

1. NUTRITION (7 points) :

Les clients amateurs de plats sains et bons sont de plus en plus nombreux

Bien manger pour garder son capital santé est une idée forte qui domine dans les messages de nos clients. Pour répondre aux attentes de cette clientèle qui cherche à manger vite et équilibré, aussi bien féminine que masculine, certains restaurateurs ont emboîté le pas de la nutrition et de l'équilibre alimentaire avec une offre nouvelle. Mais loin de la notion de régime, souvent jugée triste et ennuyeuse. En effet, si le client cherche à ne pas manger trop gras ou trop sucré, voire à éliminer les sauces et à réduire les calories, le repas au restaurant demeure la possibilité de manger de manière variée. L'amateur de repas équilibré souhaite trouver une réponse à ses exigences, à savoir, qualité, goût, saveur et variété dans l'assiette, pour un coût raisonnable.

Aujourd'hui, si les campagnes de lutte contre l'obésité et les messages invitant à augmenter sa consommation de fruits et légumes rencontrent une écoute auprès d'une certaine population, celle-ci ne se tourne nullement vers l'ascétisme. Lieu sympathique, présentation conviviale, originalité, sont des critères qui doivent s'harmoniser avec les notions de diététique. L'aspect sain d'un plat doit s'accorder avec la notion de plaisir. C'est important qu'il ait du goût.

Qualité des produits, fraîcheur, goût : les clients sont-ils si exigeants ?

(Source : Néorestaurations. N°426. p 43/44)

1.1 Présenter dans le tableau, à partir du texte ci-dessus, les deux principales attentes de la clientèle des restaurants : **2 points**

| SANTÉ (aspect sanitaire et équilibre) | PLAISIR (aspect organoleptique et équilibre) |
|---|---|
| <i>- plats sains - repas équilibrés, ni trop gras ni trop sucrés et même à éliminer les sauces et réduire les calories.</i> | <i>- qualité - goût, saveur - variété</i> |

1.2 **L'équilibre alimentaire.**

1.2.1 Choisir dans la carte présentée dans l'annexe 1, les différents éléments d'un menu équilibré.

2,5 points

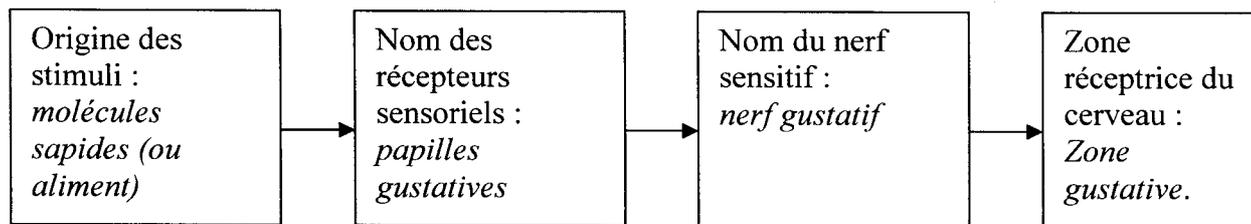
| Composition du menu | Menu proposé | Groupes d'aliments |
|----------------------------|--|---|
| Entrée | | <i>Légumes et fruits crus</i> |
| Plat principal | | <i>Viande, poisson, oeuf</i> |
| Accompagnement | | <i>Féculents – produits sucrés OU Légumes, fruits cuits</i> |
| Fromage | | <i>Produit laitier</i> |
| Dessert | <i>Selon l'accompagnement pâtisserie ou fruits</i> | <i>Féculents - produits sucrés</i> |

1.2.2 Analyser l'équilibre qualitatif du menu proposé. **0,5 point**

Un menu est équilibré si tous les groupes d'aliments sont présents, sachant que les Corps Gras apparaissent sous forme de matières grasses d'assaisonnement et de cuisson.

1.3 Saveur, arôme, goût : perception sensorielle.

1.3.1 Retrouver le mécanisme de la perception des saveurs en complétant les cases ci-dessous. **1,5 point**



1.3.2 Nommer la voie suivie par les arômes lorsque l'aliment est en bouche. **0,5 point**

Les arômes suivent la voie rétro-nasale.

2. QUALITÉ SANITAIRE (5 points)

La qualité sanitaire est une exigence réglementaire.

2.1 Citer la réglementation en matière d'hygiène en vigueur depuis le 1^{er} janvier 2006. **0,5 point**

La nouvelle réglementation est celle du « Paquet Hygiène »

2.2 Nommer le document professionnel qui aide le restaurateur à appliquer la réglementation. **0,5 point**

Guide des Bonnes Pratiques d'Hygiène (sigle seul non accepté)

2.3 Citer deux autocontrôles exigés lors de la mise en œuvre de la démarche HACCP en cuisine. **1 point**

*Contrôle des températures, contrôle de la qualité de l'huile, contrôle des denrées à la réception (DLC...)
Contrôle de surfaces...*

2.4 Un restaurateur procède régulièrement à des contrôles microbiologiques de ses préparations.

2.4.1 Justifier la conclusion qui s'impose après la lecture des résultats de l'analyse présentée dans l'annexe 2.

0.5 point

Les résultats ne sont pas conformes puisque, pour les microorganismes aérobies à 30°C, on constate que les résultats de l'analyse dépassent les exigences. Donner une interprétation adaptée des résultats

2.4.2. Proposer à ce restaurateur deux mesures correctives à mettre en œuvre. **2 points**

Il s'agira :

- de vérifier et d'améliorer les conditions de conservation : respecter la chaîne du froid, les conditions de refroidissement, la durée de conservation. (MO aérobies à 30°C)

- de vérifier l'hygiène du personnel et des locaux

2.4.3 Justifier l'intérêt de ces autocontrôles. **0.5 point**

Ils permettent de limiter le risque microbiologique (contamination et multiplication microbienne) pour réduire le risque de toxi-infection alimentaire pour la clientèle. Cela permet de pointer les activités ou zones à risques ou ayant entraîné un problème de non conformité et ainsi d'y apporter le cas échéant des solutions en corrigeant ses pratiques.

3 ÉQUIPEMENTS, LOCAUX ET AMBIANCES PROFESSIONNELS (5 points)

Un bon éclairage, s'il participe à une bonne hygiène de l'œil, est aussi un facteur d'ambiance.

3.1 Compléter le tableau, en notant quatre qualités d'un bon éclairage. **2 points**

| Qualités d'un bon éclairage | Solutions technologiques |
|--|--|
| <i>Un éclairage suffisant.</i> | Les niveaux d'éclairement varient en fonction des locaux et des activités. |
| Un éclairage non éblouissant | <i>Eviter l'éclairage direct dans les yeux. Eviter les réflexions sur les parois lumineuses.</i> |
| <i>Un éclairage sans zones d'ombres</i> | Prévoir des éclairages complémentaires à l'éclairage général. |
| Un éclairage ayant un bon rendu des couleurs | <i>Eviter de dénaturer les couleurs de l'objet éclairé.</i> |

3.2 Citer l'unité de l'éclairement. **0,5 point**

Le lux

3.3 Un restaurateur souhaite faire des économies sur le poste « éclairage » de la salle. Il envisage de remplacer 20 ampoules à incandescence de 75 W chacune par 20 ampoules basse tension de 15 W chacune pour une même efficacité lumineuse.

3.3.1 Calculer la différence de puissance en kW, obtenue par le remplacement des 20 ampoules de 75 W par des modèles 15 W. **0,5 point**

$$60 \times 20 = 1200 \text{ W} = 1.2 \text{ kW}$$

3.3.2 Calculer la consommation d'énergie ainsi économisée sur un an sachant que la salle est éclairée en moyenne 6 heures par jour (*donner la formule et le détail des calculs*).

$$E = P \times t$$

0,5 point

$$W = 1,2 \times (6 \times 365) = 2\,628 \text{ kWh} \quad \mathbf{0,5 + 0,5 \text{ point}}$$

$$865 \times 6 = 2190 \text{ h}$$

3.3.3 Calculer le montant de l'économie réalisée sur le poste « éclairage » si le kWh est facturé 12 centimes d'euro. **0,5 point**

$$2\,628 \times 0,12 = 315,36 \text{ euros}$$

4. SÉCURITÉ, ERGONOMIE, SECOURISME (3 points)

Répondre aux questions à partir de l'annexe 3

4.1 Citer les deux types de salariés les plus souvent victimes d'accidents du travail : **0,5 point**

Ce sont les jeunes, les employés ou non qualifiés qui sont souvent victimes d'accidents

4.2 Citer les deux causes les plus fréquentes d'accidents du travail. **0,5 point**

Les causes les plus fréquentes sont des chutes de plain-pied ou la manipulation d'objets

4.3 Citer les deux principales lésions qui concernent l'appareil musculo-squelettique **0,5 point**

Ce sont des entorses et les lumbagos qui sont les lésions les plus fréquentes concernant cet appareil.

4.4 Proposer deux mesures de protection des risques de chutes en cuisine. **1,5 point**

- mesure de protection collective : *maintien du sol propre, sol non encombré ...*

- mesure de protection individuelle : *chaussures de sécurité, ne pas courir*