

玉林市机电工程学校

中餐烹饪与营养膳食专业  
人才培养方案  
(2020年修订)

## 中餐烹饪与营养膳食专业人才培养方案

### 一、专业名称（专业代码）

中餐烹饪与营养膳食（130700）

### 二、入学要求

初中毕业或具有同等学力

### 三、基本学制

3 年

### 四、培养目标

本专业坚持立德树人，面向饭店、餐馆、酒楼等餐饮企业以及企事业单位的餐厅、食堂、中央厨房等部门，培养从事中式烹调、中式面点操作和营养餐设计等一线工作，德智体美全面发展的高素质劳动者和技能型人才。

### 五、职业范围

序号	对应职业(岗位)	职业资格证书举例	专业(技能)方向
1	中式烹调师	中式烹调师	中式烹调
2	中式面点师	中式面点师	中式面点
3	营养配餐员	营养配餐员	营养配餐

说明：可根据区域实际情况和专业（技能）方向，取得 1 或 2 个证书。

### 六、人才规格

本专业毕业生应具有以下职业素养、专业知识和技能：

#### （一）职业素养

1. 具有良好的职业道德，能自觉遵守行业法规、规范和企业规章制度。
2. 具有从事餐饮业工作所需的爱岗敬业、吃苦耐劳、积极进取的工作态度。
3. 具有从事餐饮业工作所必备的安全生产意识、节约意识、环保节能意识，服务意识和创新意识。
4. 具有从事餐饮业工作所必备的学习新知识、新方法、新技术、新工艺的能力。
5. 具有从事餐饮业工作所必备的人际交往能力。

## （二）专业知识和技能

1. 了解中国饮食文化、烹饪传承发展、餐饮服务市场变化等相关知识。
2. 具备一定的烹饪原料知识和初步加工能力，掌握基础烹饪技法，能独立制作菜点。
3. 具备应用现代营养学、食品卫生学和饮食保健基础知识进行菜点创新、营养餐设计与制作的能力。
4. 了解食品安全相关法律法规与专业知识，能按照相关要求进行操作。
5. 掌握餐饮企业成本核算、厨房控制与管理、餐厅服务相关知识，具备正确操作及维护常用器具设备的能力。

### 专业(技能)方向 中式烹饪

1. 掌握各类菜肴制作基本技法及工艺流程，能制作常见菜肴品种。
2. 熟悉主要风味流派的技艺特点及传统名菜知识，能制作代表性风味菜品。
3. 了解相关的工艺美术知识，并能将其用于菜肴造型和美化。

### 专业(技能)方向 中式面点

1. 掌握各类面点制作基本技法及工艺流程，能制作主要面点品种。
2. 熟悉主要风味流派的面点特色与技艺特点，能制作代表性风味面点。
3. 了解相关的工艺美术知识，并能将其用于面点造型和美化。

### 专业（技能）方向——营养配餐

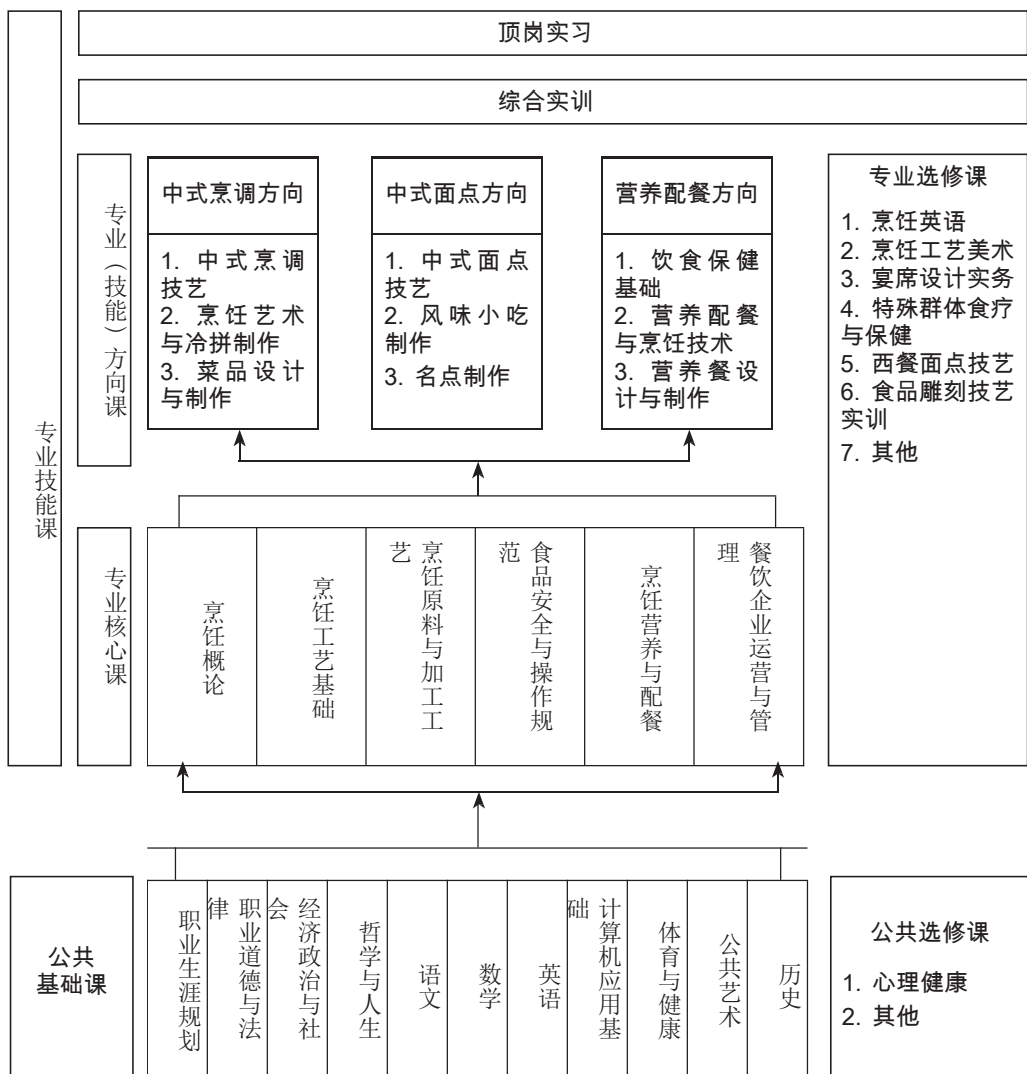
1. 掌握常用烹饪技法，能制作常见菜点品种。
2. 能在烹饪操作中合理保护菜点营养成分。
3. 能应用现代营养学、食品卫生学和饮食保健基础知识进行营养菜点的设计与制作。
4. 能根据不同职业、不同人群的营养需求特点配制营养膳食。

## 七、主要接续专业

高职：烹饪工艺与营养、餐饮管理与服务

本科：烹饪与营养教育、旅游管理、食品科学与工程

## 八、课程结构



## 九、课程设置及要求

本专业课程设置分为公共基础课和专业技能课。公共基础课包括德育课、文化课、体育与健康、公共艺术、历史，以及其他自然科学和人文科学类基础课。专业技能课包括专业核心课、专业(技能)方向课和专业选修课，实习实训是专业技能课教学的重要内容，含校内外实训、顶岗实习等多种形式。

## （一）公共基础课

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
1	职业生涯规划	依据《中等职业学校职业生涯规划教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	32
2	职业道德与法律	依据《中等职业学校职业道德与法律教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	32
3	经济政治与社会	依据《中等职业学校经济政治与社会教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	32
4	哲学与人生	依据《中等职业学校哲学与人生教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	32
5	语文	依据《中等职业学校语文教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色	162
6	数学	依据《中等职业学校数学教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色	144
7	英语	依据《中等职业学校英语教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色	144
8	计算机应用基础	依据《中等职业学校计算机应用基础教学大纲》开设，并注重在职业模块的教学内容中体现专业特色	108
9	体育与健康	依据《中等职业学校体育与健康教学指导纲要》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	144
10	公共艺术	依据《中等职业学校公共艺术教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	36
11	历史	依据《中等职业学校历史教学大纲》开设，并与专业实际和行业发展密切结合	36

## （二）专业技能课

### 1. 专业核心课

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
1	烹饪概论	了解中国烹饪发展过程与历史沿革、中国餐饮业发展过程与趋势、中国饮食民俗与饮食文化；掌握中国筵宴、中国烹饪风味流派构成	36
2	烹饪工艺基础	了解中国烹饪基本概念、主要特征；掌握菜肴组配基本概念、主要规则，以及调配原料、菜肴制作、面点制作等工艺的基本原理与常用方法	108

续表

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
3	烹饪原料与加工工艺	了解烹饪原料品质特点、原料品质鉴别与烹饪原料保管；熟悉烹饪制作用料要求；具备鉴别、使用烹饪新型原料的能力，烹饪原料洗涤、整理、分档取料和初步加工技术，以及刀工成型、菜肴搭配；能简单应用现代加工技术和设备	36
4	食品安全与操作规范	熟悉食品安全知识；掌握食品安全与卫生相关法律法规、各类食品卫生要求、食品污染识别及防制、食物中毒及其预防、食物合理烹调与加工、食品合理储存、餐饮业卫生要求与管理，以及烹饪操作规范	36
5	烹饪营养与配餐	了解现代营养学与饮食保健基础知识，以及烹饪对营养价值的影响；熟悉常见原材料营养价值与保健作用；掌握营养配餐基本原则、方法，以及主要烹饪原料营养价值	72
6	餐饮企业运营与管理	了解餐饮企业运行概况与业务流程、餐饮成本核算方法与基本规则、中央厨房基本概念与基本运行；熟悉现代厨房布局与基本运行流程，以及常用厨房设备使用和基本维护	72

## 2. 专业（技能）方向课

### (1) 中式烹调

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
1	中式烹调技艺	熟悉烹饪原料加工处理方法和成型质量标准；掌握烹饪原料初步熟处理方法的基本要求和操作要领，调味、盛器与菜肴配合的原则，制汤要领及上浆、挂糊、勾芡方法；能运用热菜烹调技法制作基本菜品和部分传统特色名菜	72
2	烹饪艺术与冷拼制作	了解烹饪艺术基础知识；掌握冷菜切配与拼摆、菜品造型步骤、方法及基本技能；能进行冷菜制作与卤水烹制	36
3	菜品设计与制作	熟悉菜品设计、宴席菜单设计基本原理与方法；能运用不同烹调方法进行菜品设计	72

### (2) 中式面点

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
1	中式面点技艺	了解面点原料知识；熟悉各种面团调制原理；掌握各种面团制作工艺，各种制馅方法，以及成型和熟制方法	72

续表

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
2	风味小吃制作	了解风味小吃基础知识；熟悉风味小吃制作方法；掌握北京风味、淮扬风味、广东风味等风味小吃的制作方法	36
3	名点制作	了解中国名点的风味和特色；熟悉苏式、广式、京式等面点特点及代表品种；掌握中国名点的制作	72

### (3) 营养配餐

序号	课程名称	主要教学内容和要求	参考学时
1	饮食保健基础	了解饮食保健基础和烹饪原料的物性、归属，熟悉四季及区域饮食宜忌、养生食谱，以及特殊群体食疗与保健基本知识；掌握饮食调补基本原则与食物搭配规则	72
2	营养配餐与烹饪技术	了解营养素损失原因和营养素在烹调加工中的变化；熟悉烹饪加工对食品营养价值的影响，以及合理烹调与营养保护	36
3	营养餐设计与制作	了解中式筵席营养设计原则及营养分析；熟悉食谱编制原则和餐食调查方法；掌握菜点营养成分标示、餐食质量评价内容，营养标签制作、食谱编制和套餐设计的方法，以及特殊人群的营养餐设计与制作	72

### 3. 专业选修课

- (1) 烹饪英语。
- (2) 烹饪工艺美术。
- (3) 宴席设计实务。
- (4) 特殊群体食疗与保健。
- (5) 西餐面点技艺。
- (6) 食品雕刻技艺实训。
- (7) 其他。

### 4. 综合实训

综合实训是学生从事中餐烹调岗位工作的演练，通过综合实训，使学生了解中餐烹调过程，掌握中餐菜点制作的相关知识和各项基本操作技能，具有规范化运用中餐烹调技法和用具制作中餐菜点的职业能力，并参加国家职业资格技能鉴定。学校要选定综合实训项目，按照国家职业资格标准要求项目进行实训。

5. 顶岗实习 顶岗实习是本专业学生职业技能和职业岗位工作能力培养的重要实践教学

环节，要认真落实教育部、财政部关于《中等职业学校学生实习管理办法》的有关要求，保证学生顶岗实习的岗位与其所学专业面向的岗位群基本一致。在确保学生实习总量的前提下，可根据实际需要，通过校企合作，实行工学交替、多学期、分阶段安排学生实习。

## 十、教学时间安排

### (一) 基本要求

每学年为**52**周，其中教学时间**40**周（含复习考试），累计假期**12**周，周学时一般为**28**学时，顶岗实习按每周**30**小时（1小时折合**1**学时）安排，**3**年总学时数为**3000~3300**。课程开设顺序和周学时安排，学校可根据实际情况调整。

实行学分制的学校，一般**16~18**学时为**1**学分，**3**年制总学分不得少于**170**。军训、社会实践、入学教育、毕业教育等活动以**1**周为**1**学分，共**5**学分。

公共基础课学时约占总学时的**1/3**，允许根据行业人才培养的实际需要在规定的范围内适当调整，但必须保证学生修完公共基础课的必修内容和学时。

专业技能课学时约占总学时的**2/3**，在确保学生实习总量的前提下，可根据实际需要集中或分阶段安排实习时间，行业企业认知实习应安排在第一学年。

课程设置中应设选修课，其学时数占总学时的比例应不少于**10%**。

### (二) 教学安排建议

课程类别	课程名称	学分	学时	学期						
				1	2	3	4	5	6	
公共基础课	职业生涯规划	2	32	√						
	职业道德与法律	2	32		√					
	经济政治与社会	2	32			√				
	哲学与人生	2	32				√			
	语文	10	162	√	√	√	√			
	数学	8	144	√	√	√				
	英语	8	144	√	√	√				
	计算机应用基础	6	108	√	√	√				
	体育与健康	8	144	√	√	√	√	√		
	公共艺术	2	36			√				
	历史	2	36		√					
	公共基础课小计	52	902							



续表

课程类别	课程名称	学分	学时	学期							
				1	2	3	4	5	6		
专业 技能课	专业 核心课	烹饪概论	2	36	√						
		烹饪工艺基础	6	108	√	√	√				
		烹饪原料与加工工艺	2	36		√					
		食品安全与操作规范	2	36		√					
		烹饪营养与配餐	4	72			√	√			
		餐饮企业运营与管理	4	72			√	√			
		小计	20	360							
	专业 (技能) 方向课	中餐 烹调 方向	中式烹调技艺	4	72		√	√			
			烹饪艺术与冷拼制作	2	36			√			
			菜品设计与制作	4	72			√	√		
			小计	10	180						
		中餐 面点 方向	中式面点技艺	4	72		√				
			风味小吃制作	2	36			√			
			名点制作	4	72			√			
			小计	10	180						
		营养 配餐 方向	饮食保健基础	4	72		√				
			营养配餐与烹饪技术	2	36			√			
			营养餐设计与制作	4	72			√			
			小计	10	180						
		综合实训		16	288				√	√	
		顶岗实习		60	1 080					√	√
		专业技能课小计		106	1 908						
		合计		158	2 810						

说明：

(1)“√”表示建议相应课程开设的学期。

(2) 本表不含军训、社会实践、入学教育、毕业教育及选修课教学安排，学校可根据实际情况灵活设置。

## 十一、教学实施

### (一) 教学要求

1. 公共基础课 公共基础课的教学要符合教育部有关教育教学的基本要求，按照培养学生

基本科学文化素养、服务学生专业学习和终身发展的功能来定位，重在教学方法、教学组织形式的改革，教学手段、教学模式的创新，调动学生学习的积极性，为学生综合素质的提高、职业能力的形成和可持续发展奠定基础。

## 2. 专业技能课 专业技能课应按照西餐烹饪职业岗位（群）的能力要求，强化理论实践

体化，突出“做中学、做中教”的职业教育教学特色，体现以学生为主体的思想和行动导向的教学观，以具有代表性的典型案例为载体，以课程知识、能力目标设计教学项目及任务，提倡项目教学、案例教学、任务教学、角色扮演、情境教学等方法，利用校内外实训基地，将学生的自主学习、合作学习和教师引导教学等教学组织形式有机结合。通过理论与实践相统一展开教学，贴近西餐企业生产实际，教、学、做相结合，突出技能培养。

### （二）教学管理

教学管理要更新观念，改变传统的教学管理方式。有一定的规范性和灵活性，合理调配教师、实训室和实训场地等教学资源，为课程的实施创造条件。学校要建立学校负责、企业参与的课程管理机制，形成适应课程教学改革的教学管理制度。要加强对教学过程的质量监控，改革教学评价的标准和方法，促进教师教学能力的提升。建立学校与企业共同管理顶岗实习的管理制度，确保教学质量。

## 十二、教学评价

### （一）专业课程的考核

专业课程“以学生发展为中心”，采用过程性考核和终结性考核相结合的考核模式，实现评价主体和内容的多元化，既关注学生专业能力的提高，又关注学生社会能力的发展，既要加强对学生知识技能的考核，又要加强对学生课程学习过程的督导，从而激发学生学习的主动性和积极性，促进教学过程的优化。

#### 1. 过程性考核 主要用于考查学生学习过程中对专业知识的综合运用和技能的掌握及学生

解决问题的能力，主要通过完成具体的学习（工作）项目的实施过程来进行评价。具体从学生在课堂学习和参与项目的态度、职业素养及回答问题等方面进行考核评价。同时，从学生在完成项目过程中所获得的实践经验、语言文字表达和人际交往及合作能力、工作任务或项目完成情况、安全意识、操作规范性和节能环保意识等方面来进行考核评价。

## 2. 终结性考核

主要用于考核学生对课程知识的理解和掌握，通过期末考试或答辩等方式来进行考核评价。

3. 课程总体评价 根据课程的目标与过程性考核评价成绩、终结性考核评价的相关程度，按

比例计入课程期末成绩。

### (二) 综合实训课程的考核评价

1. 实训实习评价 采用实习报告与实践操作水平相结合等形式，如实反映学生各项实训实习

项目的技能水平。

2. 顶岗实习评价 顶岗实习考核方面包括实习日志、实习报告、实习单位综合评价鉴定等多

层次、多方面的评价方式。

### (三) 顶岗实习课程的考核评价

成立由企业（兼职）指导教师、专业指导教师和辅导员（或班主任）组成的考核组，主要对学生在顶岗实习期间的劳动纪律、工作态度、团队合作精神、人际沟通能力、专业技术能力和任务完成等方面的情况进行考核评价。

## 十三、实训实习环境

### (一) 校内实训实验室

本专业校内实训实习必须具备的实训室及主要工具、实施设备和数量见下表。

序号	实训室名称	主要工具和设施设备		
		名称	数量(台/套)	
1	中餐烹调实训室	中餐烹调演示室	不锈钢炉灶	1
			不锈钢工作台	1
			不锈钢双星盆台	1
			不锈钢烟罩	1
			调味车(全套)	1
			餐具、容器、炊具	足量
			万能蒸烤烤箱	1
			消毒碟盘柜	1
			配套桌椅	40
电化教育设备(示教台)	1			

续表

序号	实训室名称	主要工具和设施设备		
		名称	数量(台/套)	
1	中餐烹调实训室	基本功训练室	不锈钢工作台连单星盆	16
			排风及新风设备	1
			电化教育设备(示教台)	1
			砧板	40
			餐具、容器及用具	足量
			电子秤	2
			餐具容器存放架	1
			刀具存放柜	1
			磨刀石	16
			垃圾桶	1
			模拟灶台炉架	40
		双耳锅及手勺	40	
		中餐实训室	不锈钢炉灶	8
			不锈钢工作台连下一层	8
			不锈钢双星盆台	10
			不锈钢烟罩	1
			调味车(全套)	8
			炊具	10
			餐具、容器、用具	足量
			万能蒸烤箱	1
消毒碟盘柜	1			
垃圾桶	1			
2	中式面点实训室	不锈钢集气罩	1	
		不锈钢工作台连下一层	2	
		木质案板工作台	16	
		不锈钢双星盆台	2	
		醒发箱	1	
		和面机	1	
		压面机	1	
		煎锅	2	
		不锈钢糖粉车	2	
		四门高身冰柜	1	

续表

序号	实训室名称	主要工具和设施设备	
		名称	数量(台/套)
2	中式面点实训室	多层烤箱	1
		单缸炸炉	1
		绞肉机	1
		小型电子台秤	1
3	营养配餐实训室	不锈钢工作台连下一层	8
		实验试剂保存柜	4
		天平等测重用具	40
		量杯等测量用具	40
		实验用品、用具	足量
		凯氏定氮仪	1
		滴定实验设备	40
		灼烧测定设备	40
		营养成分分析仪	2
电化教育设备(示教台)	1		

说明：主要工具和设施设备的数量按照标准班 40 人/班配置。

## (二) 校外实训基地

根据专业人才培养需要和中餐发展的特点，应在企业建立两类校外实训基地：一类是以专业认识和参观为主的实训基地，能够反映目前专业技能方向新技术，并能同时接纳较多学生学习，为新生入学教育和认识专业课程教学提供条件；另一类是以社会实践及学生顶岗实习为主的实训基地，能够为学生提供真实的专业技能方向综合实践轮岗训练的工作岗位，并能保证有效工作时间，该基地能根据培养目标要求和实践教学内容，校企合作共同制订实习计划和教学大纲，按进程精心编排教学设计并组织、管理教学过程。

## 十四、专业师资

根据教育部颁布的《中等职业学校教师专业标准》和《中等职业学校设置标准》的有关规定，进行教师队伍建设，合理配置教师资源。专业教师学历职称结构应合理，至少应配备具有相关专业中级以上专业技术职务的专任教师2人；建立“双师型”专业教师团队，其中双师型教师应不低于 30%；应有业务水平较高的专业带头人。

## 十五、其他