

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

Epreuve EP1.2b : 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 :

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11a

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

♦ **TARTE A L'OIGNON**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **COQUILLES DE POISSON**

Poisson surgelé en filets	3 kg
Court bouillon instantané	à disposition
Laitue	1 unité
Tomates	5 unités
Olives noires	à disposition
Mayonnaise	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11a bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **TARTE A L'OIGNON**
(Pâte Brisée)

Pâte Brisée prête à l'emploi 0,250 kg

Garniture :

Margarine	0,050 kg (pour faire suer les oignons)
Oignons	0,600 kg
Lardons	0,150 kg

Appareil :

Œufs	3 unités
Crème fraîche	30 cl
Lait	1/8 ^{ème} de litre
Noix de muscade râpée	1 pincée
Sel / Poivre	à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **COQUILLES DE POISSON**

Poisson surgelé en filets	3 kg
Court bouillon instantané	à disposition
Laitue	1 unité
Tomates	3 unités
Olives noires	à disposition
Mayonnaise	à disposition

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11b

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

♦ **TARTE A L'OIGNON**
(Pâte Brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **CUISSES DE POULET MARENGO**
(Technique des ragoûts)

Cuisses de poulet	18 unités
Margarine	0,120 kg
Huile	1/10 de litre
Oignons	0,200 kg
Farine	0,100 kg
Vin blanc sec	1/3 de litre + eau
Concentré de tomates	2 cuillères à soupe
Ail	2 gousses
Sel / Poivre	à disposition
Bouquet garni (thym, laurier, persil)	1 unité
Champignons de Paris	2 boîtes 4/4

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11b bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**♦ TARTE A L'OIGNON
(Pâte Brisée)**

Pâte Brisée prête à l'emploi 0,250 kg

Garniture :

Margarine	0,050 kg (pour faire suer les oignons)
Oignons	0,600 kg
Lardons	0,150 kg

Appareil :

Œufs	3 unités
Crème fraîche	30 cl
Lait	1/8 ^{ème} de litre
Noix de muscade râpée	1 pincée
Sel / Poivre	à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

**♦ CUISSES DE POULET MARENGO
(Technique des ragoûts)**

Cuisses de poulet	18 unités
Margarine	0,120 kg
Huile	1/10 de litre
Oignons	0,200 kg
Farine	0,100 kg
Vin blanc sec	1,3 litre + eau
Concentré de tomates	2 cuillères à soupe
Ail	2 gousses
Sel / Poivre	à disposition
Bouquet garni (thym, laurier, persil)	1 unité
Champignons de Paris	2 boîtes 4/4

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11c

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

♦ **TARTE A L'OIGNON**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **RIZ CRÉOLE – SALADE VERTE**

Riz créole :

Riz long	1,200 kg
Eau	à disposition
Sel	à disposition
Beurre	0,100 kg

Salade verte :

Laitues	3 unités
Sel / Poivre	} à disposition
Vinaigre	
Huile	
Echalotes	
Moutarde	

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11c bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ TARTE A L'OIGNON
(Pâte brisée)

Pâte brisée prête à l'emploi 0,250 kg

Garniture :

Margarine	0,050 kg (pour faire suer les oignons)
Oignons	0,600 kg
Lardons	0,150 kg

Appareil :

Œufs	3 unités
Crème fraîche	30 cl
Lait	1/8 ^{ème} de litre
Noix de muscade râpée	1 pincée
Sel / Poivre	à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ RIZ CRÉOLE – SALADE VERTE

Riz créole :

Riz long	1,200 kg
Eau	à disposition
Sel	à disposition
Beurre	0,100 kg

Salade verte :

Laitues	3 unités
Sel / Poivre	} à disposition
Vinaigre	
Huile	
Echalotes	
Moutarde	

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11d

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

♦ **TARTE A L'OIGNON**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **SALADE DE FRUITS**

Bananes	4 unités
Oranges	4 unités
Cerises	1 boîte 4/4
Poires	4 unités
Pommes	4 unités
Kiwis	4 unités
Sucre	0,500 kg
Eau	1 litre

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 11d bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **TARTE A L'OIGNON**
(Pâte Brisée)

Pâte Brisée prête à l'emploi 0,250 kg

Garniture :

Margarine 0,050 kg (pour faire suer les oignons)
Oignons 0,600 kg
Lardons 0,150 kg

Appareil :

Œufs 3 unités
Crème fraîche 30 cl
Lait 1/8^{ème} de litre
Noix de muscade râpée 1 pincée
Sel / Poivre à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **SALADE DE FRUITS**

Bananes 4 unités
Oranges 4 unités
Cerises 1 boîte 4/4
Poires 4 unités
Pommes 4 unités
Kiwis 4 unités
Sucre 0,500 kg
Eau 1 litre

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12a

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

♦ CROISSANT AU JAMBON

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ SALADE NIÇOISE

Haricots verts	2 boîtes 4/4
Oignons	0,250 kg
Pommes de terre	0,500 kg
Tomates	0,500 kg
Œufs	4 unités
Thon	0,450 kg
Filets d'anchois	1 boîte
Olives noires	0,100 kg
Huile d'olive	} à disposition
Vinaigre	
Ail	

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12a bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CROISSANT AU JAMBON

Croissants	6 unités
Jambon blanc	3 tranches
Farine	0,050 kg
Margarine	0,050 kg
Lait	0,5 litre
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ SALADE NIÇOISE

Haricots verts	2 boîtes 4/4
Oignons	0,250 kg
Pommes de terre	0,500 kg
Tomates	0,500 kg
Œufs	4 unités
Thon	0,450 kg
Filets d'anchois	1 boîte
Olives noires	0,100 kg
Huile d'olive	} à disposition
Vinaigre	
Ail	

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12b

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

♦ CROISSANT AU JAMBON

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ DINDE BRAISÉE

Dinde en morceaux	3,5 kg
Huile	à disposition
Margarine	à disposition
Carottes	1 kg
Oignons	1 kg
Vin blanc	0,5 litre
Bouillon de volaille	à disposition
Bouquet garni (thym, laurier, persil)	1 unité
Sel / Poivre	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12b bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CROISSANT AU JAMBON

Croissants	6 unités
Jambon blanc	3 tranches
Farine	0,050 kg
Margarine	0,050 kg
Lait	0,5 litre
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ DINDE BRAISÉE

Dinde en morceaux	3,5 kg
Huile	à disposition
Margarine	à disposition
Carottes	1 kg
Oignons	1 kg
Vin blanc	0,5 litre
Bouillon de volaille	à disposition
Bouquet garni (thym, laurier, persil)	1 unité
Sel / Poivre	à disposition

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12c

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

♦ CROISSANT AU JAMBON

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ POMMES DE TERRE A L'ANGLAISE

Pommes de terre (Charlotte)	6 kg	
Beurre	0,200 kg	
Gros sel		} à disposition
Poivre		
Persil		

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12c bis

- 1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CROISSANT AU JAMBON

Croissants	6 unités
Jambon blanc	3 tranches
Farine	0,050 kg
Margarine	0,050 kg
Lait	0,5 litre
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	à disposition

- 2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ POMMES DE TERRE A L'ANGLAISE

Pommes de terre (Charlotte)	6 kg
Beurre	0,200 kg
Gros sel	} à disposition
Poivre	
Persil	

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12d

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

♦ CROISSANT AU JAMBON

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ CLAFOUTIS AUX POMMES

Pommes 1,5 kg

Appareil :

Farine 0,400 kg
Sucre semoule 0,200 kg
Œufs 12 unités
Beurre fondu 0,180 kg
Lait 1 litre

Décoration :

Sucre glace 3 cuillères à soupe

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 12d bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CROISSANT AU JAMBON

Croissants	6 unités
Jambon blanc	3 tranches
Farine	0,050 kg
Margarine	0,050 kg
Lait	0,5 litre
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	à disposition

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CLAFOUTIS AUX POMMES

Pommes	1,5 kg
--------	--------

Appareil :

Farine	0,400 kg
Sucre semoule	0,200 kg
Œufs	12 unités
Beurre fondu	0,180 kg
Lait	1 litre

Décoration :

Sucre glace	3 cuillères à soupe
-------------	---------------------