

PROVA 3

1. Quale è la ripartizione calorica dei pasti in base agli standard nutrizionali per la ristorazione scolastica?
 - a. Colazione 15-20% Merenda mattino 5% Pranzo 35-40% Merenda pomeriggio 5-10% Cena 30-35%
 - b. Colazione 20-25% Merenda mattino 5-10% Pranzo 35-40% Merenda pomeriggio 5-10% Cena 30-35%
 - c. Colazione 15-20% Merenda mattino 5% Pranzo 30-35% Merenda pomeriggio 5-10% Cena 35-40%

2. Nella scheda di valutazione dell'applicazione degli standard nutrizionali nei menu della ristorazione scolastica:
 - a. Sono indicati esclusivamente gli standard di qualità degli alimenti
 - b. Vengono valutati gli standard di qualità, frequenza e apporto nutrienti per il pranzo e le merende
 - c. Vengono valutati gli standard di qualità, frequenza e apporto nutrienti per il pasto principale

3. La figura del cuoco/a in un servizio educativo?
 - a. Si occupa esclusivamente della realizzazione dei piatti e della gestione della cucina
 - b. Coordina il personale di cucina
 - c. È una figura fondamentale del progetto educativo e collabora con tutti i soggetti che abitano la scuola

4. Perché è importante rimuovere i residui alimentari dalle superfici prima di procedere alla sanificazione?
 - a. Non è importante rimuovere i residui alimentari, l'importante è disinfettare bene
 - b. Perché i residui alimentari possono ridurre l'efficacia dei disinfettanti
 - c. Se ci sono residui alimentari, è sufficiente aumentare i tempi di contatto del disinfettante

5. Con quale frequenza è possibile utilizzare i latticini in un menù giornaliero?
 - a. Una volta al giorno, escluse le preparazioni
 - b. Una volta al giorno, comprese le preparazioni
 - c. Due volte al giorno

6. Quali alternative possibili a sostituzione della carne in una richiesta di dieta etico-religiosa?
 - a. Formaggi e legumi
 - b. Pesce e verdura
 - c. Non è possibile sostituire la carne

7. Quale liquido può essere utilizzato per la preparazione di risotti e minestre?
 - a. Brodo di verdure
 - b. Brodo di carne
 - c. Sia brodo di carne che brodo di verdure

8. Quanti grammi di carboidrati possono essere inseriti in una preparazione di minestrone di verdure per un bambino da 3 a 6 anni?
 - a. 50 gr
 - b. 30 gr
 - c. 60 gr

9. Qual è il momento migliore per proporre la frutta in una giornata a scuola?
 - a. Merenda del mattino o del pomeriggio
 - b. Dopo pranzo
 - c. In ogni momento della giornata a scuola

10. Quale cottura è ammessa per i legumi?
 - a. Utilizzo dei legumi nel liquido di conservazione e successiva cottura al forno a vapore
 - b. Cottura in abbondante acqua salata
 - c. Bollitura in abbondante acqua con aromi

11. Come deve essere gestito nelle cotture un forno a vapore all'interno di una cucina della Scuola infanzia o di un Nido?
 - a. Dopo ogni cottura è necessario pulire dai residui di acqua, vapore e cibo
 - b. È possibile utilizzarlo solo una volta al giorno per una sola cottura
 - c. È necessario pulire i residui di acqua, vapore e cibo a fine giornata

12. Qual è la sequenza corretta di procedure da fare prima di iniziare il proprio lavoro?
 - a. Indossare la divisa di lavoro nello spogliatoio, lavarsi le mani ed entrare in cucina
 - b. Arrivare al lavoro con già la divisa indossata, l'importante è lavarsi le mani
 - c. Lavarsi le mani, indossare la divisa di lavoro ed entrare in cucina

13. Che cosa sono i D.P.I.?
 - a. Detergenti per Igienizzazione
 - b. Dispositivi di Protezione Individuali
 - c. Delibere Prodotti Interni

14. In una cucina di una Scuola infanzia, dove è possibile lavarsi le mani?
- Nella zona lavaggio o in bagno
 - In qualunque lavandino, l'importante è lavarsi con il sapone detergente
 - Esclusivamente in bagno
15. Per la sicurezza alimentare, come è possibile trasportare il pasto da consumare in una gita o pic-nic scolastico, in modo che mantenga la temperatura?
- Negli appositi contenitori foderati con polistirolo, suddividendo le tipologie di alimento
 - In cassette o contenitori dedicati ricoperti di carta stagnola
 - In cestini di carta monoporzione, in modo che ogni bambino abbia il suo pasto
16. Quando deve essere controllata la temperatura dei cibi secondo il sistema HACCP?
- controllo temperatura a cuore dopo cottura e controllo temperatura prima di servire.
 - controllo temperatura derrate all'arrivo dal fornitore, controllo temperatura a cuore sia prima che dopo la cottura, controllo temperatura prima di servire.
 - controllo temperatura derrate all'arrivo dal fornitore, controllo temperatura a cuore dopo cottura, controllo temperatura prima di servire.
17. In caso di dieta "speciale" a carattere sanitario:
- Deve esserci prescrizione medica dettagliata, rilasciata dal medico curante o dallo specialista
 - Può essere richiesta dalla famiglia che ha avviato accertamenti di carattere alimentare
 - Può essere richiesta dal Sian per ragioni medico/sanitarie
18. Per gruppo di lavoro all'interno di una Scuola Infanzia o di un Nido si intende:
- gruppo formato dalle insegnanti ed educatrici
 - gruppo formato dalle insegnanti, educatrici, ausiliarie e cuoca/o
 - gruppo formato dalle ausiliarie e cuoca/o
19. Quale carne rossa si utilizza solitamente nei servizi educativi?
- carne proveniente da vitellone, manzo e suino, compresi i salumi
 - carne proveniente da vitellone
 - caprino, equino, ovino
20. Si possono utilizzare uova fresche per le preparazioni nella cucina di una Scuola o un Nido d'infanzia?
- Sì, ma solo per le torte con cottura lunga ad alta temperatura
 - Sì, per qualsiasi preparazione che sia a base di uova
 - No, in nessun caso

