

Mon cahier de travail maison

PERIODE 1

Objectifs :

- Préparer les évaluations
- Approfondir les cours grâce à des exercices et des vidéos.

Différents moments pour faire le cahier de travail maison :

- En permanence ou permanence spécialisée
- En aide aux devoirs
- En tutorat
- A la maison

Ce que je peux gagner:

- Pour trois exercices faits et validés, tu auras un point en plus qui comptera pour le changement de niveau.
- Quand tu auras terminé ton dossier, tu gagneras un point.

Attention ! Tu peux perdre des points.

- Si, le 20 septembre, aucune fiche n'a été faite, tu perds 1 point
- Si, entre le 20 et le 27 septembre, aucune nouvelle fiche n'a été faite, tu perds un point
- Si, entre le 27 septembre et le 04 octobre juin, aucune nouvelle fiche n'a été faite, tu perds un point
- Tu dois avoir terminé ton dossier pour le 18 octobre.

Dans ce dossier, tu vas trouver :

- Des fiches de préparation d'évaluation à partir de ce que tu as vu en cours
- Des fiches d'approfondissement pour travailler différemment ce que l'on travaille durant la période.

MES PLANS DE TRAVAIL POUR LE PERIODE 1 (jusqu'aux vacances de la Toussaint)

Plan de travail 1 : exercices d'approfondissement pour préparer le CAP Pâtissier.

	Exercices /compétences	Compétences	Date de début	Validation
Fiche 1	Découvrir le métier de pâtissier	FR-24 : décoder les informations dans un document C7-52 : Connaître les principaux secteurs d'activités et les métiers associés		★
Fiche 2	Découvrir la fabrication du chocolat	HAS-14 : Identifier les besoins des clients et des usagers		★
Fiche 3	Les unités de contenance	Maths- 26 : Effectuer une division euclidienne. Maths- 78 : Sélectionner, trier des informations et des données d'un problème numérique HAS-14 : Identifier les besoins des clients et des usagers		★
Fiche 4	Repérer les matériels en cuisine	FR-35 : Respecter la présentation du texte (conforme au modèle) FR-36 : Veiller à la qualité de l'écriture manuscrite (majuscules, taille des lettres, attaches entre les lettres) et au soin de la copie (pas de fautes)		★

Plan de travail 2 : préparation des évaluations

	Exercices	Compétences travaillées	Date de début	Validation
Fiche 5	Préparation d'évaluation : le nettoyage des plans de travail	HAS-27 : ___ pour le nettoyage du sol, choisir et utiliser de manière rationnelle les matériels HAS-30: réaliser le nettoyage d'un plan de travail		☆
Fiche 6	Préparation d'évaluation : faire un bain marie	C7-64 : organiser son travail HAS-30: réaliser un bain marie en respectant la gestuelle et la sécurité		☆
Fiche 7	Préparation d'évaluation : la tenue professionnelle	HAS-5 : décrire la tenue professionnelle HAS-5 : associer chaque élément de la tenue à son rôle		☆
Fiche 8	Préparation d'évaluation : le lavage de mains	HAS-6 : décrire les étapes du lavage de mains HAS-6 : associer chaque étape à son rôle		☆

Nom :	<u>FICHE 1</u>	Date :
Prénom :	Découvrir le métier de pâtissier	

	Exercices /compétences	compétences	Date de début	Validation
Fiche 1	Découvrir métier de pâtissier	FR-24 : décoder les informations dans un document C7-52 : Connaître les principaux secteurs d'activités et les métiers associés		★

Consigne de travail : regarde la vidéo sur le métier de pâtissier et réponds aux questions.

Voici le lien pour regarder la vidéo que tu peux retrouver sur itslearning:
<https://youtu.be/nniwjF1fmMs>

Question 1 : Quel est le diplôme préparé par Yoann ? Surligne la bonne réponse

- CAP
- BAC pro
- MC

Question 2 : quels types de pâtisseries apprend-t-il à réaliser? Surligne la bonne réponse

- Les pâtisseries françaises
- Les pâtisseries françaises et étrangères

Question 3 : Que demande d'apprendre le formateur ? Surligne la ou les bonnes réponses

- Le langage du pâtissier avec les termes techniques
- L'organisation de travail
- Quelques connaissances en boulangerie

Question 4 : en voyant la vidéo, surligne deux qualités qui te semblent les plus importantes pour faire ce métier :

Précis
Soigneux
Rapide
Organisé
Bavard
Discret

Question 5 : en voyant la vidéo, nomme une recette que Yoann devra savoir faire à la fin de son CAP :

-

Question 6 : Est-ce que Yoann est apprenti ou lycéen ? Surligne la bonne réponse ci-dessous

- Yoann est lycéen
- Yoann est apprenti

Question 7 : A quelle heure Yoann met les gâteaux dans la vitrine de son magasin ? Surligne la bonne réponse

- 8h30
- 5h30
- 8h00

Nom :	<u>FICHE 2</u>	Date :
Prénom :	Découvrir la fabrication du chocolat	

	Exercices /compétences	compétences	Date de début	Validation élève
Fiche 2	Découvrir la fabrication du chocolat	FR-24 : décoder les informations dans un document HAS-12 : Identifier les différents types de chocolat et le processus de fabrication		★

Consigne de travail : A partir de la vidéo que tu peux retrouver sur itslearning: <http://www.lumni.fr/video/comment-fabrique-t-on-le-chocolat-1-jour-1-question>

, réponds aux questions :

Question 1 : Surligne la **quantité consommée** en moyenne par an en France de chocolat

- 3 Kg
- 2Kg
- 6.5 Kg



Question 2 : Surligne le **nom de l'arbre** qui permettent d'avoir du cacao et donc du chocolat

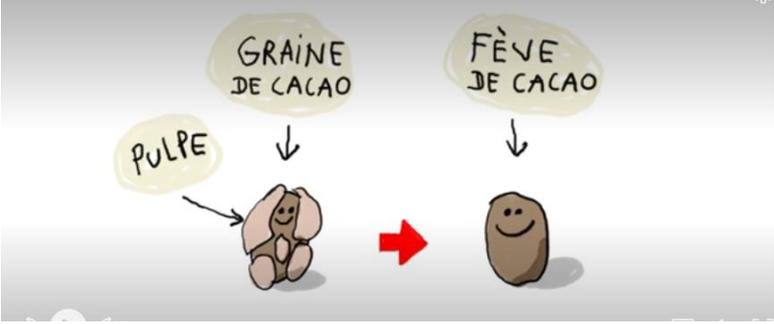
- Le chocolatier
- Le cacaoyer



Question 3 : Surligne le **nom du fruit** :

- Cacaoyer
- Cabosse

Question 4 : remets dans l'ordre en numérotant les étapes pour avoir une tablette de chocolat :

Photo de l'étape+ nom	Numéro d'étape
 <p>FERMENTATION</p>	
 <p>CONCASSAGE ET BROYAGE</p>	
 <p>TORREFACTION</p>	
 <p>RECOLTE</p>	

Question 5 : surligne les ingrédients du chocolat noir:

- Pâte de cacao
- Beurre de cacao
- Sucre
- Poudre de lait



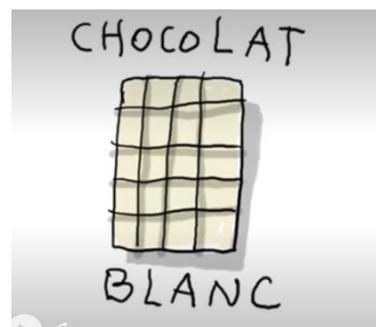
Question 6 : surligne les ingrédients du chocolat au lait :

- Pâte de cacao
- Beurre de cacao
- Sucre
- Poudre de lait



Question 7 : surligne les ingrédients du chocolat blanc :

- Pâte de cacao
- Beurre de cacao
- Sucre
- Poudre de lait



Nom :	<u>FICHE 3</u>	Date :
Prénom :	Les unités de contenance	

	Exercices /compétences	compétences	Date de début	Validation
Fiche 3	Les unités de contenance	maths-59 : être capable de respecter les mesures de capacité		★

Consigne de travail : A partir de la vidéo que tu peux retrouver sur itslearning <https://youtu.be/MOQYCi8zM3MEt> et de tes connaissances, réponds aux questions :

Exercice 1 : Voici en photos, différents aliments. Indique sous chaque aliment son unité de mesure.

Nom des aliments	Brique de lait	Crème fraiche liquide	Brique de jus d'orange
Photos			
Unité de mesure (mL, cL, dL, L, daL, ..)			

Exercice 2 : Place dans le tableau des unités les différents aliments

Unité	kL	hL	daL	L	dL	cL	mL
Lait=500mL							
Jus d'orange 1L							
Sirop pour la toux=5 cL							
Crème liquide 30dL							

Exercice 2 : convertis les aliments suivants en t'aidant du tableau

Unité	kL	hL	daL	L	dL	cL	mL
Lait 250mL=cL							
Jus d'orange 2 L=.....dL							
Canette de coca 33 cL=.....mL							
Crème liquide 40cL=L							

Nom :	<u>FICHE 4</u>	Date :
Prénom :	Les matériels en cuisine	

	Exercices /compétences	compétences	Date de début	Validation
Fiche 4	Les matériels en cuisine	HAS-24 : Pour un matériel donné, citer le nom.		★

Consigne de travail : A partir de tes connaissances et du site internet que tu peux retrouver sur itslearning <https://www.vega-direct.com>, replace le nom des matériels dans le tableau en collant les étiquettes au bon endroit.

	Image du matériel	Nom du matériel
1		
2		
3		
4		
5		

6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		

	Ramequin	Assiette
	Grande cuillère	Couteau d'office
	Bol	Petite cuillère
	Couteau économe	Tamis
	Bassine pâtissière	Manique
	Planche à découper	Cul de poule
	Cuillère en bois	Moule à tartelette
	Plateau	Poêle
	Casserole	Moule à muffins
	Vide pomme	Balance
	Verre mesureur	Plaque à débarrasser
	Rouleau à pâtisserie	

ETIQUETTES A
DECOUPER ET A
COLLER



Nom :	<u>FICHE 5</u>	Date :
Prénom :	Préparation d'évaluation : le nettoyage du plan de travail	

	Exercices	compétences	Date de début	Validation
Fiche 5	Préparation d'évaluation : le nettoyage du plan de travail	<p><u>HAS-27</u> : pour le nettoyage du sol, choisir et utiliser de manière rationnelle les matériels</p> <p><u>HAS-30</u>: réaliser le nettoyage d'un plan de travail</p>		★

Exercice :

Consigne de travail 1 : découpe les images dans le document 1 correspondant aux matériels que tu utilises pour le nettoyage du plan de travail et colle-les dans la colonne « matériels » du tableau ci-dessous.

Matériels	produits
	<ul style="list-style-type: none">- Eau-

DOCUMENT 1

ETIQUETTES A
DECOUPER ET A
COLLER



Consigne de travail 2 : découpe les étiquettes de la page suivante (document 2) pour les replacer dans l'ordre et les coller dans la colonne « description de chaque étape » du tableau ci-dessous. (1 ligne= 1 étape)

N° d'étapes	Description de chaque étape	justification
1		<p>Pour avoir une bonne organisation de travail (moins de perte de temps, disposition du poste en toute sécurité)</p>
2		<p>Elimination des gros déchets en les « collant » sur la lavette</p> <p>Facilite l'application de la solution</p>
3		<p>Elimination des bactéries (5 minutes)</p> <p>Décollement des salissures qui sont restées</p>
4		<p>Evacuer solution (eau+produit) et les salissures</p>
		<p>Enlever l'eau restant (permet une qualité visuelle de résultat)</p>

APPLIQUER LE PRODUIT

Vaporiser le produit sur la lavette
Détourner la surface et passer la lavette
en faisant des « S »

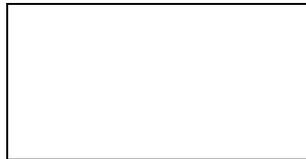
Laisser agir Minutes

ESSUYER

Faire glisser la raclette du haut vers le
bas en bandes parallèles qui se
chevauchent

Essuyer la lame à chaque passage avec
le chiffon

schéma :



Passer avec le chiffon pour éliminer
l'eau restante.

PREPARER MON SEAU/POSTE :

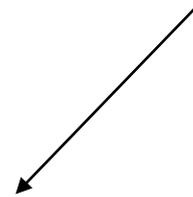
- remplir une partie du seau d'eau
chaude à 3 L
- mettre dans l'autre compartiment:
les lavettes, les torchons, le
vaporisateur de produit et la
raclette
- ranger le poste si besoin

RINCER

Tremper la lavette dans le seau.
Essorer la lavette et la plier à plat.
Rincer la surface. (même technique
que pour le lavage !)

MOILLER LE PLAN DE TRAVAIL

Tremper la lavette dans le seau.
Essorer la lavette et la plier à plat.
Détourner la surface et passer la lavette
en faisant des « S »



Nom :	<u>FICHE 6</u>	Date :
Prénom :	Préparation d'évaluation : faire un bain marie	

	Exercices	compétences	Date de début	Validation
Fiche 6	Préparation d'évaluation : faire un bain marie	HAS-30 -Lors de la réalisation d'une recette, réaliser un bain marie		★

A partir de tes connaissances, je réponds aux questions du questionnaire suivant :

QCM

Question 1 : coche la définition du terme bain marie

- Consiste à préparer le chocolat en le mettant à la bonne température grâce à une casserole d'eau chaude
- Consiste à tailler le chocolat
- Consiste faire fondre le chocolat au micro-onde

Question 2 : Quel aspect du chocolat obtient-on grâce au bain marie ?
Coche les bonnes réponses.

- Un aspect brillant
- Un aspect fondu
- Un aspect craquant
- Un aspect mousseux
- Un aspect lisse

Question 3 : Quelle conséquence si on laisse trop longtemps le chocolat au bain marie ? /1

- Il devient liquide
- Il devient granuleux
- Cela ne change rien

Question 4 : dessine un bain marie dans la case ci-dessous

Voici la fiche recette des roses des sables pour t'entraîner :

Nom de la préparation : les roses des sables

Liste quantitatives des ingrédients :

- Chocolat (noir, blanc ou au lait) : 30 grammes
- Chocolat : 70 grammes
- Pétales de maïs : 40 grammes

Matériels de pesée:	<u>Poste de préparation :</u>	<u>Poste de cuisson</u>
<ul style="list-style-type: none">- 2 ramequins- 1 bol ou petit saladier	<ul style="list-style-type: none">- Une planche à découper- Un couteau d'office-1 ramequin- 1 saladier-2 casseroles (petite et moyenne)- 1 cuillère en bois-1 assiette- 2 cuillères à café	<ul style="list-style-type: none">-un plateau-papier aluminium

Mode opératoire :

- Je commence par écraser les pétales de maïs avec le fond du ramequin
- Je coupe finement les 30 gr de chocolat
- Je fais fondre les 70 gr de chocolat au BAIN MARIE
- J'ajoute mes 30 gr de chocolat dans le chocolat fondu
- Je mélange bien avec la cuillère en bois, jusqu'à ce que cela soit bien fondu
- J'ajoute les pétales de maïs et je mélange
- Je dépose le papier d'aluminium sur le plateau.
- A l'aide de 2 cuillères à café, je dépose la pâte chocolatée sur le plateau

Nom :	<u>FICHE 7</u>	Date :
Prénom :	Préparation d'évaluation : la tenue professionnelle	

	Exercices	compétences	Date de début	Validation
Fiche 7	Préparation d'évaluation: la tenue professionnelle	<u>HAS-16</u> : décrire la tenue professionnelle		

Consigne de travail : Pour chaque élément de la tenue, découpe et colle les étiquettes du document de la page suivante dans le tableau ci-dessous.

Place l'étiquette « noms des éléments » dans la 1^{ère} colonne

Place l'étiquette « justification » dans la dernière colonne

Nom des éléments de la tenue	IMAGES DE LA TENUE	JUSTIFICATION
		
		
		
		
		

Nom des éléments
gants
Charlotte ou casquette
masque
blouse
Chaussures de sécurité

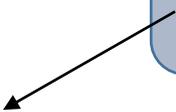
JUSTIFICATION
Cela permet d'éviter l'émission dans l'air de <u>salive</u>
Cela permet d'éviter de <u>glisser</u> et cela protège nos <u>pieds</u> .
Cela permet d'éviter le contact avec les aliments et les micro-organismes restant sur la <u>peau</u>
Cela sert à retenir les <u>cheveux</u> .
Cela protège le cuisinier des <u>projections</u> et évite de contaminer les aliments avec les <u>affaires personnelles du cuisinier</u>

Nom :	<u>FICHE 8</u>	Date :
Prénom :	Préparation d'évaluation : le lavage de mains	

	Exercices	compétences	Date de début	Validation
Fiche 8	Préparation d'évaluation: le lavage de mains	<u>HAS-16</u> : décrire et expliquer le lavage de mains		★

Consigne de travail 1 : Découpe et colle les étiquettes des différents éléments que l'on trouve sur le poste de lavage de mains.

ETIQUETTES A
DECOUPER ET A
COLLER



SAVON

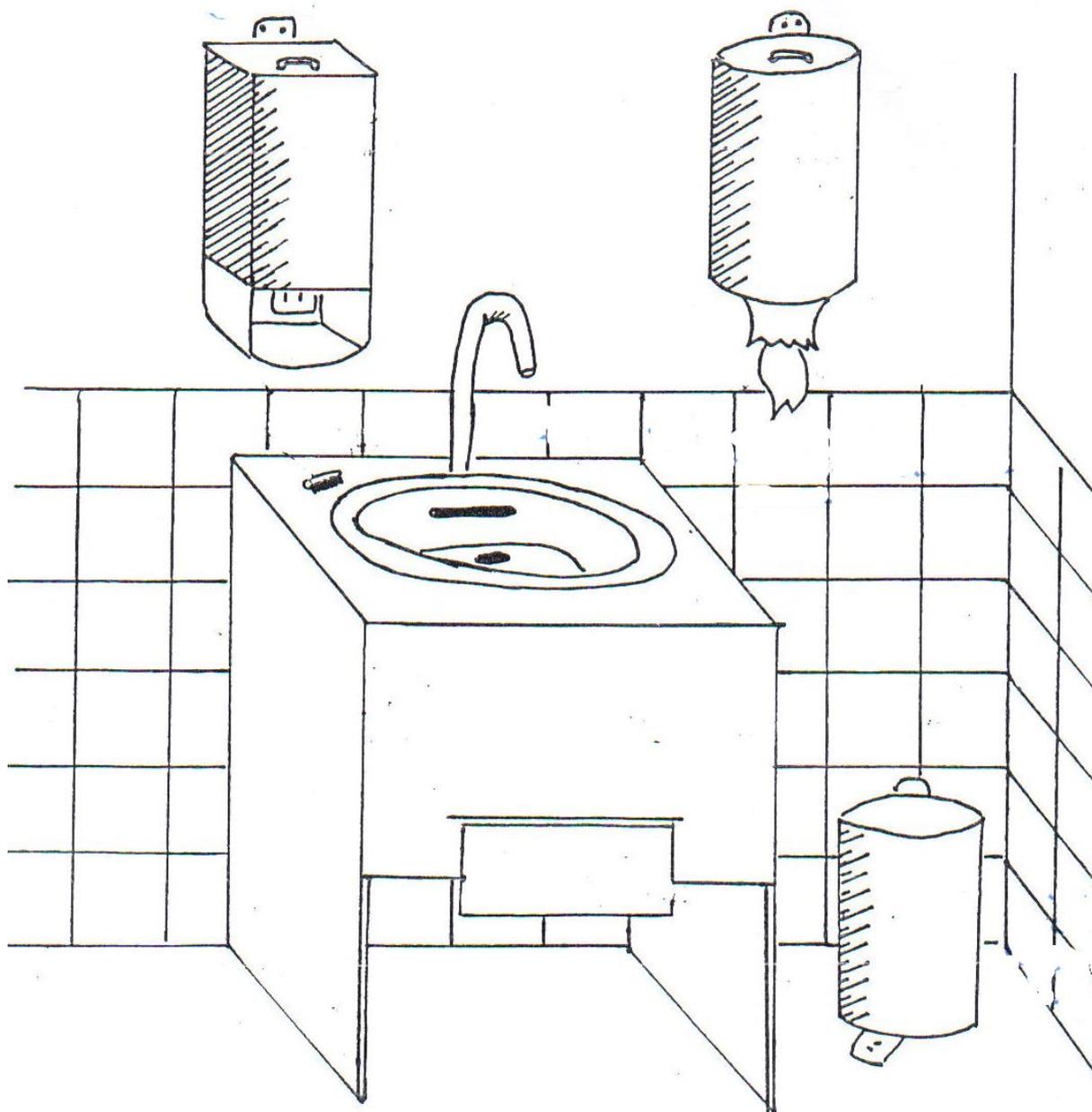
POUBELLE

DISTRIBUTEUR
DE PAPIER

BROSSE A
ONGLES

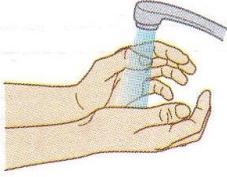
LAVABO

POSTE DE LAVAGE DES MAINS



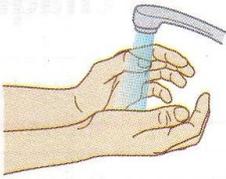
Consigne de travail 2 : remets dans l'ordre les étapes pour se laver les mains en les reliant

Rincer.



1

Mouiller les mains.



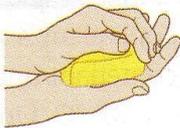
2

Jeter l'essuie-mains dans la poubelle munie d'un sac plastique.



3

Appliquer un nettoyant simple (savon ou détergent).



4

Masser en insistant sur les espaces interdigitaux et sur le pourtour des ongles.
Durée : 1 min environ.



5

Sécher les mains avec un séchoir à air chaud ou de préférence avec un essuie-mains à usage unique.



6

Consigne de travail 3 Alex demande à Antoine pourquoi il se lave les mains avant de cuisiner. Que peut répondre Antoine ? Coche la ou les bonnes réponses.

- Cela permet d'éviter de mettre du chocolat partout
- Cela permet d'éviter la propagation de microbes
- Cela permet d'éviter les maladies