

XIANDAI ZHONGSHI KUAICAN ZHIZUO

现代中式快餐制作

肖崇俊 编著



 中国轻工业出版社

现代中式快餐制作

肖崇俊 编著



中国轻工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

现代中式快餐制作/肖崇俊编著. —北京: 中国轻工业出版社, 2006. 1

ISBN 7-5019-5200-0

I. 现... II. 肖... III. 预制食品-中国
IV. TS972. 152

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 144290 号

责任编辑:白洁	责任终审:孟寿萱	封面设计:刘鹏
版式设计:马金路	责任校对:郎静瀛	责任监印:胡兵

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

印刷:北京工大印刷厂

经销:各地新华书店

版次:2006年1月第1版第1次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:7

字数:180千字

书号:ISBN 7-5019-5200-0/TS·3017 定价:14.00元

读者服务部邮购热线电话:010-65241695 85111729 传真:85111730

发行电话:010-85119817 65128898 传真:85113293

网址:<http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

30629K1X101ZBW

前 言

本人自拙著《现代西式快餐制作》一书问世后（中国轻工业出版社出版），便一直关注着中式快餐的发展，开始从解读西式快餐的成功秘诀转向对中式快餐发展的探索，因此可以将本书看作是《现代西式快餐制作》的姊妹篇。

中式快餐的发展经历了一段不平坦的道路，已经从感性的认识走向理性的思索。值得欣慰的是，一批中式快餐品牌企业脱颖而出，并得到市场和消费者的认可，反映了中国快餐人的执著与智慧，也标志着中式快餐的发展进入了一个崭新的阶段。

创建具有民族特色的中式快餐，特别是现代中式快餐，是一次前所未有的现代餐饮工程，不仅需要借鉴现代西式快餐的成功经验，而且也需要融合中国饮食文化的特色，在两者之间找到一个最佳的结合平台，固守传统或盲目模仿都是不可取的。中式快餐植根于民族餐饮的土壤，更加贴近中国老百姓的饮食习惯，因此具有很大的发展前景；同时由于它多元化的经营模式，又拥有十分广阔的发展空间。

对中式快餐发展的探索，是一次洋为中用的实践，而且只有进行中西融合的创新，才能达到更高的境界。本书也是作者多年来对快餐教学、科研、行业调研并不断思索的总结，试图从中式快餐生产技术的角度，提供一些新的思路，如果能起到抛砖引玉的作用，对快餐研究者、从业者有一定的参考价值，作者也就心

满意足了。

在本书撰写过程中，中式快餐品牌企业——深圳面点王饮食连锁有限公司积极支持并参与了“中式快餐生产的标准化控制”等课题的合作研究，四川烹饪高等专科学校吕懋国教授、龙青蓉教授、熊敏副教授为本书提供了相关资料，在此一并表示感谢。

编者

E-mail: enteacher@sohu.com

目 录

第一章 快餐和现代快餐

——首先是理念的转变

一、什么是快餐	(1)
(一) 快餐的概念	(1)
(二) 快餐的分类	(2)
二、现代快餐	(3)
(一) 现代快餐发展简史	(3)
(二) 现代快餐的基本特征	(4)
(三) 现代快餐与传统餐饮的比较	(5)
三、堂食连锁快餐的运作体系	(7)
(一) 运作流程	(7)
(二) 部门职能	(8)
四、送餐连锁快餐的运作体系	(10)
(一) 运作流程	(10)
(二) 部门职能	(10)

第二章 现代快餐生产技术

——按工业化方式制作快餐

一、快餐生产的操作规程与质量标准	(12)
(一) 操作规程的制定	(12)

(二) 质量标准	(14)
(三) 原料与产品的感官检验	(17)
二、快餐食品加工与设备选用	(18)
(一) 原料初加工与设备	(18)
(二) 冷加工与设备	(20)
(三) 热加工与设备	(25)
(四) 面点加工与设备	(28)
(五) 包装设备	(29)
三、快餐生产的调味技术	(30)
(一) 食品风味的基本理论	(30)
(二) 传统餐饮调味	(34)
(三) 现代快餐调味	(34)
(四) 复合调味料及其在快餐中的应用	(36)

第三章 快餐的营养与卫生

——从另一个层面提升快餐

一、快餐的营养	(39)
(一) 西式快餐与中式快餐的营养比较	(39)
(二) 快餐营养基础	(41)
(三) 快餐的科学营养配餐	(51)
(四) 绿色快餐	(60)
二、快餐的卫生	(61)
(一) 食品安全卫生	(61)
(二) 餐饮业卫生操作规范要点	(63)
(三) HACCP 的原理及在餐饮快餐中的应用	(66)

第四章 中式快餐发展探索

——中式快餐在探索中前行

一、中式快餐发展概况	(72)
------------------	------

二、中式快餐发展的适度原则	(73)
(一) 提出适度的理由	(73)
(二) 适度工业化、标准化	(75)
(三) 适度快速快餐服务系统	(76)
(四) 适度菜品多样化	(77)
(五) 适度连锁经营	(77)
三、中式快餐生产的标准化控制	(79)
(一) 快餐标准化的意义和内容	(80)
(二) 中式快餐生产标准化控制技术方案	(80)
(三) 标准化控制实例	(83)
四、中式快餐产品开发	(86)
(一) 产品开发的意义和内容	(86)
(二) 快餐菜品的来源与选型	(87)
(三) 中式菜品的快餐技术转化	(88)
(四) 中式快餐菜品创新开发模式	(89)
(五) 中式快餐菜品开发程序	(92)
(六) 中式快餐菜品开发部门及人员	(93)
五、中式快餐发展的多元化模式	(94)
(一) 菜品的多样化与个性化	(94)
(二) 多种经营模式与经营方式	(94)

第五章 中式快餐菜品生产解析

——全新演绎中式快餐菜品制作

一、粥饭类	(101)
(一) 煲粥	(102)
(二) 花色饭(煲仔饭、焖饭)	(103)
(三) 炒饭	(104)
(四) 盖饭(快餐饭)	(105)
二、面点类	(106)

(一) 面条 (汤面)	(107)
(二) 馒头	(108)
(三) 包馅类面点	(109)
(四) 糕饼类	(112)
三、菜肴类	(114)
(一) 烹饪方法的简化与组合	(115)
(二) 菜肴制作举例	(116)
四、汤品类	(123)
(一) 煲汤	(124)
(二) 蒸 (炖) 汤	(125)
(三) 煮汤	(126)
(四) 汤粉制汤	(127)
 附 录	 (128)
附录一 中华人民共和国食品卫生法	(128)
附录二 食物成分表	(140)
附录三 中国居民膳食营养素参考摄入量表	(172)
附录四 餐饮业和集体用餐配送单位卫生规范	(179)
 主要参考文献	 (213)

第一章 快餐和现代快餐

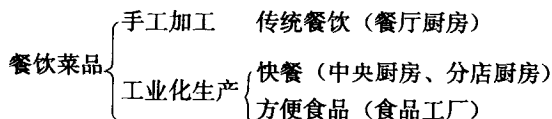
——首先是理念的转变

一、什么是快餐

(一) 快餐的概念

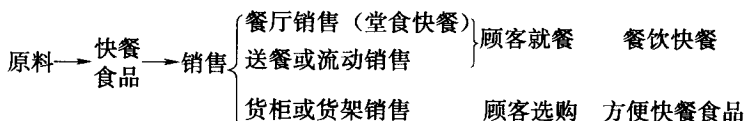
快餐虽说已为世人所耳熟能详，但迄今对其仍未有统一和确切的概念。对快餐的界定有好几种说法，值得推崇的有著名物理学家钱学森较早提出的：快餐是厨房的工业化。他简洁而形象地表述了快餐的本质，以及快餐和传统餐饮的区别。有的专家还提出：快餐是薄利多销的餐饮形式。目前国内外比较认同的概念是以快餐的快为中心，认为快餐是一类制售快捷、食用简便的大众餐饮形式。在全国快餐发展纲要中对此概念亦作了一定的诠释。

快餐食品源于传统的餐饮菜品。餐饮菜品的制作有不同的加工方式，即现代工业化加工方式和传统手工加工方式。传统餐饮主要是按手工方式制作的；快餐和方便食品则主要是按工业化方式制作的，而后的工业化程度更高，一般由食品工厂生产。餐饮菜品的生产方式如下所示。



快餐食品经从原料加工为成品后，其终端销售形式可有多种，如餐厅销售（快餐饮食店），即顾客在餐厅享用快餐；亦可以送餐或流动的方式销售给顾客（如盒饭等）；也可以包装化的方式在商店柜台中或超市货架上出售。前两者又属于餐饮形式的

快餐，其菜品直接传递到顾客手中，由顾客及时食用；而后者属于方便快餐食品，其产品不直接传递到顾客手中，顾客在商场选购该类产品，方便快餐食品一般有较长的保存期，且食用前多要经过简单的加热处理，如快餐方便盒饭、方便粥、方便面等。快餐食品的终端销售形式如下：



目前国内的餐饮快餐主要包括堂食快餐（前店后厨）以及送餐快餐两大类型。堂食快餐菜品的生产（后厨）与消费（前堂）在同一场所（快餐店）；而送餐快餐菜品的生产与消费在不同场所，由加工点生产的菜品需要投送到顾客个人或团体的就餐地点。

近年来出现的团膳快餐，广义上可以看作是为团体提供餐饮快餐的总称，包括为固定团体送餐及快餐公司对单位食堂托管，后者是团膳所指的主要形式。

中式餐饮快餐是本书涉及的主要内容。

（二）快餐的分类

就快餐向顾客供餐的“快捷”而言，目前尚无统一的时间标准。如将“快捷”作为一个相对的概念，可使快餐对行业的涵盖更加宽泛，同时可对世界范围内的快餐作适当分类（见表 1-1）。广义而言，快餐按工业化程度和科技含量可分为传统快餐（如各国的民族风味小吃）和现代快餐（主要以麦当劳、肯德基炸鸡、汉堡为代表的西式快餐），按经营形式和经营规模可分为单店快餐和连锁快餐，按菜品地域风格目前国内可分为西式快餐和中式快餐两大类，如按具体地域（或国家）命名还可称为美式快餐、意式快餐、墨西哥快餐、印式快餐等。一般传统快餐采取单店经营的方式；而像麦当劳、肯德基炸鸡这样的现代西式快餐都采取连锁经营的方式，比单店经营具有更大的优势和经济效益，

因而连锁经营的现代快餐无疑是我国快餐业发展的主要方向。

表 1-1 快餐的分类

分 类 方 法	类 型
工业化程度	现代快餐
	传统快餐
经营规模	连锁快餐
	单店快餐
地域风格	西式快餐
	中式快餐

二、现 代 快 餐

(一) 现代快餐发展简史

麦当劳、肯德基炸鸡、汉堡是西式快餐中的佼佼者，作为蜚声全球的国际知名品牌，已成为现代快餐的杰出典范。

现代西式快餐不仅是美国社会经济发展的产物，而且是西方现代食品科技同西式传统餐饮融合的结晶。

现代西式快餐产生于 20 世纪 50 年代的美国。由于第二次世界大战后美国经济的复苏，推动了餐饮业的发展。为了适应工作和生活节奏的加快，以及人们饮食观念与需求的改变，一种全新的餐饮形式——现代快餐在美国餐饮业中崭露头角，很快又以发展分店、连锁经营的形式迅速推广并占领餐饮市场。20 世纪 60 年代是美国快餐业高速发展的时期。20 世纪 60 年代末与 70 年代初，快餐在美国国内发展到了顶峰。在美国国内市场竞争激烈且基本饱和的情况下，现代西式快餐开始转向海外市场拓展，并逐渐风靡全球。20 世纪 80 年代末期，现代西式快餐纷纷进军中国市场，并取得了骄人的业绩。现代西式快餐的海外拓展无疑对推动全球快餐业的发展特别是民族快餐业的兴起起到了积极的作用。

(二) 现代快餐的基本特征

现代西式快餐虽然脱胎于传统西式餐饮，但现代科技与工业化赋予了它新的运作形式，经过半个多世纪的发展已积累了一套相当成功的经验。西式快餐所具有的现代快餐的基本特征可归纳为：生产工业化、服务规范化、管理科学化和经营连锁化。

1. 生产工业化

生产工业化即厨房工业化，是现代快餐在生产环节即菜品制作方面所具有的特征，也是现代快餐最本质的特征。工业化生产的特点主要体现在以下几方面：

① 机械化程度高，即多数工序或主要工序使用机器设备。采用机器设备是现代快餐制作的基础，它不仅能降低劳动强度、提高工效、保证供餐快捷，而且能有效地控制菜品质量，使其达到稳定和统一。

② 每一种菜品从原料到成品的制作过程均遵循一定的工艺流程，即采取流水作业的加工方式。组成工艺流程的每一工序（单元操作）是岗位职能和质量控制的基础。

③ 生产标准化，即原料、半成品和成品均有明确的质量标准；同时通过生产过程的标准化控制（操作规程），以确保达到上述质量标准。

2. 服务规范化

服务规范化包括供餐快捷、服务操作规范以及异常清洁的就餐环境，这是现代快餐在销售环节所表现出的外在特征。

供餐快捷无疑是快餐最显著的特征，即顾客进店就餐无需久候。目前，有的现代西式快餐还对快捷的时间进行了量化，即制定了供餐快捷的时间标准，如规定顾客从到达柜台至被接待点餐的时间不超过 1 分钟，而顾客点餐至拿到食物的时间不超过 30 秒。

现代快餐之所以能实现供餐服务的快捷，其原因主要有以下几方面：

① 生产快捷是销售快捷的基础，是实现销售快捷的根本保

障。生产快捷是由于菜品制作工艺简捷；使用设备提高了工效；分店只从半成品加工为成品，大大缩短了生产周期。

② 柜台销售是现代快餐采用的基本销售服务方式，较之于传统餐饮的上桌服务更为快捷。柜台不仅兼有接待点餐、收银、配餐供餐多种功能，而且菜品陈列于展示柜中，顾客点餐时可随点随取。

③ 现代快餐实行的有限菜品系列比传统餐饮复杂得多的菜品系列更容易做到制售快捷。

④ 其它原因还有收银机的使用以及菜品的一次性包装化等。

服务操作规范是指对接待顾客的程序和语言有明确的要求。

为顾客提供异常清洁的就餐环境是现代快餐服务规范化的重要内容，且已成为一些世界著名西式快餐与众不同的特色。它们将清洁卫生（包括食品和环境）视为至高无上的追求目标，已超出一般餐饮店对清洁卫生的要求，在这方面有非常严格和详尽的规章制度。

3. 管理科学化

以世界著名西式快餐为代表的现代快餐建立了一整套科学的管理体系，包括总部督导管理、分店营运管理、中央厨房生产管理和配送中心物流管理。以先进的技术和科学的管理为支撑是现代西式快餐成功的重要原因。

4. 经营连锁化

连锁经营是现代快餐采用的经营方式。它是由总部、中央厨房、配送中心和多家分店组成的联合体形式，通过统一控制和规模经营，降低成本费用，实现规模经济效益。

（三）现代快餐与传统餐饮的比较

现代快餐与传统餐饮在运作上有着本质区别。从经营传统餐饮到经营现代快餐，首先要从观念上更新。下面通过现代快餐与传统餐饮在菜品制作和销售服务方面的比较，会进一步加深我们对现代快餐的认识。

1. 菜品制作（现代快餐与传统餐饮菜品制作的比较见表1-2）

表 1-2 现代快餐与传统餐饮菜品制作的比较

项 目	传 统 餐 饮	现 代 快 餐
操作工技术级别	主厨制 有技术等级	非主厨制 无技术等级
机械化、标准化	传统手工加工多 随意性制作	机械化程度高 按标准制作
人为因素影响	很大程度上取决于 经验等人为因素	最大限度减少人为因素
菜品质量	不稳定、不统一	稳定、统一

(1) 传统餐饮

传统餐饮实行主厨制，手工作业多，工业化、标准化程度低。操作者有技能高低（厨师等级）之分。菜品质量在很大程度上取决于厨师的技艺水平和经验，因而受到人为因素的制约。其弊病在于有可能出现下列情况：

① 在同一店堂中，同一菜品如由不同厨师掌勺，菜品质量不同，即使由同一人操作，菜品质量也可能由于心理或生理状态的影响而有所不同。

② 技艺传授靠师父带徒弟的方式，徒弟往往不可能完全学到师傅的经验和技艺，因而可能会产生一代不如一代甚至技艺失传的情况。

③ 由于缺乏严格的产品操作规程与质量标准，菜品质量不稳定，往往餐厅开业时质量较好，以后便逐渐下降。

(2) 现代快餐

现代快餐实行非主厨制，工业化、标准化程度较高。操作者无技能高低之分，仅有熟练程度不同，因通过机器设备及严格的操作规程与质量标准来控制产品质量，将人为因素减少到最低限度，所以无论谁来操作，无论在哪一个分店制作，生产出来的菜品质量都基本相同，从而使菜品质量始终保持统一和稳定。

2. 销售服务（现代快餐与传统餐饮菜品销售服务的比较见表 1-3）

表 1-3 现代快餐与传统餐饮菜品销售服务的比较

项 目	传 统 餐 饮	现 代 快 餐
服务方式	上桌服务为主	柜台服务为主
服务环节 (点餐、送餐、收银)	分离	统一 (柜台兼有)
顾客个体需求信息与 厨房加工	一致 点什么, 做什么	无关 厨房加工仅保证柜台送餐

(1) 服务方式

① 传统餐饮：点餐、送餐与收银环节一般分开，且主要采用上桌服务方式，即由服务员为顾客送餐上桌。

② 现代快餐：以柜台服务与半自助服务相结合为主，柜台服务兼有接待、点餐、收银及送餐多种功能。半自助服务无送餐上桌服务员，即由顾客在柜台点餐和取餐后自我服务上桌就餐。

(2) 服务程序

① 传统餐饮：顾客个体需求信息（即点餐）与厨房加工是一致的。顾客需求信息由服务员传递至厨房，厨房再按顾客的需要制作，即顾客点什么，厨房做什么，然后由服务员将菜品送至该顾客就餐的餐桌上。

② 现代快餐：顾客点餐的需求信息与厨房加工是分离的。厨房并不直接按顾客的点餐来进行菜品加工，即每一位顾客的需求信息并不传递到厨房，而是直接由柜台迅速将菜品提供给点餐的顾客。厨房加工部门的职责在于为柜台提供足够的菜品，以保证菜品的快捷供应。

三、堂食连锁快餐的运作体系

(一) 运作流程

堂食连锁快餐的运作流程见图 1-1。

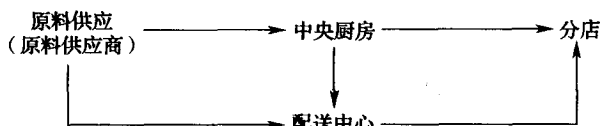


图 1-1 堂食连锁快餐的运作流程

(二) 部门职能

1. 原料供应

由原料供应商提供菜品生产所需的原料、半成品乃至各种器材、设备。原料供应商的形式有：种植场或饲养场业主，经销原材料与设备的批发商或代理商，生产厂或制造厂商等。

对于大型快餐连锁集团，原材料与设备供应单位可以是公司的下属部门，亦可由快餐公司与其它公司合资经营。

选择相对固定的原料供应商统一供货，一方面可以通过批量进货降低原料成本，另一方面可以更好地控制原料质量，为达到最终的成品质量奠定基础。

2. 中央厨房

中央厨房（中心加工厂）相当于一个食品加工厂，具有较高的机械化程度，并采用流水作业方式，将原料加工为半成品，送往配送中心或直接送至分店。

例如：

原料——→丝、片、条、块等

肉类——→肉饼、肉馅等

调料——→调味汁、调味粉等

面粉等——→生饺、饼坯、熟包等

某些腌制品、卤制品亦可以在中央厨房制作。

由中央厨房进行统一、批量的加工方式，不仅通过对半成品质量的控制，以确保成品质量的统一和稳定，而且可以减小分店厨房加工面积，加快成品生产速度，为分店菜品的制售快捷创造