

上海中医药大学举行毕业餐设计大赛见证95后的创意和厨艺

男生队“须眉不让巾帼”摘得亚军

阴阳双拼饭、粉蒸排骨、蒜蓉虾、缤纷时蔬、凉拌什锦菜，还有一份酸辣汤——这份被命名为“最美的祝福”的套餐经大厨、后勤、营养师等7位专家的现场品鉴后，一举摘得上海中医药大学首届膳食营养大赛暨梦想毕业餐设计大赛的冠军。青年报记者获悉，这份寓意美好的套餐在学校大厨改良后将成为送给2018届毕业生的毕业大餐。

青年报记者 刘昕璐



◀ 参赛队中有一支由纯男生组成的参赛队伍。

▼ 男生队的作品有西洋参乳鸽、翡翠虾蓉、松子鲈鱼、西芹百合、咖喱牛肉等。



—— 比赛规则 ——

兼顾营养和美味 还要控制成本

上海中医药大学公共健康学院在今年5月-6月期间，牵头开展了以“忆校园五味，畅梦想之路”为主题的首届膳食营养大赛暨梦想毕业餐设计大赛活动。经过前期报名、初审选拔，最终有8支队伍晋级昨天的决赛。

为了使每支队伍设计的毕业餐更加营养健康、美味可口，主办方还预先邀请了健康营养研究室主任沈红艺老师和基础营养教研室刘霞、顾翠英老师分别从毕业餐设计、评分标准、实训室使用三个方面为参赛者进行专业的培训与指导。参赛队伍还在完成培训后进行了试做，不仅熟悉了比赛场地，又对比赛作品有了进一步的认识。

参赛选手自行组队，每组参赛人数不得超过3人。比赛要求紧扣大赛主题，以校园生活为出发点，从回忆、感恩、梦想、起航、未来等角度出发进行设计烹饪，要求参赛作品理念、营养、美味与美观缺一不可，旨在培养同学们运用自己所学的专业知识将中医养生和膳食营养相结合的能力，运用药食同源理念，契合毕业梦想寓意，设计出各色别具风味的梦想毕业餐。

因为是学校送给每位毕业生的毕业餐，每支参赛队还必须有成本控制意识，每支队伍的经费为100元，从最终的呈现结果来看，每份套餐的价格为20元-35元不等。

—— 参赛队伍 ——

男生队 为了吃夜宵练成厨神

昨天一早，在中医大的营养实训室，8支晋级决赛的队伍就在操作台前开始了食材清洗和烹制的角逐。90分钟内，各队需完成毕业餐的制作，并在评委面前阐述膳食的色、香、味、形以及关于毕业季的设计理念，最后经操作与卫生、口感与质感、造型、营养说明等各个考评权重后决出高低。

在参赛队中，有一支纯男生参赛队煞是出挑。三名男生都是今年的应届毕业生，在他们看来，毕业生参与设计毕业餐更显得意义非凡。“我们即将毕业，希望能在最后的时候，给自己的毕业带来一点不一样的色彩。我们平时也爱吃，爱烹饪。可以说，这是我们离校前参加的最后一项活动了，我们很珍惜。”队长李正视说道。

冠军队 每一道菜都寓意丰富

来自公共健康学院“营养二加一”队的组合是最后完成餐食制作的团队，也因此，作品最后才被端上餐桌由评委品尝和打分。团队一度担心有些菜已经影响了口感，但他们万万没想到，这套毕业餐的设计最终仍然大获赏识一路成为了冠军作品。

这个参赛团队由两位毕业班的同学和一名大二学生组成，作品取名“最美的祝福”，寄托设计者对于身边所有即将毕业迎来人生新征程的小伙伴们及自己的祝福。

从呈现的菜品来看，有西洋参乳鸽、翡翠虾蓉、松子鲈鱼、西芹百合、咖喱牛肉等。每份餐的价格约35元左右，对比其他的菜品，评委戏言“史上最豪华”。没想到，三个高高大大的“95后”男生，烧起菜来各个都是一把好手。在与季军平分的情况下，因为口感更佳，这份“青春、校园、梦想”的作品最终斩获了亚军作品。

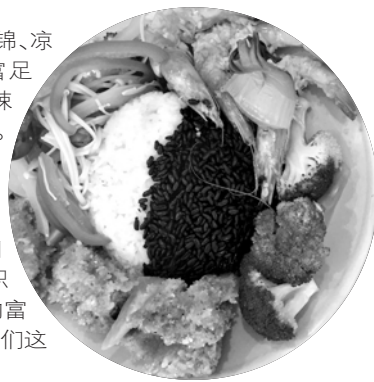
三名男生表示，大三开始，康复医学院搬入康桥，相对偏远，出行不便，因为设有厨房，他们就解决各自的夜宵问题而慢慢练成了“厨神”。队长李正视更是小学时就跟着奶奶学习切菜，中学时就会烧不少小菜。“大学的寒暑假还常常邀请小伙伴到家来聚餐，都是我掌勺呢。”对于

一名上海男生，李正视觉得，会烧菜很正常，“在家也是我爸爸烧菜多。”

外界对于“95后”有“娇气、在家里是甩手掌柜”这种刻板印象，但在这三位男生为何做得一手好菜？据介绍，烹饪是上海中医药大学食品卫生与营养学专业的必修课，同时也是该专业小学期实践的必修课程。上海中医药大学健康营养研究室主任沈红艺更是十分赞赏年轻人“下厨房”的生活方式。“要懂一些烹饪，而不是依赖外卖解决日常三餐，给自己和家人做健康营养的餐食，本身就是一种健康生活学。”沈红艺甚至主张，学习“下厨房”应该成为更多大学的通识课，以有效帮助大学生学到技能，树立健康生活的理念。



缤纷时蔬暗合前程似锦、凉拌什锦菜则希望富足安康。至于一道酸辣汤，寓意酸辣人生。此去经年，或一帆风顺，或跌宕起伏，酸甜苦辣不一而足，但希望无论未来同学们从事着何种职业，都能收获内心的富足，不负初心。”学生们这样阐述设计理念。



参加沪综合评价批次的院校今年扩容至10所

青年报记者 刘昕璐

本报讯 随着浙江大学的加入，今年本市综合评价批次院校可填报院校由原来的本市“9校”增加到10所院校。据悉，今年浙江大学首次在上海投放10名综合评价批次计划。设置的两个院校专业组都是中外合作办学专业。6月23日高考成绩公布后，6月24日到26日为综合评价批次志愿填报时间。

此次浙江大学设置的两个院校专业组均为中外合作办学专业：其一

为浙江大学伊利诺伊大学厄巴纳香槟校区联合学院，含电子与计算机工程、电气工程及其自动化、机械工程、土木工程专业，选考科目为物理；其二为浙江大学爱丁堡大学联合学院，含生物医学、生物信息学专业，选考科目为物理或化学或生物。学生入学后将进入海宁国际校区学习（四年），学费标准为：12万元/人·学年，住宿费8000元/人·学年。在规定时间内达到所学专业毕业（学位）要求者，将获得浙江大学毕业证书、学士

学位证书和美国伊利诺伊大学厄巴纳香槟校区学士学位证书或英国爱丁堡大学的学士学位证书。

至此，今年参加沪综评批次的高校为：复旦大学（含医学院）、上海交通大学（含医学院）、同济大学、华东师范大学、上海财经大学、上海外国语大学、华东理工大学、东华大学、上海大学、浙江大学。

6月23日高考成绩公布后，6月24日到26日综合评价批次志愿填报。6月27日到30日试点院校面试、

录取。未被录取的考生，将参加下一批次志愿填报及录取。在综评录取前，并不存在综评录取分数线，各校的录取线指的是高校各专业实际录取考生的最低分数。这条线不是事先确定的，而是在高校完成录取后自然产生的。考生在报考时，可以教育考试院公布的成绩分布表为参考，并结合自己的兴趣意愿填报志愿。综评批次先于自主招生进行投档录取，因此，考生若在综评批次被录取，就不再参加自主招生录取。