2	4	划鳃丝的要点——冷水冲		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
	3	3	3		虾和蟹的加工		
46	3	3	3	1	虾的加工		
47	3	3	3	2	蟹的加工		
	3	4			常用刀工技法及原料成形		
	3	4	1		刀工的定义及作用		
48	3	4	1	1	刀工的定义		
49	3	4	1	2	刀工的作用		
50	3	4	1	3	刀工的操作姿势和要求		
	3	4	2		刀工技法		
51	3	4	2	1	刀法的概念		
52	3	4	2	2	刀法的分类		
53	3	4	2	3	直刀法的定义		
54	3	4	2	4	平刀法的定义		
55	3	4	2	5	斜刀法的定义		
56	3	4	2	6	常见的其他刀法		
	3	4	3		原料成形		
57	3	4	3	1	块形的成形要求		
58	3	4	3	2	片形的成形要求		
59	3	4	3	3	丝的成形要求		
60	3	4	3	4	丁与粒形的成形要求		
61	3	4	3	5	茸的成形要求		
62	3	4	3	6	球的成形要求		
63	3	4	3	7	在实际工作中刀工注意事项		
	4				烹调基础知识		
	4	1			烹调工具与设备		
	4	1	1		烹调工具与设备的分类		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
64	4	1	1	1	烹调工具的功能和分类		
65	4	1	1	2	烹调设备的简单分类		
	4	2			临灶操作		
	4	2	1		临灶姿势、翻锅和出锅装盆		
66	4	2	1	1	厨师临灶姿势要领		
67	4	2	1	2	翻锅技巧——小翻		
68	4	2	1	3	翻锅技巧——大翻		
69	4	2	1	4	不同类型菜肴的出锅装盘		
	4	3			掌握火候		
	4	3	1		火候		
70	4	3	1	1	火候的概念		
71	4	3	1	2	火力的鉴别		
	4	3	2		火力的传递		
72	4	3	2	1	热传递的形式		
73	4	3	2	2	传热介质——油		
74	4	3	2	3	传递介质——水		
75	4	3	2	4	传递方式——汽蒸		
76	4	3	2	5	传递方式——直火辐射		
	4	3	3		掌握火候的要点		
77	4	3	3	1	根据原料性质确定火候		
78	4	3	3	2	根据原料形态确定火候		
79	4	3	3	3	根据不同性质菜肴确定火候		
80	4	3	3	4	掌握火候过程中的需要考虑的因素		
	4	4			识别油温		
	4	4	1		油传热的特点		
81	4	4	1	1	油传热的排水性		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
82	4	4	1	2	油温的成数		
83	4	4	1	3	油温的变化		
	4	4	2		掌握油温的要点		
84	4	4	2	1	火力情况		
85	4	4	2	2	原料情况		
86	4	4	2	3	投料数量		
	4	5			勾芡		
	4	5	1		勾芡的基本知识		
87	4	5	1	1	勾芡的概念		
88	4	5	1	2	勾芡的作用——帮助入味		
89	4	5	1	3	勾芡的作用——保证脆嫩		
90	4	5	1	4	勾芡的作用——融合汤菜		
91	4	5	1	5	勾芡的作用——突出原料		
92	4	5	1	6	勾芡的作用——增加色泽、保温性好		
93	4	5	1	7	勾芡的作用——减少营养成分的损失		
	4	5	2		勾芡的原料及特点		
94	4	5	2	1	绿豆淀粉和土豆淀粉的特点		
95	4	5	2	2	玉米淀粉和麦淀粉的特点		
96	4	5	2	3	蚕豆淀粉和山芋淀粉的特点		
	4	5	3		勾芡的种类		
97	4	5	3	1	按芡汁稠度的分类		
98	4	5	3	2	厚芡和薄芡的各自分类		
	4	5	4		勾芡的基本手法和操作中的关键因素		
99	4	5	4	1	基本手法——拌		
100	4	5	4	2	基本手法——浇		
101	4	5	4	3	基本手法——淋		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	五级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
102	4	5	4	4	勾芡过程中的关键因素		
	4	6			调味		
	4	6	1		调味的基本知识		
103	4	6	1	1	调味的概念		
104	4	6	1	2	咸、甜、酸、辣、苦、鲜、香等单一味型		
105	4	6	1	3	复合味型——各种单一味型的有机组合		
	4	6	2		调味方式和基本原则		
106	4	6	2	1	调味方式——加热前调味		
107	4	6	2	2	调味方式——加热中调味		
108	4	6	2	3	调味方式——加热后调味		
109	4	6	2	4	调味要掌握的基本原则		
	4	6	3		调味品的保管与合理放置		
110	4	6	3	1	选择器皿		
111	4	6	3	2	保存环境		
112	4	6	3	3	科学保管		
113	4	6	3	4	合理放置		
	4	7			菜肴装盘技术		
	4	7	1		装盘的要求及盛器的配合		
114	4	7	1	1	菜肴盛装的重要性		
115	4	7	1	2	菜肴盛装的要求		
116	4	7	1	3	盛具的种类		
117	4	7	1	4	盛器的规格		
118	4	7	1	5	菜肴盛装原则		
119	4	7	1	6	配合原则		
	4	7	2		冷菜装盘		
120	4	7	2	1	冷菜拼摆的形式		