|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°1** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.1 Principe diététique c2** |
|  | | |
| **4**  **2**   1. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** 2. Radis 3. Eau 4. Lentilles brunes 5. Filet de saumon 6. Chocolat noir 7. Huile d’olive 8. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**   **5**  **6**  **1**  **3**  1. **Favoriser une bonne santé / Alimentation saine**  2. **Eviter les maladies / Eviter les carences** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°2** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.1 Principe diététique c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte / En ce qui concerne les règles, les répétitions ne sont pas autorisées** | | |
| |  |  | | --- | --- | | **Avantages** | **Règles** | | Pour éviter l’obésité | **Manger moins de matières grasses / de sucre** | | Pour un bon apport en fibres | **Produits céréaliers, complets** | | Pour éviter l’hypertension | **Moins de sel** | | Pour un bon apport en vitamines | **Des fruits et légumes** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°3** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| 1. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **1** | **Fruits ou légumes** | **2** | **Viandes ou poissons** |  1. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**   1. **Manque d’appétit / Prédisposition aux maladies infectieuses / Fatigue / Troubles croissance**  2. **Pertes de concentration / Dérèglement de l’assimilation de la nourriture**   1. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   **A / B / C / D / E / K**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Hydrosolubles** | **B C** | **Liposolubles** | **A D E K** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°4** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Macroéléments** |  | **Oligo-éléments** | | **Sodium / Phosphore** |  | **Fer / Fluor** | | **Potassium / Chlore** |  | **Zinc / Iode** | | **Calcium / Magnésium** |  | **Cuivre / Sélénium** | | | |
|  | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°5** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes** | | |
| 1. **Eléments de construction / Composants de liaison organique**  2. **Substances de régulation / Assurer l’équilibre acido-basique**   1. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**  |  |  | | --- | --- | | **Calcium**  **Phosphore en moindre quantité** | Très important pour la formation des os, on le trouve dans les produits laitiers | | **Iode** | Prévient la formation des goitres, souvent ajouté au sel de cuisine | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°6** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point pour réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **A** | **n°1** | **Désaltérant pour ne pas avoir soif / Dissout lors de la résorption / Agent gonflant / Matériau de construction** | | **A** | **n°2** | **Agent thermorégulateur / Transporte et distribue les substances nutritives** |   **Consigne d’évaluation : 0.5 point pour réponse correcte**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **B** | **n°1** | **Age / Climat / Santé / Corpulence physique** | | **B** | **n°2** | **Activité physique / Consommation de sel** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°7** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | **Vrai** | **Faux** | | La proportion d’eau dans le corps d’un adulte est de plus de 50% | **x** |  | | L’eau est un élément constitutif de toutes les cellules du corps | **x** |  | | Lorsque le corps perd plus de 2% de son eau, on ressent la soif | **x** |  | | Chez l’adulte, la perte d’eau est supérieure à un litre par jour | **x** |  | | On élimine l’eau uniquement par l’urine |  | **x** | | Les fibres alimentaires gonflent avec l’eau, ce qui permet une bonne digestion | **x** |  | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°8** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**  1. **Ne pas laisser tremper dans l’eau**  2. **Ne peler que ce qui est nécessaire / Préparer au dernier moment**  3. **Cuire dans son propre jus (cuire à la vapeur, étuver)** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°9** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
|  | | |
| 1. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte (uniquement si toutes les substances sont citées)**   **Substances végétales secondaires – Vitamines – Eau – Aliments fermentés**  **Protéines – Sels minéraux – Fibres alimentaires**   1. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   1. **Taux de cholestérol élevé / Cancer / Cardio-vasculaires**  2. **Diabète / Antioxydant / Tension artérielle / Bon pour le système immunitaire** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°10** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.3 Besoin en énergie c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte (à +-5 %)**   |  |  | | --- | --- | | **A. Nutriments** | **B. %** | | **Hydrates de carbone / Glucides** | **55 à 60**  ***50 à 65 ok*** | | **Matières grasses / Lipides** | **25 à 30**  ***20 à 35 ok*** | | **Protéines** | **10 à 15**  ***5 à 20 ok*** | | | |
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°11** | **CUISSON** | **1.6.4 Technique de cuisson humide c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**  **Saccharose / Fructose / Amidon**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **A** | | | | **Sucre simple** | **Sucre double** | **Sucre complexe** | | **Fructose** | **Saccharose** | **Amidon** | | **B** | | | | **Nom du produit** | **Nom du produit** | **Nom du produit** | | **Fruits / Carottes / Miel** | **Sucre de canne / Betterave** | **Céréales / maïzena / p.d.t.** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°12** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Principes diététiques c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes** | | |
| 1. **Riches en fibres alimentaires / Huile polyinsaturée pour les fruits à coques**  2. **Haute teneur en jus, apport de liquide / Vitamines hydrosolubles et liposolubles**  3. **Peu de calories, valeurs nutritives minimes / Substances bio-actives comme antioxydant, anticancérigène / Sels minéraux** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°13** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| A.   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1** | **Céréales complètes / Pains complets** |  | **2** | **Légumineuses / Pommes de terre** | |  |  |  |  |  | | **3** | **Produits laitiers / Viande** |  | **4** | **Fruits / Légumes / Miel** |   B.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Maladie n°1** | **Diabète / Obésité** | **Maladie n°2** | **Carie / Infarctus** | |  |  |  |  | |  |  |  |  | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°14** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | Fibres alimentaires |  |  | Protéines | **x** |  | Hydrates de carbone |  |  | Fer | **x** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | Vitamines C |  |  | Eau | **x** |  | Vitamine ADEK | **x** |  | Cellulose |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°15** | **AUTRES ALIMENTS** | **1.2.1 Classement / provenance c2** |
| A. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **1** | **Betterave sucrière** | **2** | **Canne à sucre** |   B. Complétez le tableau : **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | **Noms des sucres** | **Utilisations en cuisine différentes** | | **1** | **Sucre cristallisé** | **Mousse aux fruits** | | **2** | **Sucre glace** | **Glaçage d’un cake** | | **3** | **Mélasse** | **Crêpes / Gaufres** |   C.  **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**  Raison n°1 : **Pouvoir édulcorant beaucoup plus fort que le sucre cristallisé (Il faut se demander s’ils résistent à la cuisson et au four) / Produit peu d’énergie**  Raison n°2 : **Utilisation pour les régimes pour diabétiques ou en remplacement du sucre**  D. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **1** | **Aspartame (E 951)** | **2** | **Saccharine (E 954) / Isomalt (E 953)** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°16** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| A. **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes** | | |
| Justification n°1 : **Elle contient des acides gras essentiels ainsi que des omégas 3**  Justification n°2 : **Elle ne contient pas de cholestérol / Production CH, mono-insaturées**  B. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | | **Huile de colza** | **Beurre** | **Saindoux** | **Huile d’olive** | **Huile de palme** | **Graisse de coco** |  |  |  | | --- | --- | | **2** | Contient beaucoup d’acides gras à chaîne courte, la meilleure graisse d’origine animale | | **6** | Peut-être chauffée, surtout pour frire des desserts et des entremets d’origine végétale | | **1** | Rapport très équilibré des acides gras, sain, production suisse | | **5** | Surtout utilisée pour la fabrication de la margarine | | **4** | Huile très saine, cuisine chaude, froide et méditerranéenne | | **3** | Contient beaucoup d’acides gras saturés à longue chaîne, difficile à digérer | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°17** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | **Vrai** | **Faux** | | Ce sont les supports des vitamines B et C |  | **x** | | Ce sont des dispensateurs d’énergie | **x** |  | | Isolation thermique du corps | **x** |  | | Joue un rôle de protection et rembourrage contre les coups | **x** |  | | Ce sont des agents de sapidité (donne du goût) | **x** |  | | Le beurre est la seule graisse d’origine animale |  | **x** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°18** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
|  | | |
| A. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte**  **Azote / Soufre / Phosphore**  B. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte**  **Acide aminé** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°19** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Origines / Provenances** |  | **Importances valeurs biologiques** | |  | **Exemples d’aliments** | | **Animale** |  | **Grande** | Valeur biologique |  | **Viande / Prod. carné / Poisson / Œuf / Prod. laitiers** | | **Végétale** |  | **Moindre / Faible** | Valeur biologique |  | **Céréale / Légumineuse / Pdt / Fruit à coque** | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **N°20** | | **SUJET CONNEXES** | | **1.5.2 Nutriments c2** |
|  | | | | |
| A. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**  Rôle n°1 : **Elément de construction / Régénération** **/ Renouvellement des cellules**  Rôle n°2 : **Fournisseurs d’énergie / Composant des hormones / Transport trans-membranaire**  Rôle n°3 : **Composant des enzymes / Anticorps / Protection / Transcription de l’ADN**  B. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  | Bouche |  | **x** | Estomac |  |  | Foie | | **x** | Duodénum |  | **x** | Intestin grêle |  |  | Pancréas | | | | | |
| **N°21** | **SUJETS CONNEXES** | | **1.5.2 Nutriments c2** | | |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | | | | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | **Vrai** | **Faux** | | Un gramme de protéine contient 9 kcal ou 39 kj |  | **x** | | Une personne adulte a besoin d’environ 0.8g de protéines par jour en tout |  | **x** | | Les éléments de la protéine sont les acides aminés | **x** |  | | Notre organisme ne peut pas stocker les protéines | **x** |  | | Les protéines sont uniquement d’origine animale |  | **x** | | La chaleur coagule les protéines | **x** |  | | | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°22** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.4 Digestion humaine / métabolisme c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | |  | A. |  |  | B. | | **1** | Ingestion / Absorption |  | **3** | Assimilation dans le sang par la muqueuse intestinale | |  |  |  |  |  | | **2** | **Digestion** |  | **1** | Manger, boire | |  |  |  |  |  | | **3** | **Absorption / Résorption** |  | **2** | Dégradation (mécanique et biochimique) | |  |  |  |  |  | | **4** | **Métabolisme** |  | **5** | Urine, selles, expiration, transpiration | |  |  |  |  |  | | **5** | **Elimination** |  | **4** | Production d’énergie, structure | |  |  |  |  |  | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°23** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.4 Digestion humaine / métabolisme c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | |  | **ORGANES** |  |  | **FONCTIONS** | | 1 | Bouche |  | **2** | Commence la dégradation des protéines | | 2 | Estomac |  | **4** | Sert au stockage du glycogène | | 3 | Pancréas |  | **6** | Récupération de l’eau | | 4 | Foie |  | **1** | Première dégradation des hydrates de carbone | | 5 | Intestin grêle |  | **3** | Produit l’insuline et les lipases | | 6 | Gros intestin / Côlon |  | **5** | Assimilation (passage) des nutriments | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°24** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.4 Digestion humaine / métabolisme c2** |
|  | | |
| A. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte**  **Le Pancréas**  B. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**  **Régule le taux de glucose dans le sang** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°25** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.4 Digestion humaine / métabolisme c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **1** | Maltase |  | **5** | Fragmente les protéines | |  |  |  |  |  | | **2** | Amylase |  | **3** | Fragmente les lipides | |  |  |  |  |  | | **3** | Lipase |  | **2** | Fragmente l’amidon | |  |  |  |  |  | | **4** | Lactase |  | **1** | Fragmente le maltose | |  |  |  |  |  | | **5** | Pepsine |  | **4** | Fragmente le lactose | |  |  |  |  |  | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°26** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.4 Digestion humaine / métabolisme c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte** | | |
| **INSULINE – CORTISONE – ADRENALINE – GLUCAGON**   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Noms des hormones** | **Organes de production** | **Actions** | | **Glucagon** | Pancréas | Augmente le taux de glycémie  Transforme en glucose | | **Cortisone** | Glande surrénale | Accélère la dégradation des acides gras | | **Insuline** | Pancréas | Forme le glycogène | | **Adrénaline** | Glande surrénale | Accélère le rythme cardiaque  Améliore les performances | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°27** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.2 Nutriments c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | **Vrai** | **Faux** | | Les protéines ont la même composition chimique que les matières grasses |  | **x** | | Les protéines sont indispensables à la vie et doivent être consommées régulièrement | **x** |  | | Les protéines d’origine animale ont la même valeur biologique que les protéines végétales |  | **x** | | Les femmes enceintes, les femmes qui allaitent et les enfants ont un plus grand besoin en protéine que les autres personnes | **x** |  | | Deux tiers des besoins en protéines devrait être couvert par les protéines végétales | **x** |  | | Les éléments de construction des protéines (les acides aminés) ont tous la même structure |  | **x** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°28** | **SUJET CONNEXES** | **1.5.5 Types d’alimentation c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  | | --- | --- | | **EVITER – RAPIDEMENT – ABUSER – EQUILIBRER – BOIRE**  **LIMITER – TRANQUILLEMENT – AUGMENTER – MANGER** | | | A. |  | | **EVITER / LIMITER** | **les ballonnements** | | **EQUILIBRER** | **les repas** | | **BOIRE** | **beaucoup** | | **LIMITER / EVITER** | **les excès** | | **MANGER** | **tranquillement** |   B. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  | | --- | | 1. **Cuire à la vapeur / Cuire au four / Sauter** | | 2. **Etuver / Pocher / Braiser** | | 3. **Griller** |   **Pas Rôtir / Poêler / Frire / Bouillir / Blanchir** | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **N°29** | | **SUJET CONNEXES** | | **1.5.5 Types d’alimentation c3** | |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes** | | | | | |
|  | **Principe n°1** | | **Moins de viande plus de poisson \*** | |  |
|  | **Avantage** | | **Graisse de meilleure qualité (Oméga 3) / Plus facile à digérer / Moins gras \*** | |  |
|  | | | | | |
|  | **Principe n°2** | | **Beaucoup de fruits, légumes et herbes aromatiques \*** | |  |
|  | **Avantage** | | **Riches en fibres, vitamines et sels minéraux / Substances végétales secondaires \*** | |  |
|  | | | | | |
|  | **Principe n°3** | | **Moins de matière grasse / Utilise de l’huile d’olive \*** | |  |
|  | **Avantage** | | **Riche en antioxydants \*** | |  |
| ***n°4 Beaucoup d’hydrates de carbones (céréales complètes, transit intestinal)***  ***n°5 Laisser le temps au temps (apprécier le repas, favoriser la digestion)***  ***n°6 Temps en temps du vin (substances végétales secondaires contre artériosclérose)***  ***p 219 SC*** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **N°30** | | **SUJETS CONNEXES** | | | | **1.5.5 Types d’alimentation c5** | |
|  | | | | | | | |
| A. **Consigne d’évaluation : 0.5 point pour réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**  **Allergique / intolérance au gluten / Protéine des céréales** | | | | | | | |
| **Recette filet de truite bonne femme Enlever la farine** | | | | | | | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Ingrédients** | **Quantité**  **nette**  **2pers.** | **Unité** |  | **Garniture** | **Quantité**  **nette** | | Truite entière à 300g | 1 | pce |  | Pâte feuilletée | 40 | | Jus de citron frais | 3 - 4 | goutte |  | Jaune d’œuf | 5 | | Sel et poivre blanc du moulin | peu |  |  | Champignons | 40 | | Beurre | 10 | g |  | Beurre | 5 | | Echalotes pelées | 10 | g |  |  |  | | Champignons de Paris (1) | 100 | g |  |  |  | | Vin blanc | 60 | g |  |  |  | | Fond de poisson | 60 | g |  |  |  | | Roux blanc environ | 10 | g |  |  |  | | Sauce hollandaise maison | 20 | g |  |  |  | | Crème entière 35 % | 20 | g |  |  |  | | Persil frisé frais | 5 | g |  |  |  | | | | | | | | |
| B. **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes** | | | | | | | |
|  | **Mesure n°1** | | | **Remplacer le roux par de la maïzena / Ne pas lier au roux** | | |  |
| **Mesure n°2** | | | **Supprimer la pâte feuilletée par une autre garniture** | | |
|  | | | | | | | |
| C. **Consigne d’évaluation : 0.5 point pour réponse correcte**  **Riz créole / Pommes de terre nature** | | | | | | | |
|  | | | | | | | |
| **N°31** | | **SUJETS CONNEXES** | | | | **1.5.5 Types d’alimentation c5** | |
| A. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | | | | | | |
| ***Viandes – Lait – Pommes de terre nature – Carottes cuites – Pain blanc – Abricots secs*** | | | | | | | |
|  | **1** | | **Index glycémique**  **faible** | | **Viandes** | |  |
| **Lait** | |
|  | **2** | | **Index glycémique**  **moyen** | | **Pommes de terre nature** | |  |
| **Abricots secs** | |
|  | **3** | | **Index glycémique**  **élevé** | | **Pain blanc** | |  |
| **Carottes cuites** | |
| **B.Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte**  **Alimentation pour diabétique** | | | | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°32** | **PREPARATION** | **1.1.4 Technique de préparation c2** |
|  | | |
| A. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**   |  |  | | --- | --- | | **Rôle n°1** | **Apport de fibres / Remplacement du sel** | | **Rôle n°2** | **Stimulation du système digestif** |   B. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte**   |  |  | | --- | --- | | **Méthode de conservation n°1** | **Sécher** | | **Méthode de conservation n°2** | **Au vinaigre / à l’huile** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°33** | **SUJETS CONNEXES** | **3.1.2 Type, concept d’entreprise c2** |
| **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte / 10 croix au total** | | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | **Produits** | **Lacto-végétarien** | **Ovo-lacto végétarien** | **Végétalien** | | Terrine de poissons |  |  |  | | Salade de carottes cuites à l’eau | **x** | **x** | **x** | | Pommes de terre dauphine |  | **x** |  | | Haricots braisés (avec un fond de légumes et huile de colza, sans lard) | **x** | **x** | **x** | | Beignets aux pommes |  | **x** |  | | Salade de fruits au miel | **x** | **x** |  | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°34** | **SUJETS CONNEXES** | **3.1.2 Type de menus c2** |
| A. **Consigne d’évaluation : 0.5 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  | Asperges vertes BIO gratinées |  |  | **Salade de chou-rouge** |  |  | **Riz pilaf complet** | |  | **Salade de lentilles brunes** |  |  | Spaghetti au beurre |  |  | Gratin d’aubergines | |  | **Poires Williams pochées** |  |  | **Poireau étuvé** |  |  | **Pain de seigle** | |  | Riz créole |  |  | Petit-pois frais bouillis |  |  | Salade de fraises |   B. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte**  **P 104 SC - 1ère année**  C. **Consigne d’évaluation : 1 point pour réponse correcte / Ecrivez des phrases complètes**  **P 104 SC – 1ère année** | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°35** | **SUJETS CONNEXES** | **2.3.6 Organisation de l’offre c3** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte Attention produits laitiers obligatoires** | | |
| |  |  | | --- | --- | | **1** | **Dips de légumes sauce au séré** | | **2** | **Melon au cottage cheese / Feuilleté aux champignons** | | **3** | **Tomates cherry et mozzarella / Salade Grecque** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°36** | **SUJETS CONNEXES** | **5.2.1 Concept Haccp c2** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte** | | |
| |  |  | | --- | --- | | **A** | **D’une cellule vivante** |  |  |  | | --- | --- | | **B** | **Dans les coquillages / L’eau / Les souillures fécales / L’air / Être humain** | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N°37** | **PREPARATION** | **1.5.6 Autres substances c3** |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte** | | |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **A** | **Colorants / Conservateurs / Acidifiants / Antioxydants** | **Agents de texture / Emulsifiants / Exhausteurs de saveur / Edulcorants, enzymes et amidons** | | **B** | **E** | | | **C** | **Allergies / Rougeur / Eruption cutanée (visage + décolleté)** | | | | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **N°38** | **SUJETS CONNEXES** | **1.5.5 Types d’alimentation c5** | **Max.3** |  |
| **Consigne d’évaluation : 1 point par réponse correcte** | | | Eff. |  |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **A** | **Type 1 : Hérédité/génétique**  **Plus de production d’insuline** | **Type 2 : Résistance à l’insuline**  **Lié au surpoids** |  |  |  | | --- | --- | | **B** | **Le taux de glycémie n’est plus régulé par l’insuline** | | | | 1  1  1 |  |