

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług w zakresie dietetyki**

Oznaczenie kwalifikacji: **Z.16**

Numer zadania: **01**

Wypełnia zdający

Numer PESEL zdającego*

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Miejsce na naklejkę z numerem
PESEL i z kodem ośrodka

Z.16-01-16.01

Czas trwania egzaminu: **180 minut**

EGZAMIN POTWIERDZAJĄCY KWALIFIKACJE W ZAWODZIE
Rok 2016
CZEŚĆ PRAKTYCZNA

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 6 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

Zadanie egzaminacyjne

Wykonaj ocenę ilościową i jakościową zmieszczonego w arkuszu egzaminacyjnym jadłospisu (*Jadłospisu przedszkolaka z ostatnich 24 godzin*), dla 5-letniego dziecka, które cierpi na zaparcie nawykowe atoniczne.

Oblicz wartość energetyczną i odżywczą posiłku obiadowego oraz całego jadłospisu.

Zaproponuj rodzaj diety wraz z zaleceniami dietetycznymi dla tego przedszkolaka.

Do obliczeń wykorzystaj dane z tabeli *Wartości energetyczne i odżywcze wybranych produktów spożywczych*.

Wypełnij Kartę oceny ilościowej jadłospisu oraz Kartę oceny jakościowej jadłospisu.

Przyjmij, że procentowy udział poszczególnych posiłków w zaspokojeniu dziennego zapotrzebowania energetycznego jest następujący:

I śniadanie – 20÷25%

II śniadanie – 5÷10%

Obiad – 30÷35%

Podwieczorek – 5÷10%

Kolacja – 15÷20%

Średnie dzienne zapotrzebowanie energetyczne dla dzieci w wieku 4÷6 lat wynosi 1900 kcal. Udział energii z białka w diecie powinien wynosić 14%, a dobowa zawartość błonnika powinna wynosić 25 g.

Sporządź zestawienie produktów spożywczych niezbędnych do wykonania obiadu dla 20 przedszkolaków, przebywających w oddziale przedszkolnym.

Wszystkie formularze do wypełnienia znajdują się w arkuszu egzaminacyjnym.

Wartości energetyczne i odżywcze wybranych produktów spożywczych

Nazwa produktu	Wartość energetyczna w 100 g produktu [kcal]	Zawartość białka w 100 g produktu [g]	Zawartość błonnika w 100 g produktu [g]
skrzydełko z kurczaka	186	19,2	0
włoszczyzna mrożona	25	1,4	3,8
mięso mielone	257	16,0	0
bułka tarta	347	9,7	6,1
jaja	139	12,5	0
olej słonecznikowy	884	0	0
ziemniaki	77	1,9	1,5
marchewka	27	1,0	3,6
grostek zielony mrożony	72	6,4	5,8
truskawki	28	0,7	1,8
cukier	405	0	0

Jadłospis

(jadłospis przedszkolaka z ostatnich 24 godzin)

Nazwa potrawy	Nazwa produktu	Gramatura	Wartość energetyczna [kcal]	Zawartość białka [g]	Zawartość błonnika [g]
I śniadanie/ godz. 7.30					
Kanapki z pasztetem drobiowym, herbata z cukrem	chleb żytni jasny	60	144,6	2,4	2,8
	masło śmietankowe	5	33	0,1	0
	pasztet drobiowy	10	39	1,7	0,2
	cukier	10	40,5	0	0
Suma w posiłku			257,1	4,2	3,0
II śniadanie/ godz. 9.00					
½ bułki z kremem czekoladowym	bułka pszenna	60	163,2	4,4	1,3
	krem czekoladowy	10	53,9	0,9	0
Suma w posiłku			217,1	5,3	1,3
Obiad/ godz. 13.00					
Rosół z makaronem, kotlety mielone, ziemniaki, marchewka z groszkiem, kompot truskawkowy	skrzydełko(kurczak)	50			
	włoszczyzna	30			
	mięso mielone	50			
	bułka tarta	10			
	jaja	15			
	olej słonecznikowy	10	?	?	?
	ziemniaki	100			
	marchewka	50			
	groszek zielony	20			
	truskawki	30			
cukier	10				
Suma w posiłku			?	?	?
Podwieczerek/ godz. 15.00					
Batonik czekoladowy	Batonik czekoladowy	60	268,8	2,2	0,3
Jagodzianka	Jagodzianka	80	251,2	5,7	1,7
Suma w posiłku			520	7,9	2
Kolacja/ godz. 19.00					
½ bułki z dżemem wiśniowym, kakao, jabłko	bułka pszenna	60	163,2	4,4	1,3
	masło śmietankowe	5	33	0,1	0
	dżem wiśniowy	10	15,4	0	0
	mleko 2%	200	102	6,8	0
	kakao	5	22,4	0,9	0,3
	jabłko	150	69	0,6	3
Suma w posiłku			405	12,8	4,6
Suma w całym jadłospisie			?	?	?

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 180 minut.

Ocenie podlegać będzie 5 rezultatów:

- wartość energetyczna i odżywcza posiłku obiadowego oraz całego jadłospisu,
- dieta oraz zalecenia dietetyczne dla przedszkolaka z zaparciem atonicznym,
- karta oceny ilościowej jadłospisu,
- karta oceny jakościowej jadłospisu,
- zapotrzebowanie na produkty spożywcze do wykonania obiadu dla 20 przedszkolaków.

Wartość energetyczna i odżywcza posiłku obiadowego oraz całego jadłospisu
(jadłospisu z ostatnich 24 godzin przedszkolaka)

1. Obliczenia wartości energetycznej oraz zawartości białka i błonnika w obiedzie.
(Wypełnij wszystkie wolne pola w tabeli, wyniki zaokrąglaj z dokładnością do jednej liczby po przecinku).

Posiłek	Nazwa produktu	Ilość w gramach na 1 porcję	Wartość energetyczna w 100 g produktu [kcal]	Wartość energetyczna produktu [kcal]	Zawartość białka w produkcie [g]	Zawartość błonnika w produkcie [g]
OBIAD	skrzydełko z kurczaka	50				
	włoszczyzna	30				
	mięso mielone	50				
	bułka tarta	10				
	jaja	15				
	olej słonecznikowy	10				
	ziemniaki	100				
	marchewka	50				
	grostek zielony	20				
	truskawki	30				
	cukier	10				
Suma w posiłku						

2. Obliczenia wartości energetycznej oraz zawartości białka i błonnika w całym jadłospisie
(wynik podaj w gramach po zaokrągleniu do liczb całkowitych).

Dieta oraz zalecenia dietetyczne dla przedszkolaka z zaparciem nawykowym atonicznym

1. Proponowana dieta dla przedszkolaka z zaparciem nawykowym atonicznym.
2. Obliczenie zapotrzebowania na białko w diecie dla przedszkolaka z zaparciem nawykowym atonicznym (wynik podaj w gramach po zaokrągleniu do liczb całkowitych).
3. Zalecenia dietetyczne dla przedszkolaka z zaparciem nawykowym atonicznym w oparciu o ocenę punktową jadłospisu.

Karta oceny ilościowej jadłospisu
(jadłospisu z ostatnich 24 godzin przedszkolaka)

Lp.	Element podlegający ocenie	Założenia diety dla pacjenta	Realizacja norm (wg obliczeń)
1.	Wartość energetyczna [kcal]		
2.	Białko [g]		
3.	Błonnik [g]		

Ocena ilościowa jadłospisu przedszkolaka pod względem wartości energetycznej, spożycia, białka i błonnika w odniesieniu do podanych i obliczonych założeń diety:

Lp.	Procentowy udział poszczególnych posiłków dla diety 1900 kcal	Realizacja norm (wg obliczeń)
1.	I śniadanie 20-25%	
2.	II śniadanie 5-10%	
3.	Obiad 30-35%	
4.	Podwieczorek 5-10%	
5.	Kolacja 15-20%	

Ocena ilościowa realizacji rozdziału energii na posiłki w jadłospisie przedszkolaka:

Karta oceny jakościowej jadłospisu
(Jadłospisu z ostatnich 24 godzin przedszkolaka)

Ocena jakościowa opisowa:	Liczba przyznanych punktów	
	1	0
1. Czy liczba posiłków jest dostosowana do wieku?	TAK	NIE
2. Czy przerwy między posiłkami są dostosowane do liczby posiłków?	TAK	NIE
3. Czy są zaplanowane mleko lub produkty mleczne?	w 2 – 3 posiłkach	1 posiłku lub żadnym
4. Czy produkty dostarczające białko zwierzęce (mięso, drób, ryby, jaja) są obecne w:	w 3 – 4 posiłkach	1 – 2 posiłkach lub w żadnym
5. Czy warzywa i owoce bogate w witaminę C lub karoten są obecne w:	2 – 3 posiłkach	1 posiłku lub żadnym
6. Czy surówki lub surowe owoce są przynajmniej w 2 posiłkach?	TAK	NIE
7. Czy w jadłospisie jest uwzględnione ciemne pieczywo lub grube kasze?	TAK	NIE
Poprawny jadłospis uzyskuje 7 punktów. Oceny zerowe wyznaczają kierunek poprawy.	Suma uzyskanych punktów	Wymień punkty wymagające poprawy

Zapotrzebowanie na produkty spożywcze do wykonania obiadu dla 20 przedszkolaków

Nazwa produktu	Ilość produktu na 1 porcję [g]	Ilość produktu na 20 porcji [g]	Ilość produktu w jednostkach miar gospodarczych [szt., op., kg]
skrzydełko	50		
włoszczyzna	30		
mięso mielone	50		
bułka tarta (1 szkl./200 g)	10		
jaja (1 szt./50 g)	15		
olej	10		
ziemniaki	100		
marchewka	50		
grostek zielony (1 op./400 g)	20		
truskawki	30		
cukier (1 szkl./200 g)	10		