



职业技能鉴定考核指导手册

中式烹调师

(第2版)

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

上海市职业技能鉴定中心



中国劳动社会保障出版社

1+X

职业技能鉴定考核指导手册

中式烹调师

(第2版)

四级

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 葛 玮

执行委员 孙兴旺 张鸿樑 李 晔 瞿伟洁

 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：四级/上海市职业技能鉴定中心组织编写. —2 版. —北京：中国劳动社会保障出版社，2012

1+X 职业技能鉴定考核指导手册

ISBN 978-7-5045-9848-6

I. ①中… II. ①上… III. ①烹饪-方法-中国-职业技能-鉴定-自学参考资料
IV. ①TS972.117

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 172250 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

*

北京北苑印刷有限责任公司印刷装订 新华书店经销

787 毫米×960 毫米 16 开本 11.25 印张 184 千字

2012 年 8 月第 2 版 2012 年 8 月第 1 次印刷

定价：23.00 元

读者服务部电话：010-64929211/64921644/84643933

发行部电话：010-64961894

出版社网址：<http://www.class.com.cn>

版权专有 侵权必究

举报电话：010-64954652

如有印装差错，请与本社联系调换：010-80497374

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、上海市职业技能鉴定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

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试题、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 (四级) 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	(22)
中国菜概述	(22)
烹饪原料	(24)
原料的特殊加工	(32)
调味技术	(36)
烹调前的准备	(41)
热菜烹调方法	(47)
冷菜制作	(60)
烹饪营养	(68)
菜肴成本核算	(73)



第4部分 操作技能复习题	(78)
分档取料	(78)
原料成形	(79)
剖花刀	(83)
果蔬雕	(85)
什锦拼盘制作	(86)
滑炒类菜肴制作	(86)
焖、烧、煮类菜肴制作	(98)
熘、爆类菜肴制作	(109)
烩菜制作	(119)
第5部分 理论知识考试模拟试卷及答案	(130)
第6部分 操作技能考核模拟试卷	(148)

中式烹调师职业简介

一、职业名称

中式烹调师。

二、职业定义

运用煎、炒、炸、熘、爆、煸、蒸、烧、煮等多种烹调技法，根据成菜要求，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、剖、剝等刀法把原料切成所需形状，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与熟处理，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）整形装盘；（11）根据顾客要求编制菜单。

第 1 部分

中式烹调师（四级）鉴定方案

一、鉴定方式

中式烹调师（四级）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）

题库参数 题型	考试方式	鉴定题量	分值（分/题）	配分（分）
判断题	闭卷机考	60	0.5	30
单项选择题		140	0.5	70
小计	—	200	—	100

三、操作技能考核方案

考核项目表

职业（工种）		中式烹调师		等级	四 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）
	刀工	1	分档取料	操作	必考	10	8
		2	原料成形	操作	必考	10	8
		3	剞花刀	操作	必考	10	8
		4	果蔬雕	操作	必考	20	8
2	冷盆制作	1	什锦拼盘制作	操作	必考	40	18
3	热菜制作	1	滑炒类菜肴制作	操作	必考	30	17
		2	焖、烧、煮类菜肴制作	操作	必考	15	11
		3	熘、爆类菜肴制作	操作	必考	15	11
		4	烩菜制作	操作	必考	15	11
合计						165	100

第 2 部分

鉴定要素细目表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	四级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
	1				中国菜概述		
	1	1			中国菜的起源和传承		
	1	1	1		烹调的起源和发展		
1	1	1	1	1	烹调的起源		
2	1	1	1	2	陶器、青铜器推进烹调的发展		
3	1	1	1	3	铁器和油对烹调的贡献		
	1	1	2		古代菜肴的构成		
4	1	1	2	1	古代菜肴的构成（一）		
5	1	1	2	2	古代菜肴的构成（二）		
6	1	1	2	3	古代菜肴的构成（三）		
	1	2			地方菜		
	1	2	1		地方菜		
7	1	2	1	1	地方菜（一）		
8	1	2	1	2	地方菜（二）		
9	1	2	1	3	地方菜（三）		
10	1	2	1	4	地方菜（四）		
11	1	2	1	5	地方菜（五）		

续表

职业(工种)名称					中式烹调师	等级	四级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
	1	3			少数民族菜		
	1	3	1		少数民族菜		
12	1	3	1	1	少数民族菜(一)		
13	1	3	1	2	少数民族菜(二)		
14	1	3	1	3	少数民族菜(三)		
	2				烹饪原料		
	2	1			烹饪原料的分类、品质鉴定及保藏		
	2	1	1		烹饪原料的分类		
15	2	1	1	1	烹饪原料的分类		
	2	1	2		烹饪原料的品质鉴定		
16	2	1	2	1	感官鉴定法		
17	2	1	2	2	理化鉴定法		
	2	1	3		烹饪原料的保藏		
18	2	1	3	1	烹饪原料变质的原因		
19	2	1	3	2	烹饪原料的保藏方法(一)		
20	2	1	3	3	烹饪原料的保藏方法(二)		
	2	2			家畜类原料的组织结构及检验、保管		
	2	2	1		家畜肉的组织结构		
21	2	2	1	1	结缔组织		
22	2	2	1	2	肌肉组织		
23	2	2	1	3	脂肪组织		
24	2	2	1	4	骨骼组织		
	2	2	2		家禽类原料的检验与保管		
25	2	2	2	1	家禽肉的感官检验		
26	2	2	2	2	家禽内脏的感官检验		
27	2	2	2	3	家畜肉的保管		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	四级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
	2	3			家禽与蛋品的结构与特点		
	2	3	1		常用家禽肉的特点		
28	2	3	1	1	家禽肉的组织		
29	2	3	1	2	家禽肉的营养		
	2	3	2		家禽的品质检验及保管		
30	2	3	2	1	活禽的检验		
31	2	3	2	2	禽肉的检验		
32	2	3	2	3	家禽肉的保管		
	2	3	3		蛋的结构、品质检验以及保管		
33	2	3	3	1	蛋的结构		
34	2	3	3	2	蛋的品质检验		
35	2	3	3	3	蛋的储存保管		
	2	4			水产原料的结构与品质检验		
	2	4	1		鱼类的体形及结构		
36	2	4	1	1	鱼类的体形		
37	2	4	1	2	鱼类的结构		
	2	4	2		水产品的品质检验		
38	2	4	2	1	鱼类品质检验		
39	2	4	2	2	虾的品质检验		
40	2	4	2	3	蟹的品质检验		
	2	4	3		水产品的保管		
41	2	4	3	1	活鱼的保管		
42	2	4	3	2	冷冻保管		
43	2	4	3	3	虾和蟹的保管		
	2	5			蔬果原料的结构及特点		
	2	5	1		高等植物类原料的结构与特点		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	四级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
44	2	5	1	1	根		
45	2	5	1	2	茎		
46	2	5	1	3	叶		
47	2	5	1	4	花		
48	2	5	1	5	果实		
	2	5	2		食用藻类的结构及特点		
49	2	5	2	1	食用藻类的结构及特点		
	2	5	3		食用菌类的结构及特点		
50	2	5	3	1	菌丝体		
51	2	5	3	2	子实体		
	2	5	4		地衣的结构及特点		
52	2	5	4	1	地衣的结构及特点		
	2	6			干货制品的特点与保藏		
	2	6	1		干货制品的检验标准		
53	2	6	1	1	干爽、不霉变		
54	2	6	1	2	整齐、均匀、完整		
55	2	6	1	3	无虫蛀、无杂质、保持规定的色泽		
	2	6	2		干货制品的保管		
56	2	6	2	1	干货制品储存要点		
	3				原料的特殊加工		
	3	1			部分生猛活鲜原料的加工及活养		
	3	1	1		鲜活原料的加工		
57	3	1	1	1	甲鱼的初加工		
58	3	1	1	2	龙虾的初加工		
59	3	1	1	3	象鼻蚌的初加工		
60	3	1	1	4	生食赤贝、牡蛎、鲈鱼的加工		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	四级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注	
	章	节	目	点			
61	3	1	1	5	蛇和牛蛙的初加工		
62	3	1	1	6	野禽的初加工		
	3	1	2		部分原料的活养		
63	3	1	2	1	部分原料的活养（一）		
64	3	1	2	2	部分原料的活养（二）		
65	3	1	2	3	部分原料的活养（三）		
	3	2			原料拆骨、分档取料		
	3	2	1		原料拆骨、分档取料的要求		
66	3	2	1	1	原料拆骨、分档取料的要求		
	3	2	2		常用原料的分档取料		
67	3	2	2	1	猪的分档取料		
68	3	2	2	2	牛肉的分档取料		
69	3	2	2	3	羊肉的分档取料		
70	3	2	2	4	火腿的分档取料		
71	3	2	2	5	鸡、鸭整体拆骨取肉方法		
	3	3			精细刀工和茸胶加工		
	3	3	1		制		
72	3	3	1	1	制的目的和要求		
73	3	3	1	2	制的要求		
74	3	3	1	3	制的方法		
75	3	3	1	4	制制后的形态		
	3	3	2		茸胶加工		
76	3	3	2	1	茸胶的用途		
77	3	3	2	2	茸胶的加工方法		
78	3	3	2	3	茸胶的制作要求		
	4				调味技术		

续表

职业（工种）名称					中式烹调师	等级	四级
职业代码							
序号	鉴定点代码				鉴定点内容		备注
	章	节	目	点			
	4	1			调味概述		
	4	1	1		调味概述		
79	4	1	1	1	调味概述		
	4	2			调味品原料		
	4	2	1		油		
80	4	2	1	1	油的烹调特性（一）		
81	4	2	1	2	油的烹调特性（二）		
	4	2	2		盐的烹调特性		
82	4	2	2	1	盐的烹调特性		
	4	2	3		酱油的烹调特性		
83	4	2	3	1	酱油的烹调特性		
	4	2	4		醋的烹调特性		
84	4	2	4	1	醋的烹调特性		
	4	2	5		糖的烹调特性		
85	4	2	5	1	糖的烹调特性		
	4	2	6		味精的烹调特性		
86	4	2	6	1	味精的烹调特性		
	4	2	7		辣味系列调味料		
87	4	2	7	1	辣味系列调味料（一）		
88	4	2	7	2	辣味系列调味料（二）		
	4	2	8		香味调料		
89	4	2	8	1	香味调料（一）		
90	4	2	8	2	香味调料（二）		
91	4	2	8	3	香味调料（三）		
92	4	2	8	4	香味调料（四）		
93	4	2	8	5	香味调料（五）		

续表

职业（工种）名称		中式烹调师			等级	四级
职业代码						
序号	鉴定点代码				鉴定点内容	备注
	章	节	目	点		
94	4	2	8	6	香味调料（六）	
	4	3			特色复合味的调制	
	4	3	1		特色复合味的调制要点	
95	4	3	1	1	特色复合味的调制要点	
	4	3	2		常用特色复合味的调制	
96	4	3	2	1	常用特色复合味的调制（一）	
97	4	3	2	2	常川特色复合味的调制（二）	
98	4	3	2	3	常川特色复合味的调制（三）	
99	4	3	2	4	常用特色复合味的调制（四）	
100	4	3	2	5	常用特色复合味的调制（五）	
101	4	3	2	6	常用特色复合味的调制（六）	
102	4	3	2	7	常用特色复合味的调制（七）	
103	4	3	2	8	常用特色复合味的调制（八）	
104	4	3	2	9	常用特色复合味的调制（九）	
105	4	3	2	10	常用特色复合味的调制（十）	
106	4	3	2	11	常用特色复合味的调制（十一）	
107	4	3	2	12	常用特色复合味的调制（十二）	
108	4	3	2	13	常用特色复合味的调制（十三）	
109	4	3	2	14	常用特色复合味的调制（十四）	
	4	4			调味要点	
	4	4	1		调味要点	
110	4	4	1	1	调味要点（一）	
111	4	4	1	2	调味要点（二）	
	5				烹调前的准备	
	5	1			制汤	
	5	1	1		汤在烹调中的作用	