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

BP RESTAURANT • CORRIGÉ DÉTAILLÉ

Sous-épreuve : U22 Alimentation

Session 2009 • Code sujet : **U22** • Durée : **1 heure** • Coefficient : **1**

Sommaire

Cliquez sur une partie pour y accéder directement

1. Alimentation (8 questions) **Page 3**

2. Hygiène professionnelle (9 questions) **Page 6**

3. Prévention des risques professionnels et sécurité (5 questions) **Page 10**

4. Ce qu'il faut retenir & Questions fréquentes (FAQ) (Synthèse & Q&A Examen) **Page 12**

Sujet officiel (PDF) : https://bprestaurant.fr/assets/annales/bp-restaurant/U22 - Alimentation/2009/BP Restaurant - U22 - Alimentation - Session 2009 - 2-Sujet.pdf

1. Alimentation

La partie porte sur le surpoids, l'équilibre alimentaire et l'apport énergétique des aliments. Un menu composé de plusieurs plats sert de support à l'identification des groupes alimentaires et à un calcul énergétique.

Question 1.1. Rechercher par quelle méthode on définit le surpoids.

Le surpoids se définit par le calcul de l'indice de masse corporelle (IMC), appelé « indice de poids corporel » dans le corrigé du sujet. On divise le poids en kilogrammes par le carré de la taille en mètres : $IMC = poids / taille^2$. L'IMC sert à évaluer la corpulence.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Le surpoids se définit par le calcul de l'IMC.

Question 1.2. Relever trois conséquences du surpoids sur la santé.

Le surpoids peut entraîner des conséquences importantes pour la santé. Trois conséquences attendues dans le corrigé du sujet sont :

- le diabète ;
- les maladies cardiaques ;
- l'hypertension.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Diabète, maladies cardiaques et hypertension.

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

Pour retrouver un poids de forme, il est conseillé d'adopter une alimentation variée et équilibrée et de pratiquer une activité physique régulière. Ces deux habitudes favorisent un équilibre durable entre les apports alimentaires et les dépenses énergétiques.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Alimentation variée et équilibrée, activité physique régulière.

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

Les trois constituants alimentaires qui fournissent de l'énergie sont les glucides, les lipides et les protides. Ce sont les constituants énergétiques à citer pour répondre à la question.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Glucides, lipides et protides.

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

Les valeurs énergétiques indiquées dans le sujet, pour un gramme de chaque constituant, sont :

- glucides : 17 kJ/g ;
- lipides : 38 kJ/g ;
- protides : 17 kJ/g.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Glucides : 17 kJ/g ; lipides : 38 kJ/g ; protides : 17 kJ/g.

Question 1.6. Pour chaque plat du tableau, préciser le ou les groupes alimentaires principaux : macédoine de légumes avec mayonnaise, steak, pommes de terre rissolées et fromage blanc.

Plat	Groupe(s) alimentaire(s) principal(aux)
Macédoine de légumes avec mayonnaise	Fruits et légumes cuits ; corps gras
Steak	Viande, poisson, œuf
Pommes de terre rissolées	Corps gras ; féculents
Fromage blanc	Produits laitiers

La mayonnaise et la cuisson rissolée correspondent au groupe des corps gras.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Macédoine : fruits et légumes cuits, corps gras ; steak : viande, poisson, œuf ; pommes de terre rissolées : corps gras, féculents ; fromage blanc : produits laitiers.

Question 1.7. Calculer, en kilojoules, l'apport énergétique d'une portion de 150 g de pommes de terre rissolées et détailler les calculs.

Pour 100 g, le calcul est : $(2,5 \times 17) + (23 \times 17) + (5 \times 38) = 623,5$ kJ. Pour 150 g, on applique la proportion : $623,5 \times 150/100 = 935,25$ kJ. L'apport énergétique de la portion demandée est donc de 935,25 kJ.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Apport énergétique pour 150 g : 935,25 kJ.

Question 1.8. **Indiquer si le menu est équilibré et justifier la réponse.**

Le menu n’est pas équilibré selon le corrigé du sujet, car il manque des crudités. La macédoine apporte bien des légumes, mais ceux-ci sont cuits : elle ne remplace donc pas une portion de légumes crus.

> **✓ RÉPONSE À RETENIR**
>
> Non, il manque des crudités.

2. Hygiène professionnelle

Cette partie traite des protocoles de nettoyage et de désinfection, des microorganismes responsables d'intoxications alimentaires et de leurs conditions de multiplication. Elle aborde également les modes et méthodes de conservation ainsi que les contrôles à effectuer.

Question 2.1. Préciser l'action d'un détergent et celle d'un désinfectant.

Le détergent sert à nettoyer la surface : il décolle et élimine les souillures, notamment les graisses. Le désinfectant agit sur les microorganismes et les détruit. Les deux produits n'ont donc pas la même fonction. En cuisine professionnelle, le nettoyage retire les salissures avant la désinfection, qui complète le traitement de la surface.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Le détergent élimine les souillures grasses ; le désinfectant détruit les microorganismes présents sur la surface.

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

Le détergent s'utilise avant le désinfectant : le nettoyage doit retirer les souillures pour que la désinfection agisse correctement. Entre l'application des deux produits, le rinçage constitue l'étape intermédiaire du protocole. Il faut ensuite respecter les consignes d'utilisation du désinfectant, notamment son temps de contact.

1. Appliquer le détergent.
2. Rincer.
3. Appliquer le désinfectant.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Détergent d'abord, puis désinfectant, avec rinçage entre les deux applications.

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

Après le nettoyage au détergent et avant la désinfection, il faut rincer la surface. Le rinçage élimine les résidus de détergent et les souillures décollées. Cette étape permet ensuite au désinfectant d'agir correctement sur une surface propre. Elle s'inscrit entre les deux produits dans le protocole de nettoyage-désinfection.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> L'étape intermédiaire est le rinçage, entre l'application du détergent et celle du désinfectant.

Question 2.4. **Définir les termes « bactéricide » et « virucide ».**

Terme	Définition
Bactéricide	Détruit les bactéries.
Virucide	Détruit les virus.

Ces termes indiquent les types de microorganismes visés par l'action du produit. Un produit bactéricide agit contre les bactéries ; un produit virucide agit contre les virus. La définition précise donc l'action revendiquée pour chaque catégorie.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Bactéricide : détruit les bactéries. Virucide : détruit les virus.

Question 2.5. **Citer deux bactéries responsables d'intoxications alimentaires.**

Les bactéries pathogènes peuvent contaminer les aliments et provoquer des intoxications alimentaires. Parmi les exemples admis dans le corrigé, deux noms suffisent. Il est aussi possible de donner d'autres bactéries figurant dans la liste ci-dessous.

- Salmonelle ;
- staphylocoque ;
- Clostridium perfringens ;
- Listeria.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Salmonelle et staphylocoque. Clostridium perfringens et Listeria sont également des réponses acceptées.

Question 2.6. **Citer deux conditions favorables à cette multiplication.**

La multiplication des microorganismes est favorisée par des conditions de conservation inadaptées. Le corrigé retient notamment le maintien des aliments à température ambiante et la présence d'humidité. Laisser un aliment à l'air libre est également une réponse attendue. Deux de ces conditions suffisent pour répondre à la question.

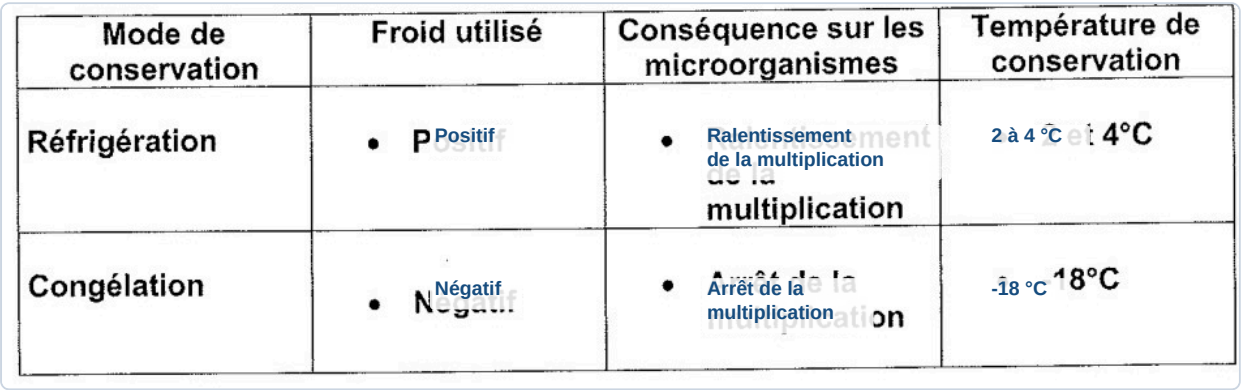
> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Température ambiante et milieu humide. Laisser les aliments à l'air libre est également accepté.

Question 2.7. Comparer les deux modes de conservation en complétant le tableau : pour la réfrigération et la congélation, indiquer le froid utilisé, la conséquence sur les microorganismes et la température de conservation.

Le tableau distingue le froid positif de la réfrigération et le froid négatif de la congélation. Selon les indications du sujet, la réfrigération ralentit la multiplication des microorganismes, tandis que la congélation l'arrête. Les températures à inscrire sont 2 à 4 °C pour la réfrigération et -18 °C pour la congélation.

Mode de conservation	Froid utilisé	Conséquence sur les microorganismes	Température de conservation
Réfrigération	Positif	Ralentissement de la multiplication	2 à 4 °C
Congélation	Négatif	Arrêt de la multiplication	-18 °C

Tableau des modes de conservation complété



✓ RÉPONSE À RETENIR

Réfrigération : froid positif, ralentissement, 2 à 4 °C. Congélation : froid négatif, arrêt, -18 °C.

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

La question demande deux méthodes autres que la réfrigération et la congélation citées précédemment. La déshydratation, l'acidification, la stérilisation, la pasteurisation et la conservation sous vide sont des réponses admises. La réfrigération, bien qu'elle apparaisse dans la liste imprimée du corrigé, ne répond pas à la consigne puisqu'elle figure déjà à la question 2.7.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Déshydratation et acidification. Stérilisation, pasteurisation et conservation sous vide sont également acceptées.

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

Au moment du contrôle des marchandises, il faut vérifier que les denrées sont conformes et ont été transportées dans de bonnes conditions. Le corrigé propose plusieurs vérifications ; deux suffisent. On peut notamment contrôler les températures à la livraison, les dates indiquées et l'état des emballages.

- Contrôler la température du camion et des denrées.
- Vérifier les DLC ou DLUO, ou l'état des emballages.

> **✓ RÉPONSE À RETENIR**
>
> Contrôler la température du camion et des denrées, puis vérifier les dates limites ou l'état des emballages.

3. Prévention des risques professionnels et sécurité

Cette partie porte sur les troubles du dos et les situations professionnelles susceptibles de les provoquer. Elle évalue aussi les principes de manutention sécuritaire, l'identification d'autres risques du métier et l'ordre des étapes du plan d'intervention en cas d'accident.

Question 3.1. Nommer deux lésions vertébrales possibles.

Le corrigé cite le **lumbago**, la **sciatique** et la **hernie discale** comme lésions possibles. Deux réponses suffisent.

> ✓ RÉPONSE À RETENIR
>
> Lumbago et hernie discale.

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

Les postures courbées et le port de charges lourdes sollicitent le dos et peuvent provoquer des douleurs. La station debout prolongée et la répétition des efforts sont également des réponses possibles.

> ✓ RÉPONSE À RETENIR
>
> Postures courbées et port de charges lourdes.

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

Pour soulever une charge en sécurité, il faut adopter une posture stable et limiter l'effort exercé sur le dos :

- assurer une bonne prise et se rapprocher de la charge ;
- fléchir les jambes ;
- placer correctement les pieds.

> ✓ RÉPONSE À RETENIR
>
> Bonne prise, jambes fléchies et pieds bien placés.

Question 3.4. Citer deux autres risques possibles dans votre profession.

Parmi les autres risques professionnels en restauration, un sol mouillé peut provoquer une chute ou une glissade. La manipulation d'objets ou de préparations chauds peut entraîner une brûlure.

> ✓ RÉPONSE À RETENIR
>
> Chute ou glissade, brûlure.

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

Le plan d’intervention suit cet ordre : protéger, examiner la victime, alerter ou faire alerter les secours, puis secourir. Les numéros indiqués dans le corrigé sont le 18 ou le 15.

> **✓ RÉPONSE À RETENIR**
>
> Protéger, examiner, alerter ou faire alerter, secourir.

Ce qu'il faut retenir de ce sujet (Session 2009)

Bilan de l'épreuve : Cette sous-épreuve U22 du BP Restaurant, session 2009, dure une heure et a un coefficient 1. Elle se compose de trois parties portant sur l'alimentation, l'hygiène professionnelle et la prévention des risques. Les candidats doivent mobiliser leurs connaissances sur l'équilibre alimentaire, l'énergie des aliments, la désinfection et la conservation, la manutention et les gestes d'urgence.

Notions-clés, formules & règles à maîtriser

- L'indice de masse corporelle (IMC) est la méthode citée pour définir le surpoids.
- Valeurs énergétiques : glucides 17 kJ/g, lipides 38 kJ/g et protides 17 kJ/g.
- Le protocole indiqué suit l'ordre suivant : détergent, rinçage, puis désinfectant.
- La réfrigération ralentit la multiplication microbienne ; la congélation l'arrête selon le corrigé.

Points de vigilance & attentes du jury

- Pour calculer l'énergie d'une portion, établir d'abord la valeur pour 100 g, puis appliquer une proportion au poids demandé.
- Dans le tableau de conservation, distinguer le type de froid, l'effet sur les microorganismes et la température.
- Lors de la manutention, citer trois principes de sécurité différents et adaptés à la situation.
- Respecter l'ordre demandé pour le plan d'intervention : protéger, examiner, alerter, secourir.

Questions fréquentes sur cette épreuve (Q&A Examen)

Q : Comment calculer l'apport énergétique d'une portion de pommes de terre rissolées ?

Additionnez les contributions des constituants pour obtenir la valeur énergétique de 100 g. Multipliez ensuite ce résultat par le poids de la portion, puis divisez par 100. Détaillez les étapes et indiquez le résultat en kilojoules.

Q : Quelle différence faut-il retenir entre réfrigération et congélation ?

La réfrigération utilise un froid positif qui ralentit la multiplication des microorganismes. La congélation utilise un froid négatif qui l'arrête selon le corrigé. Le tableau demande aussi d'indiquer la température de conservation associée à chaque mode.

Q : Comment répartir son temps dans cette épreuve d'une heure ?

L'épreuve comporte trois parties : alimentation, hygiène professionnelle, puis prévention des risques et sécurité. Aucun temps officiel par partie n'est indiqué. Répartissez le temps selon les questions et gardez quelques minutes pour vérifier les réponses et les calculs.

Q : Quels critères de notation faut-il surveiller dans les réponses ?

Le corrigé attribue des points aux réponses attendues, souvent pour chaque élément cité ou renseigné. Respectez le nombre demandé, détaillez le calcul énergétique et suivez l'ordre du plan d'intervention. La durée officielle est d'une heure et le coefficient est 1.

Sujet officiel associé (PDF) : https://bprestaurant.fr/assets/annales/bp-restaurant/U22 - Alimentation/2009/BP Restaurant - U22 - Alimentation - Session 2009 - 2-Sujet.pdf
Ressources BP Restaurant : Toutes les annales & corrigés • Fiches de révision complètes • Simulateur de notes d'examen

Copyright © 2027 FormaV®. Tous droits réservés.

FormaV® est une marque déposée auprès de l'INPI sous le numéro 5227897.

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.