

# 滬江高中 第三屆 滬廚盃

## 「2022 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」實施計畫

### 壹、競賽宗旨

為推廣文山區在地食材，茶的美味及促進親子同樂的精神，特舉辦親子廚藝養生料理大賽，邀請對於各界喜歡烹飪的朋友們來大展身手，運用各種的料理技巧，來煮出美味料理。

### 貳、辦理單位

主辦單位：臺北市私立滬江高級中學 餐飲管理科

協辦單位：宏國德霖科技大學餐旅管理系、東南科技大學餐旅管理系  
台北城市科技大學餐飲管理系、啟英文化事業有限公司  
文野出版社有限公司、全華圖書股份有限公司

### 參、比賽對象

親子組隊報名(小朋友限國中生)，單一學校報名隊伍數不得超過2隊，若報名期限過後尚未額滿，則不在此限。

### 肆、比賽時間

1. 報到時間：8:30-9:00 於中正堂報到。
2. 比賽時間：111年3月5日(六)上午9:00-12:00

### 伍、比賽地點

臺北市私立滬江高級中學餐飲教室(中餐技能檢定評鑑合格考場)  
地址：臺北市文山區羅斯福路六段336號

### 陸、報名方式及日期

1. 即日起至111年2月25日(五)下午17:00止，共12組，以報名先後順序錄取。
2. 聯絡人：

巫佳靜(餐飲科主任) 電話：02-86631122#305

王慧媚(餐飲科助教) 電話：02-86631122#291

3. 錄取名單及順序：於111年3月1日(星期二)於本校餐飲科網頁公告

4. 採線上報名，報名網址：<https://forms.gle/6nmYoQLxTsM64mPF8>



餐飲科網頁



線上報名

## 柒、經費預估

### 2022 第三屆滬廚盃親子料理大賽預算概估

編號	項目名稱	數量	單價	金額	經費來源	備註
1	比賽獎金	1	第一名 \$5,000*1 名 第二名 \$3,000*1 名 第三名 \$2,000*1 名 最佳親子互動獎 \$1,000*3 名 最佳創意獎 3 名 最佳精神獎 3 名	13,000	尋求贊助	
2	材料費補助	24	500	6,000	科內 生鮮材料費 支應	補助每組 500 元材料費
3	共用材料	1	2,000	1,000		文山包種茶、調味料
4	餐費	14	80	1,120		評審、服務人員
5	影印費	1				參賽證明及獎狀，總務處文書組協助印製
6	海報	100	20	2,000		A1
	總計			23,120		

## 捌、比賽說明

- 比賽時間：90 分鐘。
- 製作二道養生料理，以「雞肉」、「菇類」為兩道主材料，並皆須以「茶」入菜呈現。  
每道製作共六人份：二盤 1 人份予評審品評，一盤 4 人份為菜餚展示用。
- 佈置的展台（90cm×90cm）。
- 評分標準：創意性 30%、口味 30%、衛生 30%、展台佈置 10%。  
評審應依評分內容與標準給予成品評分、並應詳列扣分原因。
- 獎勵方式：  
第一名 頒發獎金 5,000 元，獎狀乙幀。  
第二名 頒發獎金 3,000 元，獎狀乙幀。  
第三名 頒發獎金 2,000 元，獎狀乙幀。  
最佳親子互動獎：3 組，頒發獎金 1,000 元，獎狀乙幀。  
最佳創意獎：3 組，頒發獎狀乙幀。  
最佳精神獎：3 組，頒發獎狀乙幀。  
參賽隊伍頒發參賽證明，以謝支持與鼓勵。
- 主辦單位提供文山包種茶 50g 及基本調味料，比賽食材需由比賽選手自行準備（不可攜帶半成品），主辦單位提供各組 500 元材料費補助，並於競賽當日發放。
- 主辦單位提供調味料及器具如下：

### 競賽提供調味料

鹽	糖	白胡椒粉	黑胡椒粉	醬油	醬油膏
沙拉油	香油	麻油	米酒	白醋	烏醋
太白粉	麵粉	地瓜粉	泡打粉	番茄醬	咖哩粉

### 競賽場地提供器具(依中餐丙級檢定標準器具及設備規範)

瓷器	1 組	中式爐具	1 組	炒菜鍋(附蓋 1 個)	2 個	湯鍋(附蓋)	1 組
蒸籠鍋(約 43cm)	1 組	漏盆	1 個	不鏽鋼盆	2 個	馬口碗	8 個
不鏽鋼配菜盤	6 個	量匙組	1 組	量杯	1 個	削皮刀	1 支
砧板(生食)	1 個	砧板(熟食)	1 個	桿麵棍	1 支	廚房用剪刀	1 支
不鏽鋼筷子	1 雙	油炸長竹筷	1 雙	不鏽鋼湯匙	3 支	篩網	1 個
直型打蛋器	1 支	漏杓	1 支	鍋鏟	1 支	大炒杓	1 支
洗碗精	1 瓶	菜瓜布	1 片	抹布	二條		

### 玖、注意事項

1. 參賽選手需自備競賽所需之個人刀具與工具。
2. 禁止穿拖鞋，禁止穿拖鞋，競賽時穿著主辦單位提供之圍裙、帽子以符合衛生標準穿著。
3. 參賽者不可攜帶半成品或已前處理之食材。
4. 參賽者不可攜帶已事先調製好之調味料。
5. 餐盤餐具：選手可自行準備比賽菜餚裝盤所需之餐盤器皿（包括評審品評及菜餚展示的餐盤）或可使用現場提供的餐盤。展示桌面佈置物品請選手自行準備。
6. 活動過程將開放媒體採訪，但以不妨礙參賽者為原則；主辦單位基於宣傳推廣之需要使用其肖像，其著作版權屬於主辦單位所有，參賽者不得異議；主辦單位擁有得獎作品之研究、攝影、宣傳、網頁製作、展覽、商品開發、出版以及出版品販售等權利。
7. 評分重點，以發揮雞肉、豆腐及茶，食材之美味，為評分之核心精神，務必注意。
8. 以上注意事項請參賽者務必遵守，倘若有違規或導致活動無法順利進行之事宜發生，主辦單位將視情況取消其參賽資格；本規章如有未盡事宜，得以隨時補充修正，並於活動當日或比賽前統一說明。

第三屆 滬廚盃  
「2022 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」

比賽流程表

111 年 3 月 5 日(六)

活動時間	活動內容	地點
08：30-09：00	選手報到	中正堂 2 樓
09：00-09：20	長官致詞	中正堂 2 樓
09：20-09：40	選手移動至比賽場地/ 注意事項說明	品評室 實習教室天 102
09：40-11：10	比賽	實習教室天 102
11：10-11：40	評審評分/ 選手場地清潔、參觀校園	實習教室天 102
11：40-12：00	公佈成績及頒獎	嵩慶樓 2 樓會議室

**第三屆 滬廚盃**  
**「2022 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」**  
**參賽同意授權書**

參賽者同意授權內容：

- 一、參賽者應尊重所有評審委員之評判結果，對評審內容不得有異議。
- 二、所有參賽者作品之智慧財產權、著作權以及專利所有權等，同意授與本主辦單位優先所有權。
- 三、主辦單位對於所有參賽者作品保有公開發表使用、重製以及保有修改之權利。
- 四、所有參賽者作品以及相關文件資料恕不另退還。
- 五、所有參賽作品請勿抄襲或已於相關公開場合之活動發表，若日後經查明立書人等之相關作品確實抄襲或一稿多投時，立書人等將喪失參賽與得獎資格，不得異議。
- 六、本次競賽大會主辦單位保有終有最終評判權與解釋權，參賽選手不得異議。

此致

臺北市私立滬江高級中學—「2022 親子廚藝大賽 養生料理達人對決」競賽

親筆簽名及蓋章：

中 華 民 國 1 1 1 年 3 月 5 日

備註：本授權書請親簽，並於報到時繳交。