

EXERCICE 1: (8 points)

Pour se maintenir en bonne santé, l'organisme doit satisfaire des besoins alimentaires non seulement qualitatifs mais également quantitatifs.

1/- Définir une ration alimentaire.

.....

2/- Définir une ration alimentaire qualitativement équilibrée.

.....

.....

3/- Est-ce qu'il est possible de parler d'une ration alimentaire journalière type? Justifiez votre réponse.

.....

.....

.....

EXERCICE 2: (12 points)

On vous présente la liste des produits suivants:

Poulet, Poisson, Pomme de terre, Carotte, Oignon, Tomate, Olives verts frais, Fraise, Vinaigre, Sucre et Huile.

1/- Comment peut-on réaliser de bons choix de volailles?

.....

.....

2/- Comment peut-on réaliser de bons choix des poissons?

.....

.....

3/- En se basant sur la liste des produits que vous avez, proposez des conservations de ces aliments.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4/- A l'occasion de l'Aïd el Kebir le surplus de viande exige une conservation. Indiquez les différents procédés permettant de conserver cette viande?

.....

.....

.....

.....

.....

.....