統一標準：只要菜有焦味一律不過

換章標準：只要有中餐或是西餐丙級以上證照，即可以照換章

回鍋肉

食材：五花肉半斤、小黃瓜1條、胡蘿蔔1/3條、大蒜3顆、玉米粉少許、醬油少許、糖少許、蛋1顆、鹽少許、油

做法：(1)將五花肉切片放入大碗中，加入少許醬油、糖、蛋、玉米粉抓勻醃製5分鐘

(2)將胡蘿蔔去皮切片，小黃瓜洗淨切片、大蒜去皮切片拍碎備用

(3)起一油鍋開中火，將五花肉放入炒5分熟起鍋備用

(4)再加入少許油，放入大蒜以及胡蘿蔔拌炒至7分熟、再放入五花肉，少許鹽、醬油跟糖拌炒到熟

(5)最後放入小黃瓜拌炒均勻即可起鍋

標準：肉要熟、小黃瓜跟胡蘿蔔要熟也要脆、口味不可太鹹

炒高麗菜

食材：高麗菜1/4顆、、蒜末1大匙、香油2大匙、

調味料：鹽1小匙、

做法：(1)高麗菜切小段，放入塑膠袋中，加入1小匙的鹽巴、1小匙香油搖晃均勻後，靜置2分鐘後，取出擠乾水分備用。

(3)鍋中加沙拉油，下蒜末炒香，爆香後，下調味料跟水少許調味炒熟，即可盛盤。

標準：高麗菜不能燒焦、水分不可太多