

**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 a**

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

**♦ CAROLINES AUX CHAMPIGNONS**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

**♦ COQUILLES DE POISSON**

Filets de poisson	3,5 kg
Court bouillon	en fonction de la quantité d'eau
Farine	0,300 kg
Margarine	0,300 kg
Bouillon	3 litres
Sel, poivre	à disposition
Gruyère râpé	0,500 kg

**Vous devez établir l'organisation de votre travail**

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes.

**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 a bis**

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ CAROLINES AUX CHAMPIGNONS**

Pâte à choux	Farine	0,200 kg
	Margarine	0,100 kg
	Eau	3 dl
	Œufs	4
	Sel	1 pincée
Béchamel :	Farine	0,100 kg
	Margarine	0,100 kg
	Lait	1 litre
	Sel, poivre,	
Champignons :	1 boîte 4/4	

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ COQUILLES DE POISSON**

Filets de poisson	3,5 kg
Court bouillon	en fonction de la quantité d'eau
Farine	0,300 kg
Margarine	0,300 kg
Bouillon	3 litres
Sel, poivre	à disposition
Gruyère râpé	0,500 kg



**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 b**

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

**♦ CAROLINE AUX CHAMPIGNONS**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

**♦ ECHINEE DE PORC A LA BORDELAISE**

Echine de porc sans os en morceaux	4 kg
Oignons	1 kg
Carottes	1 kg
Sel, poivre, bouquet garni	
Margarine	0,150 kg
Huile	2 dl
Farine	0,250 kg
Margarine	0,250 kg
Vin rouge	1 litre
Eau ou bouillon	à volonté
Champignons	2 boîtes 4/4

**Vous devez établir l'organisation de votre travail**

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 b bis**

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ CAROLINES AUX CHAMPIGNONS**

Pâte à choux	Farine	0,200 kg
	Margarine	0,100 kg
	Eau	3 dl
	Œufs	4
	Sel	1 pincée
Béchamel :	Farine	0,100 kg
	Margarine	0,100 kg
	Lait	1 litre
	Sel, poivre	
Champignons :	1 boîte 4/4	

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ ECHINEE DE PORC A LA BORDELAISE**

Echine de porc sans os en morceaux	4 kg
Oignons	1 kg
Carottes	1 kg
Sel, poivre, bouquet garni	
Margarine	0,150 kg
Huile	2 dl
Farine	0,250 kg
Margarine	0,250 kg
Vin rouge	1 litre
Eau ou bouillon	à volonté
Champignons	2 boîtes 4/4



**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 c**

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

**♦ CAROLINE AUX CHAMPIGNONS**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

**♦ PUREE INSTANTANEE ET SALADE VERTE**

Purée lyophilisée	5 sachets de 125 g
Lait, eau	selon le mode d'emploi
Sel	
Beurre	
Laitues	4
Huile, vinaigre	} à volonté
Moutarde	
Sel, poivre	
Echalotes	

**Vous devez établir l'organisation de votre travail**

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 c bis**

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ CAROLINES AUX CHAMPIGNONS**

Pâte à choux	Farine	0,200 kg
	Margarine	0,100 kg
	Eau	3 dl
	Œufs	4
	Sel	1 pincée
Béchamel :	Farine	0,100 kg
	Margarine	0,100 kg
	Lait	1 litre
	Sel, poivre	
Champignons :	1 boîte 4/4	

3) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ PUREE INSTANTANEE ET SALADE VERTE**

Purée lyophilisée		5 sachets de 125 g
Lait, eau		selon le mode d'emploi
Sel		
Beurre		
Laitues	}	4
Huile, vinaigre		
Moutarde		
Sel, poivre		à volonté
Echalotes		



**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

<b>SUJET 1 d</b>
------------------

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

**♦ CAROLINES AUX CHAMPIGONS**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

**♦ SALADE DE FRUITS**

Kiwis frais	1 kg
Cerises au sirop dénoyautées	1 kg
Pommes	1 kg
Bananes	1 kg
Abricots frais	1 kg
Sucre	0,500 kg
Eau	à volonté
Kirsch ou rhum	2 dl
Gâteaux individuels : cigarettes russes, éventails, gaufrettes : 18	

**Vous devez établir l'organisation de votre travail**

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

**C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES**

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

**SUJET 1 d bis**

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ CAROLINES AUX CHAMPIGNONS**

Pâte à choux	Farine	0,200 kg
	Margarine	0,100 kg
	Eau	3 dl
	Œufs	4
	Sel	1 pincée
Béchamel :	Farine	0,100 kg
	Margarine	0,100 kg
	Lait	1 litre
	Sel, poivre	
Champignons :	1 boîte 4/4	

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**◆ SALADE DE FRUITS FRAIS**

Kiwis frais	1 kg
Cerises au sirop dénoyautées	1 kg
Pommes	1 kg
Bananes	1 kg
Abricots frais	1 kg
Sucre	0,500 kg
Eau	à volonté
Kirsch ou rhum	2 dl
Gâteaux individuels : cigarettes russes, éventails, gaufrettes :	18

# C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITE

Epreuve de préparation des repas

## GRILLE D'ORGANISATION DU TRAVAIL DANS LE TEMPS

HEURES :

N° du candidat : .....

Plat	1																			
Plat	2																			

Utiliser une légende colorée.

Nom du jury

Date :