



# 高雄市樹德家商 110 學年度 國中技藝教育

## 餐旅職群自編教材

快樂學習



班 別： \_\_\_\_\_

就讀國中： \_\_\_\_\_

學生姓名： \_\_\_\_\_

任課老師： \_\_\_\_\_

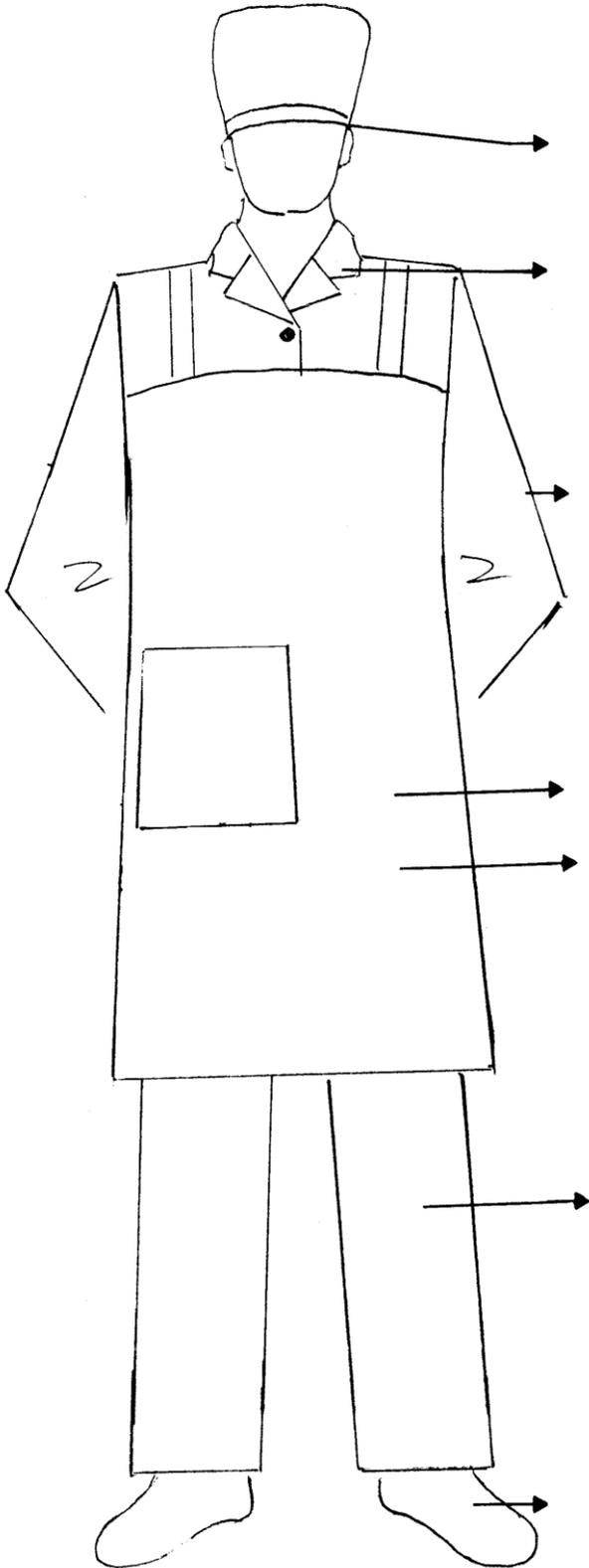
餐飲管理科教學研究發展小組彙編

## ◎◎◎◎◎◎◎◎◎◎餐旅職群教材目錄◎◎◎◎◎◎◎◎◎◎

專業教室上課服儀規範 .....	1
樹德家商餐飲管理科專業教室安全守則 .....	2
主題 1：職群概論 .....	7
主題 2：職業安全與道德 .....	8
主題 3：廚房設備器具介紹 .....	9
主題 4：刀工-蔬果切雕基礎盤飾 .....	12
主題：廚藝製作(紅蘿蔔炒青江菜. 茄汁鯖魚麵) .....	13
主題：廚藝製作(白飯. 滷雞翅) .....	14
主題：廚藝製作(清蒸魚. 三色豆腐羹) .....	15
主題：廚藝製作(培根炒高麗菜. 番茄炒蛋) .....	16
主題：廚藝製作(蔥花煎蛋. 鹹酥雞) .....	17
主題：廚藝製作(紅燒獅子頭. 蔥燒豆腐) .....	18
主題：廚藝製作(糖醋肉片. 客家鑲豆腐) .....	19
主題：廚藝製作(肉燥手工麵條. 蔥油餅) .....	20
主題：廚藝製作(珍珠丸子. 玉米濃湯) .....	21
主題：餐飲服務技術-儀態與儀容 .....	22
主題：餐飲服務技術-社交接待禮儀(一) .....	23
主題：餐飲服務技術-社交接待禮儀(二) .....	24
主題：餐飲服務技術-口布的摺疊(一) .....	25
主題：餐飲服務技術-口布的摺疊(一)客用口布 .....	26
主題：餐飲服務技術-口布的摺疊(一)服勤用口布 .....	28
主題：餐飲服務技術-口布的摺疊(一)觀賞用口布 .....	30
主題：餐飲服務技術-口布的摺疊(二)口布清潔與上漿練習 .....	32
主題：餐飲服務技術-基本的服務技巧(一)托盤 .....	33
主題：餐飲服務技術-基本的服務技巧(二)餐盤拿法、運送飲料 .....	34

# 樹德家商國中技藝教育 餐旅職群、食品職群

## 專業教室上課服儀規範



### 一、帽子

1. 帽型：帽子需將頭髮及髮根完全包住；髮長未超過食指、中指夾起之長度，可不附網，超過者須附網。
2. 顏色：白色

### 二、上衣

1. 衣型：廚師專用服裝（可戴領巾）
2. 顏色：白色（滾邊、標誌可）
3. 袖：長袖、短袖皆可

### 三、圍裙

1. 型式不拘 全身圍裙、下半身圍裙皆可。
2. 顏色：白色
3. 長度：過膝

### 四、工作褲

1. 黑、藍色系列、專業廚房之素色小格子之工作褲，長度至踝關節。
2. 不得穿緊身褲、運動褲及牛仔褲

### 五、鞋

1. 黑色工作鞋（前腳掌後跟不能外露）
2. 不得著雨鞋
3. 內須著襪
4. 需具止滑功能

# 樹德家商餐飲管理科專業教室安全守則

## 壹、緣起：

廚房是危險的區域，操作人員需要專心面對廚房工作，稍有分心或是抱持玩樂的心態就容易發生意外事件，例如：滑倒、燙傷、燒傷、刀傷或是瓦斯漏氣、油鍋起火、電器著火等災害。

## 貳、目的：

- 一、提供餐飲專業教室使用人員明確的遵循原則，瞭解機具設備安全操作方法。
- 二、保護人員安全，防範工作意外並減少傷害。
- 三、維護專業教室設備正常使用，避免設備損壞，延長使用年限。

## 參、一般守則：

- 一、遵守時間，不遲到，不早退。
- 二、嚴守紀律，不嬉戲，不喧嘩。
- 三、注意安全，勿擅動，聽指揮。
- 四、發生意外，要報告，快處理。
- 五、認真學習，勤發問，多瞭解。
- 六、愛護公物，慎使用，妥保養。
- 七、維持整潔，勤打掃，重維護。
- 八、服裝整齊，重精神，要敬業。
- 九、實習輪值，應遵循，重負責。
- 十、實習課後，關門窗，切電源。

## 肆、安全守則：

### 一、實習教室環境注意事項

1. 於實習場所開始操作時應將椅子及任何會妨礙動線之異物收起，勿隨意放置，妨礙行走安全。
2. 實習場所不得跑跳嬉戲，以防發生危險。
3. 發生地震時應立即關掉火源遠離器具櫃及油煙罩。
4. 請勿穿著拖鞋、涼鞋、短褲、及牛仔褲進入實習場所上課。
5. 進入實習場所應穿著三件式廚衣（廚帽、廚服、圍裙）進行操作。
6. 廚房著火時，應遵循老師指示，依逃生方向疏散。
7. 非專業教室專屬物品、書籍、課本等，嚴禁存放專業教室內。
8. 滅火器之使用方法為：拉拉壓。

### 二、地面安全使用須知

1. 器具清洗後勿甩水，避免地面濕滑現象，以防範人員滑倒摔傷。
2. 地板應保持乾燥，若有水漬，應立即使用拖把拖乾淨。
3. 菜屑、果渣、麵糰、粉類掉落地面，應立即清掃乾淨。
4. 沙拉油滴灑於地面上，應立即使用洗碗精清洗並拖乾地面。

### 三、用『電』之安全使用須知

1. 使用電源插頭時，手部應保持乾燥。
2. 使用完大同電鍋後應立即將電源拔除。
3. 使用插頭時若發現插頭上有異物，應先清除乾淨再行使用。
4. 插頭及插座之絕緣體必須保持完整，如有缺損或焦黑狀況應立即通知任課老師派員維修，以防電線走火。
5. 電線走火時應使用滅火器，不可用水灌救，以防觸電。

### 四、『瓦斯』之安全使用須知

1. 爐台使用後應關閉瓦斯總開關，離開教室前應再次檢查。
2. 發現瓦斯漏氣，應立即關閉瓦斯總開關，並開啟門窗，不得使用任何電器。
3. 進入實習場所時若發現有瓦斯味時，切記不可開啟任何電器設備，應先開啟門窗讓空氣對流，並儘速關掉瓦斯開關。
4. 發生地震時應立即關閉瓦斯總開關，不得再繼續使用瓦斯，需經過專業檢查管線後再行使用。

### 五、『爐火』之安全使用須知

1. 若發生爐火未點燃，二次打火不著時絕不可立即再打火，應稍待後再行打火。
2. 禁止使用中的爐台無人看管，人不在場（即使是臨時離開）都應熄火。
3. 爐台周圍應淨空，避免高溫造成調味料瓶、抹布著火。
4. 發現爐火呈紅火時應立即告知任課老師派員維修，以防過度積碳產生危險。

### 六、『刀具』之安全使用須知

1. 拿取刀具時應持刀柄處刀鋒朝後、刀面朝下不可甩動，絕不可持刀嬉戲。
2. 使用刀具過程中若暫不使用時應將刀具擺放於砧板中間刀鋒朝前。
3. 若發現刀具有損毀裂縫時，不應再使用以防發生斷刀之危險。
4. 刀具使用後應立即放回刀櫃，實習課前、後必須清點刀具數量，並上鎖。

### 七、使用『蒸籠鍋』注意事項

1. 掀蓋時應朝外面，避免蒸氣燙傷。
2. 蒸籠底鍋使用完之熱水，應先加入冷水混合待涼後再行處理。
3. 蒸籠底鍋水燒乾時，切勿馬上加入冷水降溫，避免發生瞬間蒸氣灼傷。
4. 端取蒸籠鍋內菜餚時，應將蒸籠層一併端出，再端取菜餚以防蒸氣灼傷。
5. 蒸籠鍋使用後，倒水時發現過重不可逞強，用杓子舀出再抬鍋倒水。

### 八、使用『油鍋』注意事項

1. 使用油鍋時油量不宜超過半鍋以上。
2. 入油鍋之器具不可含水，應擦拭乾淨，避免油爆現象。

3. 不可使用撒水方式測試油鍋溫度。
4. 油炸食材，不可高空投入，造成油花四濺。
5. 使用完之油鍋切勿馬上端取，應待油溫降溫後再集中處理，不可倒入水槽。
6. 請勿將油鍋加熱至持續發煙狀態，易發生起火。
7. 若發生油鍋起火時應立即蓋上鍋蓋，關掉瓦斯等待油溫降溫後再行開蓋。
8. 若油鍋火勢過大切勿靠近，應使用乾粉滅火器或二氧化碳滅火器滅火。

#### 九、『玻璃與瓷器』之安全使用與處理須知

1. 器皿若有裂痕請勿使用，並立刻告知任課教師予以報廢。
2. 器皿若不慎破裂嚴禁以手撿拾碎玻璃，請使用掃把先行打掃乾淨。
3. 調酒教室與餐服教室嚴禁使用雙手擰乾拖把，請務必使用拖把擰乾器。
4. 廢棄破碎玻璃請丟置於專屬的玻璃回收箱，或是以報紙或紙箱包裹完整並於上部書寫上「碎玻璃」再丟置垃圾回收場進行回收。
5. 於專業教室中使用玻璃與瓷器時，嚴禁嘻鬧跑跳與碰撞。

#### 十、『休閒瓦斯爐／瓦斯爐／打火機』之安全使用須知

1. 使用休閒瓦斯爐時：
  - (1) 步驟一、請先將爐架翻正。
  - (2) 步驟二、檢查瓦斯罐，將瓦斯罐缺口處卡榫於休閒瓦斯爐之正確位置。
  - (3) 步驟三、向下壓下安全閥再開啟火源旋轉鈕（開火）。
  - (4) 步驟四、倘若步驟三無法點燃火源，須立刻將開關關閉以免瓦斯外洩。
2. 瓦斯罐與打火機皆不可接近火源或放置於火源上燃燒。
3. 瓦斯罐與打火機嚴禁相互敲打、拋摔、把玩。
4. 打火機火力大小不可自行調整，避免發生危險。
5. 打火機與與瓦斯罐嚴禁攜帶離開專業教室。

#### 十一、『飲水機』之安使用須知

1. 須注意冷熱出水口之正確位置。
2. 取用沸騰熱水時須正確使用壓下取水閥，嚴禁推擠嘻鬧。
3. 取用熱水時分量足夠使用即可，切勿溢出造成燙傷與滑倒。

#### 十二、『製冰機』之安全使用須知

1. 任何物品皆不可放入製冰機中。
2. 製冰機掀蓋須固定妥當後，才可以取用冰塊。
3. 頭部嚴禁伸入製冰機中。

※餐飲管理科關心你的健康與安全※

燒傷急救五步驟

沖 脫 泡 蓋 送



沖

馬上在燙傷的地方，  
沖20-30分鐘的冷水



脫

在流動的冷水中  
小心除去衣物



泡

將受傷部位浸泡  
於浴盆中

蓋

以乾淨的毛巾  
覆蓋傷口



送

立即送醫治療



# 一般消防安全設備操作要領



# 高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

## 餐旅職群 講義

### 主題 1：職群概論

#### 一、學習目標

- (一) 學習餐飲製作及服務之基本知識及實用技能。
- (二) 培養經營服務業之專業態度及管理 ability。
- (三) 提昇人文素養及繼續進修之能力，奠定學習生涯永續發展之基礎。

#### 二、專業科目：本科專業課程分為四大部分

- (一) 專業語文課程：餐旅英語會話、餐旅日語會話、餐旅英語聽講。
- (二) 專業外場課程：餐旅服務、飲料與調酒、房務技術。
- (三) 專業內場課程：中餐烹調、西餐烹調、西點烘焙、麵包製作、中式點心、蔬果切雕、蛋糕裝飾。
- (四) 專業知能暨管理課程：觀光餐飲業導論、食物學、餐飲管理、國際禮儀、電腦應用、專題製作、餐飲安全與衛生。

#### 三、餐旅職類學生加強技能檢定項目

- (一) 中餐烹調                      (二) 烘焙食品                      (三) 西餐烹調                      (四) 餐飲服務
- (五) 飲料調製                      (六) 英檢/中檢

#### 四、競賽項目

- (一) 商科技藝競賽 (餐飲服務組、中餐烹飪組、烘焙組)
- (二) 全國技能競賽 (餐飲服務組、中餐烹調組、西餐烹調組、烘焙食品組) 南區技能競賽 (餐飲服務組、中餐烹調組、西餐烹調組、烘焙食品組)
- (三) 民間社團烹調比賽、餐飲服務競賽、全國調酒大賽、咖啡調製比賽、托盤操作競賽、蔬果切雕競賽、烘焙西點麵包競賽。

#### 五、活動簡介

- (一) 校內—畢業發表會、托盤競技、蔬果切雕盤飾競賽、口布摺疊比賽、餐飲服務競賽、麵包製作競賽、花式調酒競賽、基本刀工比賽、中餐烹調比賽、西餐烹調比賽、蛋糕裝飾比賽、專題發表競賽、各式餐宴製作及服務…等等。
- (二) 校外—易牙美食節活動、鄉土美食活動、飲食文化研習活動、中華美食展、港都美食節、各式餐飲競賽…等。還有各式各樣大大小小的活動，讓你的校園生活更加多采多姿！

#### 六、餐旅從業人員應具備的條件

- (一) 專業知識及技術 (二) 儀容端莊整潔身心健康 (三) 良好溝通的技巧
- (四) 勤儉耐勞熱誠服務

#### 七、餐旅學程學生專業態度基礎訓練四大方向

- (一) 端莊整潔的服裝儀容 (二) 親切有禮的用語 (三) 清潔衛生的操作手法
- (四) 吃苦耐勞工作態度

#### 八、未來發展

##### (一) 升學

1. 國內升學—報考機會有技優推薦甄選、申請入學、推薦甄選、統一入學測驗；可繼續深造至各科技大學、技術學院、專科學校等共計 280 系所。
2. 國外升學—澳洲南澳 ICHM 旅館管理學校、日本調理專門學校、瑞士 LES ROCHEs 學院、紐西蘭 PIHMS 太平洋旅館管理學校。

##### (二) 就業

從事中西餐製作經營管理及服務工作；國際觀光旅館及高級餐廳之經營管理及服務工作。例：飯店旅館基層服務人員、飯店旅館服務人員、大廳櫃檯接待人員、客房服務人員、餐廳服務人員、客服人員、機場服務人員、百貨業工作人員、麵包蛋糕坊之製作及銷售服務工作、私人經營與餐飲相關之行業等。

## 主題 2：職業安全與道德

1. 廚房中的瓦斯、電線若使用不當，容易引起火災，火災發生時應撥打 119 報案。在烹調的過程中，以油鍋較易起火，萬一起火時，應立即蓋上 鍋蓋，關閉 瓦斯。若是電線或電器走火時，也應關閉電源開關，以 乾粉 滅火器滅火。一般專業的廚房中均設有自動滅火設備，以降低損傷，此外，進行人員的疏散時，應以 低 姿勢快速前進離開，因為距離地面越 高、溫度愈高。
2. 在廚房工作時，應避免工作中發生職業傷害，一般常見的傷害有燙傷、切割傷、拉傷…等。燙傷的原因大多是 熱蒸氣 所致，第一時間應立刻 沖冷水。
3. 廚房內的設備使用安全維護與提供安全、衛生且美味的菜餚，均須仰賴 全體 的 廚務工作者 一同努力。
4. 廚房所生產的產品即為菜餚，最重要的是要提供食的安全，因此應 確保食材的安全性、烹調的安全性，避免有汙染的情形發生。如：發芽的馬鈴薯具有 茄靈鹼，會引起中毒狀況，不得烹調。
5. 冷凍的肉品解凍後，應於一次使用完畢，不宜再冷藏或冷凍，使肉品品質不佳。罐頭食品若有 凸罐 現象，則不得使用，因罐頭內的食品已產生變質現象。然而，烹調的過程中，生熟食不得交互操作，以免產生交叉汙染的現象；使用的器具、抹布…等，應於 使用完畢後立即清洗，不宜堆積成山、滋養細菌。
6. 從事中餐烹調的工作者，一般稱為「廚師」，是屬於一種 服務業。其主要的工作內容為烹煮菜餚，在這過程中應確保消費者食的安全，因此廚師的 衛生習慣、廚房的 環境衛生 是相當重要的，更須具備良好的職業道德。
7. 廚師的衛生習慣從自身的 手部清潔 為首，在工作前、如廁後務必將手部清潔乾淨，以「濕搓沖捧擦」為洗手程式。
8. 廚房的環境衛生須仰賴廚房內全體工作人員的維護，每一位廚師都協助廚房的 衛生管理作業，使其工作環境乾淨且衛生。
9. 良好的職業道德，最講究的就是 敬業精神，身為廚師應不斷的 學習精進，而廚房的工作須仰賴廚師之間的相互合作。
10. 廚房人員應 每年 進行一次的健康檢查，若患有 A 型肝炎、手部皮膚病…等，不得從事相關工作。而持有廚師證的廚師，每年至少須參加 8 小時 的衛生講習，方能申請廚師證的展延。

### 主題 3：廚房設備器具介紹

1. 廚房中的工作檯即是食物調理的檯面，一般建議以不銹鋼材質為佳，因不銹鋼較易清潔、不易生鏽之優點。而工作檯面上的照明度應達 200 米 燭光以上，且應加裝燈罩，以免燈具爆裂產生汙染食物之虞。
2. 冰箱冷藏冷凍設備是廚房中的儲存設備之一，為了使該設備具有最佳效能，應每週整理清潔一次，放置的位置應遠離熱源，並經常除霜。若是大型的走入式冷凍庫、冷藏庫，為了使用的安全性，應設有由內向外的開門安全閂栓。
3. 瓦斯爐是廚房中的生產設備，作為菜餚烹調之用。使用時應特別注意瓦斯管線是否能安全的輸送瓦斯，可利用肥皂水塗抹於管線上，檢查瓦斯是否漏氣。若萬一發生瓦斯漏氣的現象時，應立即打開門窗。
4. 廚房的排水溝應採明溝設計，並加裝水溝蓋，高度與地面等高，而為了阻隔蟑螂…等病媒，應加裝三層細網狀的柵欄。
5. 片刀、剝刀是常用的兩種刀具，片刀主要是用來切割不帶骨的食材，如：切紅蘿蔔絲、肉片，剝刀則是用來切割帶骨的食材，如：剝雞、剝排骨。兩種刀具可從外觀辨別，片刀的刀身較薄、剝刀的刀身較厚，因此剝刀的重量較重。
6. 砧板常見的材質有木頭與塑膠兩種，以塑膠為宜。若同時有這兩種材質時，以木頭砧板作為生食食材的切割、塑膠砧板作為熟食食材的切割。若僅有塑膠砧板時，以紅色砧板用於生食、白色砧板用於熟食。使用時為了避免滑動，應在砧板下方墊上一塊濕抹布，作為止滑。然而，使用完畢後，應清洗乾淨並晾乾。

主題：2. 職業安全與道德

1. 廚房中的瓦斯、電線若使用不當，容易引起火災，火災發生時應撥打 119 報案。在烹調的過程中，以油鍋較易起火，萬一起火時，應立即蓋上 鍋蓋，關閉 瓦斯。若是電線或電器走火時，也應關閉電源開關，以 乾粉 滅火器滅火。一般專業的廚房中均設有自動滅火設備，以降低損傷，此外，進行人員的疏散時，應以 低 姿勢快速前進離開，因為距離地面越 高、溫度愈高。
2. 在廚房工作時，應避免工作中發生職業傷害，一般常見的傷害有燙傷、切割傷、拉傷…等。燙傷的原因大多是 熱蒸氣 所致，第一時間應立刻 沖冷水。
3. 廚房內的設備使用安全維護與提供安全、衛生且美味的菜餚，均須仰賴 全體 的 廚務工作者 一同努力。
4. 廚房所生產的產品即為菜餚，最重要的是要提供食的安全，因此應 確保食材的安全性、烹調的安全性，避免有汙染的情形發生。如：發芽的馬鈴薯具有 茄靈鹼，會引起中毒狀況，不得烹調。
5. 冷凍的肉品解凍後，應於一次使用完畢，不宜再冷藏或冷凍，使肉品品質不佳。罐頭食品若有 凸罐 現象，則不得使用，因罐頭內的食品已產生變質現象。然而，烹調的過程中，生熟食不得交互操作，以免產生交叉汙染的現象；使用的器具、抹布…等，應於 使用完畢後立即清洗，不宜堆積成山、滋養細菌。
6. 從事中餐烹調的工作者，一般稱為「廚師」，是屬於一種 服務業。其主要的工作內容為烹煮菜餚，在這過程中應確保消費者食的安全，因此廚師的 衛生習慣、廚房的 環境衛生 是相當重要的，更須具備良好的職業道德。
7. 廚師的衛生習慣從自身 的手部清潔 為首，在工作前、如廁後務必將手部清潔乾淨，以「濕搓沖捧擦」為洗手程式。
8. 廚房的環境衛生須仰賴廚房內全體工作人員的維護，每一位廚師都協助廚房的 衛生管理作業，使其工作環境乾淨且衛生。
9. 良好的職業道德，最講究的就是 敬業精神，身為廚師應不斷的 學習精進，而廚房的工作須仰賴廚師之間的相互合作。
10. 廚房人員應 每年 進行一次的健康檢查，若患有 A 型肝炎、手部皮膚病…等，不得從事相關工作。而持有廚師證的廚師，每年至少須參加 8 小時 的衛生講習，方能申請廚師證的展延。

# 高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

## 餐旅職群 講義

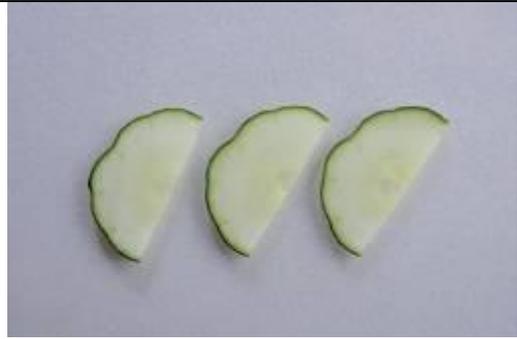
### 主題 3：廚房設備器具介紹

1. 廚房中的工作檯即是食物調理的檯面，一般建議以不銹鋼材質為佳，因不銹鋼較易清潔、不易生鏽之優點。而工作檯面上的照明度應達 200 米燭光以上，且應加裝燈罩，以免燈具爆裂產生汙染食物之虞。
2. 冰箱冷藏冷凍設備是廚房中的儲存設備之一，為了使該設備具有最佳效能，應每週整理清潔一次，放置的位置應遠離熱源，並經常除霜。若是大型的走入式冷凍庫、冷藏庫，為了使用的安全性，應設有由內向外的開門安全閂栓。
3. 瓦斯爐是廚房中的生產設備，作為菜餚烹調之用。使用時應特別注意瓦斯管線是否能安全的輸送瓦斯，可利用肥皂水塗抹於管線上，檢查瓦斯是否漏氣。若萬一發生瓦斯漏氣的現象時，應立即打開門窗。
4. 廚房的排水溝應採明溝設計，並加裝水溝蓋，高度與地面等高，而為了阻隔蟑螂…等病媒，應加裝三層細網狀的柵欄。
5. 片刀、剉刀是常用的兩種刀具，片刀主要是用來切割不帶骨的食材，如：切紅蘿蔔絲、肉片，剉刀則是用來切割帶骨的食材，如：剉雞、剉排骨。兩種刀具可從外觀辨別，片刀的刀身較薄、剉刀的刀身較厚，因此剉刀的重量較重。
6. 砧板常見的材質有木頭與塑膠兩種，以塑膠為宜。若同時有這兩種材質時，以木頭砧板作為生食食材的切割、塑膠砧板作為熟食食材的切割。若僅有塑膠砧板時，以紅色砧板用於生食、白色砧板用於熟食。使用時為了避免滑動，應在砧板下方墊上一塊濕抹布，作為止滑。然而，使用完畢後，應清洗乾淨並晾乾。

主題 4：刀工-蔬果切雕基礎盤飾



1. 小黃瓜圓片盤飾



4. 小黃瓜半圓片



2. 小黃瓜愛心片



5. 小黃瓜半圓片\*22 片盤飾



3. 小黃瓜愛心片 x6 組盤飾



6. 紅蘿蔔月牙片 7 片 x3 組盤飾

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

品名:紅蘿蔔炒青江菜	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 1. 紅蘿蔔削皮、蒜頭去皮。 2. 青江菜去蒂頭並清洗乾淨。 3. 紅蘿蔔、青江菜切絲。蒜頭、辣椒切片。 4. 2T 溫油入蒜片小火炒香，下胡蘿蔔稍炒軟、加入青江菜及辣椒片放入調味料拌炒勻即可。	青江菜	6 棵	鹽	1/2t
	紅蘿蔔	1/4 條	味精	1/6t
	蒜頭	2 顆	香油	少許
	紅辣椒	1/2 條		
品名: 茄汁鯖魚麵	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 1. 洋蔥去皮、青蔥去頭洗淨。 2. 高麗菜洗淨切塊，蔥切段、洋蔥切絲 3. 準備一鍋熱水將麵條煮熟。 4. 稍熱 2T 油，入香蔥段、洋蔥小火炒香，續入高麗菜，淋 1t 醬油稍炒香後加入鯖魚及調味料，並將煮熟麵條加入湯中即可。	茄汁鯖魚罐	1 罐	鹽	2t
	白麵條	300 克	味精	1/4t
	洋蔥	1/4 顆	香油	少許
	蔥	2 支	醬油	1t
	高麗菜	1/6 顆		
學生上課心得				
任課老師批閱			分數	

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

品名:白飯	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 1. 蓬萊米掏洗 2 次洗淨後，瀝乾多餘水份備用。 2. 取等量的水和米，1 比 1；倒入電鍋內鍋中，加入調味料拌勻。 3. 外鍋倒入 1 杯水，將內鍋放入電鍋中，壓下開關後，煮 20 分鐘至開關跳起即可。	蓬萊米	2 杯	鹽	1/8t
	水	2 杯	香油	1t

品名: 滷雞翅	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 1. 雞翅洗淨。薑、蒜切片，蔥切段備用。 2. 雞翅以滾水川燙去除血水和腥味後洗淨備用。 3. 鍋中下沙拉油，爆香薑片、蒜片、蔥段；加入糖、醬油、米酒炒出香氣；再加水、八角、花椒大火煮滾後轉小火。 4. 滷 20 分鐘至雞翅全熟即可。	2 節翅	5 支	鹽	1/4t
	中薑	1 兩	糖	1T
	青蔥	1 支	醬油	1T
	蒜	3 粒	米酒	1T
	沙拉油	2T	水	2 杯
	八角	1 粒	香油	1/2t
	花椒	2 錢		

學生上課心得

任課老師批閱

分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

品名：清蒸魚	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法：</b> 1. 魚洗淨，將魚放入盤中，將三色絲放置魚上，淋上調味料。 2. 蒸籠鍋中放入 1/2 鍋的水，大火煮滾後將魚放入蒸籠內，以大火蒸約 12 分鐘。 3. 炒鍋中加入 1T 香油及 2T 沙拉油，燒熱後淋在魚上即可完成。	魚片	1 條	醬油	1t
	蔥	2 支	糖	1t
	薑	1 小段	胡椒	少許
	辣椒	1 條	米酒	1T
			魚露	1T
品名：三色豆腐羹	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
1. 用三段式手法打開蛋殼取料，取蛋白 2. 桶筍、紅蘿蔔、豆腐川燙備用。 3. 取鍋加入水、乾香菇、桶筍、紅蘿蔔、豆腐煮熟。 4. 加入調味料，以中火煮滾。 5. 加入太白粉水勾芡。 6. 再加入蛋白，熄火浮起，即可起鍋裝碗，灑上蔥花。	盒豆腐	1/2 盒	鹽	1/2T
	乾香菇	2 朵	烏醋	1t
	紅蘿蔔	1/3 條	胡椒粉	1/2t
	雞蛋	2 粒	米酒	1T
	桶筍	40 克	糖	1t
	蔥	1 根	香油	2t
學生上課心得				
任課老師批閱			分數	

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群講義

主題：廚藝製作

品名：培根炒高麗菜	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法：</b> 1. 高麗菜洗淨切大片。 2. 紅蘿蔔切水花片。 3. 培根、蒜頭切片。 4. 2T 油爆香蒜片，加入培根、紅蘿蔔水花片炒香，再加入高麗菜與 3T 水，大火拌炒均勻，最後加入鹽調味即可。	高麗菜	1/4 粒	酒	1T
	紅蘿蔔	1/2 條	鹽	適量
	培根	2 片	水	3T
	蒜頭	2 粒		
品名：番茄炒蛋	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法：</b> 1. 番茄畫十字，川燙後剝皮，去蒂頭切滾刀塊。 2. 蔥切 3 公分長斜段。 3. 雞蛋打散加入 1/3 小匙鹽，攪拌均勻。 4. 熱鍋加入 4 大匙沙拉油燒熱，將蛋液倒入鍋中，炒至凝固結塊，盛起備用。 5. 鍋中加入 2 大匙油，爆香蔥段，放入番茄與調味料(1)一同拌炒，再加入 1/4 杯水。 6. 將炒好的雞蛋倒入鍋中一同拌炒，待湯汁略收即可盛盤。	紅番茄	2 粒	鹽	1/3 小匙
	雞蛋	4 個	番茄醬	2 大匙
	蔥	1 支		
學生上課心得				
任課老師批閱			分數	

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

品名:蔥花煎蛋	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 1. 青蔥去蒂洗淨，切蔥花。 2. 雞蛋以三段式打蛋法打散。 3. 蛋液加所有調味料及材料拌勻。 4. 4T 油燒熱，倒入蛋液；在鍋中間蛋液較厚處，用筷子順勢攪拌令其迅速凝固，再用鏟子整型成一塊圓餅再翻面煎上色。 6. 以衛生手法將成品移至熟食砧上，依扇形切成 6 等分，裝盤。	雞蛋	4 個	鹽	1t
	青蔥	4 支	糖	1t
			白胡椒	1/8t
			香油	1/2t

品名: 鹹酥雞	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 1. 雞塊用調味 A 醃入味，沾調味料 C 備用。 2. 取鍋燒熱加入 4 杯油，油溫 150 度放入雞塊，中小火炸至金黃酥脆撈起。 3. 放九層塔入鍋，炸至深綠色起皺紋撈起。 4. 取鍋加熱，加入蒜末炒香，再加入炸酥的雞肉、調味料 B、九層塔，拌勻裝盤。	雞胸	1 付	1. 醃肉料 A：	
	蒜頭	10 克	鹽	1/2 t
	九層塔	20 克	酒	2 T
			香油	1 T
			糖	1/2 t
			五香粉	2 t
			2. 調味料 B：	
			白胡椒	1 /2t
			鹽.	1 /2t
			3. 調味料 C：	
			地瓜粉	6T

學生上課心得

任課老師批閱	分數
--------	----

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

品名:紅燒獅子頭	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 4. 板豆腐壓碎、薑和蒜切成末和片，蔥白切末，蔥綠切段；大白菜切大塊狀，紅蘿蔔切菱形片，薑末、蒜末和蔥末和豆腐、絞肉、魚漿、太白粉、沙拉油和調味料拌均勻成肉丸子備用。 5. 依人數分成糰狀，外層沾少許麵粉。 6. 熱油鍋，下肉丸子以中小火炸熟取出。 7. 鍋中加油爆香蔥段、薑片、蒜片，加入調味料和 2 杯水煮滾，下大白菜和肉丸子一起煮熟即可。	板豆腐	半塊	糖	1T
	中薑	1 兩	醬油	1T
	青蔥	1 支	米酒	1T
	蒜	3 粒	水	2T
	絞肉	6 兩	香油	1/2t
	魚漿	3 兩	胡椒粉	1/4t
	太白粉	2T		
	沙拉油	1T	麵粉	3T
	大白菜	半粒		
	紅蘿蔔	1/4 條		

品名: 蔥燒豆腐	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 5. 豆腐切田字後，切成厚 1cm 的厚片備用；薑、蒜切片，蔥切段。紅蘿蔔切菱形片備用。 6. 熱鍋熱油後，將豆腐放入煎至 2 面金黃起鍋。轉小火爆香蔥、薑、蒜；放入醬油、糖炒出香味後再加水、香油、鹽、胡椒粉。將煎好的豆腐放入鍋中 7. 小火燒至豆腐上色後即可。	板豆腐	1 塊	鹽	1/8t
	中薑	1 兩	糖	1T
	青蔥	1 支	醬油	1T
	蒜	3 粒	米酒	1T
	紅蘿蔔	1/4 條	水	1/3 杯
	沙拉油	3T	香油	1/2t
			胡椒粉	1/4t

學生上課心得

任課老師批閱

分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群講義

主題：廚藝製作

品名:糖醋肉片	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法:</b> 5. 豬里肌切片用調味料 A 醃入味，沾上調味料 B，濕潤備用。 6. 取鍋燒熱加入炸油，油熱放入排骨，中火炸至金黃色酥熟備用。 7. 取鍋燒熱加入 1T 油，放入洋蔥片爆香 8. 加入調味料 C 煮至濃稠狀。 9. 加入鳳梨片、青椒片，中小火拌炒均勻。 10. 加入炸酥的排骨，起鍋前加入太白粉水，香油拌勻，即可裝盤。	豬里肌	300 克	調味料 B:	
	罐頭鳳梨	1 片	地瓜粉	6T
	青椒	40 克	調味料 C:	
	洋蔥	40 克	鹽	1t
			酒	1T
			糖	2T
			番茄醬	2T
			白醋	1T
			水	3T
	調味料 A:		調味料 D:	
	鹽	適量	太白粉水	1T
			香油	2t
	品名:客家鑲豆腐	材料名稱	數量	調味料名稱
<b>做法:</b> 7. 蝦米泡軟剁碎與絞肉同盛碗內，加入胡椒粉、太白粉、醬油、香油攪拌備用。 8. 豆腐每塊切 4 公分見方塊，在中間挖個四方洞內灑太白粉，將肉餡塞入並抹平。 9. 油 3T 燒熱，把豆腐鑲肉面向鍋底，煎至金黃色，加入調味料燜煮，隨及加入太白粉水勾芡即可。	豆腐	2 塊	醬油	1T
	豬絞肉	3 兩	麻油	
	蝦米	半兩	蠔油	1T
	雞蛋	1 個	糖	1t
	蔥		胡椒粉	適量
			水	半杯
學生上課心得				
任課老師批閱			分數	

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

品名：肉燥手工麵條	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法：</b> 1. 雞胸骨川燙沖洗淨，放入湯鍋加半鍋水熬煮高湯。 2. 紅蔥頭、蒜頭切片、香菇切丁備用，五花肉切丁、小白菜切小段。 3. 熱鍋加 2T 油，小火爆香紅蔥頭、蒜頭，再下香菇，續入肉丁炒熟，再下調味料汁燒開，小火燜煮半小時左右。小白菜小段加入高湯中加鹽調味即熄火。 4. 另一鍋水煮滾、加入手工拉麵再次煮滾加入冷水一碗再次煮滾，轉中火煮到麵條浮起膨脹撈出分裝小碗。盛入高湯及小白菜再淋上肉燥即可。	雞胸骨	1 付	醬油	4T
	紅蔥頭	5 粒	糖	1t
	蒜頭	4 粒	水	2 杯
	香菇	5 朵	米酒	少許
	五花肉	12 兩	胡椒粉	少許
	小白菜	4 株	八角	3 粒
	拉麵	300g		

品名：蔥油餅	材料名稱	數量	調味料名稱	數量
<b>做法：</b> 1. 鋼盆倒入麵粉，加入沸水拌勻後再加入冷水成糰並加入沙拉油揉至光滑。 2. 分割成 150 克的麵糰鬆弛 20-30 分鐘 3. 擀成薄片抹上香油、鹽、胡椒、蔥花，捲成長條後盤起成圓餅狀，鬆弛 30 分鐘 4. 平底鍋加油燒熱，將餅兩面煎成金黃色即可。	中筋麵粉	500 克	鹽	1/2t
	沸水	250 克	胡椒	1/4t
	冷水	150 克		
	沙拉油	25 克		
	青蔥	6 支		

學生上課心得

任課老師批閱

分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：廚藝製作

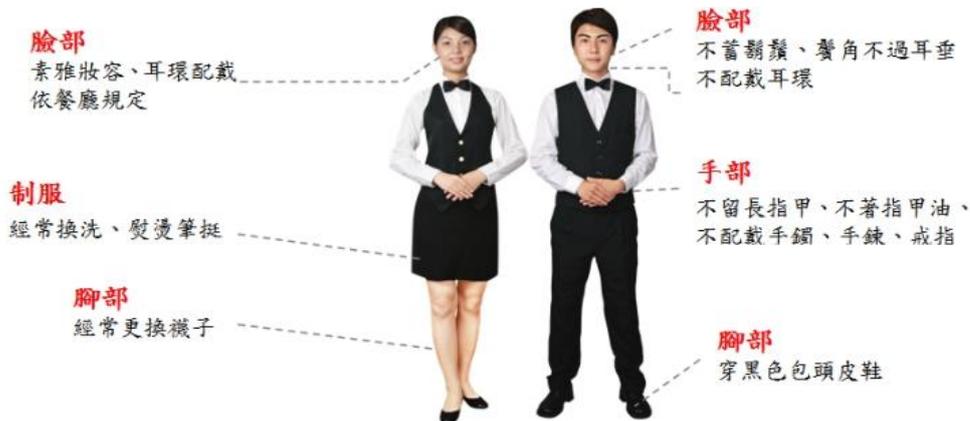
<b>品名：珍珠丸子</b>	<b>材料名稱</b>	<b>數量</b>	<b>調味料名稱</b>	<b>數量</b>
<b>做法：</b> 1. 長糯米洗淨泡水 40 分鐘，瀝乾備用。蝦米洗淨泡水 10 分鐘切碎，荸薺拍碎，蔥、薑切末與絞肉及調味料拌勻，用力甩打至有粘性，擠成乒乓球大小的肉丸，再沾裹長糯米入鍋大火蒸 20 分鐘即可。 PS： 1. 在生的珍珠丸子上灑些水再蒸，則糯米較軟。 2. 在糯米裡加一點點油再裹丸子，蒸出來的珍珠丸子較亮。	長糯米	100g	鹽	1/2t
	蝦米	15 克	胡椒粉	1/4t
	荸薺	2 個	香油	1/4t
	薑末	少許	太白粉	1/2T
	蔥末	少許		
	絞肉	8 兩		
<b>品名：玉米濃湯</b>	<b>材料名稱</b>	<b>數量</b>	<b>調味料名稱</b>	<b>數量</b>
<b>做法：</b> 1. 火腿切丁備用。 2. 湯鍋中加水 4 杯煮開，再加入玉米醬、玉米粒煮沸後，加入鹽、胡椒粉調味。 3. 以太白粉水先勾芡，再淋入蛋液，灑入火腿丁，淋些香油即可。	玉米粒	半瓶	1. 調味料：	
	玉米醬	半瓶	鹽	1/2t
	雞蛋	2 粒	胡椒	1/4t
	火腿片	2 片	香油	1/2t
			2. 芡料：	
			太白粉	2T
			水	4T
學生上課心得				
任課老師批閱			分數	

# 高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育 餐旅職群 講義

## 主題：餐飲服務技術-儀態與儀容

### (一) 整潔的儀表

- |             |           |          |               |
|-------------|-----------|----------|---------------|
| 1. 勤刷牙、每日洗澡 | 2. 保持臉部清潔 | 3. 頭髮梳理  | 4. 指甲修剪乾淨     |
| 5. 制服常換洗    | 6. 穿黑色包頭鞋 | 7. 襪子常更換 | 8. 避免佩戴首飾及裝飾品 |



### (二) 合宜的舉止

- 優雅的站姿（如下圖左標準站姿）站姿雙手交握於腹前，隨時樂於伸出雙手為顧客服務。
- 沉靜的走姿，走路步伐的大小和速度的快慢應適當，有急事要超越前行者，只能加快腳步，大步超前時要回頭表示歉意，手臂自然擺動。
- 適切的表情，發自內心的笑容有傳遞服務熱忱。
- 輔助的手勢手指併攏掌心朝上傾斜 45 度。
- 合宜的坐姿（如下圖右標準坐姿）上身保持正直，肩膀放鬆，不可坐太深。  
女性：雙手交握斜放於腿上、雙腿併攏，雙腳稍向後方收。  
男性：雙手微握，分置兩腿上、雙腳打開與肩同寬腳尖向前。



學生上課心得：

老師批閱：

# 高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

## 餐旅職群 講義

### 主題：餐飲服務技術-社交接待禮儀（一）

<u>引導賓客的流程</u>	<p>(1) 趨前禮貌地打招呼。</p> <p>(2) 以右手的手指併攏，掌心朝上傾斜 45 度，手臂以肘關節為軸，向賓客指示前進方向。</p> <p>(3) 「這邊請」、「請往這邊走」走在賓客的斜右或左前方引導。</p>
引導賓客的注意事項	<p>(1) 配合客人走路的速度，調整步伐的快慢，留意路況，貼心提醒。</p> <p>(2) 遇有長者或行動不便的客人，適時攙扶，發揮愛心。</p> <p>(3) 隨時留意賓客行走狀況，並與其有目光的接觸。</p>
<u>上下樓梯的引導禮儀</u>	<p>(1) 上下樓梯時，負責引領的服務人員，應走在賓客左前方或右前方一步，遇轉角時，宜走在外側的位置。</p> <p>(2) 多位賓客同時進門，遵守「有人帶路，女士優先；沒人帶路，男士在前找座位」。</p>
<u>搭乘電梯的引導</u>	<p>(1) 進入電梯時</p> <p>a. 賓客只有一名時：服務人員用一手按住電梯門，另一手做出請的手勢說：「您先請」之後才進入。</p> <p>b. 賓客多人時：服務人員先進入電梯並靠邊側站，一手按住「開」的按鍵，另一手按電梯門邊，並說「請進」。</p> <p>(2) 步出電梯時</p> <p>a. 到達目的地，服務人員按住「開」的按鍵，另一手作出請的手勢，並說：「X樓到了，請！」。</p> <p>b. 賓客人數多時，服務人員要按久一點，等待客人出電梯。</p> <p>c. 服務人員最後一個步出電梯，並迅速指示要前往地點方向。</p>
學生上課心得：	
任課老師批閱	分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育  
餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-社交接待禮儀（二）

<u>介紹技巧</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) 先將男士介紹與女士。</li> <li>(2) 先將職位低者引見予職位高者。</li> <li>(3) 先將年少者介紹與年長者。</li> <li>(4) 先將個人介紹與團體。</li> <li>(5) 介紹時，如已就座，應即起立。</li> </ul>
<u>接電話禮儀</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) 電話響三聲之內接最恰當。</li> <li>(2) 轉接先報單位再報姓名。</li> <li>(3) 報名應連名帶姓。</li> <li>(4) 勿隨口說請稍候。</li> <li>(5) 主動請對方留言。</li> </ul>
公共場所社交禮儀三部曲— <u>介紹、握手、換名片</u>	
握手禮	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1.) 一方先伸出右手示意行禮。</li> <li>(2.) 握手時間約 3~5 秒。</li> </ul>
<u>交換名片禮儀</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1.) 名片的正面朝上，文字閱讀方向朝向對方。</li> <li>(2.) 以雙手遞送、承接名片。</li> <li>(3.) 位低者先遞交名片給位高者。</li> </ul>
學生上課心得：	
任課老師批閱	分數

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）

餐巾又稱為「口布」(napkin)，主要功能是提供客人來預防食物污染衣服並作為擦拭嘴上油光或手指上油污之用。餐巾的材質主要可分為紙質與布質餐巾，選擇時依照經營者塑造不同感覺的餐廳環境。

一、餐巾的摺疊：

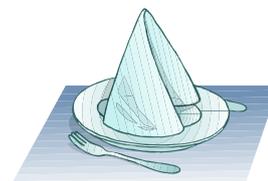
依用途可分為以下三種：



用途	說明	舉例
服勤用	服務人員所用的服務用，用來防髒、防燙及擦拭，又稱為 <u>服務巾</u> 。	服務巾、有/無蓋麵包籃墊巾、蓮花座
顧客用	功能在於防止菜餚湯汁沾汙衣物。為符合 <u>衛生要求</u> ，餐巾摺疊次數愈少、樣式愈簡單愈好。	主教帽、雨後春筍、帳蓬、法國摺
觀賞用	此類餐巾是為了 <u>營造氣氛</u> 而設計，花樣變化多，摺疊步驟複雜。	星光燦爛、燭光天堂鳥

口布尺寸

56 公分 x 56 公分	適用於晚餐
50 公分 x 50 公分	常用規格
45 公分 x 45 公分	適用於午餐
30 公分 x 30 公分	適用於早餐



同學們，看了以上的介紹，是不是對口布有一定的認識了，接著，你準備好了嗎？

我們就要開始摺口布了~~

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）客用口布

名稱：主教帽	日期：	名稱：法國摺	日期：
<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 餐巾反面朝上，由下往上對摺</li> <li>2. 右上角往下摺</li> <li>3. 左下角往上摺</li> <li>4. 由左向右翻面</li> <li>5. 由下往上對摺</li> <li>6. 拉出右邊三角形</li> <li>7. 由上往下翻面</li> <li>8. 將右角塞入摺縫中</li> <li>9. 由右向左翻面</li> <li>10. 將右角塞入摺縫中</li> <li>11. 立起拉撐即可。</li> </ol>		<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 餐巾反面朝上，從下往上摺 1/3</li> <li>2. 由上往下摺 1/3 呈長條狀</li> <li>3. 長條的左端摺兩摺至中線</li> <li>4. 右端也摺兩摺至中線</li> <li>5. 再從中線開口處往後對摺</li> <li>6. 擺放時，中線之摺邊向前，一手固定摺痕做出角度來。</li> </ol>	
學生上課心得			
任課老師批閱			分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）客用口布

名稱：雨後春筍	日期：	名稱：	日期：
<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 餐巾反面朝上，由下向上對摺成三角形</li> <li>2. 將三角形左右兩底角分別摺至上頂點</li> <li>3. 將四方形下方一角上摺至距離頂點 1/4~1/5 處</li> <li>4. 尖端向下反摺</li> <li>5. 翻面後，將右側的角摺入左側夾層中</li> <li>6. 將餐巾立起</li> <li>7. 兩側翻開即成。</li> </ol>		<p>操作步驟：</p>	
學生上課心得			
任課老師批閱			分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）服勤用口布

名稱：刀叉口袋	日期：	名稱：有蓋麵包籃	日期：
<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口布反面朝上。</li> <li>2. 由上往下摺成長方形。</li> <li>3. 再由右往左摺，摺成正方形，且多邊開口在左下角。</li> <li>4. 從左下角將第一層布往內對摺，形成三角形。</li> <li>5. 再從左下角將第二層布往上摺 1/3。</li> <li>6. 再塞入第一層布下方。</li> <li>7. 將上側向後各摺 1/4。</li> <li>8. 將下側向後各摺 1/4。</li> <li>9. 順時針轉 90 度，即可放入刀叉。</li> </ol>		<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口布正面朝上，由下往上摺出三角形，摺出中心線後攤開。</li> <li>2. 利用摺出的中心線，下半部由下往上對摺至 2/3 處。</li> <li>3. 再往下摺 1/3。</li> <li>4. 另一邊相同步驟，由上往下摺。</li> <li>5. 反摺至中心線，翻出三角形部份。</li> <li>6. 下方三角形往前，將下方往上摺一半。</li> <li>7. 左右向內摺出適當長度。</li> <li>8. 多出來的部份下摺收起來。</li> <li>9. 另一方依麵包籃長度，重複同樣動作。</li> <li>10. 由中間往後對摺，放入麵包籃。</li> <li>11. 將放入麵包籃後壓整後，翻開即完成。</li> </ol>	
學生上課心得			
任課老師批閱			分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）服勤用口布

名稱：小蓮花（八瓣）	日期：	名稱：蓮花座	日期：
操作步驟： 1. 餐巾反面向上， 四個角往中心重複摺三次 2. 翻面後，四個角再往內摺一次 3. 依序將四個第一層之花瓣翻出 4. 依序將四個第二層花瓣翻出 5. 再依序將四個最下層花瓣翻出 6. 調整對稱，完成。		操作步驟：	
學生上課心得			
任課老師批閱			分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）觀賞用口布

名稱：蝴蝶	日期：	名稱：星光燦爛	日期：
<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口布反面朝上，由下往上摺出中心線後攤開。</li> <li>2. 取口布 1/4 寬，各摺至中心線。</li> <li>3. 左手按在中心點， 下半部右上角往下方摺。</li> <li>4. 四個角重複相同的動作。</li> <li>5. 逆時針轉 90 度。</li> <li>6. 量取 1/16 寬度（半邊 1/8 寬）。</li> <li>7. 摺扇子方式。</li> <li>8. 以此寬度推摺至底。</li> <li>9. 左右對摺後，放入杯中即可。</li> </ol>		<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 口布反面朝上，由下往上摺出中心線後攤開。</li> <li>2. 取口布 1/4 寬，由下往上摺至中心線。</li> <li>3. 同樣 1/4 由上往下摺至中心線。</li> <li>4. 再對摺成 1/2 長條形</li> <li>5. 左方往右對摺，摺出中間線後攤開。</li> <li>6. 轉 90 度角後，由下往上摺 1/4。</li> <li>7. 上摺 1/4 部份再往下摺一半。</li> <li>8. 以此寬度往上摺，再反摺推摺至底。</li> <li>9. 手持口布將層布朝上，以左手握住下方，以右手先將第一層由右上摺向左下。</li> <li>10. 再依序將所有內層之布對角拉下，呈現三角形角。</li> <li>11. 另一邊用左手以同樣方式拉出三角形，用手指對摺後將摺線壓平。</li> <li>12. 立起口布由中心點向兩側散開即可。</li> </ol>	
學生上課心得			
任課老師批閱			分數

高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

餐旅職群 講義

主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（一）觀賞用口布

名稱：野玫瑰	日期：	名稱：	日期：
<p>操作步驟：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 反面朝上，由下往上對摺壓線，再由下往上對摺成1/4長條形，自左右兩側往中間線對摺。</li> <li>2. 左上角與右上角往下摺至中間線</li> <li>3. 將口布上下翻轉</li> <li>4. 抓起兩邊三角形之兩角，向外反轉</li> <li>5. 將右側塞入左側開口處</li> <li>6. 將餐巾尖角朝上、立於桌上，正中央用手指於底部微微打開，呈現如同花瓣綻放般的層次，即大功告成。</li> </ol>		<p>操作步驟：</p>	
學生上課心得			
任課老師批閱			分數

# 高雄市樹德家商 110 學年度國中技藝教育

## 餐旅職群 講義

### 主題：餐飲服務技術-口布的摺疊（二）口布清潔與上漿練習

#### 口布的清潔保養

##### （一）正確洗滌

1. 分類洗滌	易褪色口布應分開清洗，以免口布交互染色。
2. 選用適當的洗潔劑	清洗口布時，應選用適當的洗潔劑，並以正確的劑量及洗滌方式來洗，洗滌的水溫以及 60°C~70°C 為佳。
3. 浸泡除污時間	若以浸泡方式除污，浸泡時間不宜超過 15 分鐘，以免髒污滲進口布纖維。
4. 烘乾、上漿與整燙	口布洗乾淨後，通常必須經、熨燙等程序，才能使口布保持乾燥平整。另外，在熨燙前，可先將布巾上漿再整燙，以減少皺摺，使布巾更為硬挺，增加口布的美觀。

##### （二）正確分類使用

口布是提供給用餐顧客擦拭手指與嘴角的口布，餐廳人員不可拿來擦拭餐具或桌面。

##### （三）上漿的方式

1. 地瓜粉：水=1 杯（375 克）：2,000 c.c。

2. 只要是煮熟的【稀米漿】涼了也可以，整件浸泡扭乾、曬乾即可。



步驟（1）：地瓜粉水邊煮邊攪拌。



步驟（2）：攪拌至滾關火，放至稍涼將口布完全浸濕，接著拿起放入盆子。



步驟（3）：放入脫水機內脫水。



步驟（4）：拿出晾乾即可。

學生上課心得：

老師批閱：

主題：餐飲服務技術-基本的服務技巧（一）托盤

一、托盤教學

（一）材質

（二）種類



木製托盤



塑膠托盤



金屬托盤



圓形托盤



橢圓形托盤



長方形托盤

二、托盤的操作

單手低姿勢手托法

- 左手單持，左手臂成 90 度彎曲。
- 上臂緊貼左側身體。
- 左手心向上，五指張開。
- 手掌托住托盤底中央。
- 掌心不可平貼底部，要留 3 公分空隙托盤平放於腰際。



低姿勢握持法

- 操作技巧同於手托法。
- 運送物品較重且重心高，可以使用右手協助握住托盤。



單手中姿勢手托法

- 操作技巧同於手托法。
- 平放於胸前。
- 適合運送重心略高的杯具。



單手高姿勢手托法

- 適用人數眾多的酒會場合。
- 技巧同於手托法。
- 托盤高舉置於頭部。
- 與肩部之間。



學生上課心得：

老師批閱：

主題：餐飲服務技術-基本的服務技巧（二）餐盤拿法、運送飲料

（一）單手持餐盤

<p style="text-align: center;"><b>單手持盤法-手腕勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>左手手掌朝上虎口打開，拇指在上四指在下，利用姆指輕輕固定住盤緣，食指與中指托住餐盤底部，無名指與小指朝上。</li></ul> 	<p style="text-align: center;"><b>單手持盤法-手心勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>左手手掌朝上，食指、中指以及無名指撐住餐盤底部，拇指及小指夾穩餐盤。</li></ul> 
---	--

（二）徒手持盤

<p style="text-align: center;"><b>單手持盤法-夾盤勢</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>左手張開拇指及食指，以虎口的力量夾住餐盤，食指撐住餐盤底部。</li><li>夾取第二盤時將餐盤置於第一個盤下，盤緣抵住食指，並以中指、無名指以及小指稱起餐盤底部。</li><li>第三個餐盤則放置在左手臂的前方，保持餐盤平穩，此種操作法適合手掌較大的男性服務人員。</li></ul> 	<p style="text-align: center;"><b>雙手持盤法</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>最簡單的持盤方式，左右手各以單手持盤法手持一盤進行服務。</li></ul> 
--	---

（三）托盤與餐盤的使用概念

一、托盤使用原則

1. 較高較重的物品需靠近內側或中心擺放，較矮較輕的物品可放置托盤外側。
2. 先上桌的物品放外側，後上桌的物品放內側。
3. 托盤應使用具備防滑效果，或是鋪上專用墊布，減少滑動與聲響。
4. 運送物品時注意負荷量，且不可堆疊過高，注意安全，平均重量。
5. 托盤不可放置於客用餐桌上，僅能擺放在服務檯。

二、杯具持杯原則

1. 手持平底杯時僅能拿取杯子的底部，盡量避免觸碰杯身以免留下指痕。
2. 手持高腳杯時僅拿取杯子的杯腳部份，不可觸碰杯口。

學生上課心得：	老師批閱：
---------	-------



校 址：807 高雄市三民區建興路 116 號

網 址：<http://www.shute.kh.edu.tw>

連絡電話：(07)384-8622 分機 18