higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

NASIONALE SERTIFIKAAT

VOEDING- EN SPYSKAARTBEPLANNING N4

(10070274)

28 September 2020 (X-vraestel)
09:00–12:00

Hierdie vraestel bestaan uit 11 bladsye.

115Q1B2028

Kopiereg voorbehou

DEPARTEMENT VAN HOËR ONDERWYS EN OPLEIDING
REPUBLIEK VAN SUID-AFRIKA

NASIONALE SERTIFIKAAT
VOEDSEL- 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 swart of blou pen.
6. Skryf netjies en leesbaar.

Kopiereg voorbehou

AFDELING A

VRAAG 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 (1.1–1.20) in die ANTWOORDBOEK neer.

1.1 Watter een van die groente is ‘n goeie bron van Vitamien A?

A Slaai
B Mielies
C Soetpatats
D Broccoli

1.2 ‘n Voorbeeld van onverfynde An example of unrefined cereal food:

A Tapioka
B Hawermout
C Semolina
D Mieliemeel

1.3 ‘n Funksie van voedsel wat ryk in kalsium is dat dit...

A die liggaam bou en herstel.
B bloed laat stol.
C liggaamsenergie verskaf.
D voedseltekortsiektes voorkom.

1.4 Voedselbronne ryk aan Vitamien A:

A Wortels, melk en neute
B Appelkose, eiergeel en grondboontjies
C Carrots, apricots and spinach
D Eggs, milk and spinach

1.5 Wanneer voedsel ingeneem is, breek die liggaam dit af deur die proses van...

A absorpie.
B peristalse.
C vertering.
D insluk.

1.6 Voedselsoorte wat as die mees belangrike voedselallergene geïdentifiseer kan word is...

A sjokolade, sitrusvrugte en skulpvis.
B rooivleis, melk en eiers.
C piesangs, melk en eiers.
D peule, koring en pampoen.

Kopiereg voorbehou

1.7 Die volgende voedselsoorte word in besnoeiingsdiëte (‘reduction diets’) toegelaat:

A Laevet kaas, ertjies en groente met kaassous, vetkoek
B Verrykte brood, soyaboontjies en spek
C Mielies, neute en volroommelk
D Maervleis, Laevetmelk, soyaboontjies

1.8 Voedsel wat vermy moet word wanneer ‘n laevetdieët gevolg word:

A Saaisouse, eierwitte en volgraanbrood
B Spek eiers en kaas
C Eierwitte, worsies en koeke
D Volgraanbrood, eiers en gebraaide voedsel

1.9 Sachertorte is ‘n tradisionel koek van …

A Suid-Afrika
B Rusland
C Indië
D Oostenryk

1.10 ‘n Lae-proteïendieet is vir pasiënte met …

A hartprobleme.
B lewer- en niersiektes.
C sirrose van die lewer.
D hoë cholesterolvlakke.

1.11 Hierdie maaltyd is tradisioneel in Engeland in die laatmiddag:

A Noenontbyt (‘Brunch)
B Teemaaltyd (‘High tea’)
C Vingerete
D Vurkmiddagete

1.12 Tradisionele, ligte maaltye en versnaperinge wat vanaf ‘n toonbank bedien word:

A Kamerdiens
B Verversingstoonbank (‘Canteen’)
C Bistro
D Buffet

1.13 Dit is die Franse woord vir ‘gereg van die dag’:

A Croissant
B Plat du jour
C A la carte
D Releveé

1.14 Hierdie spyskaart word in die aand aangebied en is minder formeel:

A Hoofmaaltyd
B Vurkbuffet
C Ligte buffet
D Aandete

1.15 Die Franse term vir aptydopwekker:

A Removeé
B Consommé
C Hors d'oeuvres
D Entreé

1.16 Hierdie gereg sal altyd bedien word, maar word nie as 'n gang gesien nie:

A Sorbet
B Koffie
C Kaas
D Stukkonfyt ('Preserve')

1.17 'n Lys voedsel en toerusting wat vir buitespyseniering afgelewer word:

A Versendinglys
B Huweliksonthaalbesprekingsvorm
C Funksiebestelvorm
D Banketbesprekingsvorm

1.18 Hierdie spyskaart word saamgestel om 'n tydperk te dek en teen die einde van die tydperk, kan die spyskaart opnuut gebruik word:

A Ontbytspyskaart
B Kliniese spyskaart
C Middagetes
D Buffetspyskaart

1.19 'n Spyskaartspesifikasie:

A Verseker dat wat met spyskaart bedoel word uitgevoer word
B Is 'n bestelvorm
C Teken klantversoeke aan
D Is 'n vaste spyskaart wat gebruik word en oor 'n tydperk beplan is

1.20 Dit is die eerste van die gange waar vleis bedien word staan bekend as:

A Releveé
B Entrée
C Remové
D Plat du jour

(20 × 1) **[20]**

Kopiereg voorbehou

VRAAG 2

Kies TWEE beskrywings uit KOLOM B om by ’n item in KOLOM A te pas. Skryf slegs die letter (A–J) langs die vraagnommer (2.1–2.5) in die ANTWOORDBOEK neer.

KOLOM A		KOLOM B	
2.1	Proteïengroep	A	verskaf die meeste energie aan die liggaam
2.2	Kalsiumgroep	B	noodsaaklik vir groei- en spierontwikkeling
2.3	Vrugte- en groentegroep	C	verskaf die grootste gedeelte voedsel en stimuleer peristalse
2.4	Graangroep	D	bou sterk bene en tande
2.5	Olies en and vette	E	beskerm liggaamsorgane
		F	help om verkoues te voorkom
		G	help met die stolling van bloed na ‘n besering
		H	verskaf ‘n bron van vetoplosbare vitamiene
		I	help vir die algemene gesondheid van die vel en die slymvliese
		J	bou, herstel en onderhou die liggaam

(10 × 1) **[10]**

VRAAG 3

Kies TWEE items uit KOLOM B om by ’n item in KOLOM A te pas. Skryf slegs die letter (A–J) langs die vraagnommer (3.1–3.5) in die ANTWOORDBOEK neer.

KOLOM A		KOLOM B	
3.1	Kalsium	A	spek
3.2	Fosfor	B	eiers
3.3	Yster	C	seekos
3.4	Natrium	D	lewer
3.5	Jodium	E	melkprodukte
		F	grate van geblikte vis
		G	brood
		H	kakao
		I	voedsel wat met sout gekook is
		J	aartappels

(10 × 1) **[10]**

VRAAG 4

Dui aan of die volgende stellings WAAR of ONWAAR is deur slegs 'Waar' of 'Onwaar' langs die vraagnommer (4.1–4.10) in die ANTWOORDBOEK neer te skryf.

4.1 Spek word deur die Jode as ‘n niekosjer voedselsoort gesien.

4.2 Tipiese Suid-Afrikaanse disse is biltong, ugali en melktert.

4.3 Gedurende die Ramadanweek, eet Hindoes niks vanaf sonsondergang tot sonsopkoms nie.

4.4 Basale metabolie word in kilojoules gemeet.

4.5 Wanneer ‘n baba 1 jaar oud is en kan kou, moet met klein hoeveelhede sagte voedsel begin word.

4.6 Wanneer jy suikerinname wil verminder, sny die inname van peule aangesien dit ryk is aan vesel.

4.7 Wanneer jy aan lewer- of niersiektes ly, vermy voedsel soos vleis, eiers en neute.

Kopiereg voorbehou

4.8 ‘n Goeie reël om te volg wanneer jy ‘n verslankingsdieet volg, is om nie maaltye oor te slaan nie, maar om stadiger te eet en nooit ‘n tweede porsie te neem nie.

4.9 Wanneer spyskaarte vir inrigtings opgestel word, verminder vet-inname en gebruik die minimum sout tydens die kookproses.

4.10 ‘n Meganiese sagte dieet word gebruik vir persone met koors.

(10 × 1) **[10]**

TOTAAL AFDELING A: 50

AFDELING B

VRAAG 5

5.1 Gebruik die tabel hier onder en noem die verskillende voedselbronne van die vrugte- en groentegroepe. Skryf slegs die vraagnommer (5.1.1–5.1.3) en gee DRIE voorbeelde van verskilllende bronne per kategorie.

5.1.1 Voedsel ryk in Vitamien C	5.1.2 Voedsel ryk in Vitamien A	5.1.3 Ander
(3)	(3)	(3)

(9)

5.2 Identifiseer die belangrikste voedselbestanddeel van elke dis wat in die spyskaart hier onder genoem is:

SPYSKAART

Aandete

Kaaps-Maleise botterskorsiesop

Spek in beesdillet gerol met kaassous

Gekruide Basmatirys Mengelslaai

Geposjeerde pere in rooiwyn (6)

5.3 Beskryf die effek van hitte op proteïene. (6)

5.4 Verduidelik die volgende soorte vegetariërs:

5.4.1 Veganis

5.4.2 Ovo-vegetariër

5.4.3 Laktovegetariër

5.4.4 Lakto-ovo-vegetariër

(4 × 2) (8)

Kopiereg voorbehou

5.5 Noem DRIE voedselsoorte wat vermy moet word wanneer die volgende spesiale diëte gevolg word:

5.5.1 Laevetdieet

5.5.2 Laesoutdieet

5.5.3 Laeproteïendieet

(3 × 3) (9)

5.6 Herskryf die spyskaart vir ‘n hoofmaaltyd volgens die beginsels waarop ‘n spyskaart uitgeskryf moet word:

Koffie, geroosterde varkpens met appelsous, bloubessiekaaskoek, jong aartappeltjies met pietersielie, gerookte salmslaai met roomkaas en kappertjiesous, botterskorsiepuree, kruisementertjies

(12)
[50]

VRAAG 6

6.1 Wanneer daar besluit word oor die voedsel wat op die spyskaart van ‘n instansie ingesluit moet word, moet die plek, sowel as die kompetisie in die area in aggeneem word.

Noem AGT ander oorwegings wat ‘n rol speel wanneer ‘n spyskaart saamgestel word. (8)

6.2 Een van die voordele van ‘n voorafbeplande spyskaart is dat goeie spyskaartbeplanning geoefen kan word.

Noem VYF nadele van so ‘n spyskaart. (10)

6.3 Wat moet in gedagte gehou word ten opsigte van taal wanneer ‘n spyskaart saamgestel word? (5)

6.4 ‘n Teemaaltyd (‘High tea’) is baie gewild in Engeland.

3.4.1 Wanneer word die teemaaltyd bedien? (2)

3.4.2 Stel ‘n spyskaart van ‘n tipiese teemaaltyd op. (8)

6.5 Noem die volgorde van die verskillende gange van ‘n VYF-gangmaaltyd. (5)

6.6 Tref ‘n onderskeid tussen:

6.6.1 Skryfbord- (‘Blackboard’) spyskaart (3)

6.6.2 Vertoon op ‘n kennisgewingbord (‘Pin board-back’) (3)

6.7 Tref ‘n onderskeid tussen ‘n Amerikaanse en ‘n Engelse ontbyt. (6)
[50]

Kopiereg voorbehou

VRAAG 7

7.1 Vertaal die volgende Franse disse in Afrikaans:

7.1.1 Caviar

7.1.2 Vin blanc

7.1.3 Champignons

7.1.4 Potage

7.1.5 Ragout

7.1.6 Cannelloni

7.1.7 Jambon

7.1.8 Café au lait

7.1.9 Éclair

7.1.10 Crepé

(10 × 1) (10)

7.2 Noem TWEE kenmerkende verskille tussen die spyskaarte van oggendtee en middagtee. (2 × 2) (4)

7.3 Definieer die volgende soorte spyskaarte:

7.3.1 Table d'hote spyskaart

7.3.2 A la Carte spyskaart

7.3.3 Plat du jour spyskaart

7.3.4 Spyskaart vir 'n spesiale funksie

(4 × 3) (12)

7.4 Noem 10 inligtingsstukke wat spyseniers vooraf moet weet voordat hulle 'n funksie kan begin beplan. (10)

7.5 Noem TWEE rolspelers wat betrokke is by, en EEN ander aspek wat betrokke is by die beplanning van 'n wynlys. (3)

7.6 Noem TWEE voordele en TWEE nadele van 'n table d'hôte spyskaart.

(2 × 2) (4)

7.7 Hoeveel gange is daar in 'n tradisionele spyskaart vir 'n hoofmaaltyd? (1)

Kopiereg voorbehou

7.8 Om ‘n funksie doeltreffend te beplan, word daar papierwerk vereis.

Verduidelik die inhoud van die volgende papierwerk:

7.8.1 Bestelvorm vir funksie

7.8.2 Prospektus vir funksie

7.8.3 Kwotasiebrief

7.8.4 Banketbesprekingsvorm

7.8.5 Huweliksonthaalbesprekingsvorm.

7.8.6 Versendlys

(6 × 1) (6)
[50]

TOTAAL AFDELING B: 150
GROOTTOTAAL: 200

Kopiereg voorbehou