

**Commission scolaire des Grandes-Seigneuries**

**Centre l'Accore**

# **PASSION CUISINE**

**ACTIVITÉS POUR LE PROGRAMME**

**D'INTÉGRATION SOCIOPROFESSIONNELLE**

**ISP-CUISINE**

## **Auteurs**

Pénélope Charbonneau

Martine Dulude-Côté

Lisa-Marie Olney

Pierre Poirier

## **Photos**

<http://www.photo-libre.fr/>

Commission scolaire des Grandes-Seigneuries, Centre l'Accore, 2015

# Table des matières

1. L'argent / 5
2. Les prix / 24
3. Les commandes et l'inventaire / 33
4. Le guide alimentaire canadien / 42
5. Les recettes / 51
6. Les matières dangereuses en milieu de travail / 74
7. Le service à la clientèle / 84



# ÉTÉ D'ÉTÉ

## L'ARGENT

- L'argent
- Le chèque
- Le bordereau de paie

# ● ACTIVITÉ 1 : Compter l'argent

Écrivez en chiffres combien d'argent vous avez dans votre caisse.

Caisse 1



Caisse 2



Caisse 3



Caisse 4



Caisse 5



## ● **ACTIVITÉ 2** : *Vocabulaire*

Plusieurs termes liés au milieu bancaire sont utilisés tous les jours. Sauriez-vous trouver la bonne définition pour chacun des termes proposés ?

- 1- Encaisser un chèque c'est :
  - a) signer son nom à l'endos d'un chèque;
  - b) ranger un chèque;
  - c) échanger un chèque contre de l'argent.
  
- 2- Le solde d'un compte de banque c'est :
  - a) un montant versé dans son compte;
  - b) le montant qui reste dans un compte;
  - c) un rabais obtenu sur les frais d'une transaction.
  
- 3- L'intérêt d'un compte de banque est :
  - a) l'argent qu'on doit enlever au compte pour payer les frais;
  - b) l'argent utilisé pour payer ses dépenses personnelles;
  - c) l'argent qui est ajouté au compte par l'institution bancaire.
  
- 4- Un chèque sert à :
  - a) remplacer l'argent comptant;
  - b) retirer des intérêts;
  - c) noter des transactions.
  
- 5- Un dépôt c'est :
  - a) de l'argent qu'on retire d'un compte de banque;
  - b) de l'argent qu'on ajoute dans un compte de banque;
  - c) de l'argent qui sert à payer des transactions.

## ● **ACTIVITÉ 3** : *Vocabulaire*

Répondez aux questions suivantes :

1- Ton ami a trouvé son premier emploi. En parlant de son salaire, on lui a mentionné les mots « brut » et « net ». Il ne comprend pas le sens de ces mots, peux-tu l'aider?



2- Lors de ton entretien d'embauche, on te dit que tu seras payé sur une base hebdomadaire. Qu'est-ce que cela veut dire ?



3- Explique le sens de l'expression « être payé en-dessous de la table. » D'après toi, est-il avantageux d'être payé de cette façon?



## ● ACTIVITÉ 4 : Associations

Associez chacune des expressions ci-dessous à la définition qui lui correspond :

1. Salaire mensuel

a) Marie travaille comme aide-cuisinière, elle gagne 25 000\$ chaque année.

2. Salaire fixe avec prime

b) Xavier aide son ami traiteur. Pour chaque événement, il est payé 50\$ pour la journée.

3. Salaire quotidien

c) Jérémie est serveur, il est payé 10\$ /heure et il reçoit également des pourboires.

4. Salaire annuel

d) Amélie est boulangère, elle a décidé de faire son budget pour partir en appartement; après avoir fait son budget, elle prévoit gagner 1200\$ par mois.

1	2	3	4

## ● ACTIVITÉ 5 : *Vocabulaire*

Remplissez les espaces à l'aide des mots suivants :

frais  
carte de crédit  
versements  
débit  
acompte  
comptant

- 1- La cafetière que tu veux offrir à ta mère coûte 200\$, tu vas au magasin et tu verses un \_\_\_\_\_ de 30\$ pour la mettre de côté.
- 2- Chaque fois que tu retires de l'argent dans un guichet autre que celui de ton institution bancaire, on te charge des \_\_\_\_\_ d'administration.
- 3- À l'épicerie, trois modes de paiement sont possibles : \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_.
- 4- Tu veux t'acheter un nouveau réfrigérateur, le vendeur te propose de payer en plusieurs\_\_\_\_\_.

## ● ACTIVITÉ 6 : Bordereau de dépôt

En terminant ta journée de travail, tu comptes ta caisse. Remplis les bordereaux de dépôt suivants.

### Bordereau 1 :

Tu as un billet de 50 dollars, trois billets de 20 dollars, quatre billets de 10 dollars, deux billets de 5 dollars, trois pièces de 25 cents, dix pièces de 10 cents et quinze pièces de 5 cents.

Bordereau de dépôt		
Nombre	Espèces	Total
	x 100,00\$	
	x 50,00\$	
	x 20,00\$	
	x 10,00\$	
	x 5,00\$	
	x 2,00\$	
	x 1,00\$	
	x 0,25\$	
	x 0,10\$	
	x 0,05\$	
Somme totale du dépôt :		
Signature :		

## Bordereau 2 :

Tu as trois billets de 100 dollars, deux billets de 20 dollars, trois billets de 10 dollars, cinq billets de 5 dollars, douze pièces de 25 cents, dix pièces de 10 cents et treize pièces de 5 cents.

Bordereau de dépôt		
Nombre	Espèces	Total
	x 100,00\$	
	x 50,00\$	
	x 20,00\$	
	x 10,00\$	
	x 5,00\$	
	x 2,00\$	
	x 1,00\$	
	x 0,25\$	
	x 0,10\$	
	x 0,05\$	
Somme totale du dépôt :		
Signature :		

### Bordereau 3 :

Tu as deux billets de 100 dollars, quatre billets de 50 dollars, trois billets de 10 dollars, deux billets de 5 dollars, huit pièces de 25 cents et cinq pièces de 5 cents.

Bordereau de dépôt		
Nombre	Espèces	Total
	x 100,00\$	
	x 50,00\$	
	x 20,00\$	
	x 10,00\$	
	x 5,00\$	
	x 2,00\$	
	x 1,00\$	
	x 0,25\$	
	x 0,10\$	
	x 0,05\$	
Somme totale du dépôt :		
Signature :		

## Bordereau 4 :

*Tu as un billet de 100 dollars, deux billets de 50 dollars, douze billets de 20 dollars, trente-deux billets de 10 dollars, vingt-cinq billets de 5 dollars, seize pièces de 25 cents, quarante-cinq pièces de 10 cents et vingt-trois pièces de 5 cents.*

Bordereau de dépôt		
Nombre	Espèces	Total
	x 100,00\$	
	x 50,00\$	
	x 20,00\$	
	x 10,00\$	
	x 5,00\$	
	x 2,00\$	
	x 1,00\$	
	x 0,25\$	
	x 0,10\$	
	x 0,05\$	
Somme totale du dépôt :		
Signature :		

## ● ACTIVITÉ 7 : Le chèque

Observez les principales caractéristiques d'un chèque.

**Date :** \_\_\_\_\_ (*écrire la date*)

**Payez à l'ordre de** \_\_\_\_\_ (*écrire le nom de la personne qui reçoit le chèque*)

(Montant du chèque en chiffre)

\_\_\_\_\_ (*écrire le montant du chèque en lettres, les sous en chiffres*) / 100 dollars

**Pour** \_\_\_\_\_ (*écrire la raison du chèque*) \_\_\_\_\_ (*Signature de la personne qui fait le chèque*)

Voici un exemple complété d'un chèque.

**Date :** 3 décembre 2015

**Payez à l'ordre de** Marc Lapointe

321,10\$

trois-cent-vingt-et-un-----<sup>10</sup> / 100 dollars

**Pour** Réparation de voiture \_\_\_\_\_ Pierre Poirier

**À vos crayons !**

**1. Un ami vous a prêté de l'argent pour acheter de l'essence. Faites-lui un chèque de 20,00\$.**

Date : \_\_\_\_\_

Payez à l'ordre de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / 100 dollars

Pour \_\_\_\_\_

**2. Faites un chèque de 24,42\$ à la secrétaire d'école pour le paiement de votre nouveau cahier.**

Date : \_\_\_\_\_

Payez à l'ordre de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / 100 dollars

Pour \_\_\_\_\_

## ● **ACTIVITÉ 8 : Vocabulaire**

Associez les mots de la colonne de gauche à la définition de la colonne de droite.

<p><b>1- Salaire brut</b></p> <p><b>2- Salaire net</b></p> <p><b>3- Déduction</b></p> <p><b>4- Régime des rentes du Québec (RRQ)</b></p> <p><b>5- Régime québécois d'assurance parentale (RQAP)</b></p> <p><b>6- Assurance-emploi</b></p> <p><b>7- Fonds de pension</b></p> <p><b>8- Taux horaire</b></p>	<p>a. Somme d'argent que l'on enlève sur la paye (impôt fédéral, impôt provincial, assurance-emploi, etc.).</p> <p>b. Somme d'argent que l'on déduit de la paye pour l'économiser pour sa retraite.</p> <p>c. Total d'une paye sans enlevé les déductions.</p> <p>d. Total d'une paye après avoir enlevé les déductions.</p> <p>e. Montant payé par heure.</p> <p>f. Somme d'argent déduit de la paye pour les congés parentaux.</p> <p>g. Somme d'argent mise de côté que vous pourrez retirer lors de votre retraite.</p> <p>h. Somme d'argent déduit de sa paie que nous donnons au gouvernement pour les personnes sur l'assurance-emploi.</p>
---	--

1	2	3	4	5	6	7	8

## ● ACTIVITÉ 9 : Le talon de paie

Voici le talon de paie de Marc ; analysez-le et répondez aux questions.

### Les pâtisseries du poulet géant

Matricule	15874680
No période	12
Paie commençant le	2015-08-11

No de chèque	11256458
Paie émise le	2015-08-29
Paie finissant le	2015-08-25

Rémunération de la période				Rémunération cumulative		
	Unité	Taux horaire	Total	Unité	Taux horaire	Total
Temps régulier	70	10	700	1040	10	10400
Prime de soir	10	12	120	90	12	1080
Temps et demi	0	0	0	2	15	30
Temps double	0	0	0	5	20	100

Déductions	Périodiques	Cumulatives
Impôt fédéral	45,00	814,00
Impôt provincial	67,50	508,75
Assurance-emploi	15,00	166,54
Régie des rentes du Québec	30,00	353,54

Sommaire	
Total imposable	22,00
Total non imposable	0,00
Déductions	157,50
Total de dépôt	-135,50

QUESTIONS :

- a) Pour qui travaille Marc? → \_\_\_\_\_
- b) Combien est-il payé par heure de travail? → \_\_\_\_\_
- c) Que signifie le terme « prime de soir »? → \_\_\_\_\_
- d) Que signifie le terme « temps et demi »? → \_\_\_\_\_
- e) Que signifie le terme « temps double »? → \_\_\_\_\_
- f) Que signifie le terme « déduction »? → \_\_\_\_\_
- g) Quel est son salaire brut? → \_\_\_\_\_
- h) Quel est son salaire net? → \_\_\_\_\_
- i) À quelle fréquence Marc reçoit-il une paie? → \_\_\_\_\_
- h) Si Marc avait travaillé 30h à taux régulier et dix heures à taux et demi, quel aurait été son salaire brut? → \_\_\_\_\_
- i) Quel est le salaire de Marc par semaine, s'il travaille de 8h00 à 16h00 du lundi au vendredi et qu'il a un diner non rémunéré d'une heure par jour?  
→ \_\_\_\_\_
- j) Marc travaille de 8h00 à 16h00 du mercredi au vendredi et il a un diner non rémunéré d'une heure par jour. De plus, il travaille samedi et dimanche de 16h00 à 22h00 à taux de demi. Quel est son salaire par semaine?  
→ \_\_\_\_\_

## ● ACTIVITÉ 10 : Vocabulaire

Place les mots suivants dans les phrases :

*prime de soir  
temps et demi  
quotidienne  
temps double  
prime de fin de semaine  
mensuels  
prime de nuit  
hebdomadaire  
annuelle*



1. Un montant supplémentaire ajouté au bulletin de paie pour un travail fait la nuit est une \_\_\_\_\_
2. Rémunération où l'on double le taux horaire dû à des heures supplémentaires ou à une journée fériée.  
\_\_\_\_\_
3. Si William reçoit son salaire chaque semaine, il a une paie \_\_\_\_\_
4. Rémi reçoit un montant supplémentaire sur son bulletin de paie, car il a travaillé la fin de semaine. Ce montant est une \_\_\_\_\_
5. Au travail, Josée doit remplir une fiche pour les tâches qu'elle a faites durant son quart de travail. Elle doit donc remplir une fiche \_\_\_\_\_ pour ses tâches.
6. Vincent a travaillé 45 heures durant sa semaine. Les 5 dernières heures seront donc payées à  
\_\_\_\_\_
7. Le salaire minimum augmente chaque année. Il augmente donc de façon \_\_\_\_\_
8. Sébastien reçoit un pourcentage de salaire de plus sur son bulletin de paie lorsqu'il travaille les samedis et les dimanches. Ce pourcentage est une \_\_\_\_\_
9. Chaque mois, Samuel fait un paiement pour sa voiture. Il fait donc des paiements \_\_\_\_\_

## ● ACTIVITÉ 11 : Le relevé de paie

A. À l'aide des informations du texte, remplis le relevé de paie ci-dessous :

*Jonathan travaille chez Subway depuis 5 mois, à 35 heures par semaine et au taux horaire de 10,50\$. Il aime beaucoup ce travail, car cela lui permet d'interagir avec les clients. La semaine dernière, Jonathan a fait 5 heures supplémentaires à taux et demi puisque son ami a demandé congé. Il a bien hâte de voir sa paie, car il sait qu'elle sera plus élevée qu'à l'habitude. Malheureusement, il doit attendre encore 1 semaine, car il reçoit celle-ci toutes les 2 semaines. Lors de son dernier relevé d'emploi, il s'est aperçu qu'on lui retirait sur sa paie 56\$ en impôt fédéral, 60\$ en impôt provincial, 20\$ pour l'assurance-emploi et 40\$ pour la régie des rentes du Québec.*

Nom de l'employeur _____	
Nom de l'employé _____	
Titre ou genre de travail _____	
Période de travail : du _____ au _____	
	<i>Jour/mois/année</i>
Salaire brut	Nombre d'heures normales: _____ au taux horaire de : _____ = _____ \$
	Nombre d'heures supplémentaires : _____ au taux horaire de : _____ = _____ \$
	Salaire brut = _____ \$
Déductions	_____
	Impôt provincial _____ \$
	Assurance-emploi _____ \$
	Régie des rentes du Québec _____ \$
	Déductions totales = _____ \$
Salaire net	(Salaire brut – déductions) Salaire net = _____ \$

**B. À l'aide des informations du texte, remplis le relevé de paie ci-dessous :**

*La semaine du 16 avril dernier, Cassandra Simard a travaillé 40 heures au restaurant **Salut mon coco** comme serveuse. Elle aime beaucoup ce travail, car en plus de recevoir une paie chaque semaine à 9,45 \$ par heure, elle reçoit un pourboire pour chaque service bien rendu. Au courant de cette dernière semaine, Cassandra a amassé 100\$ de pourboire dont 75% de celui-ci est déclaré. Cassandra aimerait savoir quel montant sera inscrit sur son bulletin de paie si on lui retire 45\$ pour l'impôt provincial, 37\$ pour l'impôt fédéral, 33\$ pour la régie des rentes du Québec, 24\$ pour l'assurance-emploi et 25\$ pour le régime québécois d'assurance parentale. De plus, elle sait qu'on lui remet 20\$ pour ses jours fériés et 75\$ pour ses congés annuels.*

Nom _____		Prénom _____	
Titre de l'emploi _____		Employeur _____	
Date du paiement _____		Période du paiement du _____ au _____	
		Année/mois/jour	Année/mois/jour
<b>Salaire</b>		<b>Déductions</b>	
Nombre d'heures réguliers X Taux horaire		Impôt fédéral	_____ \$
_____ X _____ = _____ \$		Impôt provincial	_____ \$
Pourboires déclarés	_____ \$	RRQ	_____ \$
Nombre d'heures supplémentaires X Taux horaire		Assurance-Emploi	_____ \$
_____ X _____ = _____ \$		RQAP	_____ \$
Jours fériés	_____ \$	Total des déductions	_____ \$
Congés annuels	_____ \$		
<b>Salaire Brut</b>	_____ \$	<b>Salaire net</b>	_____ \$

## ● **ACTIVITÉ 12 : Vrai ou faux ?**

Dites si les énoncés suivants sont VRAIS ou FAUX. Si l'énoncé est FAUX, corrigez-le.

① À compter du 25 avril 2015, le salaire minimum est de 10,55\$ par heure.

---

② À compter du 25 avril 2015, le salaire minimum pour un employé qui reçoit du pourboire est de 9,05\$ par heure.

---

③ Un employeur a le droit de garder une partie du pourboire de son employé s'il juge que son travail n'est pas satisfaisant.

---

④ L'employeur est obligé d'accorder les congés demandés par ses employés.

---

⑤ Si l'employé est inscrit à l'horaire pour un quart de travail de 5 heures et qu'il n'a travaillé que 2 heures, son employeur doit lui payer 3 heures minimum de travail.

---

⑥ L'employeur a le droit d'obliger la caissière à rembourser de sa poche le montant manquant dans la caisse.

---

⑦ L'employeur peut prendre 1 mois avant de donner la première paie à son employé.

---

# UNITÉ 2

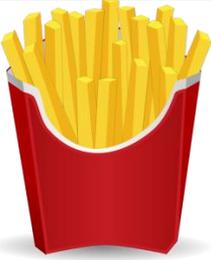
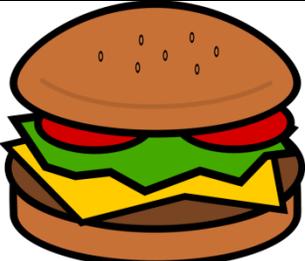
## LES PRIX

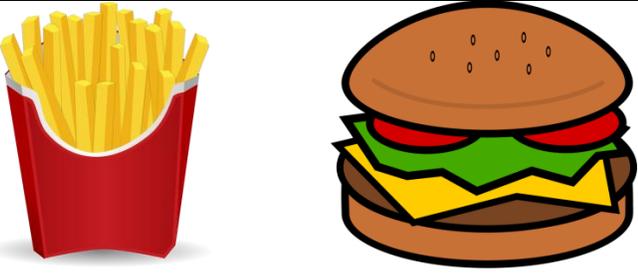
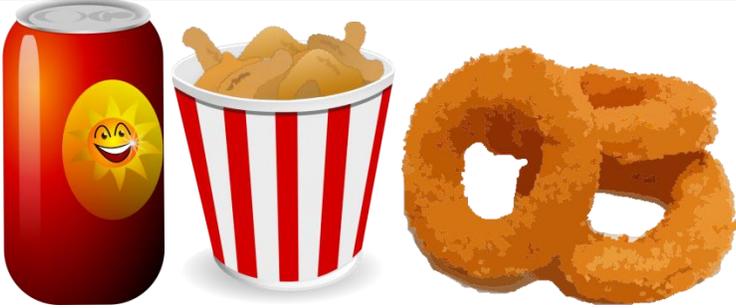
- Calculer les prix
- Calculer les taxes
- Calculer le coût d'une commande

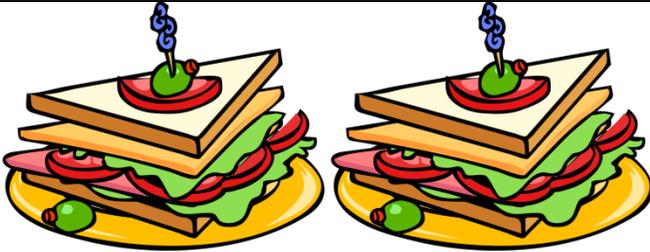
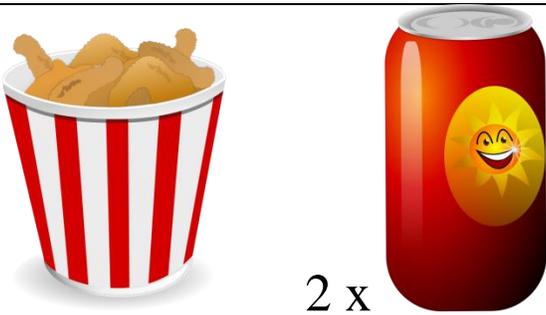


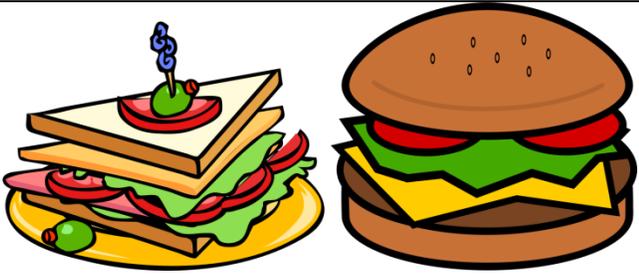
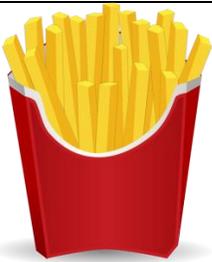
● **ACTIVITÉ 1** : *Calculer les prix*

Voici les prix du menu des rôtisseries du *Poulet géant*. Utilisez ces informations pour calculer le prix (avant taxes) des commandes suivantes.

Les rôtisseries du poulet géant			
 <p>Frites</p>	3,20\$	 <p>Rondelles d'ognon</p>	4,00\$
 <p>Hamburger</p>	4,50\$	 <p>Salade</p>	3,15\$
 <p>Poutine</p>	5,50\$	 <p>Sandwich</p>	4,50\$
 <p>Boisson gazeuse</p>	1,50\$	 <p>Poulet frit</p>	8,95\$

a)		
b)		
c)		

d) 	
e) 	
f)  2 x	

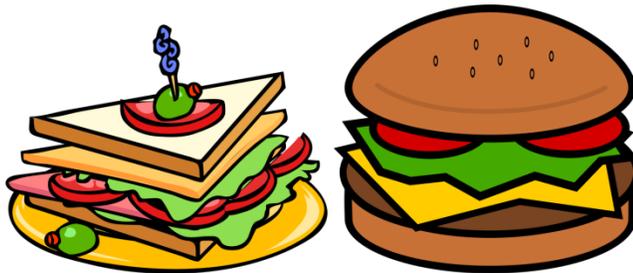
g) 	
h) 	
i) 3 x 	

a) Un client paie sa commande avec un billet de 10,00\$, vous lui remettez combien d'argent?



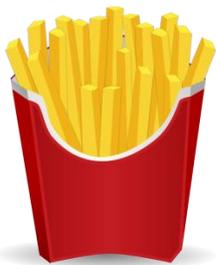
\_\_\_\_\_

b) Un client paie sa commande avec trois billets de 5,00\$, vous lui remettez combien d'argent?



\_\_\_\_\_

c) Un client paie sa commande avec un billet de 20,00\$, vous lui remettez combien d'argent?



3 x

\_\_\_\_\_

d) Un client paie sa commande avec un billet de 20,00\$, vous lui remettez combien d'argent?



\_\_\_\_\_

e) Un client paie sa commande avec un billet de 5,00\$, une pièce de 2,00\$, une pièce de 1,00\$ et dix pièces de 0,10 \$, vous lui remettez combien d'argent?



2 x

\_\_\_\_\_

f) Un client paie sa commande avec un billet de 10,00\$, une pièce de 1,00\$ et quatre pièces de 0,25 \$, vous lui remettez combien d'argent?



2 x

\_\_\_\_\_

## ● **ACTIVITÉ 2** : *Calculer les taxes*

### **Les taxes**

Afin de calculer les taxes d'un montant, vous devez d'abord additionner le montant des deux taxes (TPS : 5% et TVQ : 9,975%). Ensuite, vous multipliez le montant de votre facture par votre pourcentage de taxes (14,975%) et vous divisez le tout par 100. Le montant obtenu est celui des taxes. Vous devez ajouter ce montant au total de votre facture.

**Exemple : Calculer les taxes d'une facture de 15,50\$.**

$$5\% + 9,975\% = 14,975\%$$

$$15,50\$ \times 14,975 \div 100 = 2,32\$$$

$$15,50\$ + 2,32\$ = 17,82\$ \text{ (Total de la facture)}$$

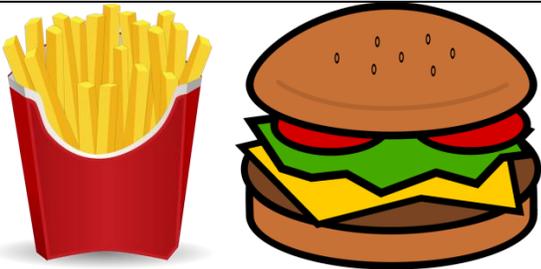
### ***À vos crayons !***

a. Calculez et ajoutez les taxes sur une facture de 12,00\$.

b. Calculez et ajoutez les taxes sur une facture de 24,48\$.

● **ACTIVITÉ 3** : *Calculer le coût d'une commande*

Calculez le coût des commandes suivantes avec les taxes. Utilisez le tableau des prix de l'activité 1.

<p>a)</p> 	
<p>b)</p> 	
<p>c)</p> 	

**M  
É  
T  
I  
E  
R  
E**

**LES COMMANDES  
ET L'INVENTAIRE**

- Réception
- Commandes
- Inventaire

## ● **ACTIVITÉ 1** : Réception, commandes et inventaire

- a. En travaillant dans le domaine de la restauration, vous aurez bien sûr à travailler avec les concepts d'*inventaire*, de *planification d'achat de matériel* et de *réception de marchandise*. Pour chacun de ces termes, donnez votre définition. Vous pouvez vous inspirer d'exemples, de situation de vie.

**Réception de marchandise :**



**Achat de matériel (planification):**

**Inventaire :**

- b. Selon vous, dans quel ordre doit-on exécuter ces trois étapes?

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_

## Un peu d'info...



Le domaine de la restauration nécessite de l'organisation! Pour avoir un commerce toujours prêt à opérer, ce qui inclut bien sûr la fraîcheur des aliments, il faut que les responsables des commandes connaissent bien le roulement du restaurant. De quoi aura-t-on besoin? En quelle quantité? Pour qui? Pour quoi?

Tu as déjà soulevé quelques pistes quant aux définitions des termes *inventaire*, *réception de marchandise* et *planification d'achat de matériel*. En voici quelques autres :

- ✓ **L'inventaire** sert à prendre connaissance de ce qui reste dans la restauration et en quelle quantité. Il permet de bien passer les futures commandes et de mieux prévenir le gaspillage et la surconsommation. Un inventaire bien fait permet aussi d'assurer un roulement adéquat de la nourriture et du matériel.
- ✓ **La planification des achats** se fait suite à l'inventaire, en fonction de ce qui sera nécessaire dans la prochaine période couverte par la commande. Elle permet de dresser la liste en fonction des ventes, des commandes prévues et du roulement habituel du restaurant. Bien sûr, la planification permet aussi de prendre en compte le contexte (y a-t-il un évènement spécial dans la région?). Dans la plupart des restaurants, le bon de commande reste le meilleur moyen de faire sa planification.
- ✓ **La réception de la marchandise** permet, comme son nom l'indique, de recevoir la commande. Il ne suffit pas d'ouvrir les boîtes! Il faut aussi vérifier que la commande concorde avec nos demandes. Et, quand on range les achats, on doit assurer un roulement de la marchandise adéquate! Hop! Le vieux yogourt devant le neuf!

## ● **ACTIVITÉ 2** : *Prévision de la semaine*

**Cette semaine, en plus des collations du matin de votre école, vous avez des commandes de l'extérieur à livrer. Vous devez, pour le roulement intérieur du centre, préparer :**

- ✓ 5 fois la recette de brioches;
- ✓ 7 fois celle des croissants;
- ✓ 3 fois celle des muffins.

En plus, vous avez une commande extérieure qui nécessitera de faire :

- ✓ 2 fois la recette de brioches;
- ✓ 4 fois celle des muffins.

✚ Calculez ici le nombre total de fois que vous devrez reproduire la recette de :

- **Brioches** : \_\_\_\_\_
- **Muffins** : \_\_\_\_\_
- **Croissants** : \_\_\_\_\_



**Regardez maintenant les ingrédients et vérifiez s'il y a dans le garde-manger tout ce dont vous avez besoin. Prenez en note les produits et les quantités qui vous manquent.**

*Demandez à votre enseignant de vous ouvrir la cuisine afin d'y dresser votre inventaire. Évaluez les quantités en y allant approximativement. Par exemple, s'il reste  $\frac{1}{4}$  de sac de farine, ne sortez pas les tasses à mesurer! Prenez le format total du sac et divisez-le.*

## RECETTES DE LA SEMAINE

### Brioche à la cannelle

- 3 1/4 tasses farine
- 1 sachet levure ou 1 c. à table
- 1/4 tasse sucre
- 1/2 c. à thé sel
- 3/4 tasse lait
- 1/4 tasse eau
- 1/4 tasse beurre
- 1 œuf battu
- 2/3 tasse cassonade
- 1 c. à table cannelle

### Croissants au beurre

- 500 g farine tout usage
- 4000 ml lait
- 65 g sucre en poudre
- 10 g sel
- 250 g beurre tempéré
- 2 œufs
- 30 g levure sèche
- 2 c. à soupe sucre

### Muffin du diable au chocolat

- 2 tasses farine
- 2/3 tasse cacao
- 3/4 tasse sucre
- 2 c. à thé bicarbonate de soude
- 1/2 c. à thé sel
- 1 1/3 tasse lait
- 1/3 tasse huile de canola
- 2 œufs
- 1 c. à thé vanille
- 1 tasse pépites de chocolat mi-sucré

✚ **Maintenant, planifiez votre commande en tenant compte de ce que vous avez déjà dans le garde-manger.**

## Commande



Items	Quantités	Items	Quantités
Lait		Sucre en poudre	
Oeufs		Levure	
Sel		Cacao	
Bicarbonate de soude		Farine	
Pastilles de chocolat noir		Huile de canola	
Sucre		Cannelle	
Beurre		Cassonade	
Vanille			

✚ **Maintenant que vous savez ce que vous avez en inventaire et ce dont vous avez besoin pour la semaine, que vous reste-t-il à faire?**





## Vocabulaire

**Dans tes mots, explique ce qu'est :**

✓ Un item:

✓ Un coût unitaire :

✓ Un format d'un produit:

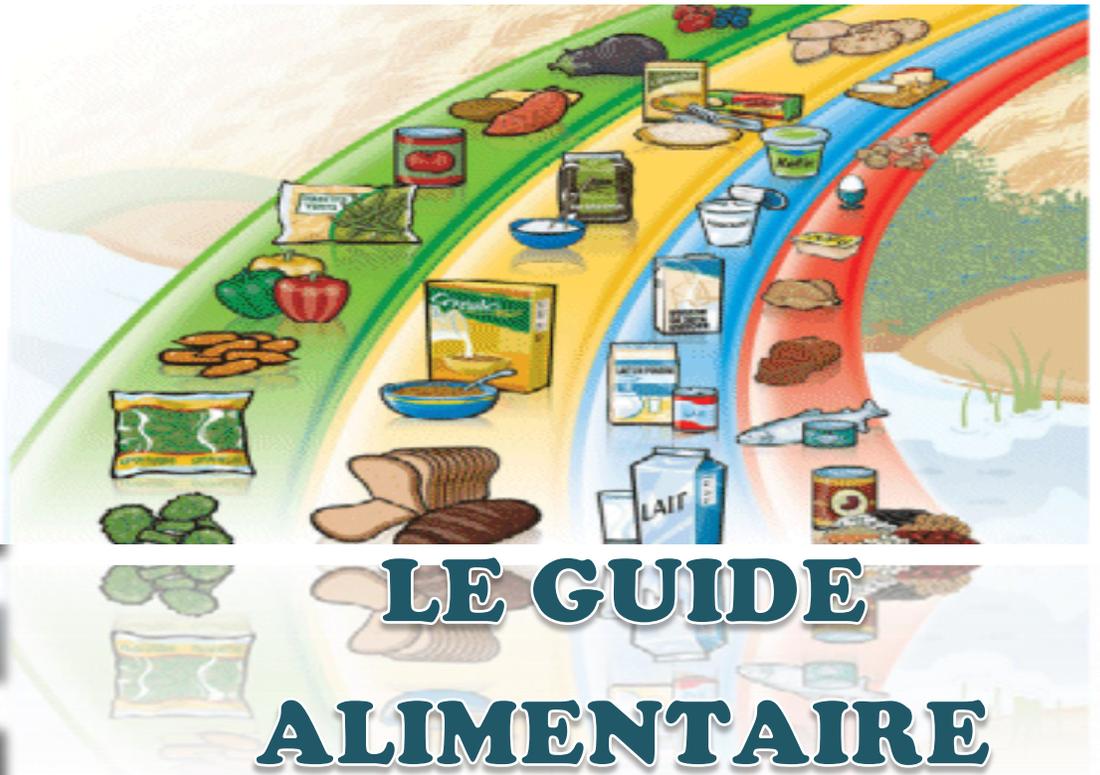
### **Remplis maintenant le bon de commande.**

- ✓ Vérifie les prix des items désirés dans les circulaires ou les sites Internet des épiceries.
- ✓ Assure-toi de prendre en considération les quantités voulues et celles existantes.
- ✓ Essaie de prendre les produits les moins dispendieux ou vendus à rabais.

*Fais vérifier tes calculs, ta calligraphie et tes prévisions par un enseignant.*



**4  
É  
T  
A  
P  
E  
S**



**LE GUIDE  
ALIMENTAIRE  
CANADIEN**

- **Comprendre et utiliser le guide**
- **Mises en situation**

## ● **ACTIVITÉ 1** : *L'alimentation*

Pour nous aider à mieux nous nourrir, Santé Canada a créé le Guide alimentaire canadien. Les conseils qu'on y trouve permettent à la population de conserver ou d'améliorer sa santé.

- Connais-tu ce guide? OUI / NON

Dans ce guide, les aliments sont divisés en 4 groupes :

**Les légumes et les fruits** : Les aliments de ce groupe contiennent beaucoup de vitamines, de sels minéraux et de fibres. Légumes et fruits sont donc essentiels pour se maintenir en santé. Malheureusement, beaucoup de personnes ne mangent pas assez de fruits et légumes.

- Nomme les fruits et les légumes que tu as l'habitude de manger :

.....

.....

**Les produits céréaliers** : Le pain et les céréales sont une excellente source de fibre et de vitamine B. Le Guide alimentaire canadien nous recommande d'en manger de 6 à 8 portions par jour.

- Quel type de pain manges-tu? (blanc, blé entier, etc.) \_\_\_\_\_
- Le matin, manges-tu des céréales? Lesquelles (gruau, céréales sucrées, etc.)  
\_\_\_\_\_

**Le lait et les substituts :** Ces aliments contiennent du calcium, de la vitamine D. Ils sont une bonne source de protéines. Dans le cas du lait, il est préférable d'acheter du 1% ou du 2%.

- Nomme les produits laitiers que tu connais :

.....

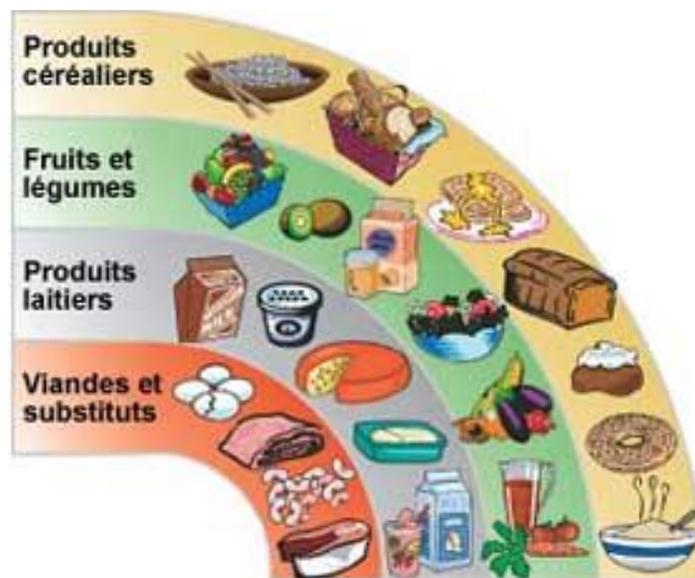
.....

**Les viandes et substituts :** Les aliments de ce groupe contiennent beaucoup de protéines animales ou végétales. En Amérique du Nord, on a tendance à manger trop de viande.

- À part la viande, quels aliments consommes-tu dans ce groupe alimentaire?

.....

.....



## ● ACTIVITÉ 2 : Mon alimentation

Observe le nombre de portions par jour recommandé par le Guide alimentaire canadien. Pour chacune des catégories, dis ce que tu manges chaque jour.

1. ....

2. ....

3. ....

4. ....

	Enfants			Adolescents		Adultes			
	2-3	4-8	9-13	14-18 ans		19-50 ans		51+ ans	
	Fille et garçon			Femme	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme
<b>Légumes et fruits</b>	4	5	6	7	8	7-8	8-10	7	7
<b>Produits céréaliers</b>	3	4	6	6	7	6-7	8	6	7
<b>Lait et substituts</b>	2	2	3-4	3-4	3-4	2	2	3	3
<b>Viandes et substituts</b>	1	1	1-2	2	3	2	3	2	3

Source : Santé Canada

Ton alimentation correspond-elle aux recommandations du guide ? Si non, que devrais-tu améliorer ?

.....

.....

.....

## ● ACTIVITÉ 3 : Les groupes alimentaires

a. Classe les aliments suivants dans le bon groupe alimentaire :

*soupe aux légumes, yogourt, crème glacée, haricots rouges, fromage, lentilles, gruau, nouilles, framboise, tofu, cheddar, jus de tomate, saumon, riz, spaghetti de blé entier, poulet, pain brun, bœuf, banane, brocoli.*

Fruits et légumes	Produits céréaliers	Lait et substituts	Viandes et substituts

b. Associe les mots de la colonne de droite à ceux de la colonne de gauche.

### Les légumes et fruits

1- Légumes	aux légumes
2- Soupe	rouge
3- Pamplemousse	pilés
4- Légumes	vert
5- Pomme	congelés
6- Poivron	rose

### Les produits céréaliers

1- Riz	de blé entier
2- Pâtes	chinois
3- Bol de	aux bleuets
4- Muffin	B
5- Pain	gruau
6- Vitamine	de blé entier

### Le lait et les substituts

1- Lait	blanc
2- Fromage	aux fruits
3- Yogourt	1%
4- Yogourt	nature

### Les viandes et substituts

1- Viande	de poisson
2- Filet	à la coque
3- Œuf	de poulet
4- Beurre	rouge
5- Noix	rouges
6- Pois	d'arachides
7- Fèves	d'acajou
8- Cuisse	chiches

## ● **ACTIVITÉ 4** : *Mises en situation*

**A. Ton ami étudie pour un examen, il n'a pas le temps de cuisiner et mange mal. Tu vas chez lui pour cuisiner quelque chose. Élabore une recette avec ce que tu trouves chez lui. Tu peux aussi aller à l'épicerie pour compléter. Dis pourquoi le dîner que tu vas cuisiner correspond au guide alimentaire canadien.**

Dans le garde-manger et le frigo, il y a :

- 3 pommes de terre
- ½ navet
- des cuisses de poulet
- du fromage

A large yellow rectangular area with a blue border and a folded bottom-right corner, containing ten horizontal lines for writing.

**B. Tu reçois ton amoureux (amoureuse) pour la première fois. Que voudrais-tu lui préparer à souper? Sans donner la recette complète, dis simplement de quoi serait composé ton menu. Dis pourquoi il s'agit d'un menu santé.**

A large light blue rectangular area with a dark blue border and a folded corner at the bottom right. It contains ten horizontal lines for writing.

## ● ACTIVITÉ 5 : Quiz

Encerle V (vrai) ou F (faux) selon ce qui te semble le plus juste. Justifie tes réponses !

- 1- Le repas le plus important de la journée est le souper. V / F
- 2- Il faut manger beaucoup de sucre pour combattre le froid. V / F
- 3- Il est préférable de peler les fruits et les légumes pour éliminer les pesticides. V / F
- 4- Il faut manger deux repas de viande par jour pour être en santé. V / F
- 5- Le beurre fait plus engraisser que la margarine V / F
- 6- Les épinards donnent de la force. V / F
- 7- On peut manger du spaghetti avant une activité sportive. V / F
- 8- Manger du poisson rend plus intelligent. V / F
- 9- Le pain blanc est aussi nutritif que le pain de blé entier. V / F
- 10- Un bol de soupe soulage les malaises dus au rhume V / F
- 11- Le miel est meilleur pour la santé que le sucre. V / F
- 12- Les carottes sont bonnes pour la vue. V / F
- 13- Il est nécessaire de boire durant une activité physique. V / F
- 14- Le yogourt est plus nourrissant que le lait. V / F
- 15- Le poisson est aussi nourrissant que la viande rouge. V / F

QUIZ

# UNITÉ 5

## LES RECETTES

- Conversion d'unités de mesure
- Conversion de recettes
- Suivre une recette



## ● ACTIVITÉ 1 : Conversion d'unités

**La règle de trois** permet de convertir facilement des mesures afin de trouver son équivalent dans d'autres unités de mesure. Pour faire ce calcul, il vous faut uniquement un facteur de conversion. Il vous sera fourni dans l'encadré ci-dessous. Cette opération mathématique permet, par exemple, de convertir des litres en tasses.

Pour faire la conversion d'unités, vous devez d'abord écrire votre proportion. Ensuite, vous écrivez votre mesure sous le numéro qui a les mêmes unités (ex : mL, tasse, gramme, etc.). Finalement, vous multipliez les diagonales et vous divisez le résultat par l'autre chiffre. La réponse obtenue est votre mesure convertie.

Ex. : Convertir 1 000 mL en tasses. (1 tasse = 250 mL)

$$\frac{1 \text{ tasse}}{250 \text{ mL}} = \frac{1\,000 \text{ mL}}{x}$$

$$1\,000 \text{ mL} \times 1 \text{ tasse} \div 250 \text{ mL} = 4 \text{ tasses}$$

1 000 mL équivaut donc à 4 tasses.

Facteurs de conversion	
1 tasse	250 mL
1 cuillère à thé	5 mL
1 cuillère à table	15 mL
1 cuillère à table	3 cuillères à thé
1 once	29 grammes
1 livre	500 grammes
1 kilogramme	1000 grammes
1 kilogramme	2 livres
1 once (oz)	28,4 mL
1 gallon	4,54 litres

**À vos crayons !**

a) **Convertissez 3 tasses en millilitres.**

b) **Convertissez 2 galons en litres.**

c) **Convertissez 750 grammes en livres.**

**d) Convertissez 8 onces en grammes.**

**e) Convertissez 3,5 kilogrammes en litres.**

**f) Convertissez 75 millilitres en cuillères à tables.**

**g) Convertissez 21 cuillères à thé en cuillères en table.**

**h) Convertissez 2 kilogrammes en livres.**

**i) Convertissez 10 millilitres en cuillères a thé.**

## ● ACTIVITÉ 2 : Conversion de recettes

On indique souvent sur les recettes le nombre de portions que cela donne. Il est donc important d'ajuster la recette afin de préparer un nombre adéquat de portions. Lorsque vous convertissez les quantités d'une recette, vous devez d'abord établir le nombre de portions de votre recette et le nombre de portions dont vous avez besoin. Ensuite, vous faites une règle de trois pour chacun de vos ingrédients.

Ex. : Convertir une recette de 12 portions afin de faire 20 portions. Vous utilisez initialement 250 mL de lait et 20 grammes de sucre.

$$\frac{12 \text{ portions}}{250 \text{ mL}} = \frac{20 \text{ portions}}{\quad}$$

$$20 \text{ portions} \times 250 \text{ mL} \div 12 \text{ portions} = 416,7 \text{ mL}$$

Vous devez donc mesurer un peu plus de 400 mL sur une tasse à mesurer.

$$\frac{12 \text{ portions}}{20 \text{ grammes}} = \frac{20 \text{ portions}}{\quad}$$

$$20 \text{ portions} \times 20 \text{ grammes} \div 12 \text{ portions} = 33,3 \text{ grammes}$$

Vous devez donc mesurer un peu plus de 33 grammes sur votre balance.

**À vos crayons !**

Convertissez les mesures suivantes en sachant que vous voulez 24 portions.

**a) 4 tasses de lait dans une recette de 10 portions.**

**b) 1 cuillère à thé de sel dans une recette de 5 portions**

**c) 3 tasses de farine dans une recette de 12 portions.**

- **Maintenant, vous allez adapter des recettes à vos besoins.**

**A. Vous désirez faire cette recette, mais vous prévoyez avoir 16 invités.**

## CÔTELETTES D'AGNEAU BRÛLE-DOIGTS AU SÉSAME

Pour 8 personnes

### INGRÉDIENTS

- 2 carrés d'agneau de 7 à 8 côtes et d'environ 375 g ( $\frac{3}{4}$  lb) chacun, sans filet et les os parés
- 2 gousses d'ail, hachées
- 5 ml (1 c. à thé) de thym frais ciselé
- 5 ml (1 c. à thé) de poivre concassé
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 15 ml (1 c. à soupe) de miel
- 10 ml (2 c. à thé) de graines de sésame grillées
- sel au goût

**Réécrivez les ingrédients et les quantités :**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**B. Vous désirez faire cette recette, mais vous prévoyez avoir 13 invités.**

## VELOUTÉ DE COURGETTES

### PRÉPARATION

15 MIN

### CUISSON

20 MIN

### PORTIONS

2

### INGRÉDIENTS

- 1 grosse courgette verte coupée en dés (environ 2 tasses)
- 1 petite pomme de terre, pelée et coupée en dés
- 1 échalote française, hachée
- 1 petite gousse d'ail, hachée
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 500 ml (2 tasses) de bouillon de poulet
- yogourt nature (facultatif)
- ciboulette fraîche ciselée (facultatif)

**Réécrivez les ingrédients et les quantités :**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

C. Vous désirez faire cette recette, mais vous prévoyez avoir 26 invités.

## TARTE FLEUR À LA MANGUE ET À LA VANILLE

### PRÉPARATION

1 H

### CUISSON

25 MIN

### REFROIDISSEMENT

2 H 30 MIN

### PORTIONS

8

### INGRÉDIENTS

#### *Pâte sucrée*

- 310 ml de farine tout usage non blanchie
- 1 ml de sel
- 125 ml de beurre non salé, ramolli
- 125 ml de sucre à glacer
- 1 œuf

#### *Crème pâtissière*

- 125 ml de sucre
- 45 ml (3 c. à soupe) de fécule de maïs
- 4 jaunes d'œufs
- 1 gousse de vanille, fendue en deux et grattée ou 2,5 ml d'extrait de vanille
- 250 ml de lait, chaud
- 180 ml de crème 35%, chaude

#### *Garniture*

- 1 grosse mangue mûre, mais ferme, coupée en deux et tranchée finement
- 60 ml de confiture d'abricots
- 1 gousse de vanille, fendue en deux et grattée ou 2,5 ml d'extrait de vanille

**Réécrivez les ingrédients et les quantités :**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## ● **ACTIVITÉ 3** : Conversion de recettes contenant des fractions

Lorsque l'on utilise la *tasse* comme unité de mesure, il arrive souvent que les mesures soient données en fractions. Si on veut adapter cette recette au nombre de portions souhaité, il est important d'apprendre à ajuster des fractions.

Lorsque vous convertissez les fractions, vous devez d'abord établir le nombre de portions de votre recette et le nombre de portions dont vous avez besoin. Ensuite, vous faites une règle de trois pour chacun de vos ingrédients. Lorsque vous multipliez une fraction par un nombre, seulement le chiffre du haut (numérateur) fait l'opération. Lorsque vous divisez une fraction, vous devez multiplier le chiffre du bas (dénominateur) par le nombre. Une fois les opérations terminées, vous devez simplifier la fraction en divisant les deux chiffres (numérateur et dénominateur) par le même nombre jusqu'à ce qu'ils ne se divisent plus.

Ex. : Convertir une recette de 12 portions afin de faire 20 portions. Vous utilisez initialement  $\frac{1}{4}$  de tasse de lait.

$$\frac{12 \text{ portions}}{\frac{1}{4} \text{ tasse}} = \frac{20 \text{ portions}}{\quad}$$

$$20 \text{ portions} \times \frac{1}{4} \text{ tasse} \div 12 \text{ portions} =$$

$$(20 \times 1) \quad /4 \text{ tasse} \div 12 \text{ portions} =$$

$$20/4 \text{ tasse} \div 12 \text{ portions} =$$

$$20/(4 \times 12) =$$

$$20/48 =$$

$$\frac{20 \div 4}{48 \div 4} = \frac{5}{12} \text{ tasses}$$

Vous devez donc mesurer un peu moins d'une-demi tasse de lait.

## À vos crayons !

Maintenant, vous allez adapter des recettes à vos besoins.

A. Vous désirez faire cette recette, mais vous prévoyez avoir 8 invités.

# CRÊPES AU SIROP

## RÉPARATION

20 MIN

## PORTIONS

4

## INGRÉDIENTS

### *Crêpes*

- ¾ tasse de farine tout usage non blanchie
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 2 œufs
- ½ tasse de crème sure
- 1/3 tasse de sirop d'érable
- Beurre ramolli pour la cuisson

**Réécrivez les ingrédients et les quantités :**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**B. Vous désirez faire 120 cupcakes pour une fête.**

## CUPCAKES À LA VANILLE

### PRÉPARATION

30 MIN

### CUISSON

15 MIN

### RENDEMENT

25 CUPCAKES

### SE CONGÈLE

### INGRÉDIENTS

#### *Cupcakes*

- 3/2 tasses de farine tout usage non blanchie
- 3/2 c. à thé de poudre à pâte
- 1/4 c. à thé de sel
- 2 œufs
- 1 tasse de sucre
- 3/2 c. à thé d'extrait de vanille
- 6 c. à soupe d'huile de canola
- 2/3 tasse de lait

#### *Glaçage*

- 1 tasse de beurre ramolli
- 7/4 tasses de sucre à glacer
- 2 c. à soupe de crème 35 %
- 1 c. à thé d'extrait de vanille
- 1/4 tasse d'eau bouillante



## ● **ACTIVITÉ 4** : *Les étapes d'une recette*

**Parfois, les auteurs des recettes ne nous facilitent pas la vie : la recette est un long texte dans lequel il faut toujours retrouver l'étape suivante. Pour faciliter le travail en cuisine, on doit réorganiser le texte de la recette !**

**Lis la recette suivante et divise-la en étapes à suivre (numérotées). Assure-toi de mettre les étapes dans l'ordre et de n'indiquer que l'essentiel.**

### Ingrédients :

- 4 lb bœuf haché
- 2 oignons
- 6 branches de céleri
- 2 carottes
- 1 poivron vert
- champignons
- 4 boîtes de crème de tomates
- 2 boîtes de sauce tomate à l'italienne (398 ml)
- 1 boîte de tomates en dés ou broyées épicées
- 4 boîtes de pâte de tomates italiennes
- 1 bouteille de jus de légume
- 1 c. à soupe origan
- 1 c. à soupe basilic
- sel et poivre au goût
- huile pour la cuisson

### Préparation :

Pour cette recette, il est important de couper tous les légumes en petits morceaux. Vous aurez besoin d'une casserole pour faire cuire la viande, les oignons, le sel et le poivre dans l'huile. Assurez-vous que la viande soit bien cuite. Par la suite, il vous faudra ajouter le reste des ingrédients dans le chaudron, mis à part le jus de légumes. Il est important de regarder l'heure à laquelle on débute notre recette afin de calculer le temps de cuisson. Une fois tous les ingrédients dans le chaudron, couvrez ce dernier et laissez mijoter la sauce pendant 3h30. Vous pourrez la retirer du feu et la déguster par la suite.



## ● **ACTIVITÉ 5** : Les étapes d'une recette (2)

Lis le texte suivant et dresse une liste des ingrédients nécessaires pour cette recette. Ensuite, divise la recette en étapes en t'assurant de ne reprendre que l'essentiel.

### Le Club sandwich

*Le club sandwich est un repas très populaire dans les restaurants. Or, c'est une recette qui demande une certaine rigueur, car l'ordre de chacun des ingrédients est très important pour le réussir.*

*Tout d'abord, il est important de se laver les mains avant d'entamer la recette. Vous aurez besoin de 3 tranches de pain, blanc ou brun, selon votre préférence. Par la suite, une tranche de fromage suisse ou cheddar, de la laitue, une tomate et de la mayonnaise seront requises pour confectionner ce mets.*

*En ce qui concerne la viande, vous aurez besoin de 3 petites tranches de bacon ainsi que du poulet que vous aurez préalablement cuit au four. Finalement, l'élément clé pour ce met est sans aucun doute les cure-dents. Vous en aurez besoin de 4 pour faire tenir ce sandwich.*

*Une fois les ingrédients mis sur la table, vous devez faire rôtir les 3 tranches de pain. Par la suite, étendez de la mayonnaise sur deux d'entre elles et coupez la tomate en petites tranches minces. Déposez sur la première tranche de pain des morceaux de poulet et ajoutez la salade sur le dessus. Déposez, par la suite, la tranche de pain qui n'a pas de mayonnaise et ajoutez une tranche de tomate sur celle-ci. Il est maintenant temps d'ajouter le bacon sur la tomate pour ensuite y déposer le fromage. Souvenez-vous que le fromage peut être du cheddar ou du suisse. Pour finaliser le tout, déposez la dernière tranche de pain avec de la mayonnaise sur le dessus du sandwich. Votre sandwich est complet. Il ne vous reste plus qu'à insérer vos 4 cure-dents dans votre club sandwich afin de former un carré. La clé de ce met est sans aucun doute la coupe qui procure un sandwich en 4 morceaux en forme de triangle.*







## ● ACTIVITÉ 6 : Qui suis-je ?

1. Je suis un mot dont la définition est : « Étendre une pâte à l'aide d'un rouleau pour lui donner l'épaisseur voulue.

\_\_\_\_\_

*abaisser*  
*assaisonnement*  
*pocher*  
*macédoine*  
*neige*  
*cul de poule*  
*aromatiser*  
*julienne*  
*évider*  
*badigeonner*  
*frémir*  
*braise*

2. Je suis un ensemble d'aromates (sel, poivre, vinaigre...) qui donnent du goût à une préparation culinaire. \_\_\_\_\_

3. Action de cuire un aliment dans une casserole couverte, à feu très doux, longuement et dans une petite quantité de liquide.

\_\_\_\_\_

4. Action de creuser à l'intérieur pour vider. \_\_\_\_\_

5. Action de chauffer un liquide jusqu'à ce qu'il se forme de petites bulles à la surface. \_\_\_\_\_

6. Je suis un mot dont la signification est de relever la saveur d'un mets en ajoutant des fines herbes, des épices ou des essences. \_\_

\_\_\_\_\_

7. Action d'étendre, à l'aide d'un pinceau, une mince couche de gras, de liquide, d'œuf battu, etc. \_\_\_\_\_

8. Plat généralement en acier inoxydable qui sert lors de la confection de pâtisseries. De la forme d'un saladier, il a un fond plat ou rond et peut se mettre directement sur la flamme. On peut le remplacer par un chaudron mince si on n'en possède pas. \_\_\_\_\_

9. Légumes, viandes ou truffes coupés en petits bâtonnets, minces et réguliers. \_\_\_\_\_

10. Mélange de légumes ou de fruits coupés généralement en morceaux de petite taille. \_\_\_\_\_

11. Battre des blancs d'œufs avec un appareil quelconque pour les faire durcir comme de la neige. \_\_\_\_\_

12. Cuire sans faire bouillir. La cuisson est maintenue à une température voisine de l'ébullition. \_\_\_\_\_



# É T I C I E

## LES MATIÈRES DANGEREUSES

- Connaître les matières dangereuses
- Le mode d'emploi des produits de nettoyage

## ● ACTIVITÉ 1 : Le SIMDUT

### • Qu'est-ce que le SIMDUT ?

Le SIMDUT est le système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail. Dans le domaine de l'alimentation, tu pourrais retrouver ces symboles sur des bouteilles de produits de nettoyage par exemple.

Connais-tu ce système ? OUI / NON

Tu as peut-être déjà vu quelques-uns de ces symboles. À quoi te font-ils penser ?

.....

DANGER	Degré >			
	Genre ▼	Danger	Avertissement	Attention
				
				
				
				

- Donne la signification des symboles suivants que l'on retrouve fréquemment :



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

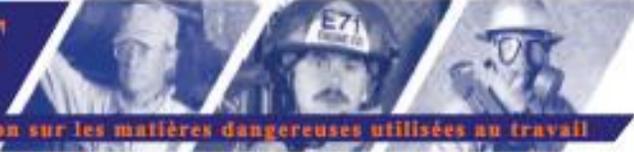


\_\_\_\_\_

- Voici le tableau complet du SIMDUT :



**Le SIMDUT**  
Aide-mémoire  
Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail



## Connaissez-vous ces signes vitaux?

Les signaux de danger du SIMDUT

Le SIMDUT vous offre l'information sur l'utilisation, la manutention, l'entreposage et l'élimination sécuritaire des matières dangereuses utilisées dans les lieux de travail au Canada.

<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE A</b></p> <p><b>Gaz comprimés</b></p>			<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE D2</b></p> <p><b>Matières toxiques et infectieuses (matières ayant d'autres effets toxiques)</b></p>
<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE B</b></p> <p><b>Matières inflammables et combustibles</b></p>			<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE D3</b></p> <p><b>Matières toxiques et infectieuses (matières infectieuses)</b></p>
<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE C</b></p> <p><b>Matières comburantes</b></p>			<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE E</b></p> <p><b>Matières corrosives</b></p>
<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE D1</b></p> <p><b>Matières toxiques et infectieuses (matières ayant des effets toxiques immédiats et graves)</b></p>			<p style="background-color: orange; color: white; padding: 2px;"><b>CATEGORIE F</b></p> <p><b>Matières dangereusement réactives</b></p>

Pour obtenir d'autres renseignements et ressources, veuillez visiter le [www.simdut.go.ca](http://www.simdut.go.ca) et/ou [www.cchst.ca](http://www.cchst.ca)

## À vos crayons !

**A. Sur la bouteille d'un produit de nettoyage, on retrouve les indications suivantes :**

Attention : irritant pour les yeux.

Évitez le contact avec les yeux, la peau et les vêtements. Rincez le contenant vide avec de l'eau claire avant de la jeter.



- À partir de cette étiquette, donnez le sens des deux symboles utilisés :

---

---

- Quelles précautions pourriez-vous prendre avant d'utiliser ce produit?

---

**B. Voici ce qu'on peut lire sur une étiquette d'une bouteille de nettoyant pour le four :**

Peut causer des irritations de la peau. Évitez le contact avec les yeux et avec les vêtements. Peut irriter la gorge. N'est pas recommandé pour les personnes cardiaques ou souffrant de troubles respiratoires chroniques.



À partir de cette étiquette, donnez le sens des symboles utilisés :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Quelles précautions pourriez-vous prendre avant d'utiliser ce produit?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ● **ACTIVITÉ 2** : *Le mode d'emploi*

### *À quoi sert le mode d'emploi ?*

Le mode d'emploi sert à expliquer le fonctionnement d'un objet ou d'un produit.

Dans les métiers de l'alimentation, on retrouve fréquemment des modes d'emploi sur les produits de nettoyage, les cafetières, les différents fours, les lave-vaisselle, certains accessoires de cuisine...

### ● **Mode d'emploi d'un lave-vaisselle :**

#### ➔ **Chargement du lave-vaisselle :**

- 1- Enlevez les résidus importants de nourriture;
- 2- Placez les récipients de manière stable (ouverture vers le bas);
- 3- Dans le panier du bas, placez la vaisselle la plus difficile à laver;
- 4- Dans le panier du haut, placez la vaisselle plus petite ou plus fragile;
- 5- Rangez les ustensiles dans le panier à couvert.

#### ➔ **Fonctionnement de l'appareil :**

- 1- Choisissez le programme le plus adapté au type de vaisselle
- 2- Intensif : pour la vaisselle ou les casseroles particulièrement sale
- 3- Normal : pour la vaisselle normalement sale
- 4- Délicat : pour la vaisselle délicate
- 5- Une fois le lavage terminé, ouvrez la porte du lave-vaisselle et laissez la vaisselle refroidir avant de le vider

● **Mode d'emploi d'un produit concentré de nettoyant tout usage :**

→ **Conseils d'utilisation :**

- 1- Versez un bouchon de produit dans 4 litres d'eau chaude;
- 2- Imbibez un linge ou une éponge;
- 3- Tordez le linge ou l'éponge;
- 4- Lavez la surface sale à l'aide d'un linge ou d'une éponge;
- 5- Rincez la surface à l'eau claire.

**À votre tour maintenant!**

Pour chaque objet proposé, écris un court mode d'emploi.

1-

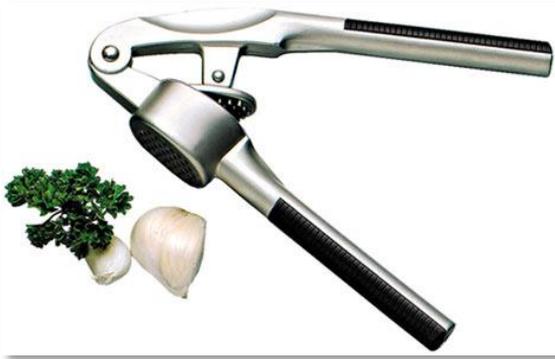


---

---

---

2-



---

---

---

6-



---

---

---

4-



Pour ce produit, écrivez le mode d'emploi ainsi que des images (du SIMDUT) afin de mettre en garde les utilisateurs de ce produit.

---

---

---

# UNITÉ 7

## LE SERVICE À LA CLIENTÈLE

- Le service à la clientèle en restauration
- Prendre des commandes

## ● **ACTIVITÉ 1** : *Le service en restauration*

Nomme trois éléments essentiels d'un bon service.

1.

2.

3.

### Un peu d'info...



Le service à la clientèle en restauration est la base même de la réussite d'un commerce! On aura beau y servir les meilleurs plats en ville au meilleur prix, si le service laisse à désirer; la réputation du restaurant en souffrira!

Tu as déjà soulevé quelques pistes quant aux éléments d'un bon service en restaurant. En voici quelques autres :

- ✓ Répondre aux besoins des clients facilement et rapidement.
- ✓ Résoudre rapidement les problèmes soulevés par le client.
- ✓ Démontrer de la compréhension envers le souci du client.
- ✓ Être constant dans son service.
- ✓ Avoir une bonne présentation et une bonne hygiène personnelle.
- ✓ Être rapide sans être brouillon.
- ✓ Connaître son menu, les ingrédients des plats et leurs saveurs.
- ✓ Gérer avec calme les clients difficiles, méprisants ou de mauvaise humeur.
- ✓ Débarrasser rapidement les tables, les comptoirs et autres espaces de service.

- **Maintenant, observe les situations suivantes et indique ce que tu ferais dans pareil cas.**

**A.** *Un client vous fait signe. Arrivé à sa table, il vous signale que sa brioche n'est pas fraîche. Par contre, il en a déjà mangé la moitié.*

*Vous savez que ce client en est un régulier et qu'il répète cette situation assez souvent.*

*Que faites-vous?*

**« L'entreprise est élue tous les jours par ses clients »**

François MICHELIN


**B.** Une serveuse dans un restaurant achalandé s'occupe de huit tables et a de la difficulté à garder le rythme. Un de ses clients l'interpelle pour lui signifier qu'il n'est pas satisfait de la qualité du service et qu'il refuse de payer la facture. La serveuse tente de régler ce problème tout en continuant de servir les autres clients. La politique du restaurant veut que l'ensemble des clients quitte l'établissement satisfait de leur expérience.

Que devrait faire cette serveuse?


## ● **ACTIVITÉ 2 :** *Prendre les commandes*

**Nomme les moyens qui peuvent être pris par les clients pour passer leur commande en restaurant.**

✓ Au comptoir
✓
✓
✓
✓

### Un peu d'info...



Notre mode de vie a beaucoup modifié la façon de consommer en alimentation. Au téléphone, au volant, en ligne, au comptoir, en salle, les restaurants sont toujours accessibles, ont des heures d'ouverture prolongées et le client souhaite recevoir un service aussi bon que rapide.

• **Maintenant, en équipe de deux, exercez-vous à prendre les commandes.**

- ✓ Essaie d'écrire rapidement et lisiblement;
- ✓ Les commandes pour le rôle du client se trouvent ci-dessous;
- ✓ Les bons de commande pour le rôle serveur se trouvent sur la page suivante;
- ✓ Sois attentif à la commande : le client ne va pas répéter;
- ✓ Fais vérifier ton bon de commande à ton enseignant;
- ✓ Interchangez vos rôles à chaque commande.

**Commande 1**

*Je vais prendre un trio numéro 2 et deux trios numéro 5. Dans un des deux, je vais changer la frite pour une poutine. Je vais prendre aussi deux jus de fruits et une bouteille d'eau. Et...hum...une brioche aux raisins. Non! Non! Au chocolat.*

**Commande 2**

*Je vais avoir besoin de 23 petits gâteaux pour le vendredi. J'en veux la moitié au chocolat et l'autre moitié à la vanille. Et les décorations...hum... des Minions! Ah non! Moitié Minions, moitié Olaf. Et j'aimerais un plus gros gâteau avec l'inscription « Bonne fête Jules ».*

**Commande 3**

*Je vais prendre le menu du jour avec la soupe. Ah non! Avec le jus de tomate. Et le choix de dessert sera le jello à l'orange. Pour elle, ce sera un pizza-guetti. Alldressed, mais sans champignons. Avec un jus de pommes. Rapidement. Je suis pressée.*

**Commande 4**

*J'ai besoins de salade de chou et de macaroni pour 12 personnes. Je vais aussi prendre des roulés au fromage, des crudités et une assiette de pâté pour le même nombre de personnes. J'en ai besoin pour après-demain. Ah! Et aussi je veux une douzaine de petits gâteaux au café.*

**Commande 1**


**Commande 2**


**Commande 3**


**Commande 4**
