Ce document a été mis en ligne par l'organisme FormaV®.

Toute reproduction, représentation ou diffusion, même partielle, sans autorisation préalable, est strictement interdite.

Pour consulter tous nos sujets d'annales et corrigés du BP Restaurant, veuillez visiter :
bprestaurant.fr/annales-sujets-et-corriges

SESSION 2009

BREVET PROFESSIONNEL RESTAURANT

Sous épreuve : U22 Alimentation

Durée : 1 heure

Coefficient : 1

Ce sujet comporte 3 parties :

- **Partie I : Alimentation**
- **Partie II : Hygiène professionnelle**
- **Partie III : Prévention des risques professionnels et Sécurité**

Le candidat doit répondre sur le sujet qui sera rendu dans son intégralité et agrafé dans une feuille de copie d'examen, modèle Éducation Nationale, sous la bande d'anonymat.

Aucun document autorisé.

Matériel autorisé :
Calculatrice de poche à fonctionnement autonome sans imprimante et sans dispositif de communication externe (circulaire n° 99-186 du 19/11/99).

Dès que le sujet vous est remis, assurez-vous qu'il est complet.
Le sujet comporte 7 pages numérotées de 1 à 7

CRDP de l'académie de Caen

PARTIE I : ALIMENTATION

A partir de ce document répondre aux questions suivantes.

Le **surpoids** : il pèse sur notre santé mais des solutions existent
L'alimentation apporte de l'énergie à l'organisme qui l'utilise pour son fonctionnement, ses mouvements… Lorsque l'énergie apportée est égale à l'énergie dépensée, le poids reste stable. A l'inverse, si l'apport calorique est supérieur aux dépenses énergétique : l'organisme reçoit plus qu'il ne dépense et il stocke ce surplus.
Cependant, ces stocks se font essentiellement sous forme de graisses. Le surpoids est donc un excès de graisses dans le corps. Mais d'autres facteurs peuvent renforcer ce phénomène favorisant la prise de poids (hérédité, phénomènes hormonaux…).
Aujourd'hui on définit le surpoids par le calcul de l'Indice de Masse Corporelle ou IMC. C'est un rapport entre le poids et la taille, qui permet de définir si le poids est en accord avec une bonne santé.

- IMC= [poids en kg/(taille en m^2)]
- IMC>25= surpoids
- Au delà de 30 on parle d'obésité.

Le surpoids peut avoir des conséquences sur la santé comme l'obésité et ses complications : diabète, maladies cardiaques, hypertension…
D'où l'intérêt de réagir dès les premiers signes en retrouvant un poids de forme dans lequel on se sent bien à court terme et pour éviter des complications à long terme !
Cela passe par une alimentation variée et équilibrée associée à une activité physique régulière.
Rédaction : Prunelle, Conseil et communication en Nutrition.

CRDP de l'académie de Caen

1.1 - Rechercher par quelle méthode on définit le surpoids.

.....

1.2 - Relever trois conséquences du surpoids sur la santé.

- .....
- .....
- .....

1.3 - Proposer deux solutions pour retrouver un poids de forme.

- .....
- .....

Un homme de référence a besoin de 11300 kJ/jour pour conserver son poids et sa santé.

1.4 - Citer les trois constituants alimentaires qui permettent de fournir cette énergie.

- .....
- .....
- .....

1.5 - Donner la valeur énergétique pour 1 gramme de chacun des trois constituants énergétiques.

- .....
- .....
- .....

Pour le déjeuner le restaurant « le grill » vous propose :

- Macédoine de légumes/mayonnaise
- Steak
- Pommes de terre rissolées
- Fromage blanc

1.6 - Préciser pour chaque plat le ou les groupe(s) alimentaire(s) principal(aux).

Plat	Groupes alimentaires
Macédoine de légumes/mayonnaise	• ..... • .....
Steak	• .....
Pommes de terre rissolées	• ..... • .....
Fromage blanc	• .....

CRDP de l'académie de Caen

Voici l'extrait de l'étiquette des pommes rissolées proposées :

POMMES RISSOLEES
Valeur nutritionnelle pour 100g

- Protides: 2,5g
- Glucides : 23g
- Lipides : 5g

1.7 - Calculer l'apport énergétique en kilojoules d'une portion de 150g de pommes rissolées. Détailler vos calculs.

.....

.....

.....

.....

.....

1.8 – Indiquer si le menu est équilibré. Justifier votre réponse.

- .....
- .....

CRDP de l'académie de Caen

PARTIE II : HYGIENE PROFESSIONNELLE

Vous utilisez l'eau de Javel dans votre restaurant. L'eau de Javel est un désinfectant autorisé pour les matériaux et surfaces entrant en contact avec les denrées alimentaires. Il convient de nettoyer préalablement les surfaces avec un détergent avant d'appliquer l'eau de javel.

2.1 - Préciser l'action d'un détergent et d'un désinfectant.

- .....

- .....

2.2 - Donner l'ordre d'utilisation des deux produits.

.....

.....

2.3 - Donner l'étape intermédiaire nécessaire à un bon protocole de nettoyage-désinfection.

.....

Sur le flacon d'eau de Javel sont mentionnés les termes suivants : bactéricide et virucide.

2.4 - Définir ces deux mots.

- .....

- .....

Malgré toutes les précautions en matière d'hygiène, les entreprises sont confrontées à des intoxications alimentaires plus ou moins graves.

2.5 - Citer deux bactéries responsables d'intoxications alimentaires.

- .....

- .....

CRDP de l'académie de Caen

Les bactéries se multiplient rapidement lorsque les aliments sont mal conservés.

2.6 - Citer deux conditions favorables à cette multiplication.

- .....

- .....

Les méthodes de conservation des aliments utilisent des conditions défavorables à la multiplication des microorganismes.

Le froid positif et le froid négatif permettent de conserver les aliments.

2.7 – Comparer les deux modes de conservation en complétant le tableau.

Mode de conservation	Froid utilisé	Conséquence sur les microorganismes	Température de conservation
Réfrigération	•	•	• .....
Congélation	•	•	• .....

CRDP de l'académie de Caen

2.8 - Citer deux autres méthodes de conservation que celles citées à la question 2.7.

- .....

- .....

Vous réceptionnez des denrées alimentaires réfrigérées.

2.9 - Indiquer deux contrôles à effectuer à ce moment là.

- .....

- .....

PARTIE III : PREVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS ET SECURITE

Dans votre métier, vous portez souvent des charges qui peuvent être parfois très lourdes.

De plus la répétition des mouvements de port de charges peut provoquer des atteintes de la colonne vertébrale.

3.1 - Nommer deux lésions vertébrales possibles.

-.....
-.....

Un de vos collègues de travail se plaint de douleurs du dos.

3.2 - Citer deux situations à l'origine des douleurs de dos dans votre profession.

- .....
.....
- .....
.....

3.3 - Indiquer trois principes de sécurité à appliquer lors de la manutention de charges.

-.....
-.....
-.....

Dans votre profession, vous êtes exposés à de nombreux risques, comme des coupures, des lésions vertébrales.

3.4 - Citer deux autres risques possibles dans votre profession.

-.....
-.....

3.5 - En cas d'accident, nommer les étapes dans l'ordre chronologique du plan d'intervention.

① - .....
② - .....
③ - .....
④ - Secourir

CRDP de l'académie de Caen

Copyright © 2026 FormaV. Tous droits réservés.

Ce document a été élaboré par FormaV© avec le plus grand soin afin d'accompagner chaque apprenant vers la réussite de ses examens. Son contenu (textes, graphiques, méthodologies, tableaux, exercices, concepts, mises en forme) constitue une œuvre protégée par le droit d'auteur.

Toute copie, partage, reproduction, diffusion ou mise à disposition, même partielle, gratuite ou payante, est strictement interdite sans accord préalable et écrit de FormaV©, conformément aux articles L.111-1 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Dans une logique anti-plagiat, FormaV© se réserve le droit de vérifier toute utilisation illicite, y compris sur les plateformes en ligne ou sites tiers.

En utilisant ce document, vous vous engagez à respecter ces règles et à préserver l'intégrité du travail fourni. La consultation de ce document est strictement personnelle.

Merci de respecter le travail accompli afin de permettre la création continue de ressources pédagogiques fiables et accessibles.