higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NASIONALE SERTIFIKAAT

VOEDING EN SPYSKAARTBEPLANNING N4

(10070274)

14 November 2022 (X-vraestel)
09:00–12:00

Hierdie vraestel bestaan uit 10 bladsye.

111Q1B2214

Kopiereg voorbehou

DEPARTEMENT VAN HOËR ONDERWYS EN OPLEIDING
REPUBLIEK VAN SUID-AFRIKA

NASIONALE SERTIFIKAAT
VOEDING EN SPYSKAARTBEPLANNING N4
TYD: 3 UUR
PUNTE: 200

INSTRUKSIES EN INLIGTING

1. Beantwoord al die vrae.
2. Lees al die vrae aandagtig deur.
3. Nommer die antwoorde volgens die nommeringstelsel wat in hierdie vraestel gebruik is.
4. Begin elke afdeling op ’n nuwe bladsy.
5. Gebruik slegs 'n blou of swart pen.
6. Skryf netjies en leesbaar.

Kopiereg voorbehou

AFDELING A

VRAAG 1

1.1 Verskeie opsies word as moontlike antwoorde op die volgende vrae gegee. Kies die antwoord en skryf slegs die letter (A–D) langs die vraagnommer (1.1.1–1.1.20) in die ANTWOORDBOEK neer.

1.1.1 'n Ovo-vegetariër eet net ...

A eiers maar nie vleis, pluimvee, vis of melk nie.
B diereprodukte.
C melkprodukte maar nie vleis, pluimvee, vis of eiers nie.
D eiers en melkprodukte, maar nie vleis en pluimvee nie.

1.1.2 Die voedselgroep wat die meeste van die energie aan die liggaam verskaf:

A Vrugte en groente
B Vleis of proteïen
C Melkgroep
D Graan

1.1.3 Die verbruik van alkohol en varkvleis is tradisioneel verbode in hierdie godsdiens:

A Christen
B Hindoe
C Moslem
D Ateïsties

1.1.4 … verskaf die meeste vitamien C aan die liggaam.

A Sjokolade
B Avokado's
C Piesangs
D Koejawels

1.1.5 Sonlig is 'n belangrike bron van ...

A vitamien A.
B vitamien K.
C vitamien D.
D vitamien E.

1.1.6 'n … dieet word voorgeskryf vir pasiënte met hartversaking.

A Hoëvet-
B Laenatrium-
C Laeproteïen-
D Laevet-

1.1.7 Vegetariërs wat geen diereprodukte sal eet nie:

A Lakto-ovo-vegetariërs
B Ovo-vegetariërs
C Laktovegetariërs
D Veganiste

1.1.8 … dra NIE by tot die energieprosesse van die liggaam nie.

A Vette
B Minerale
C Proteïene
D Koolhidrate

1.1.9 Salami is 'n bron uit die … voedselgroep.

A proteïen- of vleis-
B koolhidrate- of graan-
C kalsium- of melk-
D vette en olies

1.1.10 Sojabone en parmesaankaas is bronne van voedsel wat ryk is aan ...

A proteïene.
B vette.
C kalsium.
D vitamien B.

1.1.11 'n Abnormale reaksie op die inname van een of meer spesifieke kossoorte word 'n ... genoem.

A veganis
B allergie
C 'n voedselallergie
D ondervoeding

1.1.12 Die … voedselgroep bevorder die stolling van bloed in 'n oop wond.

A vette
B kalsium en melk
C vrugte en groente
D proteïen- en vleis-

1.1.13 … moet heeltemal vermy word in 'n laeproteïendieet.

A Brood en graankos
B Ingemaakte vis en spinasie
C Melk, aartappels en room
D Vleis, eiers en neute

Kopiereg voorbehou

1.1.14 Die funksie van 'n spyskaartspesifikasie:

A Verskaf 'n riglyn vir die personeel
B Verskaf algemene inligting
C Stel die kliënt se behoeftes vas
D Dui aan wat beskikbaar is en die prys

1.1.15 Die mate waarin die liggaam van kalsium gebruik maak, hang af van die teenwoordigheid van ...

A vitamien D.
B vitamien C.
C kalium.
D fosfor.

1.1.16 Die doel van 'n spyskaart is om kos aan kliënte te verkoop. Watter een pas NIE?

A Die spyskaart moet aan kliënte se verwagtinge voldoen.
B Wins moet in ag geneem word.
C Die porsiegrootte moet groot wees.
D Geregte moet van 'n bepaalde standaard wees.

1.1.17 … help met die stolling van bloed ná 'n besering.

A Vitamien K
B Vitamien B
C Koolhidrate
D Jodium

1.1.18 Dit is die eerste van die gange waartydens vleis bedien word:

A Relevé
B Entrée
C Removee
D Plat du jour

1.1.19 Die ... gee besonderhede oor wat verskaf sal word en die prys daarvan.

A prospektus vir funksie
B huweliksonthaalbesprekingsvorm
C kwotasiebrief
D versendingslys

1.1.20 ’n Groot stuk vleis wat voor die gas gesny word.

A Lamsboud
B Entrée
C Gekookte ham
D Relevé

(20 × 1) (20)

Kopiereg voorbehou

1.2 Dui aan of die volgende stellings WAAR of ONWAAR is deur slegs 'Waar' of 'Onwaar' langs die vraagnommer (1.2.1–1.2.10) in die ANTWOORDBOEK neer te skryf.

1.2.1 Om gewig te verloor, moet 'n persoon hulle energie-inname met kos verhoog.

1.2.2 Verminder soutinname deur meer gerieflike klaargemaakte kosse te koop.

1.2.3 Lardeersel ('lard') is soliede vet wat deur verhitting uit ferm varkvleis gesmelt word.

1.2.4 Een funksie van graan is om energie aan die liggaam te verskaf.

1.2.5 Donkergeel vrugte is 'n voedselbron wat ryk is aan vitamien A.

1.2.6 'n Gebalanseerde dieet verskaf die korrekte hoeveelheid vitamiene en minerale.

1.2.7 Proteïenryke voedsel is verantwoordelik vir hemoglobiensintese in rooibloedselle.

1.2.8 Botter is die vet wat verkry word deur room te karring.

1.2.9 Voedsel is enige stof, vloeistof of vaste stof wat mense inneem om lewe en groei te handhaaf.

1.2.10 'n Funksie van fruktose is om hitte en energie te verskaf.

(10 × 1) (10)

1.3 Skryf 'n woord of term vir elk van die volgende beskrywings langs die vraagnommer (1.3.1–1.3.10) in die ANTWOORDBOEK neer.

1.3.1 Hierdie voedingstof stol en krimp wanneer hitte toegedien word.

1.3.2 Wanneer voedsel geëet is, moet dit in die liggaam deur hierdie proses afgebreek word.

1.3.3 Hierdie mineraal vervoer suurstof deur die liggaam na elke sel.

1.3.4 Hierdie maaltyd word tussen 19:00 en 22:00 geëet.

1.3.5 Hierdie soort vet word gemaak van gehidrogeneerde plantvette.

1.3.6 Die vorm wat die kliënt se eise aanteken.

1.3.7 Die proses wanneer klam hitte veroorsaak dat graankorrels water absorbeer en swel.

1.3.8 Die vitamien wat maklik en vinnig deur hitte vernietig word.

1.3.9 Die proses waartydens voedsel afgebreek word en deur die spysverteringskanaal in die bloedstroom ingaan.

1.3.10 Hierdie mineraal is nodig om die hormoon tiroksien te maak.

(10 × 1) (10)

Kopiereg voorbehou

1.4 Kies ’n gereg uit KOLOM B om by ’n land in KOLOM A te pas. Skryf slegs die letter (A–J) langs die vraagnommer (1.4.1–1.4.10) in die ANTWOORDBOEK neer.

KOLOM A		KOLOM B	
1.4.1	Engeland	A	risotto
1.4.2	Frankryk	B	paella
1.4.3	Italië	C	moussaka
1.4.4	Duitsland	D	koekstruif ('trifle')
1.4.5	Switserland	E	sachertorte
1.4.6	Spanje	F	ghoelasj
1.4.7	Griekeland	G	smorgasbord
1.4.8	Hongarye	H	soesji
1.4.9	Skandinawië	I	fondue
1.4.10	Japan	J	escargot

(10 × 1) (10)
[50]

TOTAAL AFDELING A: 50

AFDELING B

VRAAG 2

2.1 Vitamien C word maklik en vinnig vernietig.

Noem DRIE toestande wat hiertoe kan bydra. (3)

2.2 Noem DRIE funksies vir elk van die volgende:

2.2.1 Koolhidrate

2.2.2 Kalsium

2.2.3 Yster

(3 × 3) (9)

2.3 Bespreek kortliks onvolledige proteïene. (3)

2.4 Noem SES bronne van elk van die volgende:

2.4.1 Diervette

2.4.2 Plantvette en -olies

(12)

2.5 Noem die soort en hoeveelheid vet of olie wat per dag nodig is. (2 × 1) (2)

2.6 Noem SES maniere waarop 'n normale dieet aangepas kan word om terapeuties te wees. (6)

2.7 2.7.1 Noem SEWE koskombinasies om in gedagte te hou wanneer 'n spyskaart beplan word. (7)

2.7.2 Noem AGT foute in die spyskaart hier onder met betrekking tot die voedselkombinasies wat jy in VRAAG 2.7.1 genoem het.

AANDETE
Geroomde knoffelsampioene op roosterbrood
Gebraaide steak met sampioensous Gebraaide aartappels Pastaslaai of Knoffelbrood
Wafels met room
Koffie

(8)

[50]

VRAAG 3

3.1 Die hoofsjef het jou versoek om 'n spyskaart saam te stel vir die komende kos-en-wynaand.

Verduidelik die belangrike rol van die volgende faktore:

3.1.1 Vereistes van klante

3.1.2 Mededinging in die area

(2 × 4) (8)

3.2 Onderskei tussen die volgende spyskaarttipes:

3.2.1 Middagete

3.2.2 Buffet

3.2.3 Noenontbyt (‘brunch')

3.2.4 Hoofmaaltyd ('dinner')

3.2.5 Aandete ('supper')

(5 × 2) (10)

3.3 Vertaal die volgende Franse terminologie in Afrikaans:

3.3.1 Saumon fume

3.3.2 Courgette

3.3.3 Entrecote

3.3.4 Jambon

3.3.5 Cafe au lait

3.3.6 Champignon

(6 × 1) (6)

3.4 Daar is 'n aantal foute in die volgende spyskaart.



room-van-botterskorsie-sop
pietersielie-aartappels, broccoli mornay, geglasuurde wortels
gebraaide lamstjops met kruisementsous
Aandete-spyskaart 19/11/2020
koffie
bessiekoekstruif

3.4.1 Noem SES foute met verwysing na die beginsels van die uitleg van 'n spyskaart. (6)

3.4.2 Skryf die spyskaart korrek oor volgens die beginsels van 'n spyskaart. (12)

3.5 Noem VIER tradisionele opsies wat saam met elke ontbyt hier onder bedien word:

3.5.1 Engelse ontbyt

3.5.2 Kontinentale ontbyt



(2 × 4) (8)
[50]

VRAAG 4

4.1 Die beplanning van 'n wynlys is baie belangrik in die spysenieringsbedryf.

4.1.1 Noem die rolspelers wat geraadpleeg moet word in die samestelling van die wynlys. (3)

4.1.2 Noem SES doelwitte van 'n wynlys. (6)

4.2 Noem die gange van 'n SEWE-gangmaaltyd in volgorde.



(7)

4.3 Noem SEWE voedingsriglyne wanneer jy riglyne vir instellings saamstel. (7)

Kopiereg voorbehou

4.4 Noem VYF maniere waarop die sous sjef oorskiet in resepte kan benut. (5 × 2) (10)

4.5 Noem die funksievorm wat vir elk van die volgende nodig is:

4.5.1 ‘n Lys drankies wat vir buitespyseniering afgelewer moet word.

4.5.2 Die klant vul hierdie vorm in as 'n geskrewe bevestiging van die funksie.

4.5.3 Dit gee detail van wat verskaf is.

4.5.4 Dit gee besonderhede oor wat verskaf sal word en die prys daarvan.

(4 × 1) (4)

4.6 Noem die verskil tussen die volgende:

4.6.1 Verversingstoonbankspyskaart ('canteen menu')

4.6.2 Kamerdiensspyskaart

(2 × 3) (6)

4.7 Bespreek SEWE faktore wat die sukses van 'n banket bepaal. (7)

[50]

TOTAAL AFDELING B: 150
GROOTTOTAAL: 200

Kopiereg voorbehou