

# 十得餐飲 台菜傳承

## 第一屆「十得盃」全國台式料理競賽

### 活動簡章

#### 一、競賽目的

本活動旨在推廣台菜文化，傳承其多樣性與深厚內涵，增進學生與專業人士對台菜料理的理解與應用技巧，延續傳統的同時激發創新。透過競賽倡導永續飲食理念，強調善用食材，展現對環境的責任。

活動致力於培養具創新思維與專業技能的年輕廚師人才，為餐飲業注入新能量。此外，本活動提供學生與專業人士一個經驗交流、相互學習的平台，探索台菜多元面貌，同時累積實戰經驗；參賽者能在創作的過程中展現廚藝才華，提升創意思維，為未來職涯奠定堅實基礎。

#### 二、辦理單位

- (一) 指導單位：林知延副董事長  
KPMG 安侯企管顧問公司  
陳致中執行長  
璟睿永續有限公司  
財團法人石材暨資源產業研究發展中心  
唯心法律事務所
- (二) 主辦單位：十得餐飲有限公司
- (三) 贊助單位：陶麗雅行銷公司
- (四) 協辦單位：醒吾科技大學觀光餐旅學院

#### 三、參加對象及組隊方式

參與對象分為三組：社會組、大專校院組與高中職組。社會組歡迎餐飲業專業人士參賽，展現大廚實力與招牌料理；大專校院組針對餐飲相關科系的學生，發揮專業技能與創意；高中職組則歡迎廚藝相關科別的學生參加，展現台菜文化的理解與創新。各組參賽人員資格說明如下：

參加對象：

| 序號 | 對象     | 說明                             |
|----|--------|--------------------------------|
| 1  | 職業社會組  | 飯店業、餐飲業者、餐飲或營養工（公）會、食品及營養從業人員。 |
| 2  | 大專校院組  | 全國餐飲、食品、營養相關系所大專校院在學學生。        |
| 3  | 高中職學生組 | 全國餐飲、食品、營養相關科系高中職校在學學生。        |

(一) 參加方式：

- 1.每組參賽成員人數為 1 位。
- 2.每人僅限報名一組，不得重複參賽。

#### 四、競賽期程

| 項目            | 日期                                      | 內容                                                                                                                                                                                                 |
|---------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 報名期間          | 即日起至<br><b>114 年 3 月 4 日(二) 24 時</b> 為止 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 採網路報名，資料必須依簡章規定之制式表格完整填寫。除簽名需親筆簽名外，所有資料皆須以 word 文書作業系統輸入，並提供可編輯之電子檔。</li> <li>● 報名期間主辦單位將同步審查報名組別提交之報名資料，如有缺漏需補件，經通知需於<b>114年3月5日(三)</b>前完成補件。</li> </ul> |
| 第1階段<br>書面審查  | 114年3月8日(六)                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 預計114年3月10日(一) 於活動網頁公布入圍名單，並寄發通知。</li> </ul>                                                                                                              |
| 第2階段<br>全國總決賽 | 114年3月29日(六)                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 醒吾科技大學。</li> </ul>                                                                                                                                        |

備註：實際內容依照活動實際公告內容為主，主辦單位得視活動情形調整。

**報名方式：**

**(一) 網路報名**

報名資料檔案請寄送 107070@mail.hwu.edu.tw，信件主旨請註明「**第一屆十得盃全國台式料理競賽+參賽組別+姓名**」。

**(二) 報名需繳交資料(請參閱附件)**

1. 參賽報名表(附件 1)：
2. 完整且詳細指定料理食譜：食材、調味份量、作法及照片。(附件 2)
3. 完整且詳細豬肉類料理食譜：食材、調味份量、作法及照片。(附件 3)
4. 競賽切結書，每位參賽者皆需填寫(附件 4)

(三) 報名完成後，主辦單位將以電話通知與電子郵件回覆。

(四) 若報名資料不符規定者，將以電子郵件及電話通知缺漏進行補件，請於 **114 年 3 月 5 日**

**(三)前**完成補件，若逾期未補齊，即視為自行棄權。

(五) 有關競賽事宜，歡迎洽詢**第一屆十得盃全國台式料理競賽活動小組** 朱俊松老師

0958162933

## 五、競賽主題：

本次競賽以蛋及豬肉為競賽主軸。第一道指定菜餚「絲瓜烘蛋」僅限使用雞蛋、絲瓜及調味料，不可使用其他食材；第二道料理則是以豬肉為主要食材，並結合台灣元素，以呈現台式風味為原則，製作出美味創意兼具之料理。

## 六、競賽說明：

- 1.比賽時間為 90 分鐘，需製作兩道菜餚，每道兩盤，一盤做為評審試吃評分，一盤為擺盤展  
檯展示(展示台規格為 90\*60 cm)，需於比賽時間開始 45 分鐘內出第一道指定菜絲瓜烘蛋。
- 2.參賽者須佈置菜餚展示區(展示台規格為 90\*60 cm)及自行製作菜卡供展示用，內容需包含  
菜餚內容、使用食材、製作過程。
- 3.每道菜餚以 6 人份為主食譜表中需詳細填寫單位與數量。
- 4.大會提供基本爐具、廚具等器具，個人所需器具可自行攜帶。
- 5.成品擺設請參賽者於競賽當日依指定時限及擺設規格完成。
- 6.選手進場時，先行檢查大會所提供之器具，若無異議，比賽過程中不得再次申請補發。
- 7.參賽所使用之原料或食品添加物，皆需符合衛生福利部食品安全衛生管理法相關規定；主  
辦單位將於競賽現場抽檢參賽者使用之器具與食材是否符合規定，主辦單位有權逕予取消  
未符規定者之參賽資格。
- 8.指定菜餚絲瓜烘蛋直徑需 14 公分至 16 公分高度不得小於 2.5 公分

## 七、評分方式及標準

### (一) 書面評審

- 1.每道食譜需附上清晰的成品照片(解析度 300dpi)、詳細的食材、作法、餐點設計理念，  
並請一併提供電子檔案以利審查。

## 2. 評分標準：

| 項次 | 評分項目     | 比重  | 參考細項              |
|----|----------|-----|-------------------|
| 1  | 競賽主題     | 30% | 指定菜餚絲瓜烘蛋與豬肉類食材之運用 |
| 2  | 創意性與台式理念 | 30% | 台式風味創意理念          |
| 3  | 料理呈現     | 20% | 料理整體觀感及商業價值       |
| 4  | 食譜完整度    | 15% | 食譜撰寫完整、清晰、易理解     |
| 5  | 推廣可行性    | 5%  | 市場需求與商業化製作難易度     |

## (二) 全國總決賽（參賽者須尊重評審團之評審結果，不得異議。）

| 項次 | 評分項目      | 比重  | 細項                                      |
|----|-----------|-----|-----------------------------------------|
| 1  | 菜餚風味      | 40% | 料理整體具良好外觀與風味                            |
| 2  | 台式料理元素    | 25% | 調味的平衡與食材運用的多樣性                          |
| 3  | 食材選用及永續利用 | 20% | 選用國產當季食材、減少浪費<br>運用適當的烹調技術充分使用食材        |
| 4  | 衛生安全      | 10% | 個人衛生安全，包含工作區域、食材處理之清潔<br>與製作過程均符合良好衛生規範 |
| 5  | 展台設計      | 5%  | 作品的設計構思及呈現、菜卡設計                         |

## 八、活動獎項：

| 組別     | 獎項    | 名額 | 獎項內容                |              |
|--------|-------|----|---------------------|--------------|
| 專業社會組  | 金獎    | 1  | 獎金 5 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 銀獎    | 1  | 獎金 3 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 銅獎    | 1  | 獎金 2 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 佳作    | 7  | 獎金 2 仟元整、獎狀、獎牌      |              |
|        | 十得傳承獎 | 1  | 獎金 5 仟元整、獎狀、獎座乙式    |              |
| 大專校院組  | 金獎    | 1  | 獎金 3 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 | 指導老師<br>獎狀乙紙 |
|        | 銀獎    | 1  | 獎金 2 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 銅獎    | 1  | 獎金 1 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 佳作    | 4  | 獎金 2 仟元整、獎狀、獎牌      |              |
|        | 十得傳承獎 | 1  | 獎金 5 仟元整、獎狀、獎座乙式    |              |
| 高中職校園組 | 金獎    | 1  | 獎金 3 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 | 指導老師<br>獎狀乙紙 |
|        | 銀獎    | 1  | 獎金 2 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 銅獎    | 1  | 獎金 1 萬元整、獎狀、獎牌、獎座乙式 |              |
|        | 佳作    | 4  | 獎金 2 仟元整、獎狀、獎牌      |              |
|        | 十得傳承獎 | 1  | 獎金 5 仟元整、獎狀、獎座乙式    |              |

## 九、注意事項：

### (一) 競賽相關事務

- 1.由主辦單位邀請專業人士擔任評審。
- 2.參賽者請於比賽規定時間完成報到，核對個人資料，進行賽前準備及比賽材料檢查，並參加賽前說明會，**遲到者將不得入場**。
- 3.比賽時間為 90 分鐘，包含製作成品、出菜和環境清潔，**比賽開始後 30 分鐘內需出第一道指定菜絲瓜烘蛋**。比賽結束後，選手有 10 分鐘時間進行清理並撤出自備用品，未清理完全者將酌予扣分。
- 4.現場比賽成品、攜帶食材及擺盤須與報名表上所載相同，不得現場要求更換。
- 5.在「總決賽」中，**所有食材可提前清洗、去骨、切割但不可提前醃製與烹調**。
- 6.參賽者需自行準備料理所需的食材、配料、器皿、擺盤裝飾（可食用）、特殊加熱爐具、刀具、餐具、廚房紙巾、衛生手套等。
- 7.比賽成品每道需製作二份，一份供評審委員品評，另一份作為展示菜餚，需具有商業價值。

### (二) 服裝規範

參賽者需自備廚師服、圍裙、廚師帽、長褲、安全鞋，**競賽過程中不得露出公司及個人之標示**，服裝不符規定者將予以扣分。

### (三) 競賽地點與設備

全國總決賽會場地點為**醒吾科技大學觀光餐旅學院一樓(新北市林口區東林里粉寮路一段 101 號)**，場地提供基本爐具設備。

### (四) 參賽規則與義務：

- 1.參賽者須保證所有填寫或提出資料均為真實，且正確，未冒用或利用任何第三人之資料，如有不實或不正確之情事，參賽者應負一切相關責任，並取消參賽資格。
- 2.報名相關文件將不予退還，參賽者請自行備份。
- 3.通過書審參賽者必須參加全國總決賽，否則取消獎項。
- 4.主辦單位有權隨時修正、暫停、延長或終止活動，並在天災、疫情或其他不可抗力情況

下調整細節，對活動內容、獎項及爭議有最終解釋及決定權。活動的任何變更都將公布於活動網站。

## 十、聯絡資訊

- 聯絡單位：醒吾科技大學
- 聯絡窗口：「第一屆十得盃全國台式料理」競賽小組
- 聯絡電話：0958162933
- 電子信箱：107070@mail.hwu.edu.tw

|                                                                                    |                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |
| <p>「第一屆十得盃台式料理」競賽<br/>競賽 線上報名表</p>                                                 | <p>「第一屆十得盃台式料理」競賽<br/>競賽 LINE 群組</p>                                                |

## 十一、大會提供設備與物品

主辦單位提供競賽場地之設備，請參閱比賽設備清單(附件 5)

## 十二、競賽流程

| 場次                               | 時間          | 項目      | 備註                       | 時間分配 |
|----------------------------------|-------------|---------|--------------------------|------|
| 第一場<br>專業社會組<br>3/29 (六)         | 08:30~09:00 | 報到      | 觀光餐旅大樓一樓                 | 30   |
|                                  | 09:00~09:30 | 開幕式     | 觀光餐旅大樓一樓                 | 30   |
|                                  | 09:30~09:45 | 規則講解    | 評審說明比賽注意事項               | 15   |
|                                  | 09:45~10:00 | 食材與設備檢查 | 1.評審檢查食材<br>2.請參賽者進行設備確認 | 15   |
|                                  | 10:00~11:30 | 正式比賽    | 時間 90 分鐘                 | 90   |
|                                  | 11:30~12:00 | 品評      | T101 評審室                 | 30   |
| 第二場<br>大專校院組<br>高中職組<br>3/29 (六) | 11:30~12:30 | 報到      | 觀光餐旅大樓一樓                 | 30   |
|                                  | 12:30~12:45 | 規則講解    | 評審說明比賽注意事項               | 15   |
|                                  | 12:45~13:00 | 食材與設備檢查 | 1.評審檢查食材<br>2.請參賽者進行設備確認 | 15   |
|                                  | 13:00~14:30 | 正式比賽    | 時間 90 分鐘                 | 90   |
|                                  | 14:30~15:00 | 品評      | T101 評審室                 | 30   |
| 頒獎典禮                             | 15:00~16:00 | 評審講評    | 選手交流時間                   | 30   |
|                                  | 16:00~17:00 | 頒獎      | 公告名次                     | 60   |
|                                  | 賦歸          | 全體合影留念  |                          | 15   |

## 附件 1

## 第一屆「十得盃」全國台式料理競賽

## 社會組 報名表

|      |  |         |  |
|------|--|---------|--|
| 姓 名  |  | 職 稱     |  |
| 公司名稱 |  | 公司地點    |  |
| 年 齡  |  | Line ID |  |
| 連絡電話 |  | E-mail  |  |
| 通訊地址 |  |         |  |

|            |            |
|------------|------------|
| 選手身份證正面黏貼處 | 選手身份證反面黏貼處 |
|------------|------------|

附件 2

## 第一屆「十得盃」全國台式料理競賽

## 學生組報名表

☐大專校院組☐高中職學生組

|      |  |         |  |
|------|--|---------|--|
| 姓 名  |  | 指導老師    |  |
| 學校名稱 |  | 科 系     |  |
| 年 齡  |  | Line ID |  |
| 連絡電話 |  | E-mail  |  |
| 通訊地址 |  |         |  |

|            |            |
|------------|------------|
| 選手身份證正面黏貼處 | 選手身份證反面黏貼處 |
|------------|------------|

## 附件 3

## 第一屆「十得盃」全國台式料理競賽

選手編號：主辦單位填寫

菜餚名稱：

| 項目     | 材料 | 重量 | 單位 | 烹飪程序   |
|--------|----|----|----|--------|
| 1      |    |    |    |        |
| 2      |    |    |    |        |
| 3      |    |    |    |        |
| 4      |    |    |    |        |
| 5      |    |    |    |        |
| 6      |    |    |    |        |
| 7      |    |    |    |        |
| 8      |    |    |    |        |
| 9      |    |    |    |        |
| 10     |    |    |    |        |
| 11     |    |    |    |        |
| 12     |    |    |    |        |
| 13     |    |    |    |        |
| 14     |    |    |    |        |
| 15     |    |    |    |        |
| 菜餚成品圖片 |    |    |    | 台式創作理念 |
|        |    |    |    |        |
|        |    |    |    |        |

※若本表格不敷使用，請自行增列。

## 附件 4

## 第一屆「十得盃」全國台式料理競賽

## 競賽切結書

本人\_\_\_\_\_報名參加十得餐飲有限公司主辦之「第一屆十得盃台式料理」競賽，保證已確實了解競賽相關規定並願意遵守主辦單位之評審之相關內容，並承諾：

- 一、參賽者應尊重評審委員的專業評審決議，對評審結果不得有異議。
- 二、所有參賽作品及相關資料恕不退件。
- 三、所有參賽作品於競賽結果之後，請勿參與其他公開場合之料理競賽活動，日後若經查明「立書人」等之作品確係一稿多投時，立書人等將喪失得獎資格，不得異議。
- 四、主辦單位有權現場實況拍攝或拍照，以作為存檔或資料參考之用。相關資料並得以在基於非營利性質之教學或學習下，得不限時間與地域之參考與使用。
- 五、參賽隊伍保證參賽作品之內容（含食譜、料理、照片）均未侵害他人之著作權或其他權利，若因使用參賽作品之內容而侵害他人之權利，以致主辦單位無法使用或受他人追訴（包括但不限於保全、訴訟或其他法律程序），參賽者應協助主辦單位解決因此所產生之各種問題，及賠償主辦單位因此所受之一切損失，包括但不限於裁判費、合理律師費、主管機關處罰及對第三人之損害賠償責任等情形。
- 六、如發生前述情形致主辦單位無法使用參賽作品之內容時，主辦單位有權拒絕參賽隊伍參賽。參賽作品之內容（含食譜、解說卡、料理、照片）之著作權及其他智慧財產權均屬主辦單位所有，主辦單位得為各種使用方式（包括但不限於重製、編輯、改作、保存、傳輸...等），參賽者保證參賽本人均不得向主辦單位及使用單位主張著作權及其他智慧財產權，參賽者亦承諾不得將參賽作品之內容銷售、使用予第三人或作其他用途。參賽者如有違反本條之約定者，應賠償主辦單位因此所受之一切損失（包括但不限於裁判費、合理律師費等）。
- 七、以上個人資料，皆用於競賽行政作業，並遵守個資法相關規定。
- 八、本人授權在本競賽活動中所拍攝有關文字、相片及肖像，主辦單位就該著作全部享有完整之著作權。本人瞭解並同意上述授權。
- 九、個人資料提供同意。當您簽署本切結書時，表示您已閱讀、瞭解並同意接受本切結書之所有內容及其後修改變更規定。

此 致

十得餐飲有限公司

受告知人暨立同意書人

身分證字號：

姓 名：\_\_\_\_\_（請親簽）

中 華 民 國 1 1 4 年 月 日