

中级厨师培训教材

修订版

江苏科学技术出版社

中级厨师考核标准



中
級

中级厨师培训教材

(修订版)

——中级厨师考核标准

江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

中级厨师培训教材/季鸿昆编著 .—2 版(修订版).
南京:江苏科学技术出版社,2000.6
中级厨师考核标准
ISBN 7—5345—3051—2

I . 中 . . . II . 季 . . . III . 烹饪-厨师-资格考核-教材
IV . TS972.36

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 28761 号

中级厨师培训教材(修订版)

中级厨师考核标准

主 编 朱祝元 徐尊杰 黄建荣
责任编辑 季鸿昆

出版发行 江苏科学技术出版社
(湖南路 47 号,邮编:210009)

经 销 江苏省新华书店
照 排 苏中印刷厂
印 刷 南京通达彩印有限公司

开 本 787mm × 1092mm 1/32
印 张 23.75
字 数 522 000
版 次 2000 年 6 月第 1 版
印 次 2002 年 1 月第 2 次印刷
印 数 5 001—8 000 册

标准书号 ISBN 7—5345—3051—2/Z·491
定 价 28.00 元

我社图书如有印装质量问题,可随时向承印厂调换。

序

近几年来,厨师(包括烹调师和面点师)的岗前培训普遍展开,培养了一批又一批中青年厨师,对促进饮食服务业和旅游事业的发展产生了积极作用。岗前培训突破了传统的师带徒式技艺传授模式的束缚,弥补了各类全日制烹饪学校招生规模的不足,提高了饮食业从业人员的素质。但是,由于没有统一的培训教材,缺乏具体的培训质量标准,造成了培训工作质量参差不齐,致使同一个等级的厨师,在应知和应会两个方面都存在着明显的差异,这对饮食业的进一步发展和提高都是很不利。

有鉴于此,我们组织了扬州大学商学院中国烹饪系的有关教师,编写了这套包括高级(指现行等级标准的特级)、中级(指现行标准的一、二、三级)和初级(指现行标准的四、五级)三个层次的厨师培训教材,推荐给各地培训机构和技能考核鉴定机构使用。

初级厨师的培训,可采取自学,定期进行集中考核的办法来完成。各地在考核前,可作必要的考前辅导。今后,凡参加高级厨师培训者原则上必须取得中级厨师等级的证书;参加中级厨师培训者原则上必须取得初级厨师等级证书,以确保培训工作的严肃性。

这套教材的出版,得到了江苏科学技术出版社的支持,在印刷和发行工作方面,江苏省无锡商业学校做了大量的工作,我们谨向他们表示诚挚的谢意。

江苏省劳动厅培训处
江苏省商业厅教育处

修订版前言

中级厨师培训教材于1993年11月第1版发行以来,已重印了数次,各方面反映尚好,解决了在相当一段时间内,以中等烹饪学校学生用课本代替厨师培训教材,不能够提高培训质量的困难。现在,培训工作仍在继续,而且规模越来越大,因此这套教材仍有重印的必要。但在这世纪之交的时候,餐饮业的情况已经有了很大的变化,科学化、现代化成了行业发展的指导思想。特别是关于营养和卫生问题,已经引起了全社会的关注,不仅在行业内部得到普遍的重视,而且一系列相关法规也陆续制订或被修订。所以这次重印,就必需加以必要的修订,否则就不能与今天的形势相适应。但总的来说,修订的篇幅不是太多,仍然包括营养卫生、烹饪原料、烹调工艺、面点工艺以及厨房管理和成本核算等五个部分。按照行业管理和分工的习惯,对于烹调师来说,烹调工艺是重点,面点工艺是辅助的;对于面点师来说,面点工艺是重点,烹调工艺是辅助的。因工种不同而举办的培训班,在使用本教材时,应该各有侧重。至于其他三个部分,则是两个工种共用的。

为了更好地做好培训工作,在这次修订时,增加

了原劳动部于1993年8月颁布的中式烹调师和中式面点师的技能标准,原劳动部、国内贸易部联合于1994年8月颁发的中式烹调师和中式面点师职业技能鉴定规范中与中级厨师相关的内容,供各地在培训时使用,应该根据相关的标准,认真安排教学,认真进行考核,认真贯彻执行,不应该降格以求。

中级厨师多为饮食业和集团伙食单位第一线的操作人员,他们的整体水平决定了饮食业和集团伙食单位的实际面貌,在整个餐饮行业中,起着承上启下的作用,所以对这一部分员工实际水平的鉴定,是进一步发展烹饪事业的关键。因而为此目的而进行的培训工作,最好以脱产的方式进行。

这次修订,以营养卫生部分的内容为重点,对于最近几年新颁布的相关建议和法规,都作了必要的补充。另外对于那些已经或即将淘汰的工艺和设备,仍然保留了一些过渡性的内容。因此,我们仍然希望大家在使用中多提宝贵意见,使培训工作更健康的发展。

这次修订的组织协调工作仍由朱祝元担任,文字修改与增删由季鸿崑担任,特此说明。

目 录

第一部分 烹饪营养卫生

绪 言	(3)
第一章 人体必需的营养素	(8)
第一节 蛋白质	(10)
第二节 脂类	(18)
第三节 碳水化合物	(23)
第四节 热能	(28)
第五节 无机盐与微量元素	(32)
第六节 维生素	(42)
第七节 水	(54)
第八节 各种营养素之间的关系	(56)
第二章 各类烹饪原料的营养价值	(59)
第一节 谷类原料的营养价值	(60)
第二节 豆类原料及制品的营养价值	(64)
第三节 畜禽类原料及制品的营养价值	(66)
第四节 鱼类及其他水产品的营养价值	(70)
第五节 蛋类及制品的营养价值	(72)
第六节 奶类及制品的营养价值	(75)
第七节 蔬菜和水果的营养价值	(77)
第八节 调味品的营养价值	(83)
第三章 合理烹饪	(89)

第一节	烹饪原料的选择和配伍·····	(89)
第二节	烹调方法的选择·····	(96)
第三节	进餐环境对人体营养素利用的影响·····	(103)
第四章	食品的污染 ·····	(108)
第一节	食品的微生物污染及腐败变质·····	(110)
第二节	N—亚硝基化合物与苯并[a]芘的污染 ···	(118)
第三节	食品添加剂·····	(118)
第四节	食品的其他污染·····	(123)
第五章	烹饪原料的卫生 ·····	(124)
第一节	畜类原料卫生·····	(125)
第二节	禽肉与蛋类原料卫生·····	(130)
第三节	水产类原料的卫生·····	(132)
第四节	粮豆类原料的卫生·····	(135)
第五节	蔬菜水果的卫生·····	(136)
第六节	调味品的卫生·····	(138)
第六章	烹饪工艺卫生 ·····	(140)
第一节	烹饪原料初加工卫生·····	(140)
第二节	烹调工艺的卫生·····	(141)
第七章	烹饪环境卫生 ·····	(148)
第一节	烹饪场地设置卫生·····	(149)
第二节	烹饪器具和食品容器的卫生·····	(151)
第三节	食物储存和销售的卫生要求·····	(154)
第四节	工作人员的卫生要求·····	(155)
第八章	食物中毒、肠道传染病、寄生虫病及预防 ·····	(157)
第一节	食物中毒及预防·····	(157)
第二节	肠道传染病及预防·····	(168)
第三节	经口感染的寄生虫病及预防·····	(173)

第九章 烹饪企业卫生监督管理	(177)
第一节 烹饪卫生的社会规范	(177)
第二节 食品卫生法规的内容	(179)
第三节 烹饪企业卫生管理制度的实施	(181)
附录一 推荐的每日膳食中营养素供给量	(183)
附录二 食品加工、销售、饮食企业卫生五四制	(188)
附录三 中华人民共和国食品卫生法	(189)

第二部分 烹饪原料

概 述	(203)
第一章 植物性原料(一)——粮食类	(205)
第一节 主粮	(206)
第二节 杂粮	(210)
第三节 粮食制品	(214)
第四节 粮食的贮存与保管	(218)
第二章 植物性原料(二)——蔬菜类	(220)
第一节 根菜类	(221)
第二节 茎菜类	(223)
第三节 叶菜类	(230)
第四节 花菜类	(236)
第五节 果菜类	(238)
第六节 菌藻类	(242)
第七节 蔬菜制品	(246)
第八节 蔬菜的贮存与保管	(248)
第三章 植物性原料(三)——果品类	(249)
第一节 鲜果类	(249)
第二节 干果类	(259)

第三节	蜜饯·····	(264)
第四节	果品的贮存与保管·····	(267)
第四章	动物性原料(一)——家畜类 ·····	(268)
第一节	家畜的种类·····	(269)
第二节	家畜肉制品·····	(275)
第三节	乳与乳制品·····	(281)
第四节	家畜类原料的贮存·····	(284)
第五章	动物性原料(二)——家禽类 ·····	(287)
第一节	家禽的种类·····	(287)
第二节	家禽肉制品·····	(290)
第三节	蛋与蛋制品·····	(292)
第四节	家禽类原料的贮存·····	(297)
第六章	动物性原料(三)——水产类 ·····	(300)
第一节	鱼类·····	(300)
第二节	虾、蟹类·····	(316)
第三节	软体动物类·····	(319)
第四节	水产制品·····	(324)
第五节	水产原料的贮存·····	(330)
第七章	调味原料 ·····	(332)
第一节	咸味调料·····	(332)
第二节	甜味调料·····	(335)
第三节	酸味调料·····	(337)
第四节	麻辣味调料·····	(338)
第五节	鲜味调料·····	(340)
第六节	香味调料·····	(342)
第八章	辅助原料 ·····	(346)
第一节	食用油脂·····	(346)

第二节	芡粉	(349)
-----	----	-------

第三部分 烹调工艺

第一章	概论	(353)
第一节	烹调工艺学的地位	(353)
第二节	烹调工艺的特点	(353)
第三节	烹与调	(354)
第四节	烹调工艺的体系	(355)
第五节	烹调工艺的发展过程	(357)
第二章	烹调基本要素	(360)
第一节	原料	(360)
第二节	器具	(363)
第三节	能源	(366)
第四节	加工技术	(369)
第五节	一般术语	(370)
第三章	烹调基本原则	(377)
第一节	厨房布局原则	(377)
第二节	烹调加工原则	(380)
第三节	原料合理采购及贮存	(383)
第四章	原料的选择	(385)
第一节	原料选择因素	(385)
第二节	原料选择标准	(388)
第三节	选择方法	(390)
第五章	原料处理	(392)
第一节	目的与要求	(392)
第二节	植物原料的处理	(394)
第三节	水产品的处理	(396)

第四节	禽类的处理	·····	(400)
第五节	畜类的处理	·····	(404)
第六节	干货原料的处理	·····	(405)
第六章	烹调前的准备	·····	(416)
第一节	原料切割	·····	(416)
第二节	配菜	·····	(421)
第三节	制馅、制缔	·····	(427)
第四节	挂糊、上浆	·····	(431)
第五节	芡汁	·····	(435)
第六节	制汤	·····	(437)
第七节	炉台组织	·····	(442)
第七章	烹制	·····	(446)
第一节	烹制的基本概念	·····	(446)
第二节	烹调的种类	·····	(448)
第八章	调味	·····	(461)
第一节	调味的基础知识	·····	(461)
第二节	调味的方法	·····	(464)
第三节	味和调味品种类	·····	(465)
第九章	成菜	·····	(470)
第一节	一般工艺流程	·····	(470)
第二节	热菜制作	·····	(470)
第三节	冷菜制作	·····	(490)
第四节	装盘	·····	(500)
第五节	点缀	·····	(501)

第四部分 面点工艺

第一章	点心制作的基本特点	·····	(507)
------------	------------------	-------	-------

第一节	点心制作的基本特点	(507)
第二节	点心的色形香味质	(513)
第二章	点心房的设置及常用炊事机械	(525)
第一节	点心房的合理设置	(525)
第二节	点心房设置的要求	(526)
第三节	常用炊事机械	(528)
第三章	点心原料的鉴定和保管	(537)
第一节	点心原料的品质鉴定	(537)
第二节	原料的保管	(540)
第四章	点心原料的应用	(546)
第一节	米、面的营养成分	(546)
第二节	辅助原料在点心制作中的作用	(550)
第三节	其他原料在点心制作中的作用	(557)
第五章	点心制馅与熟制要领	(562)
第一节	馅料的剁切与加工要求	(562)
第二节	熟制标准和热的传递	(569)
第六章	面团调制基本原理	(574)
第一节	水调面团的原理和性质	(575)
第二节	发酵、膨松面团的基本原理	(578)
第三节	油酥面团的性质和调制原理	(587)
第四节	米粉面团的性质和特点	(592)
第七章	花式点心制作简介	(597)
第一节	水面、酵面点心的制作	(597)
第二节	油酥点心的制作	(602)
第三节	米粉及其他点心制作	(607)

第五部分 厨房管理

第一章 厨房人事管理	(617)
第一节 组织结构与人员配备.....	(617)
第二节 厨房管理的基本制度与职能.....	(619)
第三节 厨房班组及工作人员职责.....	(621)
第四节 厨房工作人员的培训.....	(626)
第五节 劳动报酬、奖惩及其他.....	(628)
第二章 厨房布局设计与器具、设备管理	(633)
第一节 厨房总体布局.....	(633)
第二节 厨房室内设计.....	(636)
第三节 厨房器具与设备配备.....	(639)
第四节 厨房一般器具与设备使用.....	(641)
第五节 厨房器具与设备管理.....	(657)
第三章 厨房原材料管理	(660)
第一节 原材料管理的要求.....	(660)
第二节 原材料的采购.....	(661)
第三节 原材料的验收.....	(665)
第四节 原材料的保管.....	(670)
第五节 原材料的领用.....	(674)
第六节 原材料的盘点.....	(675)
第七节 原材料的核算.....	(677)
第四章 厨房中的经营管理	(679)
第一节 生产加工的流程与管理.....	(679)
第二节 厨房中的质量管理.....	(686)
第三节 成本核算与成本管理.....	(689)
第四节 价格核算与价格管理.....	(709)

第五章 厨房中的卫生安全管理	(718)
第一节 厨房中的卫生管理	(718)
第二节 厨房中的安全管理	(722)
附 录 餐饮业食品卫生管理办法	(726)
《中华人民共和国职业技能标准》中关于中级厨师 的技能标准	(732)
《中华人民共和国职业技能鉴定规范》中关于中级 厨师技能鉴定规范摘录	(735)

第一部分

烹饪营养卫生

彭 景 编著
