

# 2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽簡章

~ 健康飲食 創意食尚 ~

## 一、主旨：2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙挑戰賽

- 為發揚傳統蔬食飲食文化及響應綠色餐飲之潮流，特別舉辦以「健康飲食，創意食尚」為主題之蔬食廚藝暨烘焙競賽，希望透過此競賽活動，發揚樂活料理精神，結合健康創意飲食觀念，創造新蔬食時代發展。

## 二、報名資格：

- A. 學生組：就讀觀光科、餐旅科、餐飲科、家政科等相關之高中職學生，對蔬食廚藝有熱忱者。（需檢附學生證）
- B. 社會組：年滿 18 歲以上，對蔬食廚藝有熱忱之社會人士。

## 三、主辦單位：佛光大學健康與創意蔬食產業學系。

## 四、協辦單位：中華技藝推廣協會、奇男子刀具、澳根尼橄欖油、養心茶樓、拓蔬人、力凡烘焙坊、育田食品、順峰開發有限公司、富冠國際企業社、正福茶園、菇王、鈺統、毅植、特吉國際有限公司。



五、活動日期：

報名日期： 即日起至 2025 年 01 月 15 日(星期三)止

初賽入圍通知： 2025 年 01 月 20 日(星期一) (以電子郵件通知並於網站公告)。

決賽日期： 2025 年 03 月 07 日(星期五)

六、開閉幕典禮:雲五館 1 樓(地址:宜蘭縣礁溪鄉林美村林尾路 160 號雲五館)

七、決賽地點:佛光大學香雲居廚藝教室

八、聯絡資訊：

(一)佛光大學 健康與創意蔬食產業學系

(1) 總召：李偉銓同學 (電話 0972-976-524)

(2) 陳彥志老師 03-9871000 分機 22117

(3) 吳仕文老師 03-9871000 分機 22113

(4) 施建璋老師 03-9871000 分機 22116

(5) 胡芯華系秘 03-9871000 分機 22101

(二)2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽群組

可加入本次競賽 LINE 群組獲取最新競賽訊息

(1) 網址: <https://line.me/ti/g/mJe-EDrdpM>

(2) QRCode:



## 九、競賽規則：

本次競賽分為「動態料理學生組、動態料理社會組」及「動態烘焙學生組、動態烘焙社會組」。

### (一)動態料理組

動態料理每組以 1-2 人為限，經書面初審後，擇優進入決賽。

#### 1. 第一階段-初審說明

##### (1) 賽事分指定菜及創意菜：

- 指定菜：請參賽者設計出一道以「豆腐」為主題的蔬食熱菜。
- 創意菜：以「宜蘭農產品(需佔百分比 50%以上)」為主題，由參賽者自由創作出一道「創意蔬食」料理。

(2) 菜餚不可含有動物性基因，避免素食加工「再製」品，如素火腿、素雞等調味過之加工食材（腐皮等未經調味之初製加工品則不列入禁用食材範圍內），以新鮮食材入菜為主，可使用蛋奶（須標示素別），禁止使用葷性調味料，所有食材皆為蔬食食材。

(3) 一律採用電子郵件報名，請依平台欄位填寫，截止日期為 114 年 01 月 15 日(星期三)，報名電子郵件如下：[fgu.vegetarian.113@gmail.com](mailto:fgu.vegetarian.113@gmail.com)

主旨：2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽

(4) 評分方式：由專業評審團進行書面評選，擇優選出晉級決賽。

(5) 初審產品必須與決賽菜餚相同，不可隨意更動，如更動菜餚不可超過百分之十。

(6) 參賽隊名請避免使用「可辨識個人或學校身分」之名稱，如「佛光蔬食系」隊名。

(7) 入圍標準：評分方式及標準

1. 每道食譜需要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	符合競賽主題	35%	符合各組主題特色
2	創意性與營養理念	30%	符合銀髮所需營養與創意理念
3	料理呈現	20%	料理整體觀感及具有美感
4	食譜完整度	15%	食譜撰寫完整，易理解

3. 入圍決賽者補助每組 500 元食材費。

#### 2. 第二階段-決賽說明

(1) 參賽者依照初審作品於 80 分鐘內製作出指定菜 2 盤，創意菜 2 盤（評審試吃各 1 人份、展示菜餚各 1 人份），並於競賽時間內擺放至 60x90cm 之展台上。

(2) 主辦單位僅提供基本調味料(醬油、鹽巴、胡椒粉、太白粉、沙拉油)等，其它裝飾及盤具由參賽者自行準備。

(3) 參賽者所準備之食材必須在現場製作，不得攜帶半成品或成品，違者酌予扣分。

(4) 菜餚上所呈現之菜餚及裝飾品或雕刻品皆為可食用之食材，不可使用人工色素或化學添加物（如人工香料、味精、消泡劑、乳化劑...等）。

(5) 成品及擺盤必須在指定時間內製作完成，未於時間內送達評分地點完成擺設將予以

扣分。超出 1 分鐘扣 1 分以此類推，以 15 分為基準。

- (6) 調味、刀工形成、成熟、醬汁亦須在比賽時間內現場製作完成。不可有半成品、切割（不可出現丁、條、碎等切割手法），但可先清洗處理外皮，可帶高湯不可調味。
- (7) 評分方式：由專業評審團進行決賽評選，依決賽成績依序頒予冠軍、亞軍、季軍、優勝等獎項。
- (8) 大會提供：每組快速爐灶兩口爐、砧板(生、熟食) 2 個、炒鍋 2 把、馬口碗 5 個、配菜盤 5 個、削皮刀 1 把、剪刀 1 把、蒸籠組 1 組，若不符合使用，請自行攜帶。

### (一)動態烘焙組

動態烘焙每組以 1-2 人為限，經書面初審後，擇優進入決賽。

#### 1. 第一階段-初審說明

- (1) 以「紅茶粉及烏龍茶粉」為原料，設計一款水油皮及一款糕漿皮的漢餅，成品重量 60-150 公克之間，產品及其表面裝飾物，必須完全為可食用之食材，需具商品價值。
- (2) 一律採用電子郵件報名，請依平台欄位填寫，截止日期為 114 年 01 月 15 日(星期五)，報名電子郵件如下：fgu.vegetarian.113@gmail.com  
主旨:2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽
- (3) 評分方式：由專業評審團進行書面評選，擇優選出晉級決賽。
- (4) 初審產品必須與決賽產品相同，不可隨意更動，產品變動不可超過百分之十。
- (5) 參賽隊名請避免使用「可辨識個人或學校身分」之名稱，如「佛光蔬食系」隊名。
- (6) 入圍標準:評分方式及標準

1. 每道食譜需要附上清晰的成品照片（解析度 300dpi）、詳細的食材、作法、創作理念設計理念，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	符合競賽主題	35%	符合主題特色
2	創新及食材應用	30%	創新及符合商業價值
3	產品設計及難易度	20%	整體觀感及創作理念
4	食譜完整度	10%	食譜配方及製作方法完整

3. 入圍決賽者補助每組 500 元食材費。

#### 2. 第二階段-決賽說明

- (1) 參賽者依照初審作品於 2.5 小時內製作出一款水油皮及一款糕漿皮的漢餅，需以「花蜜香紅茶粉或凍頂黃烏龍茶粉」為原料，每種產品提供評審試吃 5 份，展示台陳列至少 5 份，並於競賽時間內擺放至 60x90cm 之展台上。
- (2) 競賽當天主辦單位每組提供 2 款「花蜜香紅茶粉及凍頂黃烏龍茶粉」各 75 公克。
- (3) 餡料可先準備好，但需現場調製，若是購買現成餡料需提供原料廠商名稱。
- (4) 主辦單位僅提供基本器具，烤盤 2 個、篩網 1 個、橡皮刮刀 1 把、打蛋器 1 支、攪

拌機 1 台、擀麵棍 1 支、馬口碗 8 個、圓鐵盤 8 個、磅秤 1 台、急速冷凍及冷藏 1 台，其他工具請自備。

- (5) 禁止使用半成品參賽，違者取消競賽資格。
- (6) 評分方式：由專業評審團進行決賽評選，依決賽成績依序頒予冠軍、亞軍、季軍、優勝等獎項。
- (7) 成品及擺盤必須在指定時間內製作完成，未於時間內送達評分地點完成擺設將予以扣分。

#### 十、決賽選手報到注意事項：

1. 每位選手(動態料理及動態烘焙)須穿著廚師帽、廚師服、廚師鞋及圍裙，並避免「可辨識個人或學校身分」之穿著，如廚師服印有「佛光大學」字樣或 LOGO。
2. 選手請於時間內報到，進行賽前準備及比賽食材檢查。
3. 請選手在決賽當天提前三十分鐘，持相關證件報到。
4. 競賽開始後，遲到逾 15 分鐘不得入場。

十一、評分標準及獎項：

(一)動態料理組(學生組、社會組)決賽評分標準：

項目	指定菜、創意菜
口味與烹調技巧	40%
創意性及整體觀感	25%
商業價值與符合主題(農產品佔比)	25%
食材衛生安全	10%
合計	100%

(二)動態料理組(學生組、社會組)獎項：

獎勵項目			
獎項	組數	獎金	其他
冠軍	1 組	新台幣伍仟元	(學生組、社會組)獎牌每人各 1 面、獎狀每人各 1 只
亞軍	1 組	新台幣參仟元	
季軍	1 組	新台幣貳仟元	
優勝	6 組	禮品	
指導老師將頒發感謝狀以茲感謝			

(三)動態烘焙組(學生組、社會組)評分標準：

項目	指定菜、創意菜
產品口感與技巧	40%
創意性及展品包裝	25%
商業價值與符合主題	25%
展台設計與衛生	10%
合計	100%

(四)動態烘焙組(學生組、社會組)獎項：

獎勵項目			
獎項	組數	獎金	其他
冠軍	1 組	新台幣伍仟元	(學生組、社會組)獎牌 每人各 1 面、獎狀每人 各 1 只
亞軍	1 組	新台幣參仟元	
季軍	1 組	新台幣貳仟元	
優勝	3 組	禮品一份	
指導老師將頒發感謝狀以茲感謝			

十一、評分方式：

(一)動態料理組：

1. 滿分為 100 分，採用全數評審的成績，經總計後平均，得出比賽作品成績。
2. 動態競賽組違規項目：遲到、作品使用違禁調味品或化學添加物、夾帶成品或半成品進場、決賽菜餚與初賽菜餚不同等。
3. 菜餚未熟將不予計分。

(二)動態烘焙組：

1. 滿分為 100 分，採用全數評審的成績，經總計後平均，得出比賽作品成績。
2. 動態烘焙組違規項目：遲到、作品使用違禁調味品或化學添加物、夾帶成品或半成品進場、決賽產品與初賽產品不同等。
3. 產品未烤熟將不予計分。

十二、報名方法：

1. 請參賽者填妥報名表(表一、二)、比賽食譜(表三)及參賽同意書(表四、表五)，若表單不夠請自行增加，報名表單、參賽同意書分兩個檔案繳交，將報名資料 email 至 [fgu.vegetarian.113@gmail.com](mailto:fgu.vegetarian.113@gmail.com)
2. 報名表、比賽食譜、參賽同意書皆統一使用 PDF 檔回傳，檔名順序 ex:動態競賽組一校名一選手名(兩位都要)。
3. 參賽同意書可列印下來簽名、蓋章，用掃描檔回傳。

# 2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽報名表 (表一)

基本資料			
報名項目	<input type="checkbox"/> 動態料理學生組 <input type="checkbox"/> 動態態料理社會組 <input type="checkbox"/> 動態烘焙學生組 <input type="checkbox"/> 動態烘焙社會組		
單位名稱		隊名	
指導老師		手機	
電子信箱			
隊員基本資料			
隊長：		隊員：	
中文姓名		中文姓名	
年級		年級	
性別		性別	
手機		手機	
LINE ID		LINE ID	
參賽者經歷介紹			
隊長		隊員	
照片黏貼處 2吋		照片黏貼處 2吋	



## 2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽報名表 (表二)

	身分證	學生證
隊長	正面浮貼處	正面浮貼處
	反面浮貼處	反面浮貼處
隊員	正面浮貼處	正面浮貼處
	反面浮貼處	反面浮貼處

## 2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽報名表 (表三)

參賽類型		<input type="checkbox"/> 動態料理學生組 <input type="checkbox"/> 動態態料理社會組 <input type="checkbox"/> 動態烘焙學生組 <input type="checkbox"/> 動態烘焙社會組
作品名稱		
材 料	份 量	製 作 過 程 與 方 法
創作理念或料理故事		照 片
		作品照片黏貼

食譜內容請詳述之，若是材料格數不足，請自行增加。



# 2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽報名表 (表五)

## 蒐集個人資料告知事項暨個人資料提供

佛光大學(以下簡稱甲方)為舉辦「2025 佛光盃全國蔬食廚藝暨烘焙競賽」，將蒐集、處理及利用您的個人資料，謹依據個人資料保護法(以下簡稱個資法)告知下列事項：

一、蒐集目的：本會依「個資法之特定目的及個人資料之類別」內「第 69 類-契約、類似契約或其他法律關係事務」與「第 172 類-其他公共部門(包括行政法人、政府捐助財團法人及其他公法人)執行相關業務」之目的，蒐集、處理及利用您的個人資料。

二、資料類別：自然人之姓名、職業、聯絡方式(包括但不限於電話號碼、E-mail、居住或工作地址)、其他得以直接或間接方式識別該個人之資料。

三、利用期間/地區/對象/方式：在前述蒐集目的之必要範圍內，以合理方式利用至蒐集目的消失為止。除涉及國際業務或活動外，您的個人資料僅供專案各相關單位於中華民國領域。主要利用對象為甲方。利用方式：網際網路、電子郵件、書面及傳真。

四、若您未提供正確資訊或拒提供個資，承辦單位將無法為您提供本計畫之相關服務。

五、您已瞭解本同意書符合個人資料保護法及相關法規之要求，並同意本科留存以利查驗。

個人資料之同意提供：

一、本人已充分獲知且已瞭解上述告知事項。

二、本人同意於所列蒐集目的之必要範圍內，蒐集、處理及利用本人之個人資料。

此 致 佛光大學

立同意書人 1：

【親筆簽名蓋印】

身分證字號：

連絡電話：

地址：

立同意書人 2：

【親筆簽名蓋印】

身分證字號：

連絡電話：

地址：

中華民國 年 月 日