

Sommaire

Présentation du programme	6
1 La qualité alimentaire	7
1 Les composantes de la qualité alimentaire	8
2 La qualité nutritionnelle	9
3 La qualité sanitaire	10
4 La qualité organoleptique	11
<i>Retenez l'essentiel !</i>	12
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	13
Entraînez-vous	14
2 L'hygiène et la santé des personnels	15
1 Le personnel acteur de l'hygiène	16
2 La surveillance de l'état de santé du personnel	17
3 Les règles d'hygiène corporelle et vestimentaire	18
4 Le lavage des mains	19
<i>Retenez l'essentiel !</i>	20
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	21
Entraînez-vous	22
3 La prévention des risques professionnels	23
1 Les accidents en restauration traditionnelle	24
2 Les gestes et les postures de travail	25
3 L'ergonomie au poste de travail	26
4 Les mesures de prévention	27
<i>Retenez l'essentiel !</i>	28
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	29
Entraînez-vous	30
4 La marche en avant	31
1 La réception des matières premières : étape n° 1	32
2 Le stockage : étape n° 2	33
3 La production : étape n° 3	34
4 La distribution : étape n° 4	35
<i>Retenez l'essentiel !</i>	36
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	37
Entraînez-vous	38
5 Le confort au travail	39
1 Le traitement de l'air dans les locaux de restauration	40
2 La maîtrise de la qualité de l'air	41
3 Le confort thermique	42
4 Des locaux professionnels soumis à réglementation	43
<i>Retenez l'essentiel !</i>	44
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	45
Entraînez-vous	46
6 L'éclairage adapté à l'activité professionnelle	47
1 L'étiquetage d'une source lumineuse	48
2 Les différentes sources de lumière	49
3 L'éclairage	50
4 Les valeurs et les caractéristiques d'un bon éclairage	51
<i>Retenez l'essentiel !</i>	52
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	53
Entraînez-vous	54

7 Le nettoyage des zones de production	55
1 L'action des détergents	56
2 L'action des désinfectants	57
3 L'action des détartrants	58
4 L'action des abrasifs	59
<i>Retenez l'essentiel !</i>	60
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	61
Entraînez-vous	62
8 Le bon usage des produits d'entretien	63
1 Le protocole d'entretien	64
2 Les paramètres d'efficacité d'entretien	65
3 Un conditionnement adapté	66
4 Les précautions d'emploi liées à l'utilisation des produits	67
<i>Retenez l'essentiel !</i>	68
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	69
Entraînez-vous	70
9 La planification de l'hygiène des locaux	71
1 Le plan de nettoyage	72
2 Le plan de lutte contre les nuisibles	73
3 Le contrôle du nettoyage et de la désinfection	74
4 La planification des contrôles de l'hygiène des locaux	75
<i>Retenez l'essentiel !</i>	76
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	77
Entraînez-vous	78
10 La réglementation hygiène	79
1 Les autocontrôles internes	80
2 Les obligations réglementaires du restaurateur	81
3 Le <i>Guide des bonnes pratiques d'hygiène</i> (GBPH)	82
4 Le cadre réglementaire de l'hygiène en restauration	83
<i>Retenez l'essentiel !</i>	84
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	85
Entraînez-vous	86
11 La communication sur la sécurité alimentaire	87
1 La traçabilité : un outil de communication	88
2 La gestion des non-conformités	89
3 Les informations transmises par les laboratoires indépendants	90
4 Les relations avec les services officiels de contrôle	91
<i>Retenez l'essentiel !</i>	92
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	93
Entraînez-vous	94
12 La structure cellulaire des aliments	95
1 La diversité biologique des aliments	96
2 La structure tissulaire des aliments	97
3 La cellule animale	98
4 La cellule végétale	99
<i>Retenez l'essentiel !</i>	100
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	101
Entraînez-vous	102
13 Des molécules plein l'assiette	103
1 Les molécules des matières premières animales	104
2 Les molécules des matières premières végétales	105
3 Les molécules des produits sucrés	106
4 Les molécules des matières grasses	107
<i>Retenez l'essentiel !</i>	108
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	109
Entraînez-vous	110

14 L'eau et ses propriétés	111
1 L'eau et ses changements d'état	112
2 L'eau liquide et la solubilité	113
3 L'eau et les phénomènes de diffusion et d'osmose	114
4 Les affinités de l'eau et la texture des préparations	115
<i>Retenez l'essentiel !</i>	116
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	117
Entraînez-vous	118
15 L'action de la température sur la texture des préparations	119
1 L'action de la température sur les protéines globulaires	120
2 L'action de la température sur les molécules fibrillaires	121
3 L'action de la température sur les glucides sucrés	122
4 L'action de la température sur les glucides amidon	123
<i>Retenez l'essentiel !</i>	124
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	125
Entraînez-vous	126
16 L'action mécanique sur la texture des préparations	127
1 L'action mécanique et la texture des émulsions stables	128
2 L'action mécanique et la texture des mousses lipidiques	129
3 L'action mécanique et la texture des mousses protéiques	130
4 L'action mécanique et la texture des pâtes : le pétrissage	131
<i>Retenez l'essentiel !</i>	132
OUVERTURE SUR LA PROFESSION	133
Entraînez-vous	134
Évaluations	135
Lexique	143