

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班
西餐組技藝競賽實施計畫



指導單位：教育部
主辦單位：桃園縣政府教育處
承辦單位：桃園縣私立光啟高級中學
桃園縣育達高級中學

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班 西餐組技藝競賽實施計畫

壹、依據

一、桃園縣政府 97.1.17 府教特字第 0970021138 號函辦理。

貳、目的

- 一、加強國中技藝教育，強化學生成就動機與興趣，以增進學習效果與技能水準。
- 二、藉技藝競賽相互觀摩，分享教學經驗，提昇教學品質。
- 三、提供技藝優良學生，發展其志趣與才能的機會。

參、辦理單位

- 一、指導單位：教育部
- 二、主辦單位：桃園縣政府教育處
- 三、承辦單位：桃園縣私立光啟高級中學、桃園縣育達高級中學

肆、競賽要點

- 一、競賽項目：餐旅職群--西餐組
- 二、競賽內容：
 1. 學 科：桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「學科題庫」(附件 1)，題庫 300 題考 50 題。
 2. 術 科：桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「術科競賽內容」(附件 2)
 3. 術科提供之工具：桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「每組考場已準備之個人工具表」(附件 3)。
- 三、競賽日期：九十七年四月二十二日(星期二)上午八時起。
- 四、競賽時間：桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「時間分配表」(附件 4)
- 五、競賽地點：桃園縣育達高級中學(桃園縣平鎮市育達路 160 號)
- 六、競賽人員：
 1. 競賽人員需為餐旅職群班學生
 2. 競賽以組為單位，每組二人
 3. 各班參賽派出組別以一組為原則：
- 七、報名日期：九十七年三月十日至三月二十四日止，請各指導學校填妥「桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽報名表」(附件 5)，掛號郵寄「育達高級中學教務處實習組」，逾期不予受理。

伍、評審要點

- 一、由承辦單位敦聘西餐職類檢定監評、業界專家及衛生單位營養師擔任評審(非本縣市且未於桃園縣兼課之教師)
- 二、成績計算：
 1. 學科佔 25%，以學科題庫內容為主。
 2. 術科佔 75%以術科題庫內容為主，評分標準如下
 - (1)衛生 20%：服儀、食材清洗順序、工作台衛生、操作衛生
 - (2)刀工 20%：刀工符合題意
 - (3)烹調 20%：正確烹調法
 - (4)觀感 20%：外觀成色
 - (5)口感：20%符合題意及醬汁的口感依照學術科分數加總後高低評定名次
 3. 如有同分，先依衛生、其次烹調、再次觀感分數高低評定名次
 4. 如經比分後，再有同分，由評審開會決定名次

三、評分表內容：桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「評分表」(附件6)

四、學術科成績統計表內容：桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「學術科成績統計表」(附件7)。

五、錄取名額

1. 依照各組分數高低排序，分別錄取第一至六名及佳作若干名，錄取總額佔參賽人數15%

2. 凡獲佳作以上者，由桃園縣政府頒發獎狀鼓勵

陸、競賽實施注意事項

一、學科：請自行攜帶2B鉛筆、橡皮擦應試，穿著校服或廚師服。

二、術科：1. 請自備白色及膝圍裙、網帽，穿著校服或廚師服。

2. 請自備紙巾、刀具及器具(考場可提供法國刀)。

柒、附註：競賽人員應遵守學術科競賽規則，請參照桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班西餐組技藝競賽「學術科競賽規則」(附件8)。

(附件 1)

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班 西餐組技藝競賽 學科題庫

是非題

001. (X) 製作熱狗、香腸類食品時添加硝是一種不合法的行為。
002. (O) MSG (Monosodium Glutamate 麩胺酸鈉) 就是味精。
003. (O) 水果、蔬菜、海鮮類應選擇應時季節性的，既新鮮可口又價廉。
004. (O) 採購季節性應時的蔬果，是因其好吃又價廉。
005. (X) 醃粉和小蘇打粉是相同的。
006. (X) 烹調義大利蔬菜湯 (Minestrone) 時加入麵粉以增加湯體的濃稠度。
007. (X) 食物解凍後依舊新鮮就可以稱為生鮮食物 (Fresh Food)。
008. (X) 維也納香腸 (Weiner) 是熟香腸 (Cooked Sausage)，冰冷食用風味更佳。
009. (O) 培根 (Bacon) 是取自豬腹肉部位的肉製成。
010. (X) 義大利醃火腿 (Prosciutto di Parma) 應浸泡與水煮去掉鹽份後才烹調。
011. (O) 香腸火腿等加工肉品呈粉紅色是因加硝所形成的。
012. (O) 煙燻鮭魚可分熱燻及冷燻兩種。
013. (O) 火腿製作過程中所加的糖份有降低鹹味的作用。
014. (X) 烹調蔬菜片湯 (Paysanne soup) 時加入麵粉以增加湯體的濃稠度。
015. (O) 高溫會降低香辛料風味、顏色及功能。
016. (O) 小蘇打是碳酸氫鈉的俗稱。
017. (X) 塔塔粉 (Cream of Tartar) 就是小蘇打。
018. (O) 小蘇打受熱會分解並且會產生二氧化碳，因此有膨發作用。
019. (O) 發煙點降低是油脂劣化的現象。
020. (X) 洋菇是盛產於每年 4 ~ 5 月的農作物。
021. (O) 乳酪 (Cheese) 切割後所剩部份必須包好，以確保其品質。
022. (O) 魚的眼球愈混濁的表示魚愈不新鮮。
023. (O) 新鮮的豬肉富有光澤及彈性，且脂肪部份呈白色。
024. (X) 洋菇應選擇漂白過的品質較好。
025. (X) 五穀類若長黴，經清洗後仍可食用。
026. (O) 軟乳酪 (Soft cheese) 外型凹凸不平或有阿摩尼亞味道，均表示變質。
027. (O) 牛的小里肌肉 (Tenderloin) 是牛體中肉質最嫩的部份，適於應用在高級的牛排菜譜上。
028. (O) 新鮮的魚其眼球明亮，魚鰓顏色鮮紅，魚肉富彈性光澤，魚鱗也不易脫落。
029. (X) 犢牛肉 (Veal) 顏色較牛肉深，且富光澤而有彈性。
030. (O) 大理石紋路 (Marbling) 愈多的牛排，嫩度、口感較佳。
031. (O) 冷凍肉在攝氏零下 18 度可維持半年的鮮度。
032. (X) 調理冷凍蔬菜時，需先完全解凍再烹調。
033. (O) 食品包裝的英文標示 "Direction" 是指使用方法。
034. (X) 食品包裝的英文標示 "Net Wt." 是指毛重。
035. (X) 食品包裝的英文標示 "Exp. Date" 是指製造日期。
036. (O) 食物貯存的方法會影響食物的營養價值。
037. (X) 食物貯存的方法和食物的營養價值無關。
038. (O) 冷凍的魚、肉類，經過解凍後，應一次用畢，不宜再冷凍或冷藏。
039. (X) 冷凍的海鮮類，解凍後再冷凍其品質不變。

- 040.(X)冷凍的肉類、海鮮泡在水中解凍，速度最快且不會走味。
- 041.(X)將快要腐敗的食品，放入低溫下冷凍，仍可伺機再加食用。
- 042.(X)沙拉油、調味品應放置於爐灶旁舉手可得到的地方較方便。
- 043.(O)冷藏食品應放置於攝氏7度以下之冷藏庫中。
- 044.(O)乾貨庫房應設置於陰涼、乾燥、通風良好的地方。
- 045.(X)庫房裡的食物只要排列整齊，不需定期整理。
- 046.(O)鮮奶容易酸敗，應存放於冷藏庫中。
- 047.(X)醃黃瓜(Pickled cucumber)開罐後，可以不必冷藏。
- 048.(O)冰箱中的食物應避免放得太滿，以免影響冷藏或冷凍之效果。
- 049.(O)熟食食品之保存，應置於攝氏60度以上保溫櫃。
- 050.(O)新鮮魚類之保存，應將魚鱗、內臟去除清洗後，置於低溫冷凍或冷藏。
- 051.(X)奶油(Butter)、瑪琪琳(Margarine)應貯藏在陰涼、乾燥的地方即可，不必冷藏。
- 052.(O)雞蛋、鮮奶及乳製品儲存時，不可與海鮮類共用同一冰箱。
- 053.(O)海鮮魚貝類儲存時，最好先覆蓋碎冰，並保持在攝氏零下1度冷藏。
- 054.(O)乾貨、罐頭食品與清潔用品消毒劑...等，必須分開儲藏。
- 055.(O)魚貝類易腐壞必須立刻食用，若須儲存應快速冷藏且溫度要接近冰點。
- 056.(O)洗潔劑、去污粉的存放應遠離食品，以免誤為食物材料。
- 057.(O)一般細菌生長溫度在攝氏16度到49度間，所以食物冷藏應在攝氏7度以下。
- 058.(O)容易腐敗的食物應低溫保存，且避免生的與熟的混合在一起。
- 059.(O)罐頭食品儲藏在陰涼乾燥處即可，不必冷藏。
- 060.(O)冷藏或冷凍的目的在於抑制微生物的生長以及食物酵素的作用。
- 061.(O)冷凍庫應定期除霜，以保持低於攝氏零下18度的冷度。
- 062.(X)食品經冷藏後細菌就不會生長。
- 063.(X)乾貨庫房只要溫度、濕度控制得宜，不須限制容量。
- 064.(O)食品儲存應有專人負責分類、清理、登錄。
- 065.(O)蔬果類之儲存，應於清洗後以白紙包好或裝入有孔塑膠袋再冷藏。
- 066.(O)葡萄酒(Wine)應有獨自的庫房不得與其它酒類共同貯藏。
- 067.(X)通常在攝氏溫度0度到5度間貯存食物可使細菌停止繁殖。
- 068.(O)攝氏溫度0度到5度間細菌的繁殖受到抑制，適合貯存食物。
- 069.(O)香蕉要儲存於乾燥並通風的地方，攝氏13~15度是最適合的溫度。
- 070.(O)未用完的沙拉醬(Dressing)一定要冷藏儲存。
- 071.(X)保久乳可在室溫中保存3年。
- 072.(X)保久乳應冷凍貯存。
- 073.(X)罐頭食品儲存於冷凍庫中可延長保存期限及提昇品質。
- 074.(O)奶油乳酪(Creamcheese)應放於攝氏7度以下的冷藏室保存。
- 075.(X)各種蔬菜及水果可混合貯存以節省庫房空間。
- 076.(O)通常挖生蠔(Oyster)為避免手部擦傷，廚師均會戴上護手套。
- 077.(X)碳烤爐溫度設定時，烤海鮮要比烤肉溫度低。
- 078.(O)馬鈴薯去皮後會變色是酵素的氧化作用。
- 079.(O)海貝類泡在鹽水中，可助吐沙。
- 080.(X)雞高湯(Chickenstock)與魚高湯(Fishstock)製備所需時間相同。
- 081.(O)歐陸式早餐(Continental breakfast)供應內容不包括蛋類。
- 082.(X)嫩精(Meattenderizer)可以使肉質嫩化，在烹調時應大量使用。
- 083.(O)嫩精(Meattenderizer)的主要成份是木瓜酵素或鳳梨酵素。
- 084.(O)煎法國吐司(Frenchtoast)的製作是先浸泡於牛奶後再沾裹與糖拌勻的蛋液，然後用微量的奶油煎熟。

085. (X) 鱒魚(Trout)為海魚，外皮無鱗去除內臟後可供烹調。
086. (X) 使用嫩精(Meattenderizer)處理劣級下肉後代替高級肉，可增加利潤。
087. (O) 葡萄酒是西餐烹調上最常使用的烹调用酒。
088. (O) 犢牛(Calf)是尚在哺乳未開始吃草前的小牛。
089. (O) 犢牛肝(Calfliver)較牛肝柔嫩，色澤呈淡紅色。
090. (O) 紅屋牛排(Porterhouse steak)類似丁骨牛排，但非丁骨牛排。
091. (O) 煎法國吐司(Frenchtoast)在供餐時要溫熱(hot)及酥脆(crisp)。
092. (O) 沙拉用的萵苣(Lettuce)可以不用刀而只用手撕成小片。
093. (X) "Chiffonade"是指將馬鈴薯切成細絲。
094. (O) 剝末時，如蒜末，應將左手掌壓在刀尖，上下剝之。
095. (X) "Julienne"是指將蔬菜切塊。
096. (O) 牛肉片要橫紋切，且應大小厚薄寬窄均勻，才能烹製味香、可口、形美的菜餚。
097. (O) 生食與熟食之砧板應分開使用，確保食物之衛生。
098. (O) 蒔蘿草黃瓜沙拉(Dillcucumber salad)製作時黃瓜片加鹽醃漬放冰箱去水分時，容器需加蓋或用保鮮膜覆蓋。
099. (O) 西餐廚房的練習生通常從切蔬菜開始學習烹調技巧。
100. (X) 切蔬菜不是資深廚師每天的一項例行工作。
101. (O) 匈牙利牛肉湯(Hungeriangoulash soup)是九世紀匈牙利仍是一游牧民族時之生活方式的菜餚。
102. (O) 小里肌肉的肉質最嫩，故最適宜應用在煎或炒的菜餚上。
103. (O) 蛋黃醬(Mayonnaise)主要成份是植物油、蛋黃及醋。
104. (O) "Canapes"是雞尾酒會中的點心之一。
105. (O) 匈牙利牛肉湯(Hungeriangoulash soup)的完成品主要材料除了牛肉、洋蔥及香料外，尚有馬鈴薯。
106. (O) 西餐主菜以不含骨頭或魚刺為宜。
107. (X) 熬高湯時應在一開始即將調味用蔬菜(Mirepoix)全部放入鍋中，以文火慢熬。
108. (O) 西餐食物之烹調分為乾式、濕式兩種方法。
109. (X) 乾熱式烹調法包括燉、炸、烘、燜、煎等。
110. (O) 濕熱式烹調法包括蒸、煮、燙、燴等。
111. (O) 油炸鍋內油的溫度通常保持在攝氏160度到190度。
112. (X) 燜(Braising)與燴(Stewing)之烹調方式，前者汁多，後者汁少。
113. (O) 水波燙(Poaching)烹調法的水溫應在攝氏65度至85度間。
114. (O) 匈牙利牛肉湯供餐前可隨意取酸奶油作盤飾但不可與湯烹煮。
115. (O) 烹調食物熱的傳送方式有傳導、對流及輻射三種。
116. (X) 菜單之"Alacarte"是指餐廳當天的特餐。
117. (O) 奶油洋菇鱸魚排附香芹馬鈴薯(Fillet of seabass bonne femme style with parsley potatoes)之bonne femme為巧婦(Goodwife)之意，烹調上是指簡單式、家庭式或鄉村式的製備法。
118. (X) 同樣的溫度用烤箱烤馬鈴薯的時間比用水煮馬鈴薯來得迅速。
119. (O) 馬鈴薯泥(Mashedpotato)應趁熱攪拌，否則會變成黏狀。
120. (O) 沙巴翁焗水果之sabayon為使冒泡沫之意，烹調上要將蛋、酒及糖的混合料利用隔水加熱法打發至成泡沫狀。
121. (O) 油炸(Deep-Frying)是一種乾熱式烹調法。
122. (X) 雞肉清湯(Chickenconsomme)烹調時應大火沸騰讓肉雜質快速釋出以利過濾澄清。
123. (O) 油炸鍋中的油脂應經常的過濾。
124. (O) 佛羅倫斯雞胸附青豆飯(Chick enbreast Florentin style with risibisi)菜餚是由菠菜、雞胸肉及乳酪奶油調味醬(Mornaysauce)並撒上巴美乳酪粉(Parmesan)後烘烤所組成，其旁附有青豆飯。
125. (X) 燜(Braising)與燴(Stewing)是單一的濕熱式烹調法。

- 126.(○)乳酪奶油調味醬(Mornaysauce)是搭配佛羅倫斯雞胸附青豆飯(Chick enbreast Florentin style with risibisi)菜餚的調味醬。
- 127.(○)佛羅倫斯雞胸附青豆飯之雞胸部份應經烘烤烹調程序後才可供餐。
- 128.(×)巧克力慕司(Chocolate mousse)冷藏時不需用保鮮膜覆蓋以免破壞裝飾。
- 129.(○)炒蛋附脆培根及蕃茄之炒蛋法乃利用低溫微火並不斷的攪動蛋液，當鍋邊蛋液凝固時即將其引至鍋中央且不讓炒蛋有黏鍋現象。
- 130.(×)基礎高湯(Basicstock)有6種之多，其中包括黑高湯(Blackstock)。
- 131.(○)基礎高湯(Basicstock)有多種，其中包括褐高湯(Brownstock)。
- 132.(×)褐高湯(Brownstock)之褐色來源為添加之醬油。
- 133.(○)褐高湯(Brownstock)之褐色來源是烹調時食物焦化(Caramelize)而來的。
- 134.(×)西餐之湯(Soup)或醬汁(Sauce)之液體皆是以水直接加入烹調而成。
- 135.(○)西餐之湯(Soup)或醬汁(Sauce)烹調時多以高湯(Stock)做為液體來源。
- 136.(○)西餐的湯(Potage)是增進食慾的前導菜，它的良好與否影響對主菜的胃口。
- 137.(○)蒜苗馬鈴薯冷湯(Vichyssoise)為一特殊湯餚，因此如同清湯(Consomme)以湯杯盛裝。
- 138.(○)煎牛排時，切忌使用廚叉插洞，翻覆頻繁。
- 139.(○)法式焗洋蔥湯(French onion soup au gratin)應在上桌前再加乳酪(Cheese)並烤成金黃色。
- 140.(○)蛤蜊(Clam)應大火快煮食否則其肉質變硬難吃。
- 141.(○)奶油青花菜濃湯之青花菜殺菁後留部分與湯體打成泥漿狀回鍋烹調，才能呈淡綠色澤。
- 142.(×)美式早餐煎餅厚度與法式煎薄餅相同。
- 143.(×)變質的海鮮只要加入強烈的調味料或酒料烹調即可供客人食用。
- 144.(×)葡萄酒在烹調上只有調味的作用。
- 145.(○)冷藏的馬鈴薯不適用於炸薯條(French fries)。
- 146.(×)冷凍的馬鈴薯要解凍後才可油炸成炸薯條(French fries)。
- 147.(×)沾有麵包粉之肉排在下油鍋前可不用抖掉多沾的麵包粉。
- 148.(○)沾有麵包粉之肉排在下油鍋前要抖掉多沾的麵包粉。
- 149.(○)切割大小不一會造成烹調後產品的生熟度或嫩度不均。
- 150.(○)雞尾酒會(Cocktail party)供應之食物規格以可一口食用為宜。

選擇題

- 001.(4)西餐食用醋的酸度應在多少百分比以上？①0.5%②1.5%③2.5%④3.5%。
- 002.(3)下列何種香料在西餐烹調中使用量最大？①丁香②薄荷葉③胡椒④月桂葉。
- 003.(1)火腿製造過程中加糖是何作用？①沖淡鹹味②保持肉色③增加營養④改善外觀。
- 004.(4)火腿製造過程中加鹽除了抑制細菌生長外還有何作用？①沖淡甜味②保持肉色③提升水量④增加風味。
- 005.(1)火腿製造過程中加入磷酸鹽(Phosphate)是何作用？①保持濕潤有彈性②保持肉色③提昇甜味④增加風味。
- 006.(3)下列何者是法國諾曼地最著名的水果？①黃杏②鴨梨③蘋果④水蜜桃。
- 007.(4)食品包裝標示的"Ingredients"是何意？①烹調方法②食品風味③服務方法④食品成份。
- 008.(3)食品包裝標示的"Cooking method"是何意？①服務方法②食品風味③烹調方法④食品成份。
- 009.(2)菜長豆盛產期是在何季節？①春②夏③秋④冬。
- 010.(1)攝氏零下18度換算為華氏幾度？①0度②5度③10度④15度。
- 011.(3)華氏零度換算為攝氏幾度？①0度②零下9度③零下18度④零下27度。
- 012.(3)攝氏零度換算為華氏幾度？①12度②22度③32度④42度。
- 013.(4)維持冷凍食品之品質，其貯藏溫度應控制在攝氏幾度？①零下15度②零下16度③零下17度④零下18度。
- 014.(4)下列何者是冷凍食品的優點？①清潔衛生②可保食品原有風味③減少廚房廢棄物④以上皆是。
- 015.(1)下列何者是一般冷凍食品的正確解凍方法？①低溫解凍②加水蒸煮解凍③流水解凍④室溫解凍。
- 016.(1)鮮乳宜保存在攝氏幾度時其品質狀況最好？①0—5度②6—7度③7—8度④8—9度。
- 017.(2)通常下列何處是冷藏庫的高溫區？①最內側②近門處③中心處④牆角處。

- 018.(3)維護與清潔廚房冷凍庫的工作是誰的責任？①食品供應商②老板③廚師④採購員。
- 019.(4)誰應瞭解並做好維護與清潔廚房冷凍庫的工作？①食品供應商②老板③採購員④廚師。
- 020.(3)維護與清潔廚房的工作是誰的責任？①廠商②老板③廚師④採購員。
- 021.(2)誰應瞭解並做好維護與清潔廚房的工作？①食品供應商②廚師③採購員④老板。
- 022.(1)下列何者不是新鮮食品的保存方法？①加防腐劑②冷凍③冷藏④塑膠袋包裝。
- 023.(1)下列那種食品在室溫中可貯存達一星期？①果醬②土司麵包③萵苣④青花菜。
- 024.(2)麵包製成後需要如何處理才宜冷凍保存？①趁熱冷凍②冷卻後冷凍③微溫冷凍④趁熱急速冷凍。
- 025.(3)何者為貯存麵包的最佳溫度？①室溫②冷藏③冷凍④高溫。
- 026.(4)下列何種食物不適合冷凍貯存？①莓果類(Berries) ②青豆仁③冰淇淋④萵苣。
- 027.(4)一般細菌須在攝氏幾度以上才會生長受到抑制？①35度②45度③55度④65度。
- 028.(3)馬鈴薯保存在攝氏幾度最適宜？①1-5度②6-10度③11-15度④16-20度。
- 029.(1)冷凍食品從製造到販賣的過程中應維持攝氏零下幾度為宜？①18度②17度③16度④15度。
- 030.(3)香蕉保存的溫度以攝氏幾度為宜？①0-5度②6-10度③13-15度④20-24度。
- 031.(1)下列何種食品冷藏在攝氏4度可保持新鮮度達三週？①甜菜(Beet) ②黃瓜③洋菇④香蕉。
- 032.(2)冷藏庫中貯存物間應保持多少距離冷氣較易流通？①5公分②10公分③15公分④20公分。
- 033.(3)下列何者為熱帶水果？①蘋果②水蜜桃③鳳梨④草莓。
- 034.(3)冷凍庫的相對濕度(RH%)介於何者間最為適當？①55~65②65~75 ③75~85④85~95。
- 035.(1)下列何者為庫房之出貨原則？①先進先出②後進先出③平均混合方式④隨機方式。
- 036.(1)蘋果應貯存於下列何種攝氏溫度？①7度以下②8-10度③11-13度④14度以上。
- 037.(1)冷凍庫的相對濕度(RH%)若不足時，則冷凍食品表面容易產生何種情況造成品質不良？
①乾燥②潮濕③腐爛④碎化。
- 038.(4)食品保存原則以下列何者最重要？①方便②營養③經濟④衛生。
- 039.(4)酸奶油(Sour Cream)在冷藏庫的保存期限約多久？①1週②2週③3週④4週。
- 040.(3)下列攝氏溫度何者最適宜長期儲存葡萄酒(Wine)？①1-5度②5-10度③10-15度④15-20度。
- 041.(2)生鮮魚類未能一次處理完畢時，應以冰塊覆蓋其上並儲存於何處較宜？
①冷凍庫②冷藏庫③烹調室④保麗龍盒。
- 042.(4)熟食之熱藏溫度依衛生法規應設定在攝氏多少度以上？①35度②45度③55度④60度。
- 043.(2)冷藏儲存食物量應佔其容積多少百分比以下？①40%②60%③80%④100%。
- 044.(4)下列何種食物不可用室溫貯存法？①奶粉②白糖③香料④鮮奶油(Freshcream)。
- 045.(1)蘋果應保存在攝氏多少度間？①3-5 ②8-10 ③13-15 ④18-20。
- 046.(2)能將食物之酸度提高而使細菌無法生存的是下列何種方法？①水漬法②醋漬法③鹽漬法④脫水法。
- 047.(3)有關寒帶生鮮蔬果儲存的方法，下列何者是錯誤的？①無低溫障害之水果應儲存在冷藏庫水果儲存前不應水洗②水果去皮可耐儲存④蔬菜和水果的儲存方法一樣。
- 048.(4)採購之魚類在冷藏儲存前應作何處理？①不須處理直接冷藏②外表洗淨後即冷藏③除去鱗片洗淨後再冷藏④除去鱗片、魚鰓及內臟等洗淨後再冷藏。
- 049.(4)有關乳品儲存，下列何者是錯誤的？①鮮乳應儲存在攝氏0~5度間②乳酪(Cheese)要緊密包裝③鮮奶開封後保存期限縮短④奶粉在室溫下可保存五年。
- 050.(4)下列何種食物在攝氏4度可保持2星期？①魚肉②禽肉③菠菜④西洋芹菜。
- 051.(3)有關食品的冷凍儲存，下列何者是錯誤的？①保存期限視食物種類而異②烹煮過的食物冷凍儲存期限較長
③儲存溫度上下波動並不會影響品質④食品適用與否不能單以包裝上標示的保存期限為準。
- 052.(2)下列何種原料在室溫中可儲放最久？①麵粉②吉利丁(Gelatin) ③麵包粉④全麥麵粉。
- 053.(4)驗收食物(品)時最需注意的是下列何者？①物美價廉②送貨時間③是否合季節④品質與數量。
- 054.(2)卡達乳酪(Cottage cheese)應放在攝氏幾度的庫房保存？①-5至-1②0-5③6-10 ④11-15。
- 055.(3)愛摩塔乳酪(Emmental cheese)應放在攝氏幾度的庫房保存？①-5至-1②0-4③5-10 ④11-15。
- 056.(4)乳酪(Cheese)應放在多少相對濕度(RH%)的庫房保存？①20-30 ②40-50③60-70 ④80-90。

- 057.(1)下列何者水果熟成應單獨貯存而不應與其他水果共同貯存？①蘋果②西瓜③柳丁④葡萄。
- 058.(2)新鮮雞肉(Fresh Chicken)在冰溫可保存多少天？①1 ②2③3④4。
- 059.(2)煎法國吐司(French toast)供餐時要酥脆(crisp)，因此在烹調上應如何處理較好？①先沾蛋液再泡牛奶②先泡牛奶再沾蛋液③先沾麵包粉再泡牛奶蛋混合液④先泡牛奶蛋混合液後沾麵包粉。
- 060.(1)下列何者不是西餐肉品綁緊定型(Trussing)的目的：①增進風味②美化外觀③容易切割④易於烹調。
- 061.(1)為避免變色而將馬鈴薯置冷水中，應不超過多久才不損其風味？①1小時②2小時③3小時 ④4小時。
- 062.(2)雞肉烹調前要徹底清洗乾淨的主要目的為何？①去除過多的油脂②清除排泄物的污染③為求較佳的味道④較容易烹調。
- 063.(4)下列何者不是匈牙利牛肉湯(Hungarian goulash soup)的製作材料？①洋蔥②牛肉③馬鈴薯④胡蘿蔔。
- 064.(3)下列何者是匈牙利牛肉湯(Hungarian goulash soup)供餐時可當盤飾的材料？①葡萄酒②脆麵包丁(Croutons)③酸奶油(Sourcream) ④水果球。
- 065.(2)要烹調出清澈的雞肉清湯應如何製備？①多重過濾②細火慢煮③用熱湯煮④烈火快煮。
- 066.(3)下列何種切割方式引起細菌污染的程度最快、最多？①肉塊②肉片③絞肉④肉絲。
- 067.(3)下列何處是生剝蛤蜊(Clam)最佳的下刀處？①上殼②下殼③圓嘴處④尖嘴處。
- 068.(3)烹調羹湯調味，通常在何時段加入鹽最恰當？①前段②中間③後段④隨時。
- 069.(2)水波煮(Poaching)的烹調溫度約為攝氏幾度①55—65度②70—80度③85—95度④100-110度。
- 070.(3)慢煮(Simmering)的烹調溫度約為攝氏幾度①61—72度②73—84度③85—96度④97-108度。
- 071.(3)下列何者為佛羅倫斯雞胸附青豆飯菜餚所含的蔬菜？①青花菜(Broccoli)②羅蔓菜(Romain lettuce) ③菠菜(Spinach) ④波士頓萵苣(Bostonlettuce)。
- 072.(4)下列何者為佛羅倫斯雞胸菜餚的下中上層的組合程序？①雞胸肉、菠菜、乳酪奶油調味醬(Mornay sauce)並撒 upper 上巴美乳酪粉(Parmesan) ②乳酪奶油調味醬、菠菜、雞胸肉並撒 upper 上巴美乳酪粉③乳酪奶油調味醬、雞胸肉、菠菜並撒 upper 上巴美乳酪粉④菠菜、雞胸肉、乳酪奶油調味醬並撒 upper 上巴美乳酪粉。
- 073.(1)下列何者是香草餡奶油泡芙(Cream puff with vanilla custard filling)之泡芙麵糊的正確製法？①麵粉等材料加入煮開的奶油水中攪拌②煮開的奶油水加入麵粉等材料中攪拌③麵粉等材料加入奶油冷水中攪拌④奶油冷水加入麵粉等材料中攪拌。
- 074.(2)清湯(Consomme)是屬於何種湯類烹調成的？①濃湯(Thick soup) ②高湯(Clear soup)③奶油湯(Cream soup) ④漿湯(Puree soup)。
- 075.(2)奶油青花菜濃湯(Cream of broccoli soup)之青花菜應如何處理濃湯才能呈淡綠色澤？①殺菁後即與湯體共煮 ②殺菁後留部分與湯體打泥回鍋烹調③不需殺菁直接烹調④不需殺菁留下裝飾用即可。
- 076.(4)蒜苗馬鈴薯冷湯(Vichyssoise)應以下列何種容器盛裝？①玻璃杯②湯盤③馬克杯④湯杯。
- 077.(2)蛋黃醬(Mayonnaise)乳化狀態最穩定的溫度約攝氏幾度？
①5-10度②10—30度③15—35度④ 20—40度。
- 078.(3)乳酪奶油焗鱸魚排附水煮馬鈴薯(Seabass fill etalamornay with boiled potato)之魚排切出後魚骨應如何處理才正確？①丟垃圾桶以免污染環境②放進冰箱保鮮不使用③煮成高湯備用④煮熟後作盤飾使用。
- 079.(3)下列何種魚是凱撒沙拉(Caesar salad)的材料之一？①燻鮭魚②鱒魚③鯉魚④鱒魚。
- 080.(4)油醋沙拉醬(Vinaigrette)之主要油脂材料為何？①鮮奶油②奶油③牛油④植物油。
- 081.(1)熬煮白高湯(Whitestock)所用的骨頭材料為何種？①小牛骨②豬骨③魚骨④鴨骨。
- 082.(1)什麼骨頭材料是熬煮褐高湯(Brownstock)用的？①小牛骨②豬骨③魚骨④鴨骨。
- 083.(3)下列什麼材料是熬煮褐高湯之褐色來源？①加醬油②加醬色③烤肉骨與調味用蔬菜④加色素。
- 084.(3)褐高湯(Brownstock)的褐色是因加熱產生何種變化所致？①凝固作用②膠化作用③焦化作用④蒸氣作用。
- 085.(3)麵糊(Roux)在烹調上的功效為何？①焦化②軟化③稠化④液化。
- 086.(2)下列何者是乳酪奶油焗鱸魚排附水煮馬鈴薯(Seabass fill etalamornay with boiled potato)之魚骨烹煮成高湯後的使用第一步驟？①煮馬鈴薯②煮魚排③煮乳酪奶油調味醬(Mornay sauce) ④煮蔬菜。
- 087.(1)油炸食物時油溫不要超過攝氏幾度油脂才不易敗壞？①180度②190度③200度④210度。
- 088.(1)烹調奶油濃湯(Cream soup)是否須加入鮮奶油(Cream)？①要加②不可加③視情況④只能加乳酪。

- 089.(3)油炸食物要如何才能降低油炸鍋中油脂氧化作用？①多炸高水份食物②多用高溫油炸③多用低溫油炸④多炸高鹽食物。
- 090.(4)同油溫油炸冷凍食物要比室溫食物約多出多少時間？①10%②15%③20%④25%。
- 091.(3)在何種油溫油炸食物，含油量會比較高？①高溫②中溫③低溫④與溫度無關。
- 092.(2)要有色澤金黃，鬆脆好吃的炸薯條(French fries)，應油炸幾次？①1次②2次③3次④4次。
- 093.(3)下列何者是乳酪奶油焗鱸魚排附水煮馬鈴薯之魚骨烹煮成高湯後的使用第二步驟？①煮馬鈴薯②煮魚排③煮乳酪奶油調味醬(Mornay sauce)④煮蔬菜。
- 094.(4)下列何者是煎烤馬鈴薯(Potato cocotte)的正確製備法？①先用奶油煎熟再烤②直接煎烤③先用滾水煮熟再煎烤④先用冷水煮開再煎烤。
- 095.(1)下列何者是煎烤馬鈴薯(Potato cocotte)的正確形狀？①指寬圓柱矩形②指寬橄欖形③指寬正方形④指寬圓柱半月形。
- 096.(1)下列何者是煎烤馬鈴薯(Potatococotte)之馬鈴薯的正確烹調法？①煎後加蓋烘烤②煎後不加蓋烘烤③煎後加牛奶加蓋烘烤④煎後加牛奶不加蓋烘烤。
- 097.(4)漢堡(Hamburger)原本是那一國的食物？①瑞士②法國③奧國④德國。
- 098.(3)漢堡(Hamburger)現今是那一國的速食代表物？①奧國②法國③美國④德國。
- 099.(2)下列何者是原汁烤全雞(Roasted chickenaujus)的正確烹調法？①先對切成半後烘烤②整隻烘烤③先切成四大塊後烘烤④先切八塊後烘烤。
- 100.(2)巧達湯(Chowder)是起源自那一國的名湯？①奧國②法國③美國④德國。
- 101.(3)曼哈頓巧達湯(Manhattan chowder)現今是那一國的名湯？①奧國②法國③美國④德國。
- 102.(3)巧達湯(Chowder)原屬那一類湯餚？①牛肉湯②蔬菜湯③海鮮湯④羊肉湯。
- 103.(3)下列何者是煎恩利蛋(Omelette)一人份的標準用蛋量？①一個②二個③三個④四個。
- 104.(4)羅宋湯(Russianborsch)是那裡的名湯？①呂宋②美國③法國④俄羅斯。
- 105.(1)下列何者是美(英)式早餐炒蛋的英文名稱？①Scrambledegg②Friedegg ㄆ③Boiledegg④Poachedegg。
- 106.(1)下列何者是義大利蔬菜湯(Minestrone)湯體濃稠度的來源？①本身材料②麵粉③麵包粉④蛋黃醬。
- 107.(3)下列那種乳酪較常搭配於義大利麵食？①藍紋(Blue)②卡曼堡(Camembert)③巴美(Parmesan)④哥達(Gouda)。
- 108.(2)食用燻鮭(Smokedsalmon)時那一項材料不適合搭配？①洋蔥②蒜頭③檸檬④酸豆(Caper)。
- 109.(1)"Horsd'Oeuvre"是指餐譜中那一道菜？①開胃前菜②美味羹湯③珍饈主菜④餐後甜點。
- 110.(2)"Appetizer"是指餐譜中那一道菜？①珍饈主菜②開胃前菜③美味羹湯④餐後甜點。
- 111.(2)阿拉伯回教徒的菜單中不宜使用何種食物？①牛肉②豬肉③羊肉④雞肉。
- 112.(3)吃素者菜單宜以下列何種食物為主？①魚肉②羊肉③蔬菜④蛋類。
- 113.(1)下列何者是豬排烹調前拍打的主要作用？①鬆弛肉質②節省能源③快熟省勞力④增大面積。
- 114.(2)下列何者是豬排烹調前拍打的主要作用？①增大面積②易於入味③快熟省勞力④調節能源。
- 115.(3)下列何者是豬排烹調前拍打的主要作用？①增大面積②快熟省勞力③易於整型④節省能源。
- 116.(2)馬鈴薯用水煮熟後冷卻的方法有下列哪一種？①冷水沖②冷風吹③溫水沖④放冰箱。
- 117.(4)下列何者不屬烹調熱源導熱法？①傳導法②對流法③輻射法④感應法。
- 118.(3)明火烤爐(Salamander)是何種導熱法？①傳導法②對流法③輻射法④感應法。
- 119.(1)煎爐(Griddle)是何種導熱法？①傳導法②對流法③輻射法④感應法。
- 120.(2)烤箱(Oven)是何種導熱法？①傳導法②對流法③輻射法④感應法。
- 121.(2)迴風烤箱(Convectionoven)是何種導熱法？①傳導法②對流法③輻射法④感應法。
- 122.(2)油炸烹調(Deep-Frying)是何種導熱法？①傳導法②對流法③輻射法④感應法。
- 123.(2)下列何者是蔬菜片湯(Paysannesoup)的蔬菜刀工正確形狀？①長方形片②正方形片③三角片④梯片形。
- 124.(4)下列何者是切割法中最細的刀工？①塊(Chop)②丁(Dice)③粒(Brunoise)④末(Mince)。
- 125.(1)最適宜雞尾酒會(Cocktailparty)供應之食物大小規格為何？①可一口食用者②愈大塊愈實際③愈小愈精緻④依食物種類而異。

- 126.(2)下列何種材質砧板最適合剝肉末？①玻璃②檜木材質③大理石④金屬。
- 127.(3)早餐煎餅(Pancake)通常附帶下列何物？①果醬②奶油③楓糖漿④花生醬。
- 128.(2)通常烹調蛋包(Omelette)需使用幾顆雞蛋？①4 ②3 ③2 ④1。
- 129.(1)西餐早餐雞蛋的烹調除了有水波蛋、水煮蛋、煎蛋、炒蛋外還有哪些？①蛋包②蒸蛋③烘蛋④滷蛋。
- 130.(2)匈牙利牛肉(Beefgoulash)必須加下列何物？①紅辣椒粉②紅甜椒粉③蕃茄醬④蕃茄汁。
- 131.(2)冷凍薯條(Frenchfries)應如何烹調？①解凍再炸②直接油炸③先燙再烤④直接烘烤。
- 132.(3)西餐的主菜(Maincourse)大多是指下列何類食物？①澱粉類②蔬菜類③肉品類④水果類。
- 133.(4)下列何者不是牛排烹調法之生熟度的用語？①Rare ②Medium ③Welldone④Raw。
- 134.(4)西式早餐除了單點式(alacarte)及歐陸式(Continental)外還有下列何者？①法式②俄式 ③德式④美式。
- 135.(3)油炸新鮮薯條，炸半熟後應再以攝氏幾度炸至全熟？①163 ②170③191④205。
- 136.(1)食物用水來殺菁(Blanching)時水溫是攝氏多少度？①100 ②90 ③80④70。
- 137.(4)食物用油來殺菁(Blanching)時油溫是攝氏多少度？①70 ②90 ③110 ④130。
- 138.(3)殺菁(Blanching)時食物與水量的比率是多少？①1:1 ②1:5 ③1:10 ④1:15。
- 139.(2)食物水波煮(Poaching)時水溫是攝氏多少度？①50~60 ②70~80 ③90~100 ④110~120。
- 140.(3)油炸(Deep-Fryng)時油溫是介於攝氏多少度間？①80~100 ②120~150③160~180 ④200~230。
- 141.(3)蔬菜是否可以燒烤(Broiling)？①可以②不可以③視種類而定④須先燙過才可。
- 142.(4)下列何種肉質適合爐烤(Roasting)？①菲力牛排②丁骨牛排③牛肝④牛後腿。
- 143.(1)下列何種肉質不適合爐烤(Roasting)？①菲力牛排②雞③豬里肌④牛胸肉。
- 144.(1)下列何種食物適合燴(Stewing)？①雞肉②菠菜③麵條④鮭魚。
- 145.(3)乳酪(Cheese)之最佳風味與口感在何溫度下可品嚐出？①高溫②低溫③室溫④體溫。
- 146.(3)下列何種器皿適合微波爐使用？①琺瑯器②銀銅器③陶瓷器④不銹鋼器。
- 147.(2)水果盤之裝飾以何種材料最適宜？①香芹(Parsley) ②薄荷葉③生(萵苣)菜葉④鮮花朵。
- 148.(4)用新鮮蔬果所切雕的花朵，最適用於何種菜餚的盤飾？①燜燴②炒炸③燉煮④冷盤。
- 149.(3)通常盛裝熱菜的盤子溫度保持在攝氏幾度最適宜？①29度②39度③49度④59度。
- 150.(3)主菜牛排類宜用何種器皿盛裝？①沙拉盤②點心盤③主菜盤④魚肉盤。

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班 西餐組技藝競賽 術科競賽內容

術科競賽內容：藍帶雞排附水煮馬鈴薯、雞肉奶油玉米湯『各兩份，每一人份製作一盤。一份評分、一份展示』。

每組考場提供之材料表			
名稱	規格	單位	數量
新鮮玉米	300g/條	條	1
洋蔥		顆	半顆
馬鈴薯	300g/顆	顆	2顆
全雞	1.2kg/隻	隻	1
紅蘿蔔	200g/條	條	1
花椰菜		顆	1/4
切達cheese片		片	2
火腿片		片	2
蛋		顆	2
調味料用罐	糖、鹽、胡椒粉、 月桂葉/組	組	1
公共調味台自取材料			
無糖鮮奶油	奶油		
百里香	雞高湯		
新鮮巴西利	中筋麵粉		
白酒	麵色粉		

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班
西餐組技藝競賽 每組考場已準備之個人工具表

每組考場準備之工具表			
名稱	規格	單位	數量
平底鍋	小	個	1
平底鍋	中	個	1
平鍋煎鏟		支	1
量杯	(250cc)	個	1
量杯	(1公升)	個	1
湯鍋加蓋	小	個	1
湯鍋	中	個	1
打蛋器		支	1
木匙		支	1
湯杓		支	1
湯匙		支	2
砧板組	紅.藍.白.綠.四色	組	1
圓型配菜盤		個	3
馬口碗	(三個一組)	組	1
主菜盤	30cm	個	2
湯盤	26cm	個	2
湯碗組		組	2
保鮮盒	塑膠	個	2
濾網		個	1
刨刀		支	1
鋁箔紙		捲	1
小彎刀	小	把	1
法國刀	10吋	把	2
毛巾		條	2

★紙巾自己帶

★可自帶其他刀具

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班 西餐組技藝競賽 時間分配表

項目	時間	地點	服務人員	備註
選手報到	8:00-8:10	圖書館		抽籤 共分『A、B、C、D』四組
評審說明	8:10-8:30	圖書館		術科說明
B、C、D 組學科預備	8:50-9:00	教學大樓二樓 知能閱覽室		
B、C、D 組學科測驗 1.	9:00-9:50	教學大樓二樓 知能閱覽室		50 分鐘
A 組學科預備	10:10-10:20	教學大樓二樓 知能閱覽室		
A 組學科測驗 2.	10:20-11:10	教學大樓二樓 知能閱覽室		50 分鐘
術科				
A 組術科測驗	08:40-10:00	西餐檢定考場 (藍帶堡)		80 分鐘
預備時間	10:00-10:10			
B 組術科測驗	10:10-11:30	西餐檢定考場 (藍帶堡)		80 分鐘
預備時間	11:30-11:40			
C 組術科測驗	11:40-13:00	西餐檢定考場 (藍帶堡)		80 分鐘
預備時間	13:00-13:10			
D 組術科測驗	13:10-14:30	西餐檢定考場 (藍帶堡)		80 分鐘
成績計算	14:30-15:10			
成品展示暨評審講評(成績公告)	15:00~15:40			

備註：

1. 成績公告時間得依比賽狀況提前或延後公告
2. 各場次時間得依現場狀況修正，考生應隨時準備

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班 西餐組技藝競賽 評分表

應考者姓名：
准考證號碼：
工作檯組：

應考日期：97 年 4 月 22 日
考場及場次：A B C D

評分標準	項目	衛生 (20%)	刀工 (20%)	烹調 (20%)	觀感 (20%)	口感 (20%)	小計 (100%)
		實得分數	實得分數	實得分數	實得分數	實得分數	實得分數
術科	藍帶雞排 附水煮馬 鈴薯						
	雞肉奶油 玉米湯						
	術科平均						
術科(75%)							
學科(25%)							
總 分							

評審簽章：_____

附件 7

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班
西餐組技藝競賽 學術科成績統計表

第		梯次		比賽時間：		
組別	姓名	學科分數	術科平均分數	總平均分數	名次	備註
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

評審簽名： _____

桃園縣九十六學年度國中技藝教育餐旅職群班 西餐組技藝競賽 學術科競賽規則

- 一、 參賽學生請於指定時間攜帶學生證報到，如未於時間內報到或未帶證件，以棄權論，不得異議。
 1. 各校選手報到時間為四月二十二日上午八時至八時十分止，報到時抽定術科場序。
 2. 術科報到時間依抽籤抽籤順序，於每場比賽前十分鐘開始報到，各場次比賽開始十分鐘後，不得再報到；各場比賽如因故延誤，得由評審議決後重新訂定。
- 二、 學科競賽：參賽學生請穿著各校制服(運動服)參加學科筆試准入場應試，逾時十分鐘不得入場，未滿二十分鐘不得出場，違者該科不予計分。
- 三、 術科內容：請穿著標準廚師服裝或各校制服(運動服)加及膝圍裙與網帽，服儀不合者，衛生成績零分，不得異議；入場應試，不得攜帶任何食材，每場考試時間包含清潔收拾完成共 80 分，違者該科不予計分。
- 四、 競賽使用器具設備，除有損壞，不得要求更換。
- 五、 競賽所需材料，由承辦單位提供，不得攜帶任何材料入場應試，違者該科不予計分。
- 六、 競賽期間，參賽學生如有下列情形，依規定扣分：
 1. 大聲喧嘩，扣總分十分
 2. 傳遞、夾帶或與組員以外之參賽者談話者，扣總分二十分
 3. 未經評審同意，擅自更換器具或調換作業位置者，扣總分二十分
 4. 經評審認定有重大不法情事或危及其他參賽學生安全或權益者，得令其出場，取消資格。
 5. 未於時間內將成品送至評審室，成品不予計分。
- 七、 參賽選手於競賽時，如因故需離開試場，需經評審同意，並由承辦單位派人陪同，時間繼續計算，不另折計。
- 八、 比賽會場遇有重大事故，由評審議決處理之，承辦單位協助。
- 九、 競賽時間截止時，即應立即出場，違者該術科不予計分。
- 十、 競賽成品需依評審指示，置於評審室，不得攜出。
- 十一、 各校領隊、指導教師或參賽同學不得在試場外逗留窺探，違者該組(校)不予計分。