

## **SPÉCIALITÉ « RESTAURATION »**

**JEUDI 18 JANVIER 2018**

---

### **ÉPREUVE ÉCRITE**

---

Épreuve écrite à caractère professionnel, portant sur la spécialité choisie par le candidat lors de son inscription.

Cette épreuve consiste, à partir de documents succincts remis au candidat, en trois à cinq questions appelant des réponses brèves ou sous forme de tableaux et destinées à vérifier les connaissances et aptitudes techniques du candidat (*durée : 1h30 ; coefficient 2*).

### **CONSIGNES : À LIRE ATTENTIVEMENT AVANT DE TRAITER LE SUJET**

---

- Vérifiez avant de commencer que **votre sujet comprend 15 pages, y compris celle-ci.**
- Complétez votre nom, prénom et signature sur la copie. Rabattez l'angle et collez-le.
- Il ne vous sera remis qu'**un seul exemplaire du questionnaire.**
- **ATTENTION ! AUCUN NOM OU SIGNE DISTINCTIF (signature, paraphe, n° de candidat...) ne doit apparaître sur votre copie.**
- Les réponses au crayon à papier ne seront pas prises en compte. **SEUL L'USAGE D'UN STYLO SOIT À ENCRE BLEUE, SOIT À ENCRE NOIRE EST AUTORISÉ.** L'utilisation d'une autre couleur, pour écrire ou surligner, de même que l'utilisation d'un surligneur sera considérée comme un signe distinctif.
- **ATTENTION ! Répondez directement sur ce questionnaire. Les feuilles de brouillon ne doivent pas être jointes au questionnaire et ne seront pas corrigées.**
- **Le non-respect des règles ci-dessus peut entraîner l'annulation de la copie par le jury.**
- **Toute note inférieure à 5 sur 20 à l'épreuve écrite entraîne l'élimination du candidat.**

### **DOCUMENTS**

---

- Document 1 : « La lutte contre le gaspillage alimentaire et la gestion des déchets, apprendre à produire et consommer responsable » - CNFPT, 2 pages
- Document 2 : Comment réduire les déchets organiques - Région Bretagne, 1 page
- Document 3 : Groupe d'aliments, 1 page
- Document 4 : Fiche technique du Tzatziki, 1 page

## **PARTIE 1 : HYGIÈNE DES ALIMENTS - 11 POINTS**

---

1. Donnez la définition de la marche en avant et ses grands principes. (3 points)

.....

.....

.....

.....

.....

2. Expliquez le principe de la liaison froide réfrigérée (froid positif). Vous décrirez chaque étape, et vous préciserez les températures. (4 points)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Citez 4 occasions de se laver les mains en cuisine. (2 points)

.....

.....

.....

.....

4. Complétez le tableau suivant. (2 points)

	<b>TEMPÉRATURE UTILISÉE</b>	<b>ACTIONS SUR LES MICRO-ORGANISMES</b>
<b>Réfrigération</b>	<i>De 0 à +8°C</i>	
Pasteurisation	<i>+70° C</i>	
Surgélation	<i>-18° C</i>	
Stérilisation		<i>Les MO et les spores sont tués</i>

## **PARTIE 2 : ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE - 15 POINTS**

---

1. À partir de la fiche technique annexée en document 4, citez les différents nutriments présents dans la recette du TZATZIKI et précisez le rôle de chacun des nutriments. (6 points)

<b>NUTRIMENTS</b>	<b>RÔLE</b>

2. À quel groupe d'aliments appartient le yaourt utilisé dans la fiche technique ? Citez l'apport nutritionnel de ce groupe. (2 points)

.....

.....

3. Donnez deux exemples d'aliments pour chacun des groupes. (5 points)

<b>GROUPES D'ALIMENTS</b>	<b>EXEMPLES</b>
Groupe 1 : Les protides	Volaille
Groupe 2 : Les produits laitiers	
Groupe 3 : Les lipides	
Groupe 4 : Les glucides	
Groupe 5 : Les fruits et légumes	
Groupe 6 : Les boissons	Eau minérale

4. Complétez la définition du sigle GEMRCN. (2 points)

Groupement

É.....

M.....

Restauration

C.....

N.....

### **PARTIE 3 : MENUS / COMMANDE / DÉCHETS - 13.5 POINTS**

---

1. Vous travaillez dans une commune qui sert 125 convives maternels et 185 convives primaires ainsi que 20 adultes (agents de service) sur place et en liaison chaude pour la restauration municipale.

1.1 À partir de la fiche technique annexée en document 4, et sur la base des grammages recommandés du GEMRCN, indiquez la quantité d'ingrédients nécessaires pour servir ce plat à chaque catégorie de convives puis à l'ensemble de vos convives (+ ou - 0,050 kg). (6 points)

<b>INGRÉDIENTS</b>	<b>QUANTITÉ pour 125 convives maternels</b>	<b>QUANTITÉ pour 185 convives primaires</b>	<b>QUANTITÉ pour 20 convives adultes</b>	<b>TOTAL ensemble des convives</b>
Yaourt bulgare				
Concombre				
Pain de campagne				

1.2 Déterminez le grammage respectif par type de convive. (1.5 point)

<b>GRAMMAGES PORTIONS INDIVIDUELLES</b>		
<b>MATERNELS</b>	<b>PRIMAIRES</b>	<b>ADULTES</b>
gr	gr	gr



3. Ci-dessous le volume de bio-déchets correspondant au menu du jeudi de la 1<sup>ère</sup> semaine.



**Déchets de la journée :**

Nombre de couverts servis :

Août 2017						
L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Bio-déchêts de production :  
(Hors emballages) :  kg

Non consommés :  
Entrée :  kg  
Plat :  kg  
Dessert :  kg  
Pain :  kg  
Autres :  kg

Emballages :  
Cartons :  kg  
Autres :  kg

Espaces Verts :  
(Tontes, etc.) :  kg

Valorisation :  
(Valeur négative) :  kg

Total :  kg

3.1 Calculez le volume de bio-déchets sur cette journée. (1 point)

.....

.....

.....

3.2 En considérant que le coût du bio-déchets est de 4.30 euros /kg, évaluez l'impact sur le coût moyen par portion pour cette journée du jeudi. (1 point)

.....

.....

.....

3.3 Quelles solutions pourriez-vous proposer pour réduire le volume de bio-déchets? (1 point)

.....

.....

.....

.....

## PARTIE 4 : ENTRETIEN ET HYGIÈNE DES LOCAUX - 8.5 POINTS

1. Ci-dessous un extrait du plan de nettoyage d'un restaurant collectif :  
Indiquez dans les 2 cadres les fréquences de nettoyage pour chaque chambre froide (1 fois par : jour, semaine, mois ou an). (1 point)

Secteur : Reserves Refrigerees			
• Chambres froides <small>POSITIVE</small>	1 fois par	<input type="text"/>	Aide Cuisine 2 <i>Aucun protocole encore déclaré</i>
• Chambres froides <small>NEGATIVE</small>	1 fois par	<input type="text"/>	Aide Cuisine 1 Protocole Chambre froide négative -voir- Détergent tipol, 2.5% à 40°C Lavette verte Seau Raclette à main

2. Établissez le protocole de nettoyage pour la Chambre Froide Positive. (5 points)

Nom :

Produit lessiviel :

Matériel ou accessoire :

- Nettoyeur vapeur
- balai vapeur
- Raclette vapeur
- Balai brosse
- Raclette sol
- Lavette rouge
- Lavette verte
- Centrale désinfection
- Seau
- Buse vapeur
- Raclette à main
- Lavette microfibre
- Tampon vert

Cochez les matériels à utiliser (2 points)

Progression :

Citez les différentes étapes (3 points)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
7. Remettre les denrées en FIFO

Durée :  min

Alerte :

Pénibilité :

3. Quels sont les critères pour effectuer un bon nettoyage ? (1 point)

a) Respecter une dose précise de produit	<input type="checkbox"/>
b) Utiliser l'eau la plus chaude possible	<input type="checkbox"/>
c) Utiliser des éponges naturelles	<input type="checkbox"/>
d) Respecter un temps d'action minimal	<input type="checkbox"/>
e) Brosser énergiquement les surfaces	<input type="checkbox"/>

4. Quels sont les critères pour effectuer une désinfection efficace ? (1.5 point)

a) Ajouter de la javel dans tous les produits de nettoyage	<input type="checkbox"/>
b) Respecter un temps d'action minimal	<input type="checkbox"/>
c) Avoir effectué un bon nettoyage de la surface au préalable	<input type="checkbox"/>
d) Avoir effectué un rinçage après nettoyage	<input type="checkbox"/>
e) Brosser énergiquement les surfaces	<input type="checkbox"/>

## **PARTIE 5 : CONNAISSANCES GÉNÉRALES - 12 POINTS**

---

1. Citez 3 avantages du four mixte. (3 points)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



2. Cochez la case correspondant à la bonne réponse. (3 points)

Pour le lait écrémé, quelle est la couleur de l'emballage ?	a) bleu	<input type="checkbox"/>
	b) vert	<input type="checkbox"/>
	c) jaune	<input type="checkbox"/>
Le document indiquant les denrées nécessaires et les informations utiles à la réalisation d'un plat à un cuisinier se nomme :	a) bon d'économat	<input type="checkbox"/>
	b) fiche technique	<input type="checkbox"/>
	c) bon de sortie	<input type="checkbox"/>
Dans la classification des légumes, la couleur verte détermine la catégorie :	a) I	<input type="checkbox"/>
	b) II	<input type="checkbox"/>
	c) EXTRA	<input type="checkbox"/>
Les produits de cinquième gamme sont des produits :	a) surgelés	<input type="checkbox"/>
	b) cuits sous vide	<input type="checkbox"/>
	c) appertisés	<input type="checkbox"/>
	b) Suisses	<input type="checkbox"/>
	c) Européens	<input type="checkbox"/>
Le sens qui associe saveur et arôme s'appelle :	a) odeur	<input type="checkbox"/>
	b) flaveur	<input type="checkbox"/>
	c) senteur	<input type="checkbox"/>
Dans les T.I.A, les œufs sont en général porteurs de :	a) listéria	<input type="checkbox"/>
	b) staphylocoques	<input type="checkbox"/>
	c) salmonelles	<input type="checkbox"/>

3. Que signifient les termes culinaires suivants ? (2 points)

Monder : .....

.....

Historier : .....

.....

Clarifier : .....

.....

Julienne : .....

.....

4. Dans le tableau suivant, cochez à quel animal correspond chaque morceau cité. (2 points)

	Porc	Bœuf	Agneau	Poulet
Poire				
Rillons				
Baron				
Pilon				

5. Donnez la définition des allergies alimentaires. (1 point)

.....

.....

6. Donnez la définition des intolérances alimentaires. (1 point)

.....

.....

GUIDE  
D'ACCOMPAGNEMENT  
À L'USAGE  
DES COLLECTIVITÉS  
TERRITORIALES

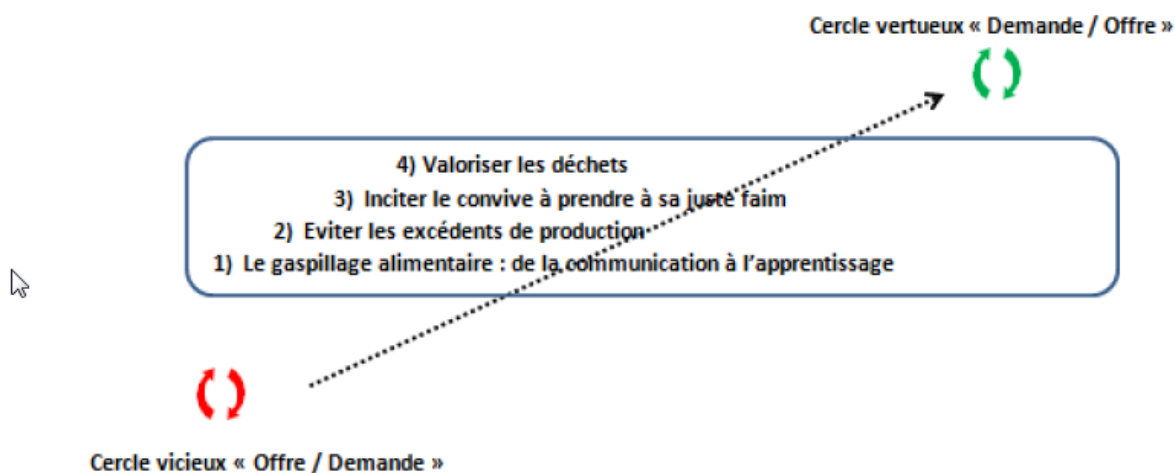
RESTAURATION COLLECTIVE  
LA LUTTE CONTRE  
LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE  
ET LA GESTION DES DÉCHETS  
APPRENDRE À PRODUIRE ET CONSOMMER RESPONSABLE



QUAND LES TALENTS  
GRANDISSENT,  
LES COLLECTIVITÉS  
PROGRESSENT

# 1 CHAPITRE 3 : SYNTHÈSE DES ACTIONS

Source : extrait de l'ouvrage CNFPT sept 2017 « apprendre à produire et consommer responsables »



## Le gaspillage alimentaire : de la communication à l'apprentissage

Actions	Matériel nécessaire	Moyen humain	Budget et temps approximatifs	Source
<b>COMMUNICATION VISUELLE</b>				
Mener une campagne d'affichages	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Affiches disponibles sur internet (cf. exemples en page <b>Erreur ! Signet non défini.</b>)</li> <li>– Création de ses propres affiches</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Équipe de cuisine</b></li> <li>– Éventuellement avec les <b>enseignants</b> et les <b>enfants</b> (concours d'affiches, etc.)</li> </ul>	<p><b>Budget : €</b> de l'ordre de quelques euros par convive</p> <p><b>Mise en place :</b> ☹ <b>Utilisation :</b> –</p> <p>de l'ordre de 2h (ou plus si création de ses propres affiches)</p>	Cantine communale de Rocheservière (85)
Mettre en évidence les pains non consommés	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Poubelles ou bacs de récupération des pains</li> <li>– Gâchis-mètre (achat ou fabrication avec panneaux de plexiglas, visserie, roulettes)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Équipe de cuisine</b> pour mettre le pain collecté dans le gâchis-mètre et le nettoyer régulièrement</li> <li>– Éventuellement <b>volontaires</b> si fabrication du gâchis-mètre</li> <li>– Éventuellement les <b>enseignants</b> et les <b>enfants</b> pour un projet avec le pain (bonhomme de pains avec professeur d'arts plastiques)</li> </ul>	<p><b>Budget : €</b> de l'ordre de quelques euros par convive</p> <p><b>Mise en place :</b> ☹ <b>Utilisation :</b> ☹</p> <p>de l'ordre de 2h pour la mise en place, et de 10 min pour remplissage du gâchis-mètre</p>	Lycée Atlantique de Luçon (85)
Communiquer via des indicateurs de suivi de la production de biodéchets, pour maintenir la motivation des convives et des agents	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Affiches</li> <li>– EMApp.fr pour en mettre en place des indicateurs de suivi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Équipe de cuisine</b></li> </ul>	<p><b>Budget : €</b> pas de dépense particulière</p> <p><b>Mise en place :</b> ☹☹ <b>Utilisation :</b> ☹</p> <p>de l'ordre de 2h hebdomadaire</p>	Lycée Atlantique de Luçon (85)
<b>COMMUNICATION PARTICIPATIVE, EN DEHORS DE LA CANTINE</b>				
Dans le cas d'établissement scolaire, sensibiliser directement les élèves en classe	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Pas de matériel particulier</li> <li>– Peut-être effectuer une visite des cuisines de la cantine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Enseignants</b> volontaires</li> <li>– Éventuellement l'<b>équipe de cuisine</b> pour témoigner de son travail</li> <li>– Éventuellement <b>une association</b></li> </ul>	<p><b>Budget : €</b> pas de dépense particulière</p> <p><b>Mise en place :</b> ☹☹ <b>Utilisation :</b> ☹</p> <p>y consacrer 1 ou 2h en fonction de l'activité</p>	Collège Les Quatre Vents du Lude (72)
Faire appel à une association pour organiser divers ateliers de sensibilisation	<ul style="list-style-type: none"> <li>– À voir avec l'association selon l'atelier organisé (théâtre, atelier cuisine, quizz, ...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Direction</b></li> <li>– <b>Équipe de cuisine</b></li> </ul>	<p><b>Budget : €</b> pas de dépense particulière</p> <p><b>Mise en place :</b> ☹☹ <b>Utilisation :</b> ☹</p> <p>y consacrer au moins 2h</p>	Collège Les Quatre Vents du Lude (72)





## Vers une réduction des déchets organiques

### À savoir

L'article L.541-1-1 du code de l'environnement définit qu'est un déchet « toute substance ou tout objet, ou plus généralement tout bien meuble, dont le détenteur se défait ou dont il a l'intention ou l'obligation de se défaire ».

Les déchets ménagers et assimilés sont des déchets non dangereux provenant des activités économiques, de l'artisanat, des commerces, des bureaux et petites industries, ou d'établissements collectifs, pouvant utiliser les mêmes circuits d'élimination que les déchets non dangereux des

La cuisine, le jardinage... sont des activités pratiquées régulièrement voire quotidiennement, qui génèrent bon nombre de déchets appelés déchets organiques. D'apparence inoffensive, en importante quantité ces déchets peuvent avoir des conséquences nocives pour la santé (contamination de l'eau potable), pour l'environnement (eutrophisation des cours d'eau) ainsi que pour l'économie (coût élevé des filières de traitement).

Par ailleurs, mal pris en compte leur volume ne cesse d'augmenter, représentant ainsi une importante part des déchets ménagers et assimilés. Vainement traités par des filières coûteuses (incinération, stockage...), une gestion optimisée pourrait pourtant efficacement réduire ces déchets.

Cette situation incite les associations de protection de l'environnement et les collectivités à mettre en place des actions de sensibilisation, d'information ainsi que d'éducation afin que chacun prenne part à la nécessité de réduire nos déchets organiques.

### Comment réduire nos déchets organiques?

Avant de s'interroger sur la manière de traiter un déchet, cherchons à ne pas le produire. En effet, le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas ! Pour cela en matière de gestion, la prévention est sans nul doute la priorité, vient ensuite le réemploi, puis le recyclage, la valorisation et enfin l'élimination.

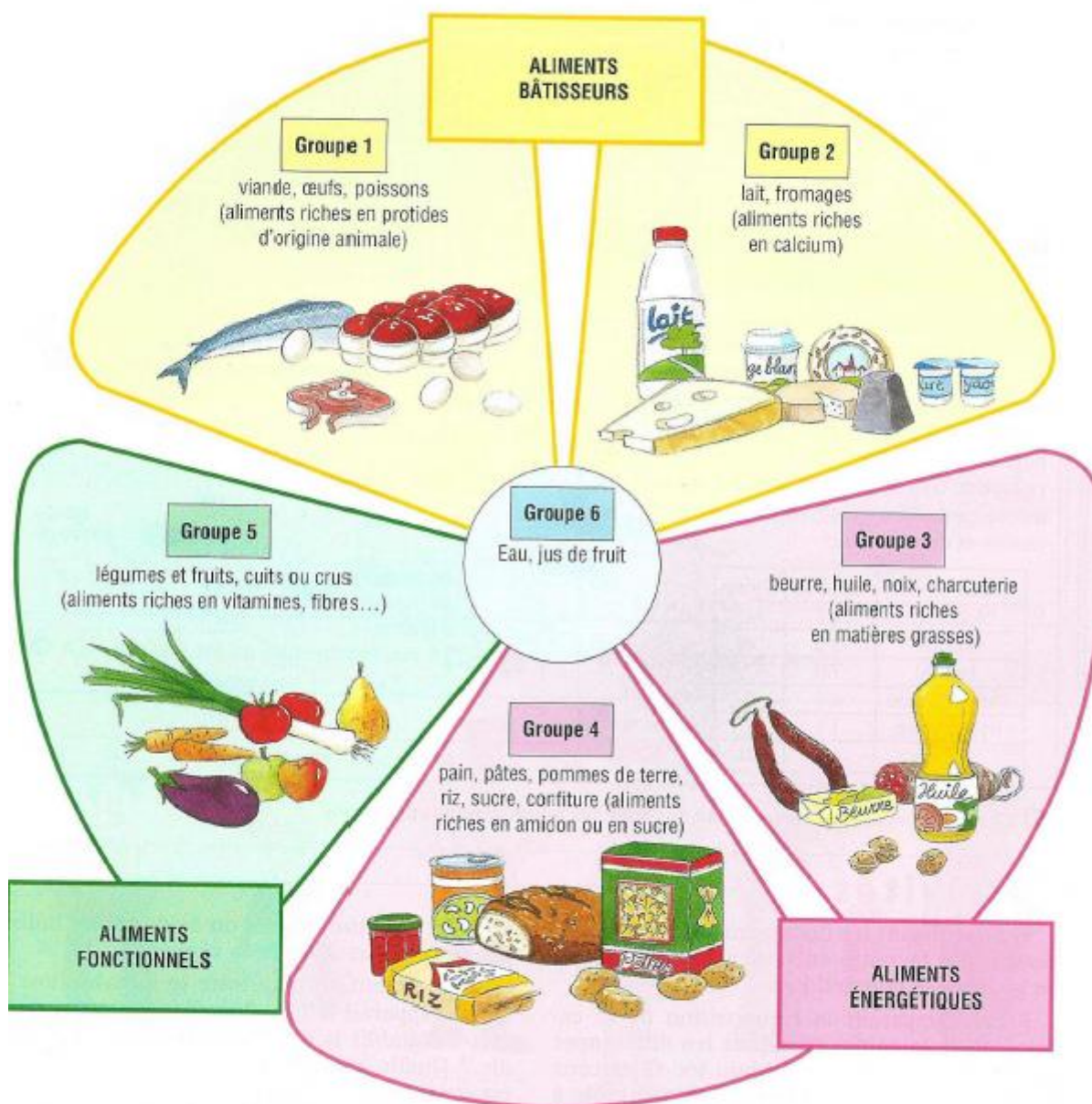
Afin de réduire les déchets organiques, des filières de gestion raisonnée et durable peuvent être mises en place, celles-ci étant facilitées par les propriétés biodégradables de ces déchets. Après valorisation, les produits obtenus bénéficieraient d'une utilisation circulaire, avec une réutilisation aux activités de jardinage. Dès lors les déchets ne seraient plus considérés comme tels mais comme ressources !

Afin de limiter les impacts de ces déchets, il est essentiel que chacun (particulier, collectivité locale, agriculteur, artisan...) à son échelle s'implique activement. Pour cela de multiples méthodes peuvent être adoptées afin de réduire nos déchets organiques:

#### - Limiter le gaspillage alimentaire :

Privilégier les achats, les modes de cuisson et les comportements responsables en terme de consommation pourrait éviter 10% des déchets organiques.





⊕ La règle à respecter pour avoir une alimentation équilibrée, c'est de puiser chaque jour dans tous les groupes d'aliments. Dans chacune des couleurs, les aliments sont interchangeables.



# Tzatziki

Difficulté :  Bio :  Local :   
 Temps :  Label :  Fait maison : 

pour 125 convives Maternels - 50.5 gr.  
 pour 185 convives Primaires - 70.7 gr.  
 pour 20 convives Adultes (à domicile) - 101 gr.



Ingrédients	Quantité
- Yaourt bulgare	63.600 <i>piece</i>
- Concombre	12.720 <i>kg</i>
- Pain de campagne	0.424 <i>kg</i>
- Menthe	0.106 <i>kg</i>
- Huile d'olive	0.106 <i>litre</i>
- Ail	0.106 <i>kg</i>
- Vinaigre de vin	0.064 <i>litre</i>

## Progression de la recette

- Râper le concombre et le saler pour le dégorger;
- Mélanger le yaourt, l'ail haché, la menthe ciselée, huile et le vinaigre;
- Égoutter le concombre et le mélanger à la préparation;
- Servir sur du pain grillé.

Grammage portion (1 pers.) : 101 g  
 Coût portion (1 pers.) : 0.27 €

### Valeurs nutritionnelles :

Protéines : 1.99 g	Energie : 51.98 Kcal
Lipides : 3.23 g (dont ajoutés : 0.08 g)	217.29 Kj
Glucides : 3.75 g (dont sucres : 0.87 g)	Calcium : 60.27 mg
P / L : 0.62	Sel : 90.34 mg

### Allergènes :

- Présence : gluten, lait, sulfites.
- Trace : aucun