



公理高中書院 Cooking King 聯校烹飪比賽 2019



《比賽規則》

比賽目的

- 提升學生對烹飪、食物營養及飲食健康的認識及興趣。
- 推動創意健康入廚樂，培養積極樂觀的態度。
- 透過比賽交流，培養團體合作性及互助精神。

比賽詳情

1. 主 題 :

「有營樂繽紛」-以自選材料配合時令水果，製作出一道富創意而美味的佳餚，從而藉烹飪創作帶出健康有營的入廚樂趣。

2. 參賽對象 : 中一至中六學生(2-4名)。

3. 比賽規則 :

- a. 學校須於報名時提交一份食譜(中式小菜/西式主菜)。
- b. 食譜內須列明菜式名稱、設計概念、材料成本、份量、營養成份及烹飪方法。
- c. 評審團將甄選6間學校進入決賽，並以書面形式通知入圍隊伍。
- d. 比賽時限為1小時，因時間所限，參賽者須在比賽前備妥材料(切、醃、調味)，即場烹調美食，以供評判品嚐及評分。
- e. 一切煮食用的食油、基本調味料及烹飪使用之器皿，可由大會提供。
- f. 食物不少於半磅。
- g. 評判試食時，參賽者需用3分鐘作口頭介紹其菜式。
- h. 大會只提供約20cm白色瓷碟作上菜之用。如有需要，參賽者可自備上菜碟。
- i. 比賽結果於賽後即場宣布(最終結果將以大會決定為準，不得異議)，頒獎禮隨即舉行。
- j. 入圍隊伍必須至少安排兩名隊員出席2019年6月24日(星期一)下午3時正於中華基督教會公理高中書院所舉行的簡介會。

4. 評分標準 :

- a. 味道(40%)
- b. 創意(10%)
- c. 營養價值(20%)
- d. 食材選擇(10%)
- e. 合作精神(10%)
- f. 整潔衛生(10%)



公理高中書院 Cooking King 聯校烹飪比賽 2019



5. 獎 項 :
- 是次比賽設冠、亞、季軍各一名及兩個特別獎，分別為最具創意獎及最合拍組別獎。
- 冠軍 : 獎盃及景樂集團餐飲禮券\$1000
亞軍 : 獎盃及景樂集團餐飲禮券\$800
季軍 : 獎盃及景樂集團餐飲禮券\$500
最具創意獎 : 獎狀及景樂集團餐飲禮券\$200
最合拍組別獎 : 獎狀及景樂集團餐飲禮券\$200
6. 報名辦法 :
- 參加者請連同本頁報名表格於 2019 年 6 月 6 日(四)前寄到銅鑼灣大坑徑 17 號「中華基督教會公理高中書院」，並註明「公理高中書院 Cooking King 聯校烹飪比賽 2019」，亦可將報名表格傳真至 2577-5016 或電郵到 cookingking@cccklc.edu.hk，入選之學校將於 2019 年 6 月 14 日前獲書面通知各項詳細安排。
- 如有查詢可致電: 2577-5778 聯絡薛小姐
7. 比賽安排流程 :
- 2019 年 5 月 20 日 (一) 接受報名
 - 2019 年 6 月 6 日 (四) 截止報名
 - 2019 年 6 月 14 日 (五) 通知入圍
 - 2019 年 6 月 24 日 (一) 出席簡介會
 - 2019 年 6 月 29 日 (六) 比賽



公理高中書院 Cooking King 聯校烹飪比賽 2019



報名表格

學校名稱	:
學校地址	:
負責老師姓名	:
負責老師電話	:
負責老師電郵	:

參賽隊伍

學生姓名		年級	電話
隊長			
隊員	(1)		
	(2)		
	(3)		

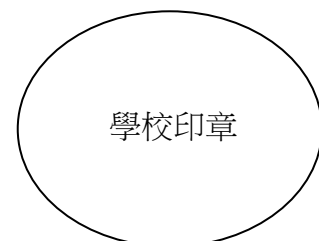
菜式名稱：_____

材料	份量
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

請於2019年6月6日(四)或之前，報名表連同食譜電郵到 cookingking@cccklc.edu.hk。

校長簽署：_____

日期：_____



學校印章