CENTRALNA KOMISJA EGZAMINACYJNA

**Arkusz zawiera informacje prawnie chronione do momentu rozpoczęcia egzaminu**

Nazwa kwalifikacji: **Organizacja żywienia i usług gastronomicznych**
Oznaczenie kwalifikacji: **TG.16**
Numer zadania: **01**
Wersja arkusza: **SG**

Wypełnia zdający

Numer PESEL zdającego*

Miejsce na naklejkę z numerem PESEL i z kodem ośrodka

Czas trwania egzaminu: **150** minut. TG.16-01-22.06-SG

# EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE

**Rok 2022**

**CZĘŚĆ PRAKTYCZNA**

**PODSTAWA PROGRAMOWA 2017**

## Instrukcja dla zdającego

1. Na pierwszej stronie arkusza egzaminacyjnego wpisz w oznaczonym miejscu swój numer PESEL i naklej naklejkę z numerem PESEL i z kodem ośrodka.
2. Na KARCIE OCENY w oznaczonym miejscu przyklej naklejkę z numerem PESEL oraz wpisz:
   - swój numer PESEL*,
   - oznaczenie kwalifikacji,
   - numer zadania,
   - numer stanowiska.
3. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 9 stron i nie zawiera błędów. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przez podniesienie ręki przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
4. Zapoznaj się z treścią zadania oraz stanowiskiem egzaminacyjnym. Masz na to 10 minut. Czas ten nie jest wliczany do czasu trwania egzaminu.
5. Czas rozpoczęcia i zakończenia pracy zapisze w widocznym miejscu przewodniczący zespołu nadzorującego.
6. Wykonaj samodzielnie zadanie egzaminacyjne. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa i organizacji pracy.
7. Po zakończeniu wykonania zadania pozostaw arkusz egzaminacyjny z rezultatami oraz KARTĘ OCENY na swoim stanowisku lub w miejscu wskazanym przez przewodniczącego zespołu nadzorującego.
8. Po uzyskaniu zgody zespołu nadzorującego możesz opuścić salę/miejsce przeprowadzania egzaminu.

***Powodzenia!***

** w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość*

Układ graficzny
© CKE 2020

Przygotuj uczniów do egzaminu zawodowego na zawodowe.edu.pl

**Zadanie egzaminacyjne**

Wykonaj prace na rzecz ośrodka wypoczynkowego, który przyjął wstępne zamówienie na zorganizowanie całodziennego wyżywienia dla ośmiu kobiet. Opracuj dokumentację niezbędną do realizacji zamówienia, w tym celu:

- oblicz całodobowe zapotrzebowanie energetyczne dla kobiety korzystając ze wzorów Harrisa i Benedicta,
- wypełnij kartę oceny wartości energetycznej kolacji,
- sporządź zapotrzebowanie na surowce i produkty niezbędne do przygotowania 8 porcji I śniadania,
- sporządź kalkulację usługi żywieniowej,
- sporządź wykaz zastawy stołowej do podania i konsumpcji potraw i napojów wchodzących w skład obiadu.

Do opracowania dokumentacji wykorzystaj informacje zawarte we wstępnych ustaleniach i tabelach oznaczonych od A do F. Dokumentację stanowią formularze oznaczone od 1 do 5 zamieszczone w arkuszu egzaminacyjnym, które należy wypełnić.

**Wstępne ustalenia**

| | | |
|---|---|---|
| **Specyfikacja usługi** | | Całodzienne wyżywienie w ośrodku wypoczynkowym |
| **Liczba kobiet** | | 8 |
| **Dane niezbędne do wyznaczenia zaleceń żywieniowych** | Wiek kobiet | 30 lat |
| | Średnia masa ciała | 60 kg |
| | Średni wzrost | 170 cm |
| | Aktywność zawodowa | średnia |
| | Aktywność pozazawodowa | mała |
| **Usługi żywieniowe** | Rodzaj posiłków | I śniadanie, II śniadanie, obiad, kolacja – wg ustalonego jadłospisu |
| | Zalecany udział energii pochodzącej z kolacji | 25 – 30% całodziennego zapotrzebowania energetycznego |
| | Sposób podania potraw i napojów | metoda niemiecka |
| **Warunki świadczenia usług żywieniowych** | Wartość netto zamówienia usług żywieniowych | nie wyższa niż 1200,00 zł |
| | Marża gastronomiczna | 200% |

**Tabela A. Poziom aktywności fizycznej**

| **Poziom aktywności pozazawodowej** | **Poziom aktywności zawodowej** | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **mała** | | **umiarkowana** | | **duża** | |
| | **M** | **K** | **M** | **K** | **M** | **K** |
| mała | 1,4 | 1,4 | 1,6 | 1,5 | 1,7 | 1,5 |
| umiarkowana | 1,5 | 1,5 | 1,7 | 1,6 | 1,8 | 1,6 |
| duża | 1,6 | 1,6 | 1,8 | 1,7 | 1,9 | 1,7 |

M - mężczyzna, K - kobieta



Ćwicz na zawodowe.edu.pl - testy i arkusze egzaminacyjne

**Tabela B. Całodzienny jadłospis**

| Nazwa posiłku | Nazwa potrawy/napoju | Ilość na 1 porcję |
|---|---|---|
| **I śniadanie** | mix sałat z pomidorami i awokado w sosie winegret | 100 g |
| | jaja poszetowe | 100 g |
| | bułka kajzerka | 50 g |
| | masło extra | 10 g |
| | kawa z mlekiem | 250 ml |
| **II śniadanie** | jogurt naturalny z granolą | 170 g |
| | napój pomarańczowy | 150 ml |
| **Obiad** | krem z pomidorów | 200 g |
| | tosty ziołowe | 30 g |
| | grillowany filet z kurczaka | 100 g |
| | ziemniaki purée | 150 g |
| | brokuły z wody | 200 g |
| | brownie z orzechami | 80 g |
| | kawa czarna | 150 ml |
| | lemoniada grejpfrutowa | 200 ml |
| **Kolacja** | ravioli ze szpinakiem i ricottą | 220 g |
| | sos śmietanowy | 80 g |
| | herbata z miodem i cytryną | 250 ml |

**Tabela C. Wartość energetyczna potraw i napojów wchodzących w skład kolacji**

| Nazwa potrawy/napoju | Wartość energetyczna w 100 g potrawy/napoju [kcal] |
|---|---|
| ravioli ze szpinakiem i ricottą | 190 |
| sos śmietanowy | 105 |
| herbata z miodem i cytryną | 22 |



zawodowe.edu.pl - arkusze CKE i pytania egzaminacyjne

**Tabela D. Normatyw surowcowy potraw i napojów do przygotowania I śniadania**

| Nazwa potrawy/napoju | Nazwa surowca/produktu | Ilość na 1 porcję |
|---|---|---|
| mix sałat z pomidorami i awokado w sosie winegret | roszponka | 15 g |
| | rukola | 15 g |
| | sałata lodowa | 20 g |
| | pomidory | 25 g |
| | awokado | 15 g |
| | oliwa | 8 ml |
| | ocet winny | 4 ml |
| | sól, cukier | do smaku |
| jaja poszetowe | jaja | 100 g |
| | ocet winny | 5 ml |
| dodatki | bułka kajzerka | 50 g |
| | masło extra | 10 g |
| kawa z mlekiem | kawa mielona | 12 g |
| | mleko 2% | 150 ml |

**Tabela E. Wykaz przeliczników jednostek miary na jednostki zakupu**

| Nazwa surowca/produktu | Przelicznik |
|---|---|
| Jajo | 50 g = 1 sztuka |
| Bułka kajzerka | 50 g = 1 sztuka |
| Masło extra | 10 g = 1 opakowanie |

**Tabela F. Koszt surowcowy potraw i napojów**

| Grupa potraw/napojów | Koszt surowców do sporządzenia 1 porcji [zł] |
|---|---|
| Zupy | 5,00 |
| Dodatki do zup | 1,00 |
| Dania główne | 8,00 |
| Dodatki skrobiowe | 2,00 |
| Dodatki witaminowe | 3,00 |
| Desery | 4,00 |
| I śniadanie – zestaw z napojem | 8,00 |
| II śniadanie – zestaw z napojem | 4,00 |
| Kolacja – zestaw z napojem | 9,00 |
| Napoje zimne | 2,00 |
| Napoje gorące | 2,00 |



Ćwicz na zawodowe.edu.pl - testy i arkusze egzaminacyjne

**Czas na wykonanie zadania wynosi 150 minut.**

**Ocenie będzie podlegać 5 rezultatów:**

- całodobowe zapotrzebowanie energetyczne – formularz 1.,
- karta oceny wartości energetycznej kolacji – formularz 2.,
- zapotrzebowanie na surowce i produkty niezbędne do przygotowania 8 porcji I śniadania – formularz 3.,
- kalkulacja usługi żywieniowej – formularz 4.,
- wykaz zastawy stołowej do podania i konsumpcji potraw i napojów wchodzących w skład obiadu – formularz 5.

**Formularz 1.**

**Całodobowe zapotrzebowanie energetyczne**

*(Sporządź na podstawie wstępnych ustaleń i Tabeli A.)*

**Wzory Harrisa i Benedicta na obliczenie PPM i CPM**

**PPM (kcal/dobę)** = 665 + (9,6 × A) + (1,8 × B) – (4,7 × C)
*gdzie:*
*A – masa ciała w kg,*
*B – wzrost w cm,*
*C – wiek w latach*

**CPM** = PPM × W
*gdzie:*
*W – wskaźnik poziomu aktywności fizycznej*

| Rodzaj przemiany materii | Dane | Obliczenia | Wynik |
|---|---|---|---|
| **PPM (kcal/dobę)** | A = …..…<br>B = …..…<br>C = …..… | | PPM = …….. |
| **CPM (kcal/dobę)** | PPM = …….<br>W = ……. | | CPM = …….. |



Ćwicz na zawodowe.edu.pl - testy i arkusze egzaminacyjne

**Formularz 2.**

**Karta oceny wartości energetycznej kolacji**

*(Sporządź na podstawie Tabeli B. i Tabeli C., wstępnych ustaleń i wyniku z Formularza 1.)*

| Lp. | Nazwa potrawy/napoju | Masa 1 porcji [g]* | Wartość energetyczna 100 g [kcal] | Wartość energetyczna 1 porcji [kcal] |
|---|---|---|---|---|
| 1. | | | | |
| 2. | | | | |
| 3. | | | | |
| **Razem wartość energetyczna kolacji [kcal]** | | | | |
| **Całodobowe zapotrzebowanie energetyczne (CPM) [kcal/dobę]** | | | | |
| **Udział energii pochodzącej z kolacji [%]** | | | | |
| **Zalecany udział energii pochodzącej z kolacji w całodobowym zapotrzebowaniu energetycznym (CPM) [kcal]** | | | | |
| **Czy udział energii pochodzącej z kolacji spełnia zalecenia żywieniowe?**<br>**TAK**** **NIE**** | | | | |

**gramy należy uznać za równoważne z mililitrami*
***właściwe podkreślić*

**Miejsce na obliczenia (nie podlega ocenie)**



Więcej materiałów znajdziesz na zawodowe.edu.pl

**Formularz 3.**

**Zapotrzebowanie na surowce i produkty niezbędne do przygotowania 8 porcji I śniadania**

*(Sporządź na podstawie Tabeli D. i Tabeli E.*
*Zsumuj surowce występujące kilka razy. Jaja, bułki kajzerki podaj w sztukach, a masło extra w opakowaniach.*
*Nie zaokrąglaj otrzymanych wyników.)*

| Lp. | Nazwa surowca/produktu | Jednostka miary | Ilość na 1 porcję | Jednostka miary | Ilość na 8 porcji |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Roszponka | g | | *kg* | |
| 2. | Rukola | g | | *kg* | |
| 3. | Sałata lodowa | g | | *kg* | |
| 4. | Pomidory | g | | *kg* | |
| 5. | Awokado | g | | *kg* | |
| 6. | Oliwa | ml | | *l* | |
| 7. | Ocet winny | ml | | *l* | |
| 8. | Jaja | g | | *szt.* | |
| 9. | Bułka kajzerka | g | | *szt.* | |
| 10. | Masło extra | g | | *op.* | |
| 11. | Kawa mielona | g | | *kg* | |
| 12. | Mleko 2% | ml | | *l* | |
| 13. | Sól, cukier | do smaku | ---------- | *do smaku* | ---------- |

**Miejsce na obliczenia (nie podlega ocenie)**



Dla nauczycieli: zawodowe.edu.pl - monitoring klas i generowanie egzaminów

**Formularz 4.**

**Kalkulacja usługi żywieniowej**

*(Sporządź na podstawie Tabeli F. i wstępnych ustaleń.)*

| **Kalkulacja kosztu surowców** | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Lp.** | **Nazwa potrawy/napoju** | **Liczba porcji [szt.]** | **Koszt surowców do sporządzenia 1 porcji [zł]** | **Koszt surowców do sporządzenia 8 porcji [zł]** |
| 1. | krem z pomidorów | | | |
| 2. | tosty ziołowe | | | |
| 3. | grillowany filet z kurczaka | | | |
| 4. | ziemniaki puree | | | |
| 5. | brokuły z wody | | | |
| 6. | brownie z orzechami | | | |
| 7. | kawa czarna | | | |
| 8. | lemoniada grejpfrutowa | | | |
| **Razem koszt surowców do sporządzenia obiadu [zł]** | | | | |
| **Kalkulacja całodziennego wyżywienia** | | | | |
| **Lp.** | **Nazwa posiłku** | **Liczba porcji [szt.]** | **Koszt surowców do sporządzenia 1 porcji [zł]** | **Koszt surowców do sporządzenia 8 porcji [zł]** |
| 1. | I śniadanie | | | |
| 2. | II śniadanie | | | |
| 3. | Obiad | X | X | |
| 4. | Kolacja | | | |
| **Razem koszt surowców do sporządzenia całodziennego wyżywienia dla 8 kobiet [zł]** | | | | |
| **Wartość marży 200% [zł]** | | | | |
| **Razem wartość netto usługi żywieniowej dla 8 kobiet [zł]** | | | | |
| **Czy obliczona wartość netto usługi żywieniowej dla 8 kobiet spełnia warunki zapisane we wstępnym ustaleniu?**<br><br>**TAK*** **NIE*** | | | | |

****właściwe podkreślić***

*Uwaga! W kolumnach dotyczących kosztów, wartości sporządzenia potraw, cen jednostkowych należy wpisać obliczenia z dwoma miejscami po przecinku np.: 1 zł – zapis 1,00, 1 zł 50 groszy – zapis 1,50*



zawodowe.edu.pl - darmowa platforma egzaminów zawodowych

**Formularz 5.**

**Wykaz zastawy stołowej do podania i konsumpcji potraw i napojów wchodzących w skład obiadu**

*(Sporządź na podstawie wstępnych ustaleń oraz Tabeli B.*
*Wybrane pozycje zaznacz znakiem X. Zaznaczenie wszystkich pozycji nie jest wyborem.)*

| Lp. | Nazwa zastawy stołowej | Zupa | Danie główne z dodatkami | Deser z napojem gorącym | Napój zimny |
|---|---|---|---|---|---|
| **Zastawa ceramiczna** | | | | | |
| 1. | Talerz głęboki | | | | |
| 2. | Bulionówka z podstawką | | | | |
| 3. | Talerz do dania zasadniczego | | | | |
| 4. | Talerz zakąskowy | | | | |
| 5. | Talerz deserowy | | | | |
| 6. | Talerz do pieczywa | | | | |
| 7. | Półmisek | | | | |
| 8. | Waza do zupy | | | | |
| 9. | Kieliszek do jaj | | | | |
| 10. | Filiżanka do herbaty z podstawką | | | | |
| 11. | Filiżanka do kawy z podstawką | | | | |
| **Zastawa metalowa** | | | | | |
| 12. | Łyżka stołowa duża | | | | |
| 13. | Łyżka stołowa średnia | | | | |
| 14. | Łyżka deserowa | | | | |
| 15. | Łyżeczka do herbaty | | | | |
| 16. | Łyżeczka do kawy | | | | |
| 17. | Widelec stołowy duży | | | | |
| 18. | Widelec stołowy średni | | | | |
| 19. | Widelec deserowy | | | | |
| 20. | Nóż stołowy duży | | | | |
| 21. | Nóż stołowy średni | | | | |
| 22. | Nóż do masła | | | | |
| **Zastawa szklana** | | | | | |
| 23. | Goblet | | | | |
| 24. | Tumbler | | | | |
| 25. | Pucharek z podstawką | | | | |



Więcej materiałów znajdziesz na zawodowe.edu.pl