



SERVICES CULTURE ÉDITIONS
RESSOURCES POUR
L'ÉDUCATION NATIONALE

**Ce document a été numérisé par le CRDP de Caen pour la
Base Nationale des Sujets d'Examens de l'enseignement professionnel**

Ce fichier numérique ne peut être reproduit, représenté, adapté ou traduit sans autorisation.

BANQUE DE DONNEES DES SAVOIRS ASSOCIES EN EP1 S2 - Sciences de l'alimentation	SESSION 2009
Examen et spécialité : CAP Agent Polyvalent de Restauration	Durée : 4 H maximum Coefficient : 6
Epreuve EP1 : Production de préparations froides et de préparations chaudes	Page : 1/4

- 1- Nommer les formes de commercialisation des produits utilisés (gammes) ; indiquer le lieu et la température de stockage.**

Frais : 1^{ère} gamme (armoire froide positive +3°C ou +8°C)

Appertisés ou stérilisés : 2^{ème} gamme (réserve sèche température ambiante +15°C à +18°C)

Surgelés : 3^{ème} gamme (chambre froide négative - 18°C)

Crus sous atmosphère modifiée ou sous vide : 4^{ème} gamme (armoire froide positive +3°C)

Cuits sous vide : 5^{ème} gamme (armoire froide positive +3°C)

Déshydratés : 6^{ème} gamme (réserve sèche température ambiante +15°C à +18°C)

- 2- Définir le terme « équivalence alimentaire » et préciser son intérêt**

Aliment que l'on peut remplacer par un autre qui présente les mêmes intérêts nutritionnels (en cas d'allergie, de régime, de coût, de goût)

- 3- Citer le constituant alimentaire principal apporté par un (ou des aliment(s)) des préparations du jour et donner son rôle. Citer un aliment pouvant le remplacer.**

Protides : construction des cellules (rôle plastique) dans viandes (œuf / poisson)

Glucides : énergie musculaire (rôle énergétique) dans pâtes, riz, pomme de terre, sucre, bonbons, confiture, miel

Lipides : énergie, thermorégulation (rôle énergétique) dans huile, beurre, crème

Vitamines et minéraux : catalyse (rôle fonctionnel) dans fruits (pommes, poires, fraises, etc.) et légumes (haricots verts, carottes, choux, etc.)

Fibres : transit intestinal (rôle fonctionnel) dans fruits et légumes

- 4- Nommer 4 mentions obligatoires pouvant se trouver sur une étiquette d'un produit utilisé**

Dénomination commerciale, date de péremption, poids (quantité nette), nom ou raison sociale du fabricant, liste des ingrédients, lieu d'origine, mode d'emploi, indication du lot, marque de salubrité (produit d'origine animale) ou estampille sanitaire, lieu de stockage.

- 5- Classer les différents aliments utilisés dans les groupes d'aliments correspondants**

Viande, poissons, œufs (.....)

Lait et produits laitiers (.....)

Fruits et légumes (.....)

Féculents (.....)

Corps gras (.....)

- 6- Citer les lieux et les températures de conservation des différents produits utilisés**

Réserve sèche : de +15°C à +18°C ;

Armoire froide positive : +3°C ;

Armoire froide négative : - 18°C

BANQUE DE DONNEES DES SAVOIRS ASSOCIES EN EP1 S2 - Sciences de l'alimentation	SESSION 2009
Examen et spécialité : CAP Agent Polyvalent de Restauration	Durée : 4 H maximum Coefficient : 6
Epreuve EP1 : Production de préparations froides et de préparations chaudes	Page : 2/4

- 7- Indiquer le rôle des végétaux dans l'alimentation**
Apport de fibres alimentaires favorisant le transit intestinal, de vitamines et des éléments minéraux
- 8- Indiquer le rôle des produits laitiers dans l'alimentation**
Source de calcium nécessaire à la croissance osseuse
- 9- Vous avez utilisé un produit appertisé**
Indiquer ce que vous devez vérifier avant d'utiliser une boîte de conserve en cuisine
Vérifier la DLUO
Vérifier l'intégrité de l'emballage
Vérifier si la boîte n'est pas bombée, floquée, etc.
- 10- Vous avez utilisé un produit surgelé.**
Indiquer ce que vous devez vérifier avant d'utiliser un produit surgelé en cuisine
Vérifier la DLUO
Vérifier l'intégrité de l'emballage
Vérifier la température à cœur du produit
- 11- Vous avez utilisé des ovoproduits. Définir un ovoproduit. Citer 1 avantage et 1 inconvénient**
Définition d'ovoproduit = œuf sans coquille transformé industriellement (brique œufs entiers, jaunes d'œufs, blancs d'œufs, œufs durs, omelettes)
Avantages : *Limiter les risques de contamination - Possibilité de n'utiliser que des jaunes ou que des blancs = moins de pertes*
Inconvénients : *Modification éventuelle du goût - Coût élevé*
- 12- Indiquer l'importance de consommer tous les jours des fruits et légumes**
Aliments peu caloriques
Apport de vitamines, minéraux
Apport de fibres favorisant le transit intestinal
- 13- Aujourd'hui, vous avez réalisé**
Compléter ce menu afin d'obtenir un repas équilibré. Justifier vos choix
Nécessité de trouver des fruits ou légumes crus et cuits, un féculent et un produit laitier, VPO (une fois dans la journée)

BANQUE DE DONNEES DES SAVOIRS ASSOCIES EN EP1 S2 - Sciences de l'alimentation	SESSION 2009
Examen et spécialité : CAP Agent Polyvalent de Restauration	Durée : 4 H maximum Coefficient : 6
Epreuve EP1 : Production de préparations froides et de préparations chaudes	Page : 3/4

14- Vous avez utilisé des légumes ou fruits frais.

Citer la principale vitamine apportée par ce type d'aliments

Vitamine C

Enumérer 3 mesures à prendre pour éviter la perte de cette vitamine

Limiter le temps de trempage

Préférer la cuisson à la vapeur

Utiliser des couteaux en acier inoxydable

Utiliser un couteau économe permettant les épluchures fines

15- Elaborer une journée alimentaire équilibrée en intégrant les 2 préparations réalisées aujourd'hui

3 repas répartis sur la journée

VOP : 2 fois par jour dont 1 fois de la viande

Produits Laitiers : 3 fois par jour

Féculents : 3 fois par jour

Fruits et légumes : 5 fruits et légumes par jour

Boissons : eau

Corps gras : à limiter en fonction des apports conseillés

Produits sucrés : à éviter

16- Vous avez utilisé du lait UHT ½ écrémé

Donner la signification de UHT : Ultra Haute température : stérilisation à 140°C pendant quelques secondes suivi d'un refroidissement rapide

Expliquer ce qu'est le lait ½ écrémé, quelle est la couleur de son emballage

Lait ½ écrémé : lait dans lequel on a éliminé la moitié des matières grasses

Se reconnaît par son emballage bleu (ou écriture bleue sur l'emballage)

Citer les autres couleurs utilisées sur les emballages. Indiquer à quel type de lait elles correspondent

Rouge = lait entier

Vert = lait écrémé

Jaune = lait cru

17- Vous avez utilisé de l'huile pour vos fritures.

Nommer le type d'huile que vous avez utilisé. Justifier votre choix.

Huile riche en acides gras mono insaturés

Huile possédant le pictogramme « bassine à friture + 180°C »

Citer 3 précautions à prendre pour que vos fritures ne deviennent pas toxiques

Température à ne pas dépasser : 180°C

Filtrer le bain de friture régulièrement pour éliminer les particules carbonisées

Changer le bain de friture régulièrement (tous les 10 bains)

Ne pas compléter un ancien bain avec de l'huile « nouvelle »

BANQUE DE DONNEES DES SAVOIRS ASSOCIES EN EP1 S2 - Sciences de l'alimentation	SESSION 2009
Examen et spécialité : CAP Agent Polyvalent de Restauration	Durée : 4 H maximum Coefficient : 6
Epreuve EP1 : Production de préparations froides et de préparations chaudes	Page : 4/4

18- Parmi les produits utilisés, certains peuvent être à l'origine de parasitose.

Définir le terme « parasitose »

Maladie alimentaire due à un parasite pouvant entraîner des troubles plus ou moins graves chez l'individu

Citer 3 parasites susceptibles d'infecter les aliments

les ténias

les oxyures

les ascaris

la douve

l'amibe dysentérique

le toxoplasme

19- Lister 2 mesures préventives à prendre pour éviter les parasitoses

lavage-désinfection des fruits et légumes

lavage des mains des opérateurs

cuisson suffisante des viandes

éviter la consommation de viandes crues, charcuteries

20- Vous avez réalisé une sauce vinaigrette. Expliquer ce qu'est une émulsion

Mélange de 2 liquides non miscibles entre eux

Citer les 2 types d'émulsion utilisés en cuisine. Donner un exemple pour chacune d'elles

Emulsion stable : mayonnaise

Emulsion instable : vinaigrette

21- Vous avez utilisé (ex d'aliments)

Citer 3 modes de conservation possible de cet aliment en expliquant le principe de chacun d'eux

- a. stérilisation appertisation : aliment conditionné dans un récipient hermétiquement clos soumis à un traitement thermique supérieur à 120°C pendant quelques instants (en fonction de l'aliment) le plus souvent : 140°C pendant quelques secondes conservation de longue durée
- b. pasteurisation : l'aliment est soumis à une température inférieure à 100°C pendant 20 minutes environ puis conservé par réfrigération : conservation de courte durée
- c. réfrigération : l'aliment est conservé à une température comprise entre 0 et +8°C selon les aliments : conservation de courte durée
- d. surgélation : l'aliment est refroidi très rapidement à une température de -40°C puis est conservé entre -18 et -20°C pendant plusieurs mois = conservation de longue durée
- e. déshydratation : l'eau des aliments est éliminée par la chaleur. L'aliment se conserve ainsi pendant plusieurs mois entre 15 et 18°C = conservation de longue durée
- f. sous vide : aliment conditionné dans un emballage étanche dans lequel on fait le vide