

COLLEGE PRIVE BILINGUE LAROUSSE BP. 11700 TEL.(+237) 677 35 71 04/ 699 64 24 98					
ANNEE SCOLAIRE	TRIMESTRE II	EPREUVE	CLASSE	DUREE	COEFFICIENT
2022-2023	EVALUATION N°3	NUTRITION- CUISINE	P. ESF	2H	02
EXAMINATEUR : Mme MBABI			DATE : 11/01/2023	MC	

SUJET :

I/-Après les fêtes de fin d'année, vous faites partie de l'équipe mixte de sensibilisation routière pour la prévention des accidents. Un car vient de faire un dépassement risqué et vous l'arrêtez. Vous constatez que le chauffeur pue de l'alcool. Beaucoup de passagers sont dans un état d'ébriété avancé ; et l'un d'eux, Monsieur BITOUTE demande de l'eau pour étancher sa soif, son ami lui dit : « l'eau n'apporte rien à ton organisme alors que la bière te donne la force ». Un autre passager Alain, âgé de 15 ans joue au football et se plaint d'une déshydratation permanente.

I.1/-Définir : degré d'alcool. 0,5pt

I.2/-Peut-on considérer l'alcool et l'eau comme des aliments ? Pourquoi ? 1,5pt

I.3/-Lister les types de boisson et conseiller une boisson à Alain. 2pts

I.4/-A l'aide de vos connaissances, expliquer à Mr BITOUTE les bienfaits de l'eau dans son organisme et citer les minerais qu'on rencontre dans l'eau. 2pts

I.5/-Etablir de manière succincte la différence entre liqueurs dites spiritueuses et les liqueurs dites digestives. 1pt

II/-BIBI en vacances chez sa grand-mère au village, constate que le champ de cette dernière regorge de fruits, de légumes et de champignons de toutes sortes.

II.1/-Comment peut-on qualifier les aliments cités dans le texte ? 1,5pt

II.2/-Ressortir dans un tableau la classification de ces aliments avec deux (02) exemples pour chaque classe. 3pts

III.3/-En votre qualité d'ESF, présenter à cette grand-mère quatre (04) méthodes de conservation pour chaque aliment cité dans le texte et expliquer lui comment conserver les vitamines dans ces aliments durant les préparations et les cuissons. 2pts

III/-Votre famille est composée de vos grands parents octogénaires, vos parents adultes pesant 70kg (l'homme) et 85 kg (femme) ; vous-même 55kg ; votre grand frère adolescent 60kg et vos trois petits frères et sœurs ayant respectivement 30kg, 20kg et 15kg.

Votre souci est d'apporter aux membres une alimentation équilibrée, saine et variée.

III.1/-A l'aide d'un tableau, présenter les trois groupes d'aliments, les nutriments essentiels, les rôles et deux exemples types. 2pts

III.2/-Relever six (06) éléments à respecter pour établir un menu. 1,5pt

III.3/-Calculer la ration journalière en protides, en glucides et en lipides de cette famille.

2pts

III.4/- Elaborer à votre famille un menu de petit déjeuner et un menu de déjeuner. 2pts