



2017 第一屆全國健康養生創意 雞蛋烹飪競賽

主辦單位：育達科技大學

執行單位：育達科技大學餐旅經營系

協辦單位：中華民國養雞協會、菁芳園休閒農場、台灣美食交流協會

產品發表暨品嚐活動時間：2017 年 10 月 30 日(星期一)

地點：菁芳園休閒農場(彰化縣田尾鄉打簾村張厝巷 73 號)

競賽時間：2017 年 11 月 30 日(星期四)

地點：育達科技大學(苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號)

中華民國一百零六年九月

一、活動名稱：

【2017 第一屆全國健康養生創意雞蛋烹飪競賽】

二、活動構想：

雞蛋提供了豐富蛋白質及均衡的礦物質營養，透過適當的攝取即可調養身體並促進健康。經選擇與搭配適當食材在創意兼備的廚師妙手下，呈上桌的每一道佳餚，都是料理人用想像力體現創意生活的具體展現。對每一位享用佳餚者來說，入口的營養都能讓自己更健康，好吃有趣又常讓人對其創意巧思驚喜不斷。對每一位辛勤的耕耘者來說，享用在地農特產品食材，無疑是直接以行動支持這片土地這個產業。每個人生活中離不開飲食，同時享受飲食所帶來的幸福感受。近年來台灣食安問題層出不窮，對於過去「吃飯皇帝大」的世代，僅能有些許的懷念。

吉昌畜牧場 經營養雞產業 40 餘載，引用日本自然畜牧有機農法並導入全自動畜牧場環境控制系統，勝陽 漢方蛋不惜成本投入螺旋綠藻只因為可以養「健康的雞，生健康的蛋」，提供給消費者高價值營養及安全美味的雞蛋!讓支持我們的國人食在安心，健康益壽 延年~。

為展現勝陽 漢方蛋「香 Q、甜、好滋味」特色，吉昌畜牧場特委託育達科技大學，舉辦「第一屆全國健康養生創意雞蛋烹飪競賽」，以現代餐飲為設計概念，邀請全國餐飲相關科系的學生以健康餐飲實務創意能力踴躍參與「養生、健康、美味料理」的創意美食競賽。藉由競賽方式，讓青年學子藉此活動，學習使用好食材並培養健康生活概念，從中去發現及認識更多台灣的農特產品，藉此機會切磋研習廚藝技術，除了能夠更深入地認識各種在地農特產品，更能透過無毒食材的運用與搭配，發揮創意展現廚藝，並將研發設計出的雞蛋料理食譜向廣大的消費群推廣於日常生活的料理中。

本活動以「健康養生」的理念，預計可完成多項目標內容：

1. 以養生概念詮釋健康餐飲，使健康餐飲的製作有營養科學的依據。
2. 明確的蛋白質營養保健訴求，使民眾的飲食生活提昇至營養科學知性層次。
3. 將烹調技藝競賽轉化為實用的雞蛋烹調技藝大賽。
4. 推廣全方位均衡飲食的蛋白質基因與健康餐飲烹調技藝的結合。

5. 明確的營養科學烹調與健康美食訴求，將使實施的相關產業更得消費者信賴，未來將獲取營業佳績。
6. 未來的烹調教學與烹調傳承將更重營養科學與健康，將更確保飲食生活的品質。
7. 全國性的烹調競賽，可促進學術、技藝交流，並促進觀光產業。
8. 育達科技大學與諸協辦機構對科學烹調與健康餐飲的貢獻將獲得廣大民眾支持。

四、參加對象：

觀光餐旅相關科系之大專院校、高中職校學生，以學校科系為報名單位亦可參加，參賽者二人一組，初賽為書面審示，將公告評審的結果，入選之選手，錄取十二組，進入決賽。

五、競賽方式：

- (一) 分為初賽及複賽，初賽時須繳交報名表及聲明書(附一)、學生證影本粘貼頁(附二)、標準食譜書面資料、word 及 ppt 電子檔(需以光碟燒錄)各一份，於報名時間內(以郵戳日期為憑)寄至苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號 育達科技大學 餐旅經營系 收(註明參加 2017 年在地健康養生雞蛋創意料理烹飪競賽)；複賽時須至會場進行現場烹飪。
- (二) 參賽者作品可延伸揮灑融合料理概念，利用創意發想，運用台灣在地多元食材製作美味創意料理，時至節令:水果:水梨、葡萄、西瓜、琵琶、桃子、李子。蔬菜:香菇、山藥、南瓜、番茄、牛蒡、韭菜、桂竹筍。肉類:牛肉、豬肉、禽肉和海鮮等以上食材不限烹調方法，入菜可食重量需評量占成品比。
- (三) 呈現方式:每道菜餚分四盤，二盤為靜態展示用，兩盤由評審和嘉賓評分用。

六、活動時間：

- (一) 報名日期:於 106 年 11 月 10 日前寄出參賽資料及參賽作品
 - 11 月 10 日為報名截止日期，郵寄資料將以郵戳日期做為篩選
- (二) 初賽書審日期:自 106 年 11 月 13 日至 106 年 11 月 17 日
 - 將各個參賽者之標準食譜製作資料給專業評審評分
- (三) 106 年 11 月 20 日將入圍決賽者公告於網站
網址: <http://www.hm.ydu.edu.tw/>
- (四) 決賽現場烹飪比賽日期:106 年 11 月 30 日
 - 當日參賽者必須穿著乾淨廚師服、長褲、密合式安全鞋、廚師帽與

圍裙，長髮者必須穿戴髮網。

(五) 決賽地點：育達科技大學 綜合大樓 B1 西餐創藝教室（苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號）

七、程序安排：

(一) 報名方式：參賽者將參加初賽之菜餚製作報告內容，在報名日期內，以郵寄方式寄至苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號餐旅經營系(註明參加在地食材健康烹飪競賽活動活動)，最晚於 106 年 11 月 10 日寄送，屆時將以郵戳為憑

郵寄內容：1. 參賽者報名表及聲明書一張（如附錄一）

2. 學生證影本粘貼頁（如附錄二）

3. 菜餚製程表（如附錄三）word 及 ppt 電子檔一份，燒錄成光碟。

4. 授權書書面資料（如附錄四）

■ 若寄送內容缺一則不予評分

■ 不論是否入選，參賽資料不予退回，請參賽者自行備份。

(二) 初賽（第一階段）：書面資料審查（將選出十二組進入決賽）（評分方式請參考第十一點之評分標準第一階段）

(三) 決賽（第二階段）：參賽者決賽當日須親自前往指定地點進行菜餚烹調製作，由評審現場評分(評分方式請參考第十一點之評分標準第二階段)，當日公告決賽成績及頒獎，若當日不克前往則視為棄權，並不得找人代替烹調製作。

八、評分標準：

評審方式：

(一) 第一階段：初賽

9. 料理成品需有雞蛋作為主要食材之一，製作出創意雞蛋菜餚和搭配禽肉、獸肉、海鮮和蔬菜等食材之創意菜餚共兩個作品。

10. 製作表上詳細書寫隊伍名稱、作品名稱、材料名稱、材料份量及來源、調味料名稱及份量、製作過程及烹調技巧、創作理念及菜餚照片(5x7 吋照片，最多每道菜附上 2 張)，並附上報名表、證明文件(學生證)、履行個資法第 8 條告知義務聲明、肖像權及著作財產權授權同意書（請參照附件表單）。

3. 每位報名者限參加一組，完成初賽報名後不得更換參賽組別及隊員，決賽需為報名時相同隊員，重複報名者，主辦單位得逕行指定其參加之組別，不得異議。

4. 初賽評分配比：雞蛋之應用 20%、調理可行性 10%、烹調技巧及注意事項 10%、創意及特色 30%、食材搭配及外觀 20%、市場行銷可行性 10%。
5. 依書面評審分數最高之前十二組進入決賽，並後補取 3 名，若進入決賽不克前來者，請於三天前告知。總分相同時之參酌比較項目順序分別為（1）創意（2）與觀光資源結合（3）健康、養生概念（4）市場行銷可行性及內容順暢性。四項分數亦同時，則增額入選。晉級決賽名單與時程表將公告於 fb 勝陽漢方蛋粉絲專頁，並以電話、mail 通知各組。

(二)第二階段：決賽比賽辦法

- 1、決賽時間：2017 年 11 月 30 日(四)
- 2、決賽地點：育達科技大學(苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號)
- 3、評選方式：三位專業評審依評分標準規則進行評分。評選出前三名及佳作二名

(三)競賽食材:

- 1.限定成品內容需以勝陽漢方蛋做為主要食材之一，並突顯勝陽漢方蛋健康、養生的特性創意料理菜餚為目的。以及另一道搭配有勝陽漢方蛋及【省道台三線】農特產品的創意菜餚。
- 2.決賽所需勝陽漢方蛋及基本調味料(蔬菜油、鹽、砂糖、白胡椒粉)由大會提供，其他食材及特殊調味料請選手自行攜帶。
- 3.食材可先行清洗、去皮、漲發、醃漬、熬煮高湯，唯必須保留食材型態之完整性，不可切割、磨碎、汆燙、滷製或油炸等前置處理，違者禁帶入該項食材。
- 4.所有食材需使用天然食材及調味料，不可使用人工食品添加物，不得已市面調理完成醬料、半成品、成品參賽，否則該項菜餚以零分計算。(如 XO 醬、千島醬...等)
- 5.各參賽隊伍準備之食材應物盡其用，避免浪費。

(四)競賽時間:120 分鐘

(五)評分說明:

- 1.入圍決賽隊伍，決賽當天進行抽籤決定工作檯順序。
- 2.依規定 120 分鐘內完成 3 道菜各 4 盤(每盤份量最少一人份)，一盤作為評審試吃暨評分標準，一盤作為來賓試吃評分，兩盤作為展示桌陳列供記者拍照和現場來賓參觀用。
- 3.其中所完成菜餚成品之一必須以雞蛋為主食材，另外搭配 2 道以雞蛋為副食材並分別搭配浪漫【台三線】農特產品以台式、日式或西式料理手法做烹調，擺盤作為評分標準。總分數為 100

分，比賽開始 100 分鐘後開始出菜，每隔 4 分鐘出一道菜。如未於 180 分鐘內完成菜餚製作，每超出 4 分鐘後酌予扣分。

4. 參賽隊伍請自行佈置展示台，並自備菜餚名稱及理念說明立牌，由執行單位製作隊伍名稱。展示台桌面為 100*45 公分。

5. 現場評審委員依參賽隊伍之現場烹調，進行小組食物製備流程評分。評分項目如下：

★決賽評審標準：

評分項目	評分比重
1. 菜餚設計及整體觀感(特色創意)	30%
2. 菜餚口味(來賓佔 5%)	40%
3. 衛生、健康、養生概念	20%
4. 展台設計擺飾	10%

(六) 獎項：

1. 金牌獎乙組(整體成績 90 分以上)：獎金新台幣壹萬元。
 2. 銀牌獎乙組(整體成績 80 分以上)：獎金新台幣捌千元。
 3. 銅牌獎乙組(整體成績 70 分以上)：獎金新台幣伍仟元。
 4. 佳作獎隊伍貳組:每組獎金新台幣壹仟伍佰元。
- ◇ 以上得獎隊伍每人獲獎牌乙面及獎狀乙張。

(七) 注意事項：

1. 凡入圍之作品，若有侵害他人之權利、非自行製作或違反政府法令，經他人檢舉並查證屬實者，主辦單位將取消作品參賽資格，其若有領得之獎金與獎狀並追繳之。
2. 本活動因故無法進行時，主辦單位有權決定取消、終止、修改或暫停本活動。
3. 會場所提供之用具與器材不得任意帶走及損壞，如有上述情事參照市價賠償，所有器具使用完畢後須清洗乾淨，物歸原位。
4. 參賽者須穿著正式廚師服裝，以整潔統一符合服裝儀容。
5. 參賽者製作料理過程必須注意餐飲衛生安全，避免食物中毒。
6. 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，承辦單位將視情況取消其參賽資格。
7. 本規範如有未盡事宜，得以隨時補充修正，並於活動當日或比賽前統一說明。

九、比賽流程：

時間	項目	活動內容	備註
AM8:20~8:40	報到	選手報到暨領取識別證	
AM8:40~8:50	始業式	貴賓致詞暨裁判會議	
AM8:50~9:00	比賽說明	比賽規則說明	
AM9:00~11:00	競賽時間	評審評分時間	
AM11:00~11:30	場地清潔	選手使用場地善後清潔工作	
11:50~12:10	閉幕式	閉幕活動暨頒獎	
12:10	賦歸	午餐盒發放活動結束，場地恢復	

十、獎勵辦法：

- 1.入圍決賽未得獎隊伍每人皆可獲頒發參加證書一張。
- 2.指導老師：頒發感謝證明。

十一、主辦單位連絡方式：

連絡人：育達科技大學 餐旅經營系 杰輝李 先生 / 賴冠伶 小姐

電話：037-651188 轉 5602 傳真：037-652588

大會器具清單

編號	器具	數量	編號	設備	備註
1	平底鍋	2	18	西餐四口爐/ 下烤箱	每組
2	醬汁鍋	2	19	6 盤蒸烤箱	4 組共用
3	炒鏟	1	20	明火烤箱	4 組共用
4	湯鍋	1	21	果汁機	2 組共用
5	西餐主廚刀	1	22		
6	魚鱗刀	1	23		

7	砧板	各 1	24		
8	削皮刀	1	25		
9	剪刀	1	26		
10	量匙(組)	1	27		
11	量杯	1	28		
12	湯杓	1	29		
13	鐵湯匙	1	30		
14	馬口碗	5	31		
15	配菜盤	5	32		
16	大鋼盆	3	33		
17	疏離	1	34		

公共材料清單

編號	品名	數量
1	蔬菜油	1 公升
2	精鹽	100g
3	砂糖	200g
4	白胡椒粉	50g
5	醬油	1 公升
6	太白粉	100g
7	白醋	1 公升

第一屆全國健康養生創意雞蛋烹飪競賽

報名專用信封

<p>郵票 貼處</p>	<p>「第一屆全國健康養生創意雞蛋烹飪競賽」 活動小組收</p>	<p>苗栗縣造橋鄉談文村學府路 168 號 育達科技大學 餐旅經營系</p>
<p>限時掛號</p>		
<p>寄件人</p>	<p>地址</p>	<p>電話</p>
<p>請檢核報名資料</p>		
<p><input type="checkbox"/> 參賽隊伍報名表 1 份</p>	<p><input type="checkbox"/> 履行個資法第 8 條告知義務聲明</p>	
<p><input type="checkbox"/> 肖像權及著作財產權授權同意書 1 份</p>	<p><input type="checkbox"/> 創意雞蛋菜餚料理製作表及照片 1 份</p>	
<p><input type="checkbox"/> 創意客家漬物料理製作表及照片 1 份</p>	<p><input type="checkbox"/> 證明文件 1 份</p>	

附錄一、參賽者報名表及聲明書

作品名稱(一)			作品名稱(二)		
領隊學生姓名			出生年月日	民國	年 月 日
指導老師姓名			連絡電話		
老師 e-mail:					
通訊地址	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
	縣(市)		區(市鄉鎮)		里 鄰
	路(街)		段 巷		弄 號 樓
就讀學校			就讀科系		
連絡電話	(日)	(夜)		(手機)	
其它共同參與人員(個人參賽者免填)					
姓名	連絡電話	E-mail			
	連絡地址				
1.					
2.					
3.					
參賽聲明	<p>本人(團隊)參加「第一屆全國健康養生創意雞蛋烹飪競賽」活動，本人(團隊)保證已確實了解活動簡章和公告之規定，並同意遵守各項規定。</p> <p>1.本人(團隊)具結上述各項資料正確無誤，以及所參加比賽之作品係本人(團隊)之原創著作，且不曾對外(含校內)公開發表，如有不實，願自負全部之法律責任。</p> <p>2.本人(團隊)同意上述參賽作品之相關資料，無償供主辦單位使用於在未來製作活動成果報告書、展示及未來集結成冊出版之使用。</p> <p>3.本人(團隊)同意本創意作品及相關內容授權主辦單位提供給相關單位(例.縣市政府)參考應用於地方發展上。</p>				
	聲明人(團隊):		(簽名及蓋章)		
	中華民國 106 年 月 日				
	(以下欄位由承辦單位填寫)				
參賽作品編號		收件日期	年 月 日	檢訂人員	

附錄二、證件影本粘貼頁：請將證件正反面影本實貼於下面表格中

指導老師	
身分證正面 (實貼)	身分證反面 (實貼)
參賽者一	
學生證正面 (實貼)	學生證反面 (實貼)
參賽者二	
學生證正面 (實貼)	學生證反面 (實貼)

製 程 表

份量： 人份

中文菜名				隊 名	
食 材 分 類	食 材 項 次	物 料 名 稱	實 際 用 量 (克)	製作流程：	
				1.	
主 食 材	1			<p style="text-align: center;"><u>選材運用理念說明：</u></p>	
	2				
	3				
	4				
	5				
副 食 材	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
調 味 料 (務 必 詳 列)	1				
	2				
	3				
	4				
	5	玉米粉	3		
營養成分/每人份(以下勿填)					
重量：		公克			
熱量	大卡	脂肪	公克		
蛋白質	公克	碳水化合物	公克		

製 程 表

份量： 人份

中文菜名				隊 名	
食 材 分 類	食 材 項 次	物 料 名 稱	實 際 用 量 (克)	<p>製作流程：</p> <p style="text-align: center; color: red;"><u>選材運用理念說明：</u></p>	
	1				
	2				
	3				
	4				
主 食 材	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
副 食 材	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
調 味 料 (務 必 詳 列)	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
營養成分/每人份(以下勿填)					
重量：		公克			
熱量	大卡	脂肪	公克		
蛋白質	公克	碳水化合物	公克		

