

Vous êtes employé(e) dans une cuisine de maison de retraite.  
 Vous devez réaliser les deux plats suivants pour 6 personnes.

<b>POTAGE DE LEGUMES</b>	<b>CREME AUX OEUFS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• margarine ..... 0,030 kg</li> <li>• poireaux ..... 0,150 kg</li> <li>• navets ..... 0,150 kg</li> <li>• carottes ..... 0,150 kg</li> <li>• pommes de terre ..... 0,450 kg</li> <li>• céleri en branche ..... 0,100 kg</li> <li>• eau ..... 2,5 L</li> <li>• gros sel ..... 2 c. à soupe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• lait ..... 1 L</li> <li>• sucre semoule ..... 0,150 kg</li> <li>• œufs ..... 6</li> </ul> <p align="center"><b>PARFUM</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vanille liquide ..... 1 c. à soupe</li> </ul>
<i>TECHNIQUE</i>	<i>TECHNIQUE</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eplucher et laver les légumes.</li> <li>- Tailler les légumes.</li> <li>- Etuver dans la margarine fondue, les poireaux, le céleri, les carottes et les navets.</li> <li>- Verser l'eau.</li> <li>- Saler.</li> <li>- Ajouter les pommes de terre.</li> <li>- Cuire 30 minutes.</li> <li>- Mixer.</li> <li>- Verser dans une soupière.</li> <li>- Servir chaud.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préchauffer le four à + 110°C.</li> <li>- Chauffer le lait.</li> <li>- Mélanger les œufs avec le sucre et la vanille.</li> <li>- Verser doucement le lait bouillant dans l'appareil.</li> <li>- Remplir les ramequins.</li> <li>- Mettre à cuire au four, au bain-marie, 30 à 40 minutes.</li> <li>- Présenter.</li> </ul>

<b>ACADEMIE DE CAEN</b>		<b>CAP</b>	<b>Session 2001</b>
Durée : 3 h 00		<b>Préparation et distribution des repas</b>	
<b>SUJET N°3</b>	Page 1/2	<b>EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITE</b>	

**EPREUVE ECRITE ( 10 pts)**

En fonction du sujet proposé, établir les menus équilibrés en utilisant les 2 plats préparés pour l'un ou l'autre de ces repas :

REPAS	MENU	APPORT ALIMENTAIRE
<b>Déjeuner</b>		
<b>Dîner</b>		

- Quel est l'utilisateur concerné ?

---



---

- Justifier l'équilibre de vos menus en fonction de l'utilisateur :

---



---



---



---



---

ACADEMIE DE CAEN	CAP	Session 2001
Durée : 30 min	Page 2/2	<b>Préparation des repas</b>
<b>S U J E T N°3</b>		EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITE

**Nom :** ..... **Prénom :** ..... **N° d'insc.**.....