

饮食服务业

技师晋级考核大全

饮食分册



■ 辽宁科学技术出版社

饮食服务业 技师晋级考核大全

(饮食分册)

辽宁科学技术出版社



1984.12

饮食服务业技师晋级考核大全

(饮食分册)

Yinshi Fuwuye Jishi Jinji Kaohe Dacuan

张旭辉 主编

甄居郭 祝希常 副主编

辽宁科学技术出版社出版、发行

(沈阳市南京街6段1里2号)

朝 阳 新 华 印 刷 厂 印 刷

开本:787×1092¹/₃₂ 印张:17¹/₈ 字数:408,000 插页:2

1988年8月第1版

1988年8月第1次印刷

责任编辑:刘兴伟 弘 华 插图:伟 民

封面设计:栾录章 责任校对:周 文

印数:1—30,000

ISBN 7-5381-0436-4/TS·52 定价:5.15元

主 编 张旭辉
副 主 编 董居邦 祝希常
编写人员 (按姓氏笔画排列)
王久玉 祝希常 郝敬忠
董居邦
技术顾问 徐子明 唐克明 刘国栋
张彭年 黄明轩 王济林
王久章 刘敬贤 李洪志
牟传仁 王立国 孙世信
王廷祥 吕德望 张志贤
唐尚平

序

《饮食服务业技师晋级考核大全》（饮食分册、服务分册）同广大读者见面了。

饮食业、服务业从属于第三产业，是社会主义市场中最为活跃的经济力量，也是人民日常生活息息相关的行业。随着社会主义市场的繁荣和发展，活跃于城乡市场中饮食服务业的技术队伍正在迅速的成长壮大起来。这是一支不可忽视的重要生产力。近年来，党和政府为了激励从事饮食服务业广大职工学习科学知识和专业技术，实行了评定技师、定期考核晋级的制度，并规定了技师津贴办法。这一制度不仅在国营饮食服务行业中实行，而且已普及到接待系统、旅游业、厂矿、学校、军队中的后勤，私营和个体饮食服务业也开始实施。这种定期考核晋级将作为一种制度长期坚持下去。

为了适应饮食服务业技师晋级考核的需要，我们组织编写了这部考试大全。全书分上、下两册，上册为饮食分册，下册为服务分册。书中按行业分烹饪、面点、餐厅服务、摄影、理发、洗染织补、修脚和旅店接待服务等八部分。各章中，按专业分节，按事列题、综括近三千题解。

本书一个显明特点是它的知识性。它不仅介绍了各行各业的专门技术知识，还扼要地阐明了各行各业中的文化科学知识，例如，烹饪文化、营养科学、摄影艺术、发式中的美学、洗染中的物理化学、修脚中的脚病病理、旅店服务中的社会学等等

— 1 —

知识，所涉及的知识很广，内容丰富。可以说，各行各业的不同等级技师所必须掌握的知识内容基本上综合在本书里。

本书另一个鲜明特点是它的实用性。它是根据商业部关于饮食服务业技师等级标准和晋级考核办法的规定精神，拟定考试范围，以问答的形式，力图使命题明确，题解准确，简明易记，作为技师晋级考试时命题和评卷的依据。这部书将为应试者提供全面的各种命题的答案，是应试者不可离身的必备书。它将会帮助那些热爱饮食服务行业，勤奋进取的同志逐级晋升，攀登烹饪服务科技的高峰。

这部书的内容涉及到人们日常生活中许多领域的常识，不妨利用工作之余，读读它，也会给您的生活增添一点情趣。

这部书的编写工作，经过两年多的时间，由十几位炊服工作者和技师参加执笔，并聘请各业名师担任技术顾问，予以指导，几经修稿而成。我虽担任主编，由于所涉行业较广，自己所知甚少，编审难免有误。诚恳欢迎各位行家和读者指教。

张 旭 辉

1988年3月

目 录

第一章 烹 饪	1
第一节 烹饪史	1
1. 简述我国烹调技术的起源。	1
2. 我国烹调技术的发展可分为几个阶段?	2
3. 史前阶段烹调技术的主要特征是什么?	2
4. 夏、商、西周时期烹调技术发展的主要特征是什么?	2
5. 春秋战国时期烹调技术发展的主要特征是什么?	3
6. 秦汉时期烹调技术发展的主要特征是什么?	3
7. 魏晋南北朝时期烹调技术发展的主要特征是什么?	4
8. 隋唐五代时期烹调技术发展的主要特征是什么?	4
9. 宋辽金元时期烹调技术发展的主要特征是什么?	5
10. 明清时期烹调技术发展的主要特征是什么?	5
11. 中国菜的特点是什么?	6
12. 什么叫菜系?	7
13. 我国有哪些地方菜系?	7
14. 菜系形成的因素主要有哪几点?	8
15. 鲁菜有哪些特点?代表菜是什么?	8
16. 川菜有哪些特点?代表菜是什么?	8
17. 粤菜有哪些特点?代表菜是什么?	9
18. 苏菜有哪些特点?代表菜是什么?	9
19. 闽菜有哪些特点?代表菜是什么?	10
20. 徽菜有哪些特点?代表菜是什么?	10
21. 湘菜有哪些特点?代表菜是什么?	10
22. 浙菜有哪些特点?代表菜是什么?	11
23. 京菜有哪些特点?代表菜是什么?	11

24. 辽菜有哪些特点? 代表菜是什么?	12
25. 鄂菜有哪些特点? 代表菜是什么?	12
26. 谭家菜有哪些特点? 代表菜是什么?	13
27. 宫廷菜有哪些特点?	13
28. 官府菜是怎样形成的?	13
29. 寺院菜是怎样形成的?	13
30. 简述《齐民要术》中的烹饪成就。	14
31. 我国绚丽多彩的烹调风格是何时形成的?	14
32. 袁枚的《随园食单》主要内容是什么?	15

第二节 营养与卫生

33. 什么叫营养素? 人体需要的营养素分为哪几类?	15
34. 各种营养素的主要来源是什么?	15
35. 什么是蛋白质? 构成蛋白质的化学元素有哪些?	15
36. 简述蛋白质的特征。	16
37. 蛋白质的生理功能是什么?	16
38. 简述蛋白质的营养价值。	17
39. 蛋白质从营养学角度可分为哪几类?	18
40. 什么叫蛋白质的生理价值?	18
41. 什么叫蛋白质的“互补作用”?	19
42. 什么叫营养素供给量?	19
43. 什么叫营养素需要量?	20
44. 简述蛋白质的供给量及食物来源。	20
45. 什么是脂肪? 由哪些元素组成? 它的性质有哪些?	20
46. 脂肪的生理功能有哪些?	21
47. 衡量脂肪营养价值的标准是什么?	22
48. 简述脂肪的供给量及其食物来源。	22
49. 什么是碳水化合物? 由哪些元素组成?	23
50. 碳水化合物分为哪几类?	23
51. 简述碳水化合物的生理功能。	24
52. 简述碳水化合物的供给量及其食物来源。	24
53. 简述蔗糖的性质。	25
54. 简述淀粉的性质。	25

55. 什么是维生素? 其营养特点是什么?	25
56. 维生素是怎样分类的?	26
57. 维生素A的性质是什么?	26
58. 维生素A来源于哪些食品? 供给量标准是多少?	27
59. 维生素A的生理功能是什么?	27
60. 简述维生素D的性质、生理功能、供给量及食物来源。	28
61. 简述维生素E的性质、生理功能、供给量及食物来源。	28
62. 简述维生素K的性质、生理功能、供给量及食物来源。	29
63. 简述维生素B ₁ 的性质、生理功能、供给量及食物来源。	29
64. 简述维生素B ₂ 的性质、生理功能、供给量及食物来源。	30
65. 简述维生素B ₆ 的性质、生理功能、供给量及食物来源。	30
66. 简述维生素B ₁₂ 的性质、生理功能、供给量及食物来源。	31
67. 简述维生素PP的性质、生理功能、供给量及食物来源。	31
68. 简述泛酸的性质、生理功能及食物的来源。	32
69. 简述叶酸的性质、生理功能、供给量及食物来源。	32
70. 简述维生素H的性质、生理功能、供给量及食物来源。	32
71. 简述胆碱的性质、生理功能、食物来源及供给量。	32
72. 简述维生素C的性质、生理功能、食物来源及供给量。	33
73. 什么是无机盐? 主要有哪些元素?	33
74. 钙的生理功能有哪些?	34
75. 说明人体对钙的需要量及食物来源。	34
76. 磷的生理功能有哪些?	34

77. 说明磷的供给量及食物来源。	34
78. 铁的生理功能有哪些?	35
79. 说明铁的供给量及食物来源。	35
80. 碘的生理功能有哪些?	35
81. 说明碘的供给量及食物来源。	35
82. 水的生理功能有哪些?	36
83. 什么是营养学的热量单位?	36
84. 在膳食中能产生热量的营养素有哪些?	36
85. 人体为什么需要热能?	37
86. 计算人体所需热能的方法是什么?	37
87. 不同劳动每日每公斤体重所需热能是多少?	38
88. 烹饪对消化有什么作用?	38
89. 营养过剩或不足对人体健康有何影响?	38
90. 成年人每天所需热量和营养素数量大约是多少?	39
91. 为什么儿童、少年的蛋白质需要量比成年人要多 一些?	39
92. 谷类主要营养成分有哪些?	39
93. 谷类蛋白质有什么特点? 怎样提高其生理价值?	39
94. 豆类的主要营养成分有哪些?	40
95. 豆类的营养特点是什么?	40
96. 豆浆有什么营养特点?	40
97. 蔬菜的主要营养成分是什么?	40
98. 蔬菜的营养特点是什么?	41
99. 叶菜类含有哪些主要营养素?	41
100. 苋菜类含有哪些主要营养素?	41
101. 根菜类含有哪些主要营养素?	41
102. 果菜类含有哪些主要营养素?	42
103. 花菜类含有哪些主要营养素?	42
104. 食用真菌含有哪些主要营养素? 有什么生理 作用?	42
105. 水果的主要营养成分有哪些?	42
106. 水果的营养特点是什么?	43
107. 硬果类是怎样分类的? 营养价值如何?	43

108. 肉主要由哪些组织构成的?	43
109. 肌肉组织食用价值的大小是由什么决定的? 为什么?	44
110. 家畜肉的主要营养成分有哪些?	44
111. 为什么禽肉比畜肉鲜嫩味美, 易于消化?	45
112. 肉类的营养特点是什么?	45
113. 鱼类的主要营养成分有哪些?	45
114. 鱼类蛋白质和脂肪的营养特点是什么? 为什么容易 消化吸收?	45
115. 虾、蟹、贝类的主要营养成分有哪些?	46
116. 水产品的营养特点是什么?	46
117. 鱼翅的营养价值如何?	46
118. 虾米有哪些营养成分?	46
119. 干贝含有哪些营养成分?	46
120. 海参的营养价值如何?	47
121. 鲍鱼的营养价值如何?	47
122. 海红的营养成分有哪些?	47
123. 牡蛎的营养成分有哪些?	47
124. 元鱼的营养价值如何?	47
125. 牛奶的主要营养成分有哪些?	48
126. 乳类的营养特点是什么?	48
127. 蛋类的主要营养成分有哪些?	48
128. 蛋类的营养特点是什么?	48
129. 食用油脂的主要营养成分有哪些?	49
130. 食用油脂的营养特点是什么?	49
131. 什么叫急速冷冻, 它对保护食品营养成分有什么 作用?	49
132. 盐腌和糖渍为什么能保存食品?	50
133. 酸渍贮藏法的原理和优点是什么?	50
134. 什么叫合理烹饪?	50
135. 合理烹饪的意义是什么?	50
136. 蛋白质在烹调中有哪些变化?	51
137. 油脂在烹调中有哪些变化?	51

138. 无机盐在烹调中主要发生哪些变化?	51
139. 维生素在烹调中主要发生哪些变化?	52
140. 烹调对蔬菜类食物营养素有何影响?	52
141. 烹调对动物性食物营养素有何影响?	53
142. 煮的烹调方法对营养素有哪些影响?	53
143. 蒸的烹调方法对营养素有哪些影响?	53
144. 炖、烧、煨的烹调方法对营养素有哪些影响?	54
145. 焖的烹调方法对营养素有哪些影响?	54
146. 卤的烹调方法对营养素有哪些影响?	54
147. 炸的烹调方法对营养素有哪些影响?	54
148. 焙的烹调方法对营养素有哪些影响?	54
149. 爆的烹调方法对营养素有哪些影响?	54
150. 炒的烹调方法对营养素有哪些影响?	55
151. 烤的烹调方法对营养素有哪些影响?	55
152. 熏的烹调方法对营养素有哪些影响?	55
153. 煎的烹调方法对营养素有哪些影响?	55
154. 泡的加工方法对营养素有哪些影响?	55
155. 腌的加工方法对营养素有哪些影响?	55
156. 蜜饯的加工方法对营养素有哪些影响?	56
157. 制干的加工方法对营养素有哪些影响?	56
158. 油脂在烹调中的作用是什么?	56
159. 盐在烹调中的作用是什么?	57
160. 料酒在烹调时的作用是什么?	57
161. 醋在烹调中的作用是什么?	57
162. 蔗糖和饴糖在烹调中有什么作用?	58
163. 味素在烹调中的作用是什么?	58
164. 在烹调中保存食品的营养成分主要采取哪些措施?	58
165. 怎样才算科学切配?	59
166. 沸水烫料有什么好处?	59
167. 上浆挂糊对营养素起哪些保护作用?	59
168. 勾芡为什么具有保护维生素C的作用。	60
169. 烹调中加醋有什么好处?	60
170. 急火快炒有什么好处?	60

171. 什么叫合理营养? 什么叫平衡膳食? 建立平衡膳食 应注意哪些问题?	61
172. 什么叫烹饪原料的合理利用?	61
173. 什么是食品污染? 食品污染分为哪几类?	62
174. 什么是生物性污染? 它包括哪些内容?	62
175. 什么叫食物中毒? 食物中毒可分为哪几类?	62
176. 什么是细菌性食物中毒?	63
177. 常见的细菌性食物中毒有几种? 怎样预防?	63
178. 沙门氏菌属食物中毒怎样预防?	63
179. 葡萄球菌肠毒素中毒怎样预防?	64
180. 蜡样芽孢杆菌食物中毒怎样预防?	64
181. 副溶血性弧菌食物中毒怎样预防?	65
182. 致病性大肠杆菌和变形杆菌属食物中毒怎样 预防?	65
183. 肉毒杆菌毒素食物中毒怎样预防?	65
184. 什么是毒蕈中毒? 怎样预防?	66
185. 河豚鱼中毒怎样预防?	66
186. 鱼类引起的组胺中毒怎样预防?	67
187. 含氰贰果仁中毒怎样预防?	68
188. 发芽土豆中毒怎样预防?	68
189. 四季豆中毒怎样预防?	68
190. 亚硝酸盐中毒怎样预防?	69
191. 鲜黄花菜中毒怎样预防?	69
192. 什么是砒中毒? 怎样预防?	69
193. 什么是食品添加剂? 分为哪些种类?	70
194. 什么是酸味剂? 有什么作用?	70
195. 什么是疏松剂? 有什么作用?	70
196. 什么是甜味剂? 有什么作用?	71
197. 什么是食用色素? 我国允许使用的食用色素主要有 哪些?	71
198. 什么是食用香料? 是怎样分类的?	72
199. 什么是食品卫生法? 贯彻执行《中华人民共和国食品卫生法 (试行)》有何意义?	72

200. 《中华人民共和国食品卫生法〈试行〉》的主要 内容是什么?	72
201. 《食品加工、销售、饮食企业卫生“五·四”制》 内容是什么?	73
202. 卫生“五·四”制的“四不制度”内容是什么?	73
203. 卫生“五·四”制的“四隔离”内容是什么?	73
204. 卫生“五·四”制的“四过关”内容是什么?	73
205. 卫生“五·四”制的“四定”内容是什么?	73
206. 卫生“五·四”制的“四勤”内容是什么?	74
207. 对厨师个人卫生有哪些要求?	74
208. 冰箱和冷藏柜的卫生要求有哪些?	74
209. 餐厅卫生有哪些要求?	75
210. 餐具消毒有哪些方法?	75

第三节 原料及初加工

211. 烹饪原料可分为哪几类?	76
212. 动物性原料可分为哪几类?	76
213. 植物性原料可分为哪几类?	76
214. 家畜类肉质的鉴别有哪些内容?	76
215. 怎样鉴别家畜类内脏的质量?	77
216. 怎样划分猪肉部位的等级?	77
217. 怎样鉴别鸡的质量?	77
218. 怎样鉴别熊掌的质量?	78
219. 怎样鉴别燕菜的质量?	78
220. 怎样鉴别海参的质量?	78
221. 怎样鉴别鲍鱼的质量?	79
222. 怎样鉴别鱼肚的质量?	79
223. 怎样鉴别鱼翅的质量?	79
224. 怎样鉴别鱿鱼的质量?	80
225. 怎样鉴别鲜鱼的质量?	80
226. 怎样鉴别下贝的质量?	81
227. 怎样鉴别螃蟹的质量?	81
228. 怎样鉴别大虾的质量?	81

229. 怎样鉴别蛋的质量?	81
230. 怎样鉴别竹笋的质量?	82
231. 怎样鉴别口蘑的质量?	82
232. 怎样鉴别冬菇的质量?	82
233. 怎样鉴别银耳的质量?	83
234. 怎样鉴别木耳的质量?	83
235. 怎样鉴别黄花菜的质量?	83
236. 猪肉分哪些部位? 各适用于哪些烹调方法?	83
237. 牛肉分哪些部位? 各适用于哪些烹调方法?	84
238. 羊肉分哪些部位? 各适用于哪些烹调方法?	85
239. 鸡肉分哪些部位? 各适用于哪些烹调方法?	86
240. 脏腑类适用于哪些烹调方法?	86
241. 鸭的种类怎样划分? 适用于哪些烹调方法?	87
242. 鱼分为哪几大类? 常用的鱼有哪些品种?	87
243. 鲤鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	87
244. 青鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	87
245. 鲫鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	88
246. 草鱼有何特征? 适用于哪些烹调方法?	88
247. 鲢鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	88
248. 鳙鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	88
249. 大马哈鱼有何特征? 适用于哪些烹调方法?	88
250. 鲮鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	89
251. 大黄鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	89
252. 黄花鱼的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?	89
253. 鲈鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调 方法?	89

254. 鲈鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?90
255. 鲢鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?90
256. 带鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?90
257. 鲳巴鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?91
258. 燕鲷鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?91
259. 偏口鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?91
260. 鳎板鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?91
261. 鳎鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?92
262. 加吉鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?92
263. 梭鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?92
264. 银鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?92
265. 红娘鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?93
266. 铜罗鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?93
267. 针鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?93
268. 华子鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?93
269. 乌贼鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?94
270. 对虾的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调

方法?	94
271. 梭子蟹的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?	94
272. 河蟹的别名是什么? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?	94
273. 甲鱼的别名有哪些? 有何特征? 适用于哪些烹调方法?	95
274. 山珍海味通常主要包括哪些品种?	95
275. 什么叫干料涨发?	95
276. 干料涨发的要求是什么?	95
277. 干料涨发有哪几种方法?	96
278. 什么是水发法? 水发有几种方法?	96
279. 水发的原理是什么?	96
280. 什么叫冷水发?	97
281. 什么叫热水发?	97
282. 什么是油发法? 哪些干料适合油发?	97
283. 油发分为几个步骤?	97
284. 油发的原理是什么?	98
285. 什么是碱发法? 哪些干料适合于碱发?	98
286. 碱发法有几种? 它们之间有什么不同?	98
287. 碱发法的过程是哪些?	99
288. 碱发的原理是什么?	99
289. 什么是火发法?	100
290. 什么是蒸发法? 适用于哪些干料?	100
291. 什么是盐发法?	100
292. 怎样涨发燕菜? 它适合烹调哪些菜肴?	100
293. 怎样涨发鱼翅? 它适合烹调哪些菜肴?	101
294. 怎样涨发海参? 它适合烹调哪些菜肴?	101
295. 怎样涨发干贝? 它适合烹制哪些菜肴?	102
296. 怎样涨发鲍鱼? 它适合烹制哪些菜肴?	102
297. 怎样涨发鱼唇? 它适合烹制哪些菜肴?	102
298. 怎样涨发鱼肚? 它适合烹制哪些菜肴?	103
299. 怎样涨发鱿鱼? 它适用于哪些烹调方法?	103