

*Etiqueta identificativa*

---

SEGUNDA FASE DEL EJERCICIO DE LAS PRUEBAS SELECTIVAS  
PARA EL ACCESO A PUESTOS VACANTES DEL  
GRUPO IV DE PERSONAL LABORAL  
–COCINERO/A–,  
CONVOCADAS POR ORDEN DE 27 DE DICIEMBRE DE 2013.

SUPUESTOS PRÁCTICOS

Mérida, 8 de febrero de 2017

---



## EJERCICIO

### SUPUESTO 1

Usted trabaja como Cocinero/a en una Residencia de Estudiantes de la Junta de Extremadura, en la que se alojan 100 alumnos internos, con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. Entre ellos tenemos a:

- **Celia**, que padece la enfermedad **celiaca**;
- **Luis**, que tiene alta intolerancia a la **lactosa**, y
- **María**, que nos informa de su alergia o intolerancia a aquellos grupos de alérgenos denominados "**frutos de cáscara**" y "**moluscos**" según el Reglamento (UE)1169/2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor.

Siendo fundamental para la salud de estos residentes un control exhaustivo sobre su dieta, debemos tener claros algunos aspectos que nos eviten problemas derivados de una alimentación incorrecta.

Separe en dos columnas los siguientes cereales, diferenciando cuáles contienen GLUTEN y cuáles no lo contienen:

<b>Arroz</b>	<b>Avena</b>	<b>Cebada</b>	<b>Centeno</b>	<b>Espelta</b>
<b>Maíz</b>	<b>Mijo</b>	<b>Quinoa</b>	<b>Sorgo</b>	<b>Trigo</b>

<i>RESPUESTA</i>	
CONTIENEN GLUTEN	NO CONTIENEN GLUTEN



**SUPUESTO 2**

En esta ocasión debe separar en dos columnas los considerados "FRUTOS DE CÁSCARA" de aquellos que no lo son, según el Reglamento Europeo mencionado en el supuesto anterior.

- Altramuces**      **Avellanas**      **Nueces de Brasil**      **Orejones**
- Anacardos**      **Dátiles**      **Nueces de Macadamia**      **Pacanas**

<i>RESPUESTA</i>	
CONSIDERADOS FRUTOS DE CÁSCARA	NO CONSIDERADOS FRUTOS DE CÁSCARA

**SUPUESTO 3**

En la siguiente tabla, y partiendo de este listado, diferencie los MOLUSCOS de los que no lo son:

- Bellota de mar**      **Bígaro**      **Navaja**      **Pulpo**
- Berberecho**      **Lapa**      **Percebe**      **Vieira**

<i>RESPUESTA</i>	
SON Moluscos	NO SON Moluscos



## SUPUESTO 4

En un momento del curso debemos elaborar el siguiente menú semanal. Se trata de una dieta basal sin adaptaciones para los alumnos con problemas alimentarios.

De acuerdo con el enunciado del supuesto primero, indique  los platos que son APTOS y los que son NO APTOS para **CELIA**, con enfermedad celíaca

	COMIDA	APTO	NO APTO	CENA	APTO	NO APTO
LUNES	1º. Lentejas guisadas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Puré de patatas con leche.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Gallo rebozado.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Chuleta de cerdo con ensalada.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Naranja.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Yogur .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MARTES	1º. Macarrones con tomate.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Sopa de pollo y fideos .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Filete de ternera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Sepia a la plancha.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Manzana .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Flan casero.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MIÉRC.	1º. Arroz negro con calamares .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Judías verdes rehogadas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Canelones de atún .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Hamburguesa con queso y tomate...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Nueces con nata .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Piña en almíbar .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
JUEVES	1º. Patatas a la marinera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Puré de verduras.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Lomo empanado con ensalada.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Merluza a la romana con lechuga ....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Pera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Arroz con leche .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIERNES	1º. Menestra de verdura .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. <u>Plato combinado:</u>		
	2º. Tostada de salmón y gamba .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	- Brocheta de langostinos y rape .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Fresas con nata .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	- Mejillones en vinagreta.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				- Calamares a la romana .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				- San Jacobo .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				P. Tarta casera de bizcocho con nata y mantequilla de cacahuete .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



## SUPUESTO 5

De acuerdo con el enunciado del supuesto primero, indique  los platos que son APTOS y los que son NO APTOS para **LUIS**, alumno con alta intolerancia a la lactosa

	COMIDA	APTO	NO APTO	CENA	APTO	NO APTO
LUNES	1º. Lentejas guisadas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Puré de patatas con leche.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Gallo rebozado.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Chuleta de cerdo con ensalada.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Naranja.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Yogur.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MARTES	1º. Macarrones con tomate.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Sopa de pollo y fideos .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Filete de ternera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Sepia a la plancha.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Manzana .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Flan casero.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MIÉRCOL	1º. Arroz negro con calamares .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Judías verdes rehogadas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Canelones de atún .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Hamburguesa con queso y tomate...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Nueces con nata .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Piña en almíbar .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
JUEVES	1º. Patatas a la marinera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Puré de verduras .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Lomo empanado con ensalada .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Merluza a la romana con lechuga .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Pera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Arroz con leche .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIERNES	1º. Menestra de verdura .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. <u>Plato combinado:</u>		
	2º. Tostada de salmón y gamba .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	- Brocheta de langostinos y rape .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Fresas con nata .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	- Mejillones en vinagreta.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				- Calamares a la romana .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			- San Jacobo.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
			P. Tarta casera de bizcocho con nata y mantequilla de cacahuete .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



## SUPUESTO 6

De acuerdo con el enunciado del supuesto primero, indique  los platos que son APTOS y los que son NO APTOS para **MARÍA**, con alergia o intolerancia a aquellos grupos de alérgenos denominados "**frutos de cáscara**" y "**moluscos**"

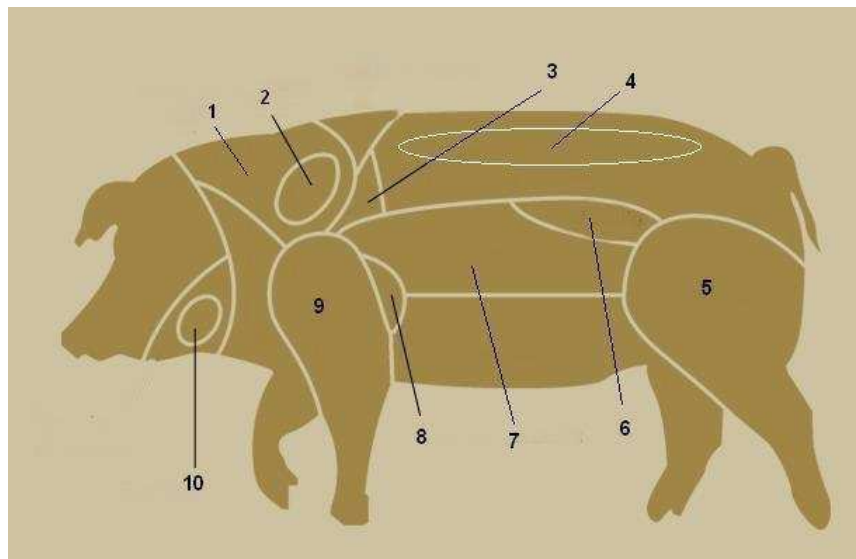
	COMIDA	APTO	NO APTO	CENA	APTO	NO APTO
LUNES	1º. Lentejas guisadas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Puré de patatas con leche.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Gallo rebozado.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Chuleta de cerdo con ensalada.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Naranja.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Yogur .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MARTES	1º. Macarrones con tomate.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Sopa de pollo y fideos .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Filete de ternera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Sepia a la plancha.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Manzana .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Flan casero.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MIÉRCOL	1º. Arroz negro con calamares .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Judías verdes rehogadas .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Canelones de atún .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Hamburguesa con queso y tomate...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Nueces con nata .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Piña en almíbar .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
JUEVES	1º. Patatas a la marinera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. Puré de verduras .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2º. Lomo empanado con ensalada .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2º. Merluza a la romana con lechuga ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Pera .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	P. Arroz con leche .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VIERNES	1º. Menestra de verdura .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1º. <u>Plato combinado:</u>		
	2º. Tostada de salmón y gamba .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	- Brocheta de langostinos y rape .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	P. Fresas con nata .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	- Mejillones en vinagreta.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				- Calamares a la romana .....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
				- San Jacobo.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			P. Tarta casera de bizcocho con nata y mantequilla de cacahuete.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



## SUPUESTO 7

En el siguiente gráfico, en el que se representa el despiece del CERDO IBÉRICO, se identifican con números algunas de sus partes.

Indique en la lista inferior el nombre de la pieza que corresponde a cada número del dibujo.



1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....



**SUPUESTO 8**

En el presente supuesto se presenta la clasificación simple de los COMPONENTES DIETÉTICOS. Traslade a la correspondiente casilla punteada el nombre de cada COMPONENTE, para relacionar cada uno de ellos con la FUNCIÓN que ejerza en el organismo.

**Componentes**



**Componente**

**Función**

	⇒	Forma un vehículo para otros nutrientes, agregando volumen a la dieta, suministrando un hábitat para la flora bacteriana y ayudando a la eliminación adecuada de desechos
	⇒	Combustible energético y producción de ácidos grasos esenciales
	⇒	Combustible y energía para el calor corporal y el trabajo
	⇒	Desarrollo de tejidos corporales, procesos metabólicos y protección
	⇒	Crecimiento y reparación
	⇒	Procesos metabólicos y de protección
	⇒	Aporta líquido al cuerpo y ayuda a regular la temperatura corporal

