文件

曲阜市卫生健康局

曲阜市市场监督管理局

曲阜孔府菜研究会

**曲卫字〔2022〕34号**

**关于举办“首届中医药膳特色餐厅评选**

**大赛”的通知**

**各餐饮服务单位：**

**为贯彻落实十四五规划和《健康中国2030规划纲要》指导精神，传承和弘扬传统中医药文化、药膳文化、孔府菜菜系文化，提升我市药膳产业层次，助力第二届世界尼山中医药论坛和第五届曲阜市中医药文化节的举办，在全市范围内营造关心中医药事业，支持中医药产业发展的浓厚氛围，打造曲阜市“中医儒膳”特色餐饮名片，现举办“曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛”。望符合条件的餐饮单位积极参与。**

**曲阜市卫生健康局 曲阜市市场监督管理局 曲阜孔府菜研究会**

 **2022年8月4日**

**曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛**

**实施方案**

 **为组织好2022年“曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛”（以下简称“药膳餐厅大赛”），营造公平、公开、公正的竞赛环境，确保大赛成功举办，特制定本实施方案。**

**一、组织实施**

**本次“药膳餐厅大赛”由市卫生健康局与市市场监督管理局联合举办，曲阜孔府菜研究会具体承办，为加强组织领导，成立“药膳餐厅大赛”活动组委会。活动组委会主任由卫生健康局、市场监督管理局、孔府菜研究会分管领导共同担任。**

**活动组委会下设办公室，办公室设在市卫生健康局中医科（联系电话：4893219，电子邮箱：qfswjjzyk@163.com），办公室下设综合组、竞赛组和监督组。综合组组长由市卫健局中医科副科长张彦玲担任，负责竞赛活动的整体组织、综合协调及新闻宣传等工作；竞赛组组长由曲阜孔府菜研究会副会长张仰金担任，负责布置竞赛现场、组建专家评委会、问题解答和仲裁等工作；监督组组长由市场监督管理局餐饮科科长孔德涵担任，负责组织发动餐饮企业参赛，全程监督指导活动开展。**

 **二、大赛主题**

**“弘扬中医药膳文化，打造美食健康曲阜”**

**三、赛事时间**

**报名时间：即日起截至2022年8月20日24点。**

**现场评选时间：8月下旬，具体时间另行通知。**

1. **参赛条件**

**1.经营场所使用面积在100㎡以上或就餐座位在50人以上，且近三年无卫生安全、投诉等不良事件发生。**

**2.场所内有一定中医药膳宣传元素和氛围，且食品安全等级评定为B级及以上。**

**3.能提供5种以上的中医药膳类菜品，大厨熟知药食同源的食物功效、禁忌等相关知识（详见附件3）。**

**同时符合上述3项要求的餐饮单位均可报名参赛。**

1. **赛事流程**
2. **线上预选**

**符合参赛条件的餐饮单位将参赛报名表（附件1）及相关佐证材料（一是单位正门及内部体现中医药膳宣传元素及氛围的照片至少5张，每张照片下加注文字说明；二是5种以上的中医药膳菜谱及实物照片），于8月20日前报送至大赛组委会邮箱：qfswjjzyk@163.com，组委会组织专家组对报名单位进行预选，预选合格的单位参加现场评选。**

1. **现场评选**

**1.参赛单位通过ppt或word文档的方式介绍本单位中医药膳氛围、经营发展思路、中医药膳品种特点等，限时5分钟。**

**2.参赛单位现场制作两款中医药膳，一个热菜，一个自选菜（冷菜、糕点、汤粥或饮品均可），并对用料选择、药用价值、制作工艺、创意设计等进行讲解，限时四十分钟。**

**五、评判办法**

**1.赛事现场评委由高级中医药专家、高级营养师、孔府菜研究会专家共同组成；**

**2.评委根据参赛单位中医药膳文化氛围及现场药膳的色香味与保健功效，按照评分表（附件2）现场打分。**

**六、奖项设置**

**经综合评选，对表现优异的参赛单位授予“曲阜市中医药膳特色餐厅”荣誉称号，对涌现出的优秀厨师评为“曲阜市优秀中医药膳厨师”。**

**七、其他**

**1.本次大赛不收取任何费用。**

**2.各单位以团队形式报名参赛，每队明确领队（联系人）1人，参赛选手不超过2人，每单位参加人员合计不超过3人。**

**3.参赛作品份量统一规定为10人量，另备两人量尝碟（整鸡、鸭、鹅、鱼等除外）供评委品尝。**

**4.赛场提供灶具、刀、砧板、油、盐、糖、酱油、醋等用品，参赛作品原料、辅料、餐具及特殊调味料自备。**

**5.不使用国家明令保护的动植物原料，不违规使用添加剂。**

**6.参赛过程中厉行节约，菜品撤展时由选手自行打包带走。**

**7.选手参赛过程中须着厨师服、戴厨师帽、戴口罩。**

**8.未尽事宜请拨打大赛组委会咨询电话：0537-4893219。**

**附件：1.曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛报名表**

**2.曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛评分表**

**3.中医药膳须知**

**附件1**

**曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛**

**报 名 表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **参赛单位****名 称** | **经营场所面积（㎡）** | **联系人姓名** | **联系方式** | **选手姓名** | **1号参赛作品名称** | **2号参赛作品名称** |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**附件2**

**曲阜市首届中医药膳特色餐厅评选大赛**

**现场评分表**

**餐厅名称**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **评分项目** | **标准** | **得分** |
| **餐厅 氛围 （30分）** | **餐厅****布置** | **餐厅装饰风格、宣传展示、食谱菜单等能体现中医药膳文化氛围。1分-15分** |  |
| **经营****理念** | **经营者有药食同源、食疗保健的理念及知识，有发展推广中医药膳的思路和热情。1分-10分** |  |
| **现场****表达** | **PPT制作精美、内容丰富，讲解者姿态大方自然，口齿清楚，表达明确。1-5分** |  |
| **作品 形态 （30分）** | **观感** | **主副料配比合理，刀工细腻，规格整齐，汁芡适度，色泽自然悦目，装盘美观，有一定观赏性。1分-10分** |  |
| **口感** | **品味纯正，主味突出，调味适当，无异味。****1分-10分** |  |
| **质感** | **火候得当，质感鲜明，符合其应有的嫩、滑、爽、软、糯、烂、酥、松、脆等特点。1分-10分** |  |
| **作品****意境 （30分）** | **作品****名称** | **名称与菜式相称，内容健康，新颖别致。****1分-5分** |  |
| **作品经济程度** | **作品做到经济节俭，所用材料具有普遍性且成本较低。1分-5分** |  |
| **作品营养价值** | **作品营养丰富、搭配合理，有益健康。****1分-10分** |  |
| **作品药用价值** | **作品能较好体现食材的药用价值（附以书面说明），并且材料具有一定普遍性。1分-10分** |  |
| **过程****总评 （10分）** | **卫生****状况** | **作品洁净无异味，器皿清洁，灶台清洁，操作行为规范、操作过程清洁卫生。1分-5分** |  |
| **作品****介绍** | **姿态大方自然，口齿清楚，表达明确，形式新颖。****1分-5分** |  |
| **创新加分****（5分）** | **材料新奇，工艺难度系数高，装盘、造型有创新性变化。适当给与1分-5分加分** |  |
| **总分** |  |

 **评审专家签字：**

**附件3**

**中医药膳须知**

**1.药膳是指用**[**中药**](https://www.yixue.com/%E4%B8%AD%E8%8D%AF)**与食物共同调制而成的食品。因所选用的药物与食物的成分不同，可以使其分别具有疗疾、防病、**[**健身**](https://www.yixue.com/%E5%81%A5%E8%BA%AB)**、益寿等不同功能。**

**2.卫健委公布的既是食品又是药品的中药名单:**

**丁香、八角茴香、刀豆、小茴香、小蓟、山药、山楂、马齿苋、乌梢蛇、乌梅、木瓜、火麻仁、代代花、玉竹、甘草、白芷、白果、白扁豆、白扁豆花、龙眼肉（桂圆）、决明子、百合、肉豆蔻、肉桂、余甘子、佛手、杏仁（甜、苦）、沙棘、牡蛎、芡实、花椒、赤小豆、阿胶、鸡内金、麦芽、昆布、枣（大枣、酸枣、黑枣）、罗汉果、郁李仁、金银花、青果、鱼腥草、姜（生姜、干姜）、枳椇子、枸杞子、栀子、砂仁、胖大海、茯苓、香橼、香薷、桃仁、桑叶、桑椹、桔红、桔梗、益智仁、荷叶、莱菔子、莲子、高良姜、淡竹叶、淡豆豉、菊花、菊苣、黄芥子、黄精、紫苏、紫苏籽、葛根[1]、黑芝麻、黑胡椒、槐米、槐花、蒲公英、蜂蜜、榧子、酸枣仁、鲜白茅根、鲜芦根、蝮蛇、橘皮、薄荷、薏苡仁、薤白、覆盆子、藿香。（以上为2012年公示的87种）**

**3.卫健委公布的可用于保健食品的中药名单:**

**人参、人参叶、人参果、三七、土茯苓、大蓟、女贞子、山茱萸、川牛膝、川贝母、川芎、马鹿胎、马鹿茸、马鹿骨、丹参、五加皮、五味子、升麻、天门冬、天麻、太子参、巴戟天、木香、木贼、牛蒡子、牛蒡根、车前子、车前草、北沙参、平贝母、玄参、生地黄、生何首乌、白及、白术、白芍、白豆蔻、石决明、石斛（需提供可使用证明）、地骨皮、当归、竹茹、红花、红景天、西洋参、吴茱萸、怀牛膝、杜仲、杜仲叶、沙苑子、牡丹皮、芦荟、苍术、补骨脂、诃子、赤芍、远志、麦门冬、龟甲、佩兰、侧柏叶、制大黄、制何首乌、刺五加、刺玫果、泽兰、泽泻、玫瑰花、玫瑰茄、知母、罗布麻、苦丁茶、金荞麦、金樱子、青皮、厚朴、厚朴花、姜黄、枳壳、枳实、柏子仁、珍珠、绞股蓝、胡芦巴、茜草、荜茇、韭菜子、首乌藤、香附、骨碎补、党参、桑白皮、桑枝、浙贝母、益母草、积雪草、淫羊藿、菟丝子、野菊花、银杏叶、黄芪、湖北贝母、番泻叶、蛤蚧、越橘、槐实、蒲黄、蒺藜、蜂胶、酸角、墨旱莲、熟大黄、熟地黄、鳖甲。**

**4.保健食品禁用中药名单（注：毒性或者副作用大的中药）**

**八角莲、八里麻、千金子、土青木香、山莨菪、川乌、广防己、马桑叶、马钱子、六角莲、天仙子、巴豆、水银、长春花、甘遂、生天南星、生半夏、生白附子、生狼毒、白降丹、石蒜、关木通、农吉痢、夹竹桃、朱砂、米壳（罂粟壳）、红升丹、红豆杉、红茴香、红粉、羊角拗、羊踯躅、丽江山慈姑、京大戟、昆明山海棠、河豚、闹羊花、青娘虫、鱼藤、洋地黄、洋金花、牵牛子、砒石（白砒、红砒、砒霜）、草乌、香加皮（杠柳皮）、骆驼蓬、鬼臼、莽草、铁棒槌、铃兰、雪上一枝蒿、黄花夹竹桃、斑蝥、硫磺、雄黄、雷公藤、颠茄、藜芦、蟾酥。**

**5.卫健委公告明确不是普通食品的名单:**

**西洋参、鱼肝油、灵芝（赤芝）、紫芝、冬虫夏草、莲子芯、薰衣草、大豆异黄酮、灵芝孢子粉、鹿角、龟甲 。**

**6.公告明确为普通食品的名单：**

**白毛银露梅、黄明胶、海藻糖、五指毛桃、中链甘油三酯、牛蒡根、低聚果糖、沙棘叶、天贝、冬青科苦丁茶、梨果仙人掌、玉米须、抗性糊精、平卧菊三七、大麦苗、养殖梅花鹿其他副产品(除鹿茸、鹿角、鹿胎、鹿骨外)、梨果仙人掌、木犀科粗壮女贞苦丁茶、水苏糖、玫瑰花（重瓣红玫瑰）、凉粉草（仙草）、酸角、针叶樱桃果、菜花粉、玉米花粉、松花粉、向日葵花粉、紫云英花粉、荞麦花粉、芝麻花粉、高梁花粉、魔芋、钝顶螺旋藻、极大螺旋藻、刺梨、玫瑰茄、蚕蛹、耳叶牛皮消**

**7.历代本草文献所载具有保健作用的食物名单：**

**聪耳（增强或改善听力）类食物：莲子、山药、荸荠、蒲菜、芥菜、蜂蜜。**

**明目（增强或改善视力）类食物：山药、枸杞子、蒲菜、猪肝、羊肝、野鸭肉、青鱼、鲍鱼、螺蛳、蚌。**

**生发（促进头发生长）类食物：白芝麻、韭菜子、核桃仁。**

**润发（使头发滋润、光泽）类食物：鲍鱼。**

**乌须发（使须发变黑）类食物：黑芝麻、核桃仁、大麦。**

**长胡须（有益于不生胡须的男性）类食物：鳖肉。**

**美容颜（使肌肤红润、光泽）类食物：枸杞子、樱桃、荔枝、黑芝麻、山药、松子、牛奶、荷蕊。**

**健齿（使牙齿坚固、洁白）类食物：花椒、蒲菜、莴笋。**

**轻身（消肥胖）类食物：菱角、大枣、榧子、龙眼、荷叶、燕麦、青粱米。**

**肥人（改善瘦人体质，强身壮体）类食物：小麦、粳米、酸枣、葡萄、藕、山药、黑芝麻、牛肉。**

**增智（益智、健脑等）类食物：粳米、荞麦、核桃、葡萄、菠萝、荔枝、龙眼、大枣、百合、山药、茶、黑芝麻、黑木耳、乌贼鱼。**

**益志（增强志气）类食物：百合、山药。**

**安神（使精神安静、利睡眠等）类食物：莲子、酸枣、百合、梅子、荔枝、龙眼、山药、鹌鹑、牡蛎肉、黄花鱼。**

**增神（增强精神，减少疲倦）类食物：茶、荞麦、核桃。**

**增力（健力，善走等）类食物：荞麦、大麦、桑葚、榛子。**

**强筋骨（强健体质，包括筋骨、肌肉以及体力）类食物：栗子、酸枣、黄鳝、食盐。**

**耐饥（使人耐受饥饿，推迟进食时间）类食物：荞麦、松子、菱角、香菇、葡萄。**

**能食（增强食欲、消化等能力）类食物：葱、姜、蒜、韭菜、芫荽、胡椒、辣椒、胡萝卜、白萝卜。**

**壮肾阳（调整性功能，治疗阳痿、早泄等）类食物：核桃仁、栗子、刀豆、菠萝、樱桃、韭菜、花椒、狗肉、狗鞭、羊肉、羊油脂、雀肉、鹿肉、鹿鞭、燕窝、海虾、海参、鳗鱼、蚕蛹。**

**种子（增强助孕能力，也称续嗣，包括安胎作用）类食物：柠檬、葡萄、黑雌鸡、雀肉、雀脑、鸡蛋、鹿骨、鲤鱼、鲈鱼、海参。**

**8.历代本草文献所载具有治疗作用的食物：**

**散风寒类（用于风寒感冒病症）食物：生姜、葱、芥菜、芫荽。**

**散风热类（用于风热感冒病症）食物：茶叶、豆豉、杨桃。**

**清热泻火类（用于内火病症）食物：茭白、蕨菜、苦菜、苦瓜、松花蛋、百合、西瓜。**

**清热生津类（用于燥热伤津病症）食物：甘蔗、番茄、柑、柠檬、苹果、甜瓜、甜橙、荸荠。**

**清热燥湿类（用于湿热病症）食物：香椿、荞麦。**

**清热凉血类（用于血热病症）食物：藕、茄子、黑木耳、蕹菜、向日葵子、食盐、芹菜、丝瓜。**

**清热解毒类（用于热毒病症）食物：绿豆、赤小豆、豌豆、苦瓜、马齿苋、荠菜、南瓜、菜。**

**清热利咽类（用于内热咽喉肿痛病症）食物：橄榄、罗汉果、荸荠、鸡蛋白。**

**清热解暑类（用于暑热病症）食物：西瓜、绿豆、赤小豆、绿茶、椰汁。**

**清化热痰类（用于热痰病症）食物：白萝卜、冬瓜子、荸荠、紫菜、海蜇、海藻、海带、鹿角菜。**

**温化寒痰类（用于寒痰病症）食物：洋葱、杏子、芥子、生姜、佛手、香橼、桂花、橘皮。**

**止咳平喘类（用于咳嗽喘息病症）食物：百合、梨、枇杷、落花生、杏仁、白果、乌梅、小白菜。**

**健脾和胃类（用于脾胃不和病症）食物：南瓜、包心菜、芋头、猪肚、牛奶、芒果、柚、木瓜、栗子、大枣、粳米、糯米、扁豆、玉米、无花果、胡萝卜、山药、白鸭肉、醋、芫荽。**

**健脾化湿类（用于湿阻脾胃病症）食物：薏苡仁、蚕豆、香椿、大头菜。**

**驱虫类（用于虫积病症）食物：榧子、大蒜、南瓜子、椰子肉、石榴、醋、乌梅。**

**消导类（用于食积病症）食物：萝卜、山楂、茶叶、神曲、麦芽、鸡内金、薄荷叶。**

**温里类（用于里寒病症）食物：辣椒、胡椒、花椒、八角茴香、小茴香、丁香、干姜、蒜、葱、韭菜、刀豆、桂花、羊肉、鸡肉。**

**祛风湿类（用于风湿病症）食物：樱桃、木瓜、五加皮、薏苡仁、鹌鹑、黄鳝、鸡血。**

**利尿类（用于小便不利、水肿病症）食物：玉米、赤小豆、黑豆、西瓜、冬瓜、葫芦、白菜、白鸭肉、鲤鱼、鲫鱼。**

**通便类（用于便秘病症）食物：菠菜、竹笋、番茄、香蕉、蜂蜜。**

**安神类（用于神经衰弱、失眠病症）食物：莲子、百合、龙眼肉、酸枣仁、小麦、秫米、蘑菇、猪心、石首鱼。**

**行气类（用于气滞病症）食物：香橼、橙子、柑皮、佛手、柑、荞麦、高粱米、刀豆、菠菜、白萝卜、韭菜、茴香菜、大蒜。**

**活血类（用于血淤病症）食物：桃仁、油菜、慈姑、茄子、山楂、酒、醋、蚯蚓、蚶肉。**

**止血类（用于出血病症）食物：黄花菜、栗子、茄子、黑木耳、刺菜、乌梅、香蕉、莴苣、枇杷、藕节、槐花、猪肠。**

**收涩类（用于滑脱不固病症）食物：石榴、乌梅、芡实、高粱、林檎、莲子、黄鱼、鲇鱼。**

**平肝类（用于肝阳上亢病症）食物：芹菜、番茄、绿茶。**

**补气类（用于气虚病症）食物：粳米、糯米、小米、黄米、大麦、山药、莜麦、籼米、马铃薯、大枣、胡萝卜、香菇、豆腐、鸡肉、鹅肉、鹌鹑、牛肉、兔肉、狗肉、青鱼、鲢鱼。**

**补血类（用于血虚病症）食物：桑葚、荔枝、松子、黑木耳、菠菜、胡萝卜、猪肉、羊肉、牛肝、羊肝、甲鱼、海参、草鱼。**

**助阳类（用于阳虚病症）食物：枸杞菜、枸杞子、核桃仁、豇豆、韭菜、丁香、刀豆、羊乳、羊肉、狗肉、鹿肉、鸽蛋、雀肉、鳝鱼、海虾、淡菜。**

**滋阴类（用于阴虚病症）食物：银耳、黑木耳、大白菜、梨、葡萄、桑葚、牛奶、鸡蛋黄、甲鱼、乌贼鱼、猪皮。**

**资料来源：**

**1.卫生部关于进一步规范保健食品原料管理的通知**

**2.关新食品原料、普通食品名单汇总**

**3.关于当归等6种新增按照传统既是食品又是中药材的物质公告（2019年第8号）**

**4.关于对党参等9种物质开展按照传统既是食品又是中药材的物质管理试点工作的通知**

**曲阜市卫生健康局办公室 2022年8月4日印发**