

# 臺北市 109 學年度國民中學技藝教育課程技藝競賽

## 餐旅職群中餐職種實施計畫

### 壹、依據

臺北市 109 學年度國民中學技藝教育課程技藝競賽實施計畫辦理。

### 貳、目的

- 一、加強學生學習動機與興趣，增進學習成效及提昇技能水準。
- 二、藉由國中技藝教育課程技藝競賽活動，相互觀摩、分享教學經驗，提昇教學品質。
- 三、競賽成績優異學生，依技藝技能優良學生甄審入學高級中等學校專業群科，擴大學生進路發展管道，吸引更多具實作性向的國中學生參與。

### 參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部
- 二、主辦單位：臺北市政府教育局(簡稱教育局)
- 三、承辦單位：臺北市立松山高級工農職業學校(簡稱松山工農)
- 四、協辦單位：臺北市私立滬江高級中學 (簡稱滬江高中)

### 肆、競賽職群職種

餐旅職群中餐職種。

### 伍、報名對象

- 一、凡選讀 109 學年度該職群合作式技藝教育課程或技藝教育專班之國中九年級學生得報名參加，由辦理技藝教育課程之高中職校自行辦理初賽後，擇優選拔選手推薦參賽。
- 二、第 1、2 學期選讀不同職群，且皆被推薦為參賽選手者，由選手擇一職群參賽。

### 陸、報名日期

- 一、第 1 學期參賽選手推薦報名日期：109 年 12 月 28 日(一)至 12 月 31 日(四)。
- 二、第 2 學期參賽選手推薦報名日期：110 年 03 月 16 日(二)至 03 月 19 日(五)。

### 柒、報名方式

- 一、由辦理技藝教育課程之高中職校，依推薦報名額度向承辦單位報名。
- 二、請協辦學校至【臺北市國中技藝競賽報名系統】  
(<http://192.192.135.61/bing/goweb2/include/index.php>)網站報名。
- 三、每生以報名一職群一主題為限，重複報名者取消參賽資格及獲獎獎項。

四、為避免出現重複報名之選手，請各協辦單位向選手就讀之國中再次確認。

#### 捌、競賽內容

一、競賽內容應含學、術科，學科部分佔 20%，內容以職群概論為主；術科部分佔 80%，依教育局公布職群課程架構表職群主題為主。

二、競賽試題：學、術科採題庫方式命題並公布於【臺北市國中技藝競賽】網站 (<http://cweb.saihs.edu.tw/web/skillcompetition/default.asp>)。

#### 玖、競賽日期

110 年 04 月 14 日(星期三)。

#### 拾、命題及監評委員

一、由滬江高中聘請學科及術科命題委員各 1 位，監評委員 5 位，並由松山工農彙整陳報教育局核備。

二、監評標準：由監評委員依實作狀況訂定之，並依參賽學生總成績之高低順序排定名次錄取。

#### 拾壹、錄取方式

得獎人數以該職群或主題參賽人數 30%為上限(小數點以下無條件進位)，其獎項分為第 1~6 名，各 1 名，共 6 名及佳作(若干名)；競賽人數未達 10 人者，主辦單位得視實際情況調整獎項額度。

#### 拾貳、成績公告相關事宜

一、競賽成績經教育局核定後，於 110 年 04 月 30 日(五)10:00 後，公告於臺北市國中技藝競賽網站。

二、選手如對成績有異議，請於公告當日下午 16:00 前由國中學校以書面傳真(Fax：2723-7995)向承辦單位提出，再委請該職群協辦單位處理，逾期不予受理。

#### 拾參、頒獎表揚

由松山工農統籌辦理。

#### 拾肆、獎勵

一、學生：參與競賽獲獎學生，由教育局頒發獎狀以資鼓勵，於獎狀內註記職群名稱及獲得名次。可輔導分發升讀高中職實用技能學程，或透過「技藝技能優良學生甄審入學高級中等學校專業群科」進入技術型高中或普通型高中附設職業類科就讀。

二、指導教師：凡學生榮獲第 1 名至第 6 名的指導教師(以報名單上之教師為準，每生指導老師至多 2 位)，由教育局頒發獎狀並敘嘉獎 1 次(以不重複為原則)，以資鼓勵。

## 拾伍、經費

教育部補助經費及教育局編列預算支應。

## 拾陸、參賽須知

### 一、競賽分學、術科

(一)學科題目由題庫中命題，選擇題 50 題，每題 2 分。學科佔總成績 20%。

(二)術科題目為京醬肉絲，共佔總成績 80%。

(三)學科測試時間：08:20~08:50。

(四)術科測試時間：

80 分鐘/梯次，參考競賽流程。

二、選手報到時間：07:30~08:00；報到地點：滬江高中川堂。

三、選手請於規定時間報到，競賽開始時間逾 10 分鐘仍未到場者，取消參賽資格。

四、競賽當日流程詳如附件。

五、參賽學生請攜帶學生證備查。

## 拾柒、競賽規則

一、參加競賽學生請穿著各國中校服。

二、參加術科考試時須穿著由滬江高中提供之圍裙及紙帽，且不得配戴任何飾品、頭髮需綁紮放入帽中。

三、選手可依個人需求攜帶環保餐具(湯匙、筷子一副)，其餘競賽需使用之工具、材料，由滬江高中統籌準備，競賽學生不得攜入。

四、選手於術科競賽之中，如因故須離開試場時，須經評審委員核准，並派人員陪同，始可離開，但時間不得超過 10 分鐘，時間不能折計；並請於競賽時間截止前完成成品擺設及清潔打掃。

五、競賽期間參加競賽學生，如有下列情形者，依照規定予以扣分：

(一)傳遞、夾帶、窺視他人操作或與他人談話者，均分別扣總成績 20 分。

(二)未經監評委員許可，擅自離開或變動作業位置者，分別扣總成績 20 分。

(三)行動電話、呼叫器等通訊器材必須關機且須放置於教室前後方，不得隨身攜帶，若經監評人員發現，則扣該科分數 10 分。

(四)其它情事，經監評委員共同認定者，應予扣分。

(五)違反考場規則情節重大者，經監評委員認定，得令其出場，取消競賽資格。

六、競賽時間截止，即停止作業，否則不予計分。試題及競賽場地供應之工具、物品與材料等，均不得攜出場外。

拾捌、命題規範

項目	命題範圍	測驗題型	測驗時間	成績比例	備註
學科	公告命題題庫 (選擇題 150 題)	選擇 50 題	30 分鐘	20%	由公告題庫 範圍命題 選項及數字得修改 (使用 2B 鉛筆劃 卡作答)
術科	京醬肉絲	實作	80 分鐘	80%	1.食物未熟以 0 分 計算成績 2.青蔥以飲用水滅 菌處理

拾玖、本計畫奉教育局核定後實施。

附件

### 餐旅職群中餐職種競賽當日流程

時間		項目	備註	地點
07:30-08:00	30 分鐘	報到 領取圍裙、紙帽	※請攜帶學生 證備查	川堂
08:00-08:20	20 分鐘	學術科試場說明		中正堂 2 樓
08:20-08:50	30 分鐘	學科測驗	※(電腦閱卷、 攜帶 2B 鉛 筆、橡皮擦)	中正堂 2 樓
09:00-10:20	80 分鐘	第一梯次選手 術科測驗	01-12	天文堂 101
09:00-10:20	80 分鐘	第一梯次選手 術科測驗	13-24	天文堂 102
10:30-11:50	80 分鐘	第二梯次選手 術科測驗	25-36	天文堂 101
10:30-11:50	80 分鐘	第二梯次選手 術科測驗	37-48	天文堂 102
11:00-11:50	50 分鐘	午餐時間 (第三梯選手)		中正堂 2 樓
12:00-12:50	50 分鐘	午餐時間 (第一、二梯選手)		中正堂 2 樓
12:00-13:20	80 分鐘	第三梯次選手 術科測驗	49-60	天文堂 101
12:00-13:20	80 分鐘	第三梯次選手 術科測驗	61-72	天文堂 102
13 : 20	全部選手測試完畢／賦歸			

## 臺北市 109 學年度國中技藝競賽餐旅職群中餐職種學科題庫

選擇題共 150 題（由公告題庫範圍命題，選項及數字得修改）

- ( ) 1. 魚類買回來如隔夜後才要烹調，其保存方式是將魚鱗、內臟去除洗淨後 (A) 直接放於低溫的冷凍庫中 (B) 分別包裝放於冷凍庫中 (C) 分別包裝放於室溫陰涼處，且愈早使用愈好 (D) 分別包裝放於冷藏庫中
- ( ) 2. 量匙間的相互關係，何者不正確？ (A) 1 大匙為 15 毫升 (B) 1 小匙為 5 毫升 (C) 1 小匙相當於 1/3 大匙 (D) 1 大匙相當於 5 小匙
- ( ) 3. 鹽醃的水產品或肉類 (A) 不必冷藏 (B) 必須冷藏 (C) 必須冷凍 (D) 包裝好就好
- ( ) 4. 下列何者為一年四季中價格最平穩的食物？ (A) 西瓜 (B) 雞蛋 (C) 豆腐 (D) 虱目魚
- ( ) 5. 腐竹是用下列何種食材加工製成的？ (A) 綠豆 (B) 紅豆 (C) 黃豆 (D) 花豆
- ( ) 6. 對素食者而言，可用以取代肉類而獲得所需蛋白質的食物是 (A) 蔬菜類 (B) 主食類 (C) 黃豆及其製品 (D) 麵筋製品
- ( ) 7. 近營業結束時間客人才上門，應如何應對？ (A) 妨礙下班拒絕接受 (B) 營業結束後不再服務 (C) 勉強接受消極應付 (D) 告知營業時間後提供服務
- ( ) 8. 製作包子之麵粉宜選用下列何者？ (A) 低筋麵粉 (B) 中筋麵粉 (C) 高筋麵粉 (D) 澄粉
- ( ) 9. 油炸食物後應 (A) 將油倒回新油容器中 (B) 將油渣過濾掉，另倒在乾淨容器中 (C) 將殘渣留在油內以增加香味 (D) 將油倒棄於水槽內
- ( ) 10. 為使器具不容易藏污納垢，設計上何者不正確？ (A) 四面採直角設計 (B) 彎曲處呈圓弧型 (C) 與食物接觸面平滑 (D) 完整而無裂縫
- ( ) 11. 生鮮石斑魚最理想的烹調方法為下列何者？ (A) 油炸 (B) 煙燻 (C) 煎 (D) 清蒸
- ( ) 12. 生鮮原料蓄養場所可設置於 (A) 廚房內 (B) 污染區 (C) 準清潔區 (D) 與調理場所有效區隔
- ( ) 13. 對新鮮屋包裝的果汁，下列敘述何者正確？ (A) 必須保存在 7°C 以下的環境中 (B) 運送時不一定須使用冷藏保溫車 (C) 可保存在室溫中 (D) 需保存在冷凍庫中
- ( ) 14. 餐飲業實施 HACCP(食品安全管制系統)儲存管理，乾原料需放置於離地面 (A) 2 呎 (B) 4 呎 (C) 6 呎 (D) 8 呎，並且避免儲放在管線或冷藏設備下
- ( ) 15. 黏性最大的米為 (A) 蓬萊米 (B) 在來米 (C) 胚芽米 (D) 糯米
- ( ) 16. 1 公斤的食物賣 80 元，1 斤重應賣 (A) 108 元 (B) 64 元 (C) 56 元 (D) 48 元
- ( ) 17. 使用絞肉機時，不可直接用手推入，以防止絞入危險，須以 (A) 木棍 (B) 筷子 (C) 炒杓 (D) 湯匙 推入
- ( ) 18. 下列何種食物產量的多少與季節差異最少？ (A) 蔬菜類 (B) 水果類 (C) 肉類 (D) 海產魚類
- ( ) 19. 在烏腳病患區，其本身地理位置即含高百分比的 (A) 鉛 (B) 砷 (C) 鋁 (D) 汞
- ( ) 20. 調味乳應存放在 (A) 冷凍庫 (B) 冷藏庫 (C) 乾貨庫房 (D) 室溫 中
- ( ) 21. 選購罐頭食品應注意 (A) 封罐完整即好 (B) 凸罐者表示內容物多 (C) 封罐完整，並標示完全 (D) 歪罐者為佳
- ( ) 22. 廚師的味覺細胞被破壞，味覺反應遲鈍，烹調食物所用的調味料相對加重，下列何者因素影響最大？ (A) 抽煙 (B) 喝酒 (C) 嚼食檳榔 (D) 嚼口香糖
- ( ) 23. 甲貨 1 公斤 40 元，乙貨 1 台斤 30 元，則兩貨價格間的關係 (A) 甲貨比乙貨貴 (B) 甲貨比乙貨便宜 (C) 甲貨與乙貨價格相同 (D) 甲貨與乙貨無法比較
- ( ) 24. 肝臟含有豐富的 (A) 維生素 A (B) 維生素 B1 (C) 維生素 C (D) 維生素 E

- ( ) 25. 添加下列何種材料，可使蛋白打得更發？(A) 檸檬汁 (B) 沙拉油 (C) 蛋黃 (D) 鹽
- ( ) 26. 擔任技術士應有的精神態度，下列何者為非？(A) 高度職業道德與敬業精神 (B) 具有良好的品德與修養 (C) 態度謙恭能與人和睦相處，協調合作 (D) 高傲自以為是的行為
- ( ) 27. 儘量不以大容器而改以小容器貯存食物，以衛生觀點來看，其優點是 (A) 好拿 (B) 中心溫度易降低 (C) 節省成本 (D) 增加工作效率
- ( ) 28. 蛋儲藏一段時間後，品質會產生變化且 (A) 比重增加 (B) 氣室縮小 (C) 蛋黃圓而濃厚 (D) 蛋白粘度降低
- ( ) 29. 餐具洗淨後應 (A) 以毛巾擦乾 (B) 立即放入櫃內貯存 (C) 先讓其風乾，再放入櫃內貯存 (D) 以操作者方便的方法入櫃貯存
- ( ) 30. 洗豬腦時宜用 (A) 刮洗法 (B) 擦洗法 (C) 沖洗法 (D) 漂洗法
- ( ) 31. 廚師常以何種部位來辨別母蟹？(A) 螯 (B) 臍 (C) 蟹殼花紋 (D) 肥瘦
- ( ) 32. 早期廚師學廚藝的心路歷程非常辛苦，大部分是採 (A) 師徒制 (B) 自行學習 (C) 互動觀摩 (D) 烹飪補習 的方式
- ( ) 33. 肝臟比肉類容易煮熟是因 (A) 脂肪成份少 (B) 蛋白質成份少 (C) 醣份少 (D) 結締組織少 的關係
- ( ) 34. 市面上病死豬肉層出不窮，如何選擇新鮮的豬肉食材？(A) 灰白色 (B) 豬肉顏色呈淡紅色，富有光澤及彈性 (C) 暗而無光澤，無彈性 (D) 豬肉顏色呈深紅色，有微酸味
- ( ) 35. 菜名中有「發財」二字的菜，其所用材料通常會有 (A) 香菇 (B) 金針 (C) 蝦米 (D) 髮菜
- ( ) 36. 食物安全的供應溫度是指 (A) 5~60°C (B) 60°C 以上、7°C 以下 (C) 40~100°C (D) 100°C 以上、40°C 以下
- ( ) 37. 馬鈴薯的最適宜貯存溫度為 (A) 5~8°C (B) 10~15°C (C) 20~25°C (D) 30~35°C
- ( ) 38. 製造香腸、火腿時加硝的目的為 (A) 增加維生素含量 (B) 縮短醃製的時間 (C) 保持色澤及抑制細菌生長 (D) 使肉質軟嫩，縮短烹調的時間
- ( ) 39. 中性清潔劑其 PH 值是介於下列何者之間？(A) 3.0~5.0 (B) 4.0~6.0 (C) 6.0~8.0 (D) 7.0~10.0
- ( ) 40. 下列何種食物含膳食纖維最少？(A) 牛蒡 (B) 黑棗 (C) 燕麥 (D) 白飯
- ( ) 41. 下列哪種食物之儲存方法是正確的？(A) 將水果放於冰箱之冷凍層 (B) 將油脂放於火爐邊 (C) 將鮮奶置於室溫 (D) 將蔬菜放於冰箱之冷藏層
- ( ) 42. 下列刀工中何者為不正確？(A) 「粒」比「丁」小 (B) 「末」比「粒」小 (C) 「茸」比「末」細 (D) 「絲」比「條」粗
- ( ) 43. 廚房用的器具繁多五花八門，平常須如何維護、整理與管理？(A) 清洗、烘乾 (滴乾)、整理、分類、定位排放 (B) 清洗、擦乾、定位排放、分類、整理 (C) 分類、定位排放、清洗、烘乾、整理 (D) 清洗、烘乾 (滴乾)、整理、定位排放、分類
- ( ) 44. 主廚的工作責任是管理廚務，將食材物盡其用，為的是要達到下列哪個目的？(A) 創意 (B) 控制成本 (C) 消耗 (D) 研發新菜
- ( ) 45. 購買生鮮豬肉，正常溫體豬肉色澤較 (A) 鮮紅有彈性且蓋合格章 (B) 鮮紅有彈性但無蓋合格章 (C) 有蓋合格章即可 (D) 暗紅色無彈性但有蓋合格章

- ( ) 46. 以發酵方法製作泡菜，其酸味是來自於醃漬時的 (A) 碳酸菌 (B) 乳酸菌 (C) 酵母菌 (D) 酒釀
- ( ) 47. 廚師應有良好的休閒生活規劃，空班時間參加 (A) 打牌 (B) 社會公益活動 (C) 兼差 (D) 交際應酬 即為一很好的例子
- ( ) 48. 通常所稱之奶油(Butter)係由 (A) 牛肉中抽出之油 (B) 牛肉中之肥肉部分，油炸而出之油 (C) 牛乳內抽出之油脂 (D) 由植物油精製 而成
- ( ) 49. 食材 450 公克最接近 (A) 1 台斤 (B) 半台斤 (C) 1 磅 (D) 8 兩
- ( ) 50. 中式菜餚講究溫度，試請安排下列三菜上桌順序？(甲)清蒸鮮魚(乙)紅燒烤麩(丙)魚香烘蛋 (A) 甲乙丙 (B) 乙甲丙 (C) 乙丙甲 (D) 丙甲乙
- ( ) 51. 下列哪一種蔬菜在夏季是盛產期？ (A) 高麗菜 (B) 菠菜 (C) 絲瓜 (D) 白蘿蔔
- ( ) 52. 製作拼盤 (冷盤) 時最著重的要點是在 (A) 刀工 (B) 排盤 (C) 刀工與排盤 (D) 火候
- ( ) 53. 一般說來，細菌的生長在下列何種狀況下較不易受到抑制？ (A) 高溫 (B) 低溫 (C) 高酸 (D) 低酸
- ( ) 54. 買回來的冬瓜表面上有白霜是 (A) 發霉現象 (B) 糖粉 (C) 成熟的象徵 (D) 快腐爛掉的現象
- ( ) 55. 下列果汁罐頭何者因具較低的安全性，應特別注意符合食品良好衛生規範準則之低酸性罐頭相關規定？ (A) 楊桃 (B) 鳳梨 (C) 葡萄柚 (D) 木瓜
- ( ) 56. 下列食物加工處理後何者不適宜冷凍貯存？ (A) 甘薯 (B) 小黃瓜 (C) 芋頭 (D) 胡蘿蔔
- ( ) 57. 所謂原材料，係指 (A) 原料及食材 (B) 乾貨及生鮮食品 (C) 主原料、副原料及食品添加物 (D) 原料及包裝材料
- ( ) 58. 下列何者為酸性灰食物？ (A) 五穀類 (B) 蔬菜類 (C) 水果類 (D) 油脂類
- ( ) 59. 下列何種瓜類有較長的儲存期？ (A) 胡瓜 (B) 絲瓜 (C) 苦瓜 (D) 冬瓜
- ( ) 60. 盛裝粉質乾料 (如麵粉、太白粉) 之容器，不宜選用 (A) 食品級塑膠材質 (B) 木桶附蓋 (C) 玻璃材質且附緊密之蓋子 (D) 食品級保鮮盒
- ( ) 61. 依照衛生法規相關規定，廚師工作前、如廁後，正確的洗手程式為 (A) 濕搓沖捧擦 (B) 濕捧搓沖擦 (C) 濕捧搓擦沖 (D) 搓濕捧沖擦
- ( ) 62. 肉類貯藏時會發生一些變化，下列何者為錯誤？ (A) 脂肪酸會流失 (B) 肉色改變 (C) 慢速敗壞 (D) 重量減少
- ( ) 63. 同重量的 1. 肉毒桿菌毒素 2. 河豚毒 3. 砒霜，其對人體致命力依順序為 (A) 1>2>3 (B) 2>3>1 (C) 3>1>2 (D) 3>2>1
- ( ) 64. 蘆筍筍尖尚未出土前採收的地下嫩莖為下列何者？ (A) 筊白筍 (B) 青蘆筍 (C) 白蘆筍 (D) 綠竹筍
- ( ) 65. 洗豬舌、牛舌時宜用 (A) 刮洗法 (B) 擦洗法 (C) 沖洗法 (D) 漂洗法
- ( ) 66. 肉經加熱烹煮，會產生收縮的情形，是由於加熱使得肉的 (A) 礦物質 (B) 筋骨質 (C) 磷質 (D) 蛋白質 凝固，析出肉汁的關係
- ( ) 67. 大部分的豆類不宜生食係因 (A) 味道噁心 (B) 含抗營養因子 (C) 過於堅硬，難以吞嚥 (D) 不易消化
- ( ) 68. 蔬果產品之冷藏溫度下列何者為宜？ (A) 5~7°C (B) 2~4°C (C) 2~-2°C (D) -5~-12°C
- ( ) 69. 傳統江浙式的「醉雞」是使用何種酒浸泡？ (A) 米酒 (B) 高粱酒 (C) 紹興酒 (D) 啤酒



- ( ) 70. 盛裝「鴿鬆」的蔬菜最適宜用 (A) 大白菜 (B) 紫色甘藍 (C) 高麗菜 (D) 結球萵苣
- ( ) 71. 下列哪一種油含有膽固醇? (A) 花生油 (B) 紅花子油 (C) 大豆沙拉油 (D) 奶油
- ( ) 72. 清洗不銹鋼水槽或洗碗機宜用下列哪一種清潔劑? (A) 中性 (B) 酸性 (C) 鹼性 (D) 鹼性
- ( ) 73. 甘薯最適宜的貯藏溫度為 (A)  $-18^{\circ}\text{C}$  以下 (B)  $0\sim 3^{\circ}\text{C}$  (C)  $3\sim 7^{\circ}\text{C}$  (D)  $15^{\circ}\text{C}$  左右
- ( ) 74. 下列何種魚有迴游習性? (A) 鮭魚 (B) 草魚 (C) 飛魚 (D) 鯊魚
- ( ) 75. 下列敘述何者不正確? (A) 消毒抹布以煮沸法處理，需以  $100^{\circ}\text{C}$  沸水煮沸 5 分鐘以上 (B) 食品、用具、器具、餐具不可放置在地面上 (C) 廚房內二氧化碳濃度可以高過 0.5% (D) 廚房的清潔區溫度必需保持在  $22\sim 25^{\circ}\text{C}$ ，溼度保持在相對溼度 50~55% 之間
- ( ) 76. 要選擇新鮮的蝦應選下列何者? (A) 頭部已帶有黑色的 (B) 頭部脫落的 (C) 蝦身堅硬的 (D) 蝦身柔軟的
- ( ) 77. 乾貨庫房的管理原則，下列敘述何者正確? (A) 食物以先進後出為原則 (B) 相對濕度控制在 40~60% (C) 最適宜溫度應控制在  $25\sim 37^{\circ}\text{C}$  (D) 儘可能日光可直射以維持乾燥
- ( ) 78. 製作紅燒肉宜選用豬肉的哪一部位? (A) 里肌肉 (B) 五花肉 (C) 前腿 (D) 小里肌
- ( ) 79. 一般來說肉質來源相同的肉類售價，下列何者正確? (A) 冷藏單價比冷凍單價低 (B) 冷藏單價比冷凍單價高 (C) 冷藏單價與冷凍單價一樣 (D) 視採購量的多寡來訂單價
- ( ) 80. 五菜一湯的梅花餐，要配 6 人吃的量，其中一道菜為素炒的青菜，所食用的青菜量以 (A) 四兩 (B) 半斤 (C) 一台斤 (D) 二台斤 最適宜
- ( ) 81. 下列何種肉品貯藏期最短最容易變質? (A) 絞肉 (B) 里肌肉 (C) 排骨 (D) 五花肉
- ( ) 82. 瓜類中，冬瓜比胡瓜的儲藏期 (A) 較長 (B) 較短 (C) 不能比較 (D) 相同
- ( ) 83. 欲供應給 6 個成年人吃一餐的飯量，需以米 (A) 100 公克 (B) 600 公克 (C) 2000 公克 (D) 4000 公克 煮飯(設定每人吃 250 公克，米煮成飯之脹縮率為 2.5)
- ( ) 84. 下列食物何者含膽固醇最多? (A) 腦 (B) 腎 (C) 雞蛋 (D) 肝臟
- ( ) 85. 下列何種魚的內臟被稱為龍腸? (A) 曼波魚 (B) 鯨魚 (C) 鱈魚 (D) 石斑魚
- ( ) 86. 製作「紅燒下巴」時常選用 (A) 黃魚頭 (B) 鮫魚頭 (C) 鰻魚頭 (D) 草魚頭
- ( ) 87. 下列何者在胃中的停留時間最長? (A) 醣類 (B) 蛋白質 (C) 脂肪 (D) 纖維素
- ( ) 88. 下列何者為較新鮮的蛋? (A) 蛋殼光滑者 (B) 氣室大的蛋 (C) 濃厚蛋白量較多者 (D) 蛋白彎曲度小的
- ( ) 89. 乾貨庫房的相對濕度應維持在 (A) 80% 以上 (B) 60~80% (C) 40~60% (D) 20~40%
- ( ) 90. 下面那一種食物含有較多的食物纖維質? (A) 雞肉 (B) 魚肉 (C) 雞蛋 (D) 馬鈴薯
- ( ) 91. 身為廚師除烹飪技術外，對於食材生長季節問題，是否也需認識? (A) 那是採購人員的工作 (B) 沒有必要瞭解認識 (C) 廠商的事 (D) 應經常吸收資訊，多認識食材
- ( ) 92. 下列有關食物的儲藏何者為錯誤? (A) 新鮮屋鮮奶儲放在  $5^{\circ}\text{C}$  以下的冷藏室 (B) 冰淇淋儲放在  $-18^{\circ}\text{C}$  以下的冷凍庫 (C) 利樂包 (保久乳) 裝乳品可儲放在乾貨庫房

中 (D) 開罐後的奶粉為防變質宜整罐儲放在冰箱中

- ( ) 93. 假設製作下列菜餚的魚在烹調前都一樣新鮮，你認為烹調後何者可放置較長的時間？(A) 清蒸魚 (B) 糖醋魚 (C) 紅燒魚 (D) 生魚片
- ( ) 94. 廚房使用之反口油桶，其作用與功能是 (A) 煮水用 (B) 煮湯用 (C) 裝剩餘材料用 (D) 裝炸油或回鍋油用，可避免在操作中的危險性
- ( ) 95. 下列何者為中性食物？(A) 蔬菜類 (B) 水果類 (C) 五穀類 (D) 油脂類
- ( ) 96. 中餐烹調術科應檢人成品完成後須將考試區域清理乾淨，而拖把應在何處清洗？(A) 工作檯水槽 (B) 廁所水槽 (C) 專用水槽區 (D) 隔壁水槽
- ( ) 97. 蛋白質經腸道消化分解後的最小分子為 (A) 葡萄糖 (B) 胺基酸 (C) 氮 (D) 水
- ( ) 98. 乾料放入儲藏室其數量不得超過儲藏室空間的 (A) 40% (B) 50% (C) 60% (D) 70% 以上
- ( ) 99. 「粉蒸肉」之材料宜用 (A) 五花肉 (B) 里肌肉 (C) 豬蹄 (D) 豬頭肉
- ( ) 100. 餐飲業實施 HACCP(食品安全管制系統)正確的化學物質儲存管理應在原盛裝容器內並 (A) 專人看顧 (B) 專櫃放置 (C) 專人專櫃放置 (D) 專人專櫃專冊放置
- ( ) 101. 職業道德的意義是指 (A) 有職業不需品德 (B) 學徒時要遵守的道德與品德 (C) 具團隊精神及尊師重道與敬業精神 (D) 廣結善緣
- ( ) 102. 有關魚類貯存，下列何者不正確？(A) 新鮮的魚應貯藏在 4°C 以下 (B) 魚覆蓋的冰愈大塊愈好 (C) 魚覆蓋碎冰時要避免使魚泡在冰水中 (D) 魚片冷藏應保存在防潮密封包裝袋內
- ( ) 103. 製備筵席大菜，將切割下來的邊肉及魚頭 (A) 倒餿水桶 (B) 轉至其他烹調 (C) 帶回家 (D) 沒概念
- ( ) 104. 製造調配菜餚之場所 (A) 可養牲畜 (B) 可當寢居室 (C) 可養牲畜亦當寢居室 (D) 不可養牲畜亦不可當寢居室
- ( ) 105. 下列水果何者不適宜低溫貯藏？(A) 梨 (B) 蘋果 (C) 葡萄 (D) 香蕉
- ( ) 106. 下列何種食物發芽後會產生毒素而不宜食用？(A) 紅豆 (B) 綠豆 (C) 花生 (D) 馬鈴薯
- ( ) 107. 廚師有下列何種情形者，不得從事與食品接觸之工作？(A) 高血壓 (B) 心臟病 (C) B 型肝炎 (D) 肺結核
- ( ) 108. 腳氣病是由於缺乏 (A) 維生素 B1 (B) 維生素 B2 (C) 維生素 B6 (D) 維生素 B12
- ( ) 109. 冰箱可以保持食物新鮮度，且食品放入之數量應為其容量的多少以下？(A) 60% (B) 70% (C) 80% (D) 90%
- ( ) 110. 胚芽米中含 (A) 澱粉 (B) 蛋白質 (C) 維生素 (D) 脂肪 量較高，易酸敗、不耐貯藏
- ( ) 111. 較老的肉宜採下列何種烹煮法？(A) 切片快炒 (B) 切片油炸 (C) 切塊紅燒 (D) 川燙
- ( ) 112. 依衛生標準直接供食者每公克的生菌數是 10 萬以下者為 (A) 冷凍肉類 (B) 冷凍蔬果類 (C) 冷凍海鮮類 (D) 冷凍家禽類
- ( ) 113. 乾燥金針容易有 (A) 一氧化硫 (B) 二氧化硫 (C) 氯化鈉 (D) 氫氧化鈉 殘留過量的問題，所以挑選金針時，以有優良金針標誌者為佳
- ( ) 114. 一般湯包內的湯汁形成是靠 (A) 豬皮的膠質 (B) 動物的脂肪 (C) 水 (D) 白菜汁作內餡
- ( ) 115. 煎蛋皮時為使蛋皮不容易破裂又漂亮，應添加何種佐料？(A) 味素、太白粉 (B) 糖、太白粉 (C) 鹽、太白粉 (D) 玉米粉、麵粉

- ( ) 116. 食物腐敗通常出現的現象為 (A) 發酸或產生臭氣 (B) 鹽分增加 (C) 蛋白質變硬 (D) 重量減輕
- ( ) 117. 關於蔬果的貯存，下列何者不正確？ (A) 南瓜放在室溫貯存 (B) 黃瓜需冷藏貯存 (C) 青椒置密封容器貯存以防氧化 (D) 草莓宜冷藏貯存
- ( ) 118. 洗衣粉不可用來洗餐具，因其含有 (A) 螢光增白劑 (B) 亞硫酸氫鈉 (C) 潤濕劑 (D) 次氯酸鈉
- ( ) 119. 烹製酸菜、酸筍等食物不宜用 (A) 不銹鋼 (B) 鋁製 (C) 陶瓷製 (D) 搪瓷製容器
- ( ) 120. 市縣政府係依據「食品安全衛生管理法」第 14 條所訂之 (A) 營業衛生管理條例 (B) 食品良好衛生規範 (C) 公共飲食場所衛生管理辦法 (D) 食品安全管制系統來輔導稽查轄內餐飲業者
- ( ) 121. 一位令人尊敬的廚師應具備的職業道德為 (A) 經常參加比賽、爭取名聲 (B) 守時守分、注重服務精神 (C) 利潤第一、品質其次 (D) 力求表現、突顯自我
- ( ) 122. 葡萄球菌主要因個人衛生習慣不好，如膿瘡而污染，其產生之毒素為下列何者？ (A) 65°C 以上即可將其破壞 (B) 80°C 以上即可將其破壞 (C) 100°C 以上即可將其破壞 (D) 120°C 以上之溫度亦不易破壞
- ( ) 123. A 型肝炎是屬於 (A) 細菌 (B) 寄生蟲 (C) 真菌 (D) 病毒
- ( ) 124. 煮糯米飯(未浸過水)所用的水份比白米飯少，通常是白米飯水量的 (A) 1/2 (B) 1/3 (C) 2/3 (D) 1/4
- ( ) 125. 下列何種維生素遇熱最不安定？ (A) 維生素 A (B) 維生素 C (C) 維生素 B2 (D) 維生素 D
- ( ) 126. 下列加工食材中何者之硝酸鹽含量可能最高？ (A) 蛋類 (B) 肉類 (C) 蔬菜類 (D) 水果類
- ( ) 127. 電線走火引起火災時，要使用什麼滅火器較正確？ (A) 甲乙丙類(ABC 型)乾粉滅火器 (B) 泡沫滅火器 (C) 水 (D) 滅火彈
- ( ) 128. 下列何種本土水產被列為保育類？ (A) 鱈魚 (B) 錢鰻 (C) 鱸鰻 (D) 白鰻
- ( ) 129. 麵糰添加下列何種調味料可促進其延展性？ (A) 鹽 (B) 胡椒粉 (C) 糖 (D) 醋
- ( ) 130. 蛋黃醬之保存性很強，在室溫約可貯存多久？ (A) 一個月 (B) 三個月 (C) 五個月 (D) 七個月
- ( ) 131. 違反「公共飲食場所衛生管理辦法」之規定，主管機關至少可處負責人新台幣 (A) 5 千元 (B) 1 萬元 (C) 2 萬元 (D) 3 萬元
- ( ) 132. 如貯藏不當易產生黃麴毒素的食品是 (A) 蛋 (B) 肉 (C) 魚 (D) 花生
- ( ) 133. 經過洗滌、切割或熟食處理後的生料或熟料，再用調味料直接調味而成的菜餚，其烹調方法為下列何者？ (A) 拌 (B) 煮 (C) 蒸 (D) 炒
- ( ) 134. 1 台斤為 600 公克，3000 公克為 (A) 3 公斤 (B) 85 兩 (C) 6 台斤 (D) 8 台斤
- ( ) 135. 添加相同比例量的水於糯米中，烹煮後的圓糯米比尖糯米之質地 (A) 較硬 (B) 較軟 (C) 較鬆散 (D) 相同
- ( ) 136. 中餐烹調術科測試考場下列何種設置較符合場地需求？ (A) 設有平面圖、逃生路線及警語標示 (B) 使用過期之滅火器 (C) 燈的照明度 150 米燭光以上 (D) 備有超大的更衣室一間
- ( ) 137. 屬於春季盛產的蔬菜是 (A) 麻竹筍 (B) 蓮藕 (C) 百合 (D) 大白菜
- ( ) 138. 食用油若長時間加高溫，其結果是 (A) 能殺菌、容易保存 (B) 增加油色之美觀

- (C) 增長使用期限 (D) 產生有害物質
- ( ) 139. 下列那一種物質是禁止作為食品添加物使用？(A) 小蘇打 (B) 硼砂 (C) 味素 (D) 紅色 6 號色素
- ( ) 140. 採購蔬果應先考慮之要項為 (A) 生產季節與市場價格 (B) 形狀與顏色 (C) 冷凍品與冷藏品 (D) 重量與品名
- ( ) 141. 下列病原菌何者屬感染型？(A) 金黃色葡萄球菌 (B) 肉毒桿菌 (C) 沙門氏菌 (D) 仙人掌桿菌
- ( ) 142. 餐廳若發生食品中毒時，衛生機關可依據「食品安全衛生管理法」第幾條命令餐廳暫停作業，並全面進行改善？(A) 41 條 (B) 42 條 (C) 43 條 (D) 44 條 以遏阻食品中毒擴散，並確保消費者飲食安全
- ( ) 143. 花生與下列何種食物性質差異最大？(A) 核桃 (B) 腰果 (C) 綠豆 (D) 杏仁
- ( ) 144. 洗豬肺時宜用下列何種方式？(A) 刮洗法 (B) 擦洗法 (C) 沖洗法 (D) 漂洗法
- ( ) 145. 豬肉屠體中，肉質最柔嫩的部位是 (A) 里肌肉 (B) 梅花肉 (胛心肉) (C) 後腿肉 (D) 小里肌
- ( ) 146. 放置冰箱冷藏的豬碎肉、豬肝、豬心應在多久內用完？(A) 1 週內 (B) 1~2 天內 (C) 3~4 天內 (D) 1 個月內
- ( ) 147. 做蝦丸時為使其滑嫩可口，一般都摻下列何種食材拌合？(A) 水 (B) 太白粉 (C) 蛋白 (D) 肥肉、蛋白與太白粉
- ( ) 148. 生鮮肉類的保鮮冷藏時間可長達 (A) 10 天 (B) 7 天 (C) 5 天 (D) 2 天
- ( ) 149. 「走油扣肉」應用 (A) 排骨肉 (B) 五花肉 (C) 里肌肉 (D) 梅花肉 (胛心肉) 來做為佳
- ( ) 150. 身為廚師除烹飪技術外，採購蔬果應 (A) 不必在意食物生長季節問題 (B) 那是採購人員的工作 (C) 需注意蔬果生長與盛產季節 (D) 不需考量太多合用就好

## 選擇題 150 題答案

1	B	2	D	3	B	4	C	5	C	6	C	7	D	8	B	9	B	10	A
11	D	12	D	13	A	14	C	15	D	16	D	17	A	18	C	19	B	20	B
21	C	22	C	23	B	24	A	25	A	26	D	27	B	28	D	29	C	30	D
31	B	32	A	33	D	34	B	35	D	36	B	37	B	38	C	39	C	40	D
41	D	42	D	43	A	44	B	45	A	46	B	47	B	48	C	49	C	50	C
51	C	52	C	53	D	54	C	55	D	56	B	57	D	58	A	59	D	60	B
61	A	62	A	63	A	64	C	65	A	66	D	67	B	68	A	69	C	70	D
71	D	72	B	73	D	74	A	75	C	76	C	77	B	78	B	79	B	80	C
81	A	82	A	83	B	84	A	85	A	86	D	87	C	88	C	89	C	90	D
91	D	92	D	93	B	94	D	95	D	96	C	97	B	98	C	99	A	100	D
101	C	102	B	103	B	104	D	105	D	106	D	107	D	108	A	109	A	110	D
111	C	112	B	113	B	114	A	115	C	116	A	117	C	118	A	119	B	120	C
121	B	122	D	123	D	124	C	125	B	126	B	127	A	128	C	129	A	130	B
131	D	132	D	133	A	134	A	135	B	136	A	137	C	138	D	139	B	140	A
141	C	142	A	143	C	144	C	145	D	146	B	147	D	148	D	149	B	150	C

## 臺北市 109 學年度國中技藝競賽餐旅職群中餐職種術科試題

題目：京醬肉絲，測驗時間 80 分鐘。

### 一、場地器材表(每組)

中餐(京醬肉絲)							
項目	器材名稱	數量	備註	項目	器材名稱	數量	備註
1	爐檯	1 組	2 口	11	馬口碗	4 個	
2	炒鍋	1 個		12	漏杓	1 支	
3	炒鏟	1 支		13	圓盤	2 個	
4	砧板	2 塊	生熟食各 1 個	14	衛生手套	1 副	
5	菜刀	1 把		15	擦手紙	1 包	
6	鋼盆	1 個		16	抹布	2 條	
7	爐具	1 組		17	礦泉水	1 瓶	
8	量匙	1 組		18	大湯碗	1 個	
9	調理用剪刀	1 支		19	口湯碗	1 個	
10	配菜盤	4 個					

備註：1.請自備環保餐具(筷子、湯匙 1 副) 2.設有公用廚餘桶及垃圾桶

### 二、術科考試材料明細表(約 4 人份量)

中餐術科考題(京醬肉絲)		
材料	重量/單位	備註
公共調味料	1 組	沙拉油、甜麵醬(盒裝)、香油、鹽、糖、醬油、米酒、胡椒粉、太白粉
里肌肉	200 克	
青蔥	30 克	2 根
辣椒	10 克	1 支

### 三、術科考試評分標準

中餐術科考題(京醬肉絲)					備註
評分項目	刀工	調味	外觀	衛生	成品未熟以 0 分計算成績
分配比例	20%	30%	30%	20%	