

NUTRITION – 15 points

Emilie a la garde de trois enfants de la famille D : 2 enfants de 7 et 5 ans et un bébé de 6 mois.

Emilie prépare le repas des deux enfants :

Menu :

- * pamplemousse
- * steack hâché
- * haricots verts-pommes de terre
- * yaourt
- * pain – eau

1 – Citer une matière grasse adaptée à la cuisson des steacks hâchés et justifier votre choix :

2 pts

- ***Huile végétale pour cuisson, résiste à la température atteinte lors de la cuisson. ($t^{\circ} > 130^{\circ}C$)***

2 – Les corps gras apportent de la vitamine A.
Énoncer son rôle dans l'organisme.

1 pt

- ***Vitamine de croissance – permet la vision crépusculaire – maintient la peau et les muqueuses en bon état.***

3 – Indiquer sous quelles formes il est recommandé d'utiliser le beurre dans l'alimentation :

1 pt

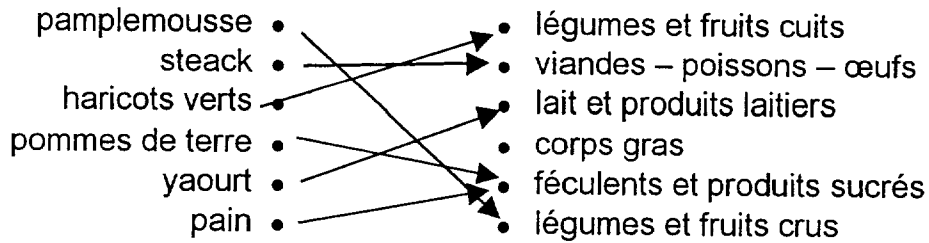
- ***Cru - Fondu***

4 – Nommer le principal constituant des corps gras, puis énoncer son rôle dans l'organisme :

1,5 pt

- ***Lipides – Rôle : énergétique, maintien de la température constante du corps.***

5 – Relier par une flèche chaque aliment du menu à son groupe d'aliments principal.



3 pts

6 – Emilie a donné le petit pot Tomates/poulet/riz au bébé de six mois. A l'aide de l'étiquette ci-dessous et de vos connaissances répondre aux questions suivantes

6.1 – Relever la valeur énergétique en kJ de 100 g de ce petit pot

0,5 pt

➤ **327 kJ**

6.2 – Donner la signification des lettres AGE :

1 pt

➤ **Acides Gras Essentiels**

6.3 – Relever une vitamine lipo soluble contenue dans la préparation :

1,5 pt

➤ **E**

6.4 – Relever une vitamine hydrosoluble :

1,5 pt

➤ **B ou B₆ ou PP....**

6.5 – Indiquer à quelle catégorie de composants alimentaires appartient le gluten en cochant la bonne case :

1 pt

Glucide

Lipide

Protide

6.6 – Indiquer la texture des aliments du petit pot destiné à cet enfant de 6 mois :

1 pt

➤ **Mixé - homogénéisé**