

2020-2021

## Planification Terminale STHR

Année 39 semaines – 8 vacances – = 31 semaines – fin des cours / fin mai pour les terminale

**Applications culinaires le lundi 8h30-12h / 12h30-14h30 = 6h Ou séance séance 2 x 3h : 8h30 -11h30 Gr A 12h – 15 h Gr B**  
**+ Synthèse salle de classe CUISINE/RESTAURANT 1h : le lundi 15h45 – 16h45**

N° semaine	Date	Fiche	Page	Thème	Temps de synthèse ou expérimentation 2h	Plats à titre indicatif Plats du livre <b>30 couverts en application</b>	observations	Thème ens. Scientifique alimentation environnement pouvant être rattaché	Notions/ chapitres communs ayant été vus avec le livre de seconde / première
1	1 au 5/09						Rentrée le jeudi 03/09/2020 : 13h30/15h30		
2	07 au 12 sept						Rappels année de première Présentation programme		

## THEME 2 : LE PERSONNEL AU CŒUR DU SYTEME

3-4	14 au 18 sept	18	119	<b>La lutte contre le gaspillage, les économies d'énergie et le recyclage</b>	2 x 1h Définir un menu en calculant l'empreinte carbone	Reprendre les plats proposés lors du confinement	<a href="http://www.bonpourleclimat.org/calcul-empreinte-carbone/">http://www.bonpourleclimat.org/calcul-empreinte-carbone/</a>	Thème 3 : démarches et qualité  Quels sont les moyens mis en place par l'homme pour préserver l'environnement capacité(s) : identifier les gestes éco-citoyens  Comment entretenir les locaux pour protéger et satisfaire le client tout en limitant l'impact sur l'environnement ?	seconde Fiche 08 : Règles d'hygiène Fiche 09 : La sécurité Fiche 13 : La communication avec la salle
	21 au 25 sept	17	111	<b>L'adaptabilité, l'autonomie, les sources de créativité</b>		Reprendre les plats proposés lors du confinement  Faire le plat en autonomie			

5-6	28 sept Au 02 oct	19	125	<b>Les processus culinaires et l'organisation du travail</b>	Planifier l'organisation d'un menu	<b>Gr A - 28/09</b> <b>Gr B - 05/10</b>		<b>Quels sont les références du professionnel pour assurer la mise en œuvre d'une démarche qualité</b>	<b>Première</b> Fiche 05 Qualification, formation, expérience Fiche 06 Variabilité des fonctions et des tâches en cuisine Fiche 07 : Obligations légales, démarche HACCP Fiche 08 : Coordination salle cuisine
	Analyser, comprendre les contraintes de production				<b>TP APPLICATION</b>  <i>Quiche lorraine (p125) ou avocat cocktail</i>				
	05 Oct Au 09 oct				Gr A : Synthèse TP Gr B :	<i>Cuisse de poulet Bordelaise (p130)</i> <i>Tagliatelles fraîches</i>  <i>Moelleux châtaignes, poire et figues (edp)</i>			

### THEME 1 : LE CLIENT AU CENTRE DE L'ACTIVITE DES ETABLISSEMENTS

7-10	12 au 16 oct	15	99	<b>Les modes de distribution : la législation</b>	Gr B : Synthèse TP Gr A :	<b>Gr A - 12/10</b> <b>Gr B - 02/11</b> <b>TP APPLICATION</b> <i>Fondant de butternut au chou rouge- Crème au curry (edp)</i> <i>Poulet sauté à l'ananas, riz aux amandes (104)</i> <i>Crème façon Tiramisu (104)</i> <i>Banane et poire flambées</i>	Fiche technique faite pendant le confinement	<b>Thème 1</b>  <b>Comment l'analyse de l'environnement contribue-t-elle à la prévention des risques professionnels</b>  Danger chimique, physique (tms, ergonomie), biologiques	<b>seconde</b> Fiche 04 : les attentes des clients et les fonctions repas Fiche 20 Les concepts de production, la préparation des produits
					2 x 1h				
11 - 12	09 nov au 13 nov	16	105	<b>Les standards de fabrication Une offre renouvelée et adaptée</b>	Gr A : 1h synthèse TP  Gr B : <b>Refaire un menu sans ???</b> <b>Ou adapter des plats classiques à</b>		<i>Reprendre les plats proposés lors du confinement</i>  <a href="http://www.eco">http://www.eco</a>	<b>Thème 2 : consommation alimentaire</b> <b>Quels sont les risques associés à l'alimentation</b>  Toxicité d'un aliment	<b>Première</b> Fiche 01 La fonction repas : nutrition, affaires, loisirs Fiche 02 La fonction repas : Structures des offres, tendances alimentaires

	16 nov au 20 nov			<b>un régime particulier</b> <b>Préciser les allergènes</b>	Gr A 09//11 Gr B 16/11  <b>TP APPLICATION</b> Polenta aux légumes d'hiver Filet de haddock vapeur Sauce Hollandaise Mousseline de céleri Pomme rôtie au miel Sablés breton	<a href="http://le-des-papilles.fr/wp-content/uploads/2017/01/allergenes.pdf">le-des-papilles.fr/wp-content/uploads/2017/01/allergenes.pdf</a>	Rôle de DJA <u>Identifier</u> dans un aliment la présence d'un élément générateur d'allergies et d'intolérances <u>Caractériser</u> une réaction allergique  <u>Caractériser</u> les différentes pratiques culinaires	Fiche 03 Les systèmes de production Liaison directes, liaisons différées Fiche 04 Les composantes de l'offre et des services : modes de distribution
--	------------------------------	--	--	--	---	--	---	--

### THEME 3 : LES SUPPORTS PHYSIQUES PERMETTANT L'ACTE CULINAIRE

13 -	23 nov au 27 nov	21	141	<b>Les modes de conditionnement</b>	Adapter en conditionnement à emporter  une recette faite pendant le confinement à l'assiette	Plats p 147 : Tagliatelles de légumes, polenta Wrap de volaille panée Mousse chocolat Brownie Ananas frais flambé	<b>Thème 3</b>  <b>Contamination et développement microbiens</b>  <u>Relier</u> les paramètres de développement aux modes de conservations  <u>Repérer</u> sur un emballage le conteneur spécifique au déchet à éliminer	<b>Première</b> Fiche 09 : Les offres fixes, variables, mixtes et intitulés des plats Fiche 10 : Les obligations légales : Agencement et implantation des locaux
	30 nov au 04 déc	22	149	<b>La mercuriale</b> <b>Le rendement</b>	Reprendre les fiches techniques ou produits utilisés et calculer les rendements Calcul du coût matières	<u>Rendement</u> Volaille + agrumes MEP : fond de tarte pâte sablée du 07 et 14 décembre fonçage tarte chocolat		

15 -	07 déc au 11 déc	20	133	<b>L'adaptation des locaux et des matériels</b>	2 x 1h  2 menus en fonction des réservations  1 en traditionnel Pour clients extérieurs  1 en cuisine 45 Pour élèves	Gr A - 07/12 Gr B - 14/12 <b>TP APPLICATION</b> Crème de potiron Mignon de porc, aligot (client) p133 Rôti de porc et sauce brune aux châtaignes (élèves) Tarte chocolat	<b>Thème 3</b>  <b>Contamination et développement microbiens</b>  <u>Relier</u> les paramètres de développement aux modes de conservations  <u>Repérer</u> sur un emballage le conteneur spécifique au déchet à éliminer
---------	------------------------------	----	-----	---	--	---	--

	14 déc au 18 déc				2 x 1h			
--	------------------------------	--	--	--	--------	--	--	--

**THEME 4 : LES PRODUITS SUPPORT DE LA CREATION DE VALEUR : ce thème là peut être abordé par des séances de 2H + 2H ou TA 2 X 3h (8h30-11h30 // repas // 12h – 15h)**

**A voir sur janvier ou sur période avec peu de clients si TP en application !!!**

19	04 janv au 08 janv				2 x 3 h  Travail en cuisine	Réalisation en autonomie en cuisine pédagogique d'un plat sur 2h  Sujet 2008 n°16 Sujet		<p><b>Thème 2</b></p> <p><u>Repérer</u> les différents groupes alimentaires</p> <p><u>Analyser</u> un plan alimentaire</p> <p><u>Concevoir</u> un menu équilibré</p> <p><u>Relier</u> les déséquilibres alimentaires à leurs conséquences pathologiques</p> <p><u>Associer</u> une contrainte alimentaire à une pathologie</p>	<p><b>Seconde</b></p> <p>Fiche 16 : les gammes et conservation des produits</p> <p>Fiche 19 La fiche technique – le coût matières</p> <p>Fiche 17 : les signes de qualité et l'origine des produits</p> <p>Fiche 18 : l'achat et les circuits d'approvisionnements</p>
20	11 janv au 15 janv	23	157	<p><b>La qualité de production :</b></p> <p><b>l'évolution des techniques et des matériels</b></p>	<p><i>Synthèse et photos réalisées sur séance TP autonomie 04/01</i></p>	<p><b>Gr A - 11/01</b> <b>Gr B – 18/01</b></p> <p><b>TP APPLICATION</b></p> <p><i>Endives au caramel d'oranges</i></p> <p><i>Pavé de rumsteak Sauce Béarnaise</i> <i>Ou</i> <i>Tartare de bœuf</i> <i>Quinoa noix roquette</i></p>		<p><b>Thème 1</b></p> <p><b>Comment choisir ou créer un environnement favorable dans un établissement du secteur de l'hôtellerie restauration</b></p>	<p><b>Première</b></p> <p>Fiche 11 : Choisir les produits adaptés au système de production</p> <p>Fiche 12 La fiche technique – les feuilles de grammage</p> <p>Fiche 13 Préliminaires, façonnages et taillages de légumes</p>
21	18 janv au 22 janv	24	165	<p><b>Les principaux risques d'échec dans la mise en œuvre de</b></p>	Synthèse TP			<p><b>Thème 3</b></p> <p><b>Par quels moyens sont réalisées les transformations culinaires</b></p> <p><u>Identifier</u> phénomènes</p>	

				<b>l'acte culinaire</b>		<i>Assiette de fruits exotiques</i>  <i>MEP : Pâté cévenol</i>		physico chimiques à la base de transformations culinaires <u>Montrer</u> leur rôle <u>Identifier</u> les critères de choix d'un appareil de cuisson	
22 - 23	Du 25 janv Au 29 janv  Du 01 fév Au 05 fév	25	173	<b>Identifier les qualités organoleptiques des aliments et choisir des descripteurs</b>	synthèse TP	<b>Gr A - 25/01</b> <b>Gr B - 01/02</b>  <b>TP APPLICATION</b>  <i>Terrine cévenole aux châtaignes</i>  <i>Chou farci Auvergnat</i>  <i>Crème catalane Oreillettes</i>	<b>Séance de 2H</b> Voir si possibilité d'aller faire une séance analyse sensorielle chez QUALITECH OU réaliser une tarte chocolat et remplir la fiche de dégustation	<b>Thème 2 consommation alimentaire</b> <u>Identifier</u> les caractères organoleptiques d'un aliment  <u>Montrer</u> comment l'individu perçoit les caractères organoleptiques d'un aliment  <u>Faire preuve d'un esprit critique</u>	<b>Seconde</b> Fiche 29 : La perception sensorielle et les descripteurs  <b>Première</b> Fiche 14 Evaluation sensorielle en cuisine
24	08 fév. Au 12 fév.	26	181	<b>Le dressage : support, agencement, volume, couleur, forme, esthétiques</b>	Synthèse TP + Travail sur fiches techniques menus fusion food du 23 et 30/03 Supports, dressage	<b>Examens blancs</b>  <b>Emploi du temps ??</b> <i>2 x 3h</i>	A partir d'un panier simple concevoir une recette et porter une attention particulière au dressage en fonction du cours vu sur cette fiche		
27	1 <sup>er</sup> mars au 05 mars				?????	<i>2 x 2 h sujet entraînement ?</i>			
28	08 mars au 12 mars	27	187	<b>Les marqueurs culinaires de la cuisine régionale et étrangères</b>		<b>Gr A - 22/03</b> <b>Gr B - 29/03</b> <i>Modification possible</i> <i>Menu fusion food</i> <i>Yakitori de canard,</i> <i>rougail citron,</i>	Ou à partir d'un produit simple, rechercher les recettes étrangères		

29	15 mars au 19 mars		<i>Et/ou Prévoir un menu cuisine régionale</i>	1h synthèse TP	<i>pomme Macaire Aubergines grillées, marmelade de tomate, tzaziki Crème au carambar, milk-shake banane framboise, cristalline à l'orange 189/192</i>	avec ce même produit Asie : poulet cacahuètes Inde : poulet Tandoori Tex-mex : Fajitas de poulet Magrheb : Tajine de volaille aux pruneaux		
30	22 mars au 26 mars			1h synthèse TP	<i>2 x 3h</i>  Travail sur les cuissons et sur- cuissons  Œuf dur Viande rouge Crème liquide			
31	29 mars Au 02 avril			Analyse sensorielle QUALITECH 14 h ?????	<i>Sujets entrainement 2 x 2 h</i>  <i>n°22019 n°12020</i>			
32	5 avril Au 09 avril			<b>Lundi de Pâques</b>				
33	12 avril Au 16 avril			Synthèse sujet entrainement	<b>Gr A - 12/04 Gr B - 03/05</b>  <i>Thème et plats Recherches élèves</i>			
36	03 mai Au 06 mai			1h synthèse TP				
37	10 mai Au 13 mai		<b>Examens</b>  <b>Révisions</b>  <b>???</b>					
38	17 mai Au 21 mai							
39	24 mai au 28 mai <b>Lundi de Pentecôte</b>							
40	31 mai au 04 juin							

## MENUS A LA CLIENTELE EN APPLICATION

<p style="text-align: center;"><b>Gr A - 28/09</b> <b>Gr B - 05/10</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Gr A - 12/10</b> <b>Gr B - 02/11</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Gr A 09//11</b> <b>Gr B 16/11</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Gr A 07/12</b> <b>Gr B 14/12</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Gr A - 11/01</b> <b>Gr B - 18/01</b></p>
<p><i>Quiche lorraine (p125) ou avocat cocktail</i></p> <p><i>Cuisse de poulet Bordelaise (p130) Tagliatelles fraîches</i></p> <p><i>Moelleux châtaignes, poires et figes (edp)</i></p>	<p><i>Fondant de butternut au chou rouge- Crème au curry (edp)</i></p> <p><i>Poulet sauté à l'ananas, riz aux amandes (104)</i></p> <p><i>Crème façon Tiramisu (104) Fruits flambés ?</i></p>	<p><i>Polenta aux légumes d'hiver</i></p> <p><i>Filet de haddock vapeur Sauce Hollandaise Mousseline de céleri</i></p> <p><i>Pomme rôtie au miel Sablés breton</i></p>	<p><i>Crème de potiron</i></p> <p><i>Mignon de porc sauté sauce vin rouge, Aligot</i></p> <p><i>Tarte chocolat</i></p>	<p><i>Endives au caramel d'oranges</i></p> <p><i>Pavé de rumsteak Sauce Béarnaise Ou tartare de bœuf Quinoa noix roquette</i></p> <p><i>Assiette de fruits exotiques</i></p>
<p style="text-align: center;"><b>Gr A - 25/01</b> <b>Gr B - 01/02</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Pédagogique Gr A - 22/03</b> <b>Pédagogique Gr B - 29/03</b> <i>Modification possible</i></p>	<p style="text-align: center;"><b>Pédagogique Gr A - 12/04</b> <b>Pédagogique Gr B - 03/05</b> <i>Modification possible</i></p>		
<p><i>Terrine cévenole aux châtaignes</i></p> <p><i>Chou farci Auvergnat</i></p> <p><i>Crème catalane Oreillettes</i></p>	<p><i>Yakitori de canard, rougail citron, pomme Macaire</i></p> <p><i>Aubergines grillées, marmelade de tomate, Tzaziki.</i></p> <p><i>Crème au carambar, Milk Shake banane framboise, cristalline à l'orange</i></p>	<p style="text-align: center;"><i>Thème et plats Recherches élèves</i></p>		

<b>CLASSE DE SECONDE</b>	
<b>Notions abordées</b>	<b>Plats réalisés</b>
Fiche 01 : Moments essentiels de l'évolution du contexte culinaire Fiche 02 les cuisines régionales Fiche 03 : les cuisines du monde Fiche 05 : La tenue professionnelle - Fiche 10 : la Malette de couteaux Fiche 13 : La communication avec la salle Fiche 15 : L'organisation hiérarchique des tâches Fiche 13 : La communication avec la salle Fiche 21 : Les cuissons sauter, griller Fiche 22 : Les cuissons pocher , étuver Fiche 24 : les lipides Fiche 25 : les protéines Fiche 26 : les glucides Fiche 27 : l'eau Fiche 28 : Les mousses et émulsions	P 9 œuf mollet florentine (version classique, version actuelle) P 15 soupe au pistou, petit salé lentilles P 21 : risotto au jambon san danièle / maki au saumon, gaspacho, P 27 : potage parmentier / soupe de volaille façon chinoise / cappuccino de champignons P 35 salade niçoise P 37 salade de pomme de terre aux herbes et aux pignons) P 43 Potage de potimarron et châtaignes P 45 Steak grillé pommes pont neuf tomates provençales haricots verts vapeur P 67 crème caramel financier P 71 gâteau coulant au chocolat, P 75 Tarte aux pommes traditionnelle, PAI P 81 dos de saumon à l'oseille, épinards à cru P 82 saumon grillé, carottes glacées au miel P 85 Crème de volaille Agnès Sorel P 86 : poisson poché classique et à court mouillement, œuf poché, fruit poché P 95 /112 Duo de rouleau de printemps et beignets de crevettes P 99 saumon mariné au citron vert P 107 Escalope de dinde à la crème, petits pois à la française P 106 Pannequets à la mangue et caramel d'orange P 122 : sablé, crème citron <b>Menu 1</b> : Potage Parmentier - Steak grillé pommes pont neuf tomates provençales haricots verts - Crème caramel - Financier <b>Menu 2</b> : Œuf mollet florentine - Escalope de dinde à la crème, petits pois à la française - Tarte aux pommes
<b>CLASSE DE PREMIERE</b>	
<b>Notions abordées</b>	<b>Plats réalisés</b>

### **IDEES THEMES MENUS vus EN PREMIERE**

*Menu légumes , allergène (sans gluten)*

*Menu équilibré (voir sciences appliquées)*

*Menu formule : plat / dessert*

*Menu restauration rapide*

*Menu brasserie : produit gamme 4-5*

*Menu saison produit sans labels*

*Menu identique mais avec produits labellisés*

*Mise en place pour buffet (semaine – 1 pour voir liaison différé) + Buffet*



LE REPERTOIRE DE LA CUISINE INNOVANTE  
THIERRY MARX – RAPHAEL HAUMONT

Recettes associées

<b>PAGES</b>	<b>RECETTES</b>	<b>TERMES</b>
16	Céleri boule rémoulade	Agar agar
27	Gâteau chaud au chocolat sans cuisson	Azote liquide / sans cuisson
35	Veau sous vide	Basse température
39	Terrine de fruits crus	Calcium
41	Tuiles caramel chocolat blanc	Caramel
44	Pana cotta sans gélatine	Carraghénanes
48	Cuire légumes à l'eau gazeuse	cellulose
54	Mousse de chocolat	Chantilly et dérivés
58	Cuire un œuf	coagulation
74	Tuile abricot – beignet au siphon	Croquant croustillant
103	Mousse de pomme	Effervescence
146	Spirale huile d'olive	Isomalt
156	Saumon mariné à l'aneth sous vide	Marinade
162	Mayonnaise au blanc d'œuf	Mayonnaise
177	Farce fine au Pacojet	Pacojet
181	Pressé de pain d'épices / ganache à l'eau	Pectines
185	Chips à frire	Popcorn
197	Ecume de chocolat / polenta de maïs	Siphon
200	Soufflés, blinis	Soufflé
206	Crème anglaise	Suspension
209	Cœur de concombre	synergie