

Eksamen

24.11.2016

RFG2002

Kosthold, ernæring og helse/Kosthold, ernæring og helse

Programområde: Restaurant og matfag

Nynorsk

Eksamensinformasjon

Eksamenstid	Eksamen varer i 4 timar.
Hjelpemiddel	Alle hjelpemiddel er tillatne, bortsett frå Internett og andre verktøy som kan brukast til kommunikasjon.
Bruk av kjelder	<p>Dersom du bruker kjelder i svaret ditt, skal dei alltid førast opp på ein slik måte at lesaren kan finne fram til dei.</p> <p>Du skal føre opp forfattar og fullstendig tittel på både lærebøker og annan litteratur. Dersom du bruker utskrift eller sitat frå Internett, skal du føre opp nøyaktig nettadresse og nedlastingsdato.</p>
Vedlegg	Ingen
Informasjon om vurderinga	Du blir vurdert i kva grad du har nådd kompetansemåla i læreplanen i faget.

Situasjonsbeskriving:

Bedriftskantina der du arbeider treng fornying på menyfronten.

Kjøkkensjefen ønskjer eit sterkare fokus på kosthald, ernæring og helse. Det er også nokre nye medarbeidarar som har cøliaki- og laktoseintoleranse.

Oppgåve 1

Kom med forslag til meny for ei veke med forrettar/supper, hovudrettar(fisk- og kjøtrettar), grønnsakar, sausar og dessertar.

Moment som vil bli lagt vekt på:

- Menyplanlegging (normalkost og spesialkost)
- Produksjonsmetodar
- Førebuingmetodar
- Hygiene

Skriv kva du meiner er viktig i menyforslaga. Grunngje vala dine.

Løs oppgåva slik at du får vist kompetansen din i måla i læreplanen på best mogleg måte.

Læreplanmål:

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne:

- Drøfte samanhengen mellom kosthald, ernæring og helse.
- Forstå at kosthald har stor tyding for helse og velvære.
- Gi råd om dagleg kost og spesialkost.
- Lage dagleg kost, spesialkost og kost for ulike grupper ut frå ønska og behova til den enkelte og i tråd med relevant regelverk og andre styringsdokument.

Bokmål

Eksamensinformasjon

Eksamenstid	Eksamen varer i 4 timer.
Hjelpemidler	Alle hjelpemidler er tillatt, bortsett fra Internett og andre verktøy som kan brukes til kommunikasjon.
Bruk av kilder	<p>Hvis du bruker kilder i besvarelsen din, skal disse alltid oppgis på en slik måte at leseren kan finne fram til dem.</p> <p>Du skal oppgi forfatter og fullstendig tittel på både lærebøker og annen litteratur. Hvis du bruker utskrift eller sitat fra Internett, skal du oppgi nøyaktig nettadresse og nedlastingsdato.</p>
Vedlegg	Ingen
Informasjon om vurderingen	Du blir vurdert i hvilken grad du har nådd kompetansemåla i faget.

Situasjonsbeskrivelse:

Bedriftskantina der du jobber trenger fornyelse på menyfronten.

Kjøkkensjefen ønsker et sterkere fokus på kosthold, ernæring og helse. Det er også noen nye medarbeidere som har cøliaki og laktoseintoleranse.

Oppgave 1

Kom med forslag til en ukes meny med forretter/supper, hovedretter(fisk- og kjøttretter), grønnsaker, sauser og desserter.

Momenter som vil bli vektlagt:

- Menyplanlegging (normalkost og spesialkost)
- Produksjonsmetoder
- Tilberedningsmetoder
- Hygiene

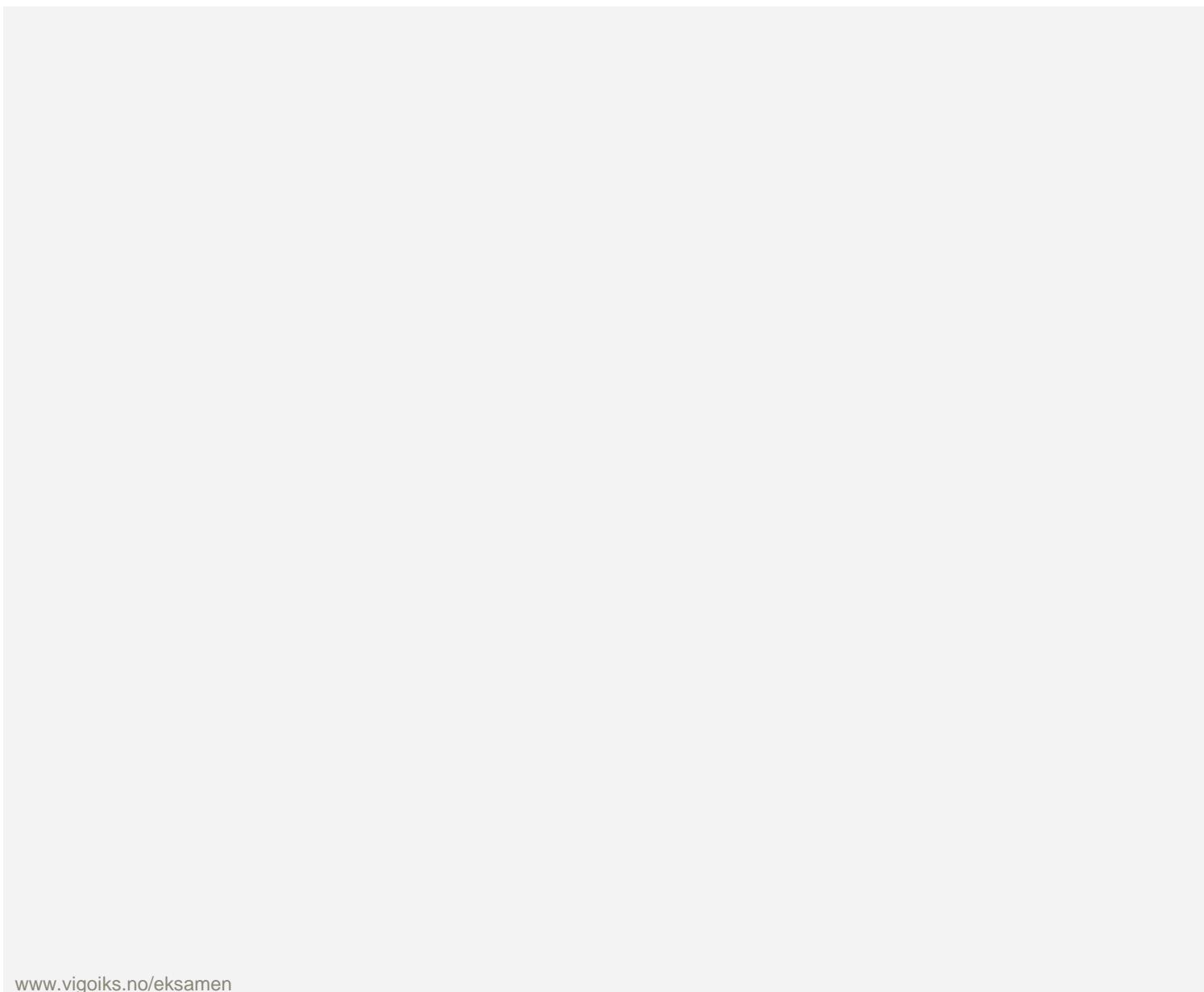
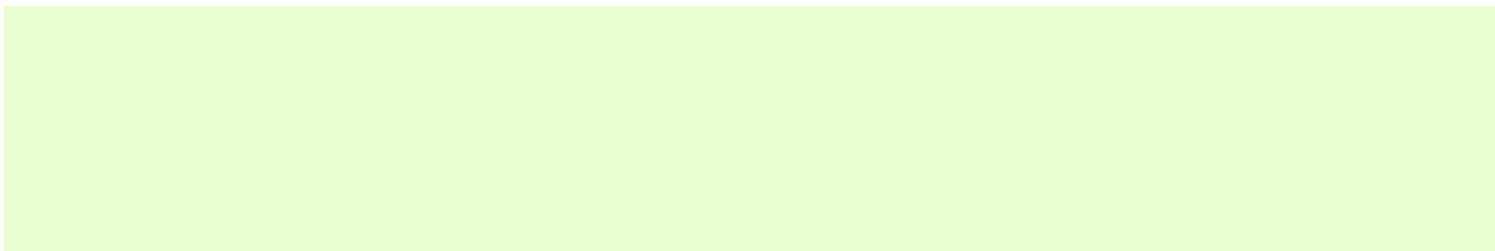
Skriv hva du mener er viktig i menyforslagene. Begrunn valgene dine.

Løs oppgaven slik at du får vist kompetansen din i målene i læreplanen på best mulig måte.

Læreplanmål:

Mål for opplæringen er at eleven skal kunne:

- Drøfte sammenhengen mellom kosthold, ernæring og helse.
- Forstå at kosthold har stor betydning for helse og velvære.
- Gi råd om daglig kost og spesialkost.
- Lage daglig kost, spesialkost og kost for ulike grupper ut fra den enkeltes ønsker og behov og i tråd med relevant regelverk og andre styringsdokumenter.



www.vigoiks.no/eksamen