

- TEST -  
oposiciones

tutemario



TEMARIO OPOSICIONES  
AUXILIAR DE  
COCINA

---

(TEMAS ESPECÍFICOS DE LA AGRUPACIÓN PROFESIONAL,  
GENERAL PARA CUALQUIER ORGANISMO)

**ENA**

*TEST OPOSICIONES AUXILIAR DE COCINA*

*Editorial ENA*

*ISBN: 979-13-87829-21-6*

*DOCUMENTACIÓN PARA OPOSICIONES*

*Depósito Legal según Real Decreto 635/2015*

*Prohibido su REPRODUCCION TOTAL O PARCIAL SIN PERMISO DE EDITORIAL ENA*

## INTRODUCCIÓN:

Vamos a desarrollar en este LIBRO DE TEST, preguntas tipo test de 4 respuestas alternativas, basadas en 14 temas solicitados para el estudio de la fase de oposición de cualquier organismo o ayuntamiento, para OPOSICIONES DE COCINA.

Se han seleccionado, los temas más importantes, y que más suelen salir en los temarios de Cocina, para que sirva de estudio a cualquier persona y de cualquier comunidad autónoma.

Los temas que desarrollamos aquí son los siguientes:

1. Condiciones higiénico-sanitarias. Manipulador de alimentos. Normativa actual vigente al respecto. Reglamentación técnico-sanitaria actual de aplicación en comedores colectivos.
2. La Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales: Objeto, ámbito de aplicación y definiciones. Derechos y obligaciones en el área de cocina.
3. Maquinaria empleada en la cocina. Utilización y mantenimiento. Utensilios para la elaboración de comidas. Términos culinarios de mayor uso.
4. Manipulación de alimentos. Higiene necesaria en su elaboración. Higiene de los locales y útiles de trabajo. Hábitos higiénicos del manipulador. Higiene personal. Limpieza de despensas y cámaras frigoríficas.
5. Conocimiento de la composición nutritiva de los alimentos. Alimentación y nutrición: definición y distintas formas de clasificación de los alimentos. Concepto de alimento. La pirámide de los alimentos. Conceptos básicos sobre los distintos tipos de dietas.
6. Conservación de géneros crudos, semielaborados y elaborados. Métodos de envasado y conservación. Fases y puntos clave durante el desarrollo de las técnicas de envasado y conservación.
7. El sistema de análisis de peligros y puntos de control críticos (APPCC) en la industria alimentaria. Principios y Prerrequisitos. Responsabilidades del Operario de Cocina dentro del sistema APPCC, como manipulador de alimentos.
8. Sopas y purés: ingredientes y preparación.
9. Huevos: mantenimiento y manipulación. Tortillas: ingredientes y preparación.
10. Arroz blanco. Pasta: ingredientes y preparación. Ensaladas más habituales.
- 11 Cocidos y estofados de legumbres, patatas y verduras. Generalidades para su preparación.
12. Las carnes: mantenimiento y conservación. Generalidades sobre la elaboración de platos de carne.
13. Los pescados: mantenimiento y conservación. Generalidades sobre la elaboración de platos de pescado.
14. Manipulación y conservación de lácteos y postres.

## ÍNDICE:

INTRODUCCIÓN: .....	3
ÍNDICE:.....	4
1. CONDICIONES HIGIÉNICO-SANITARIAS. MANIPULADOR DE ALIMENTOS. NORMATIVA ACTUAL VIGENTE AL RESPECTO. REGLAMENTACIÓN TÉCNICO-SANITARIA ACTUAL DE APLICACIÓN EN COMEDORES COLECTIVOS.....	5
2. LA LEY 31/1995, DE 8 DE NOVIEMBRE, DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES: OBJETO, ÁMBITO DE APLICACIÓN Y DEFINICIONES. DERECHOS Y OBLIGACIONES EN EL ÁREA DE COCINA.....	47
3. MAQUINARIA EMPLEADA EN LA COCINA. UTILIZACIÓN Y MANTENIMIENTO. UTENSILIOS PARA LA ELABORACIÓN DE COMIDAS. TÉRMINOS CULINARIOS DE MAYOR USO. ....	51
4. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS. HIGIENE NECESARIA EN SU ELABORACIÓN. HIGIENE DE LOS LOCALES Y ÚTILES DE TRABAJO. HÁBITOS HIGIÉNICOS DEL MANIPULADOR. HIGIENE PERSONAL. LIMPIEZA DE DESPENSAS Y CÁMARAS FRIGORÍFICAS. ....	140
5. CONOCIMIENTO DE LA COMPOSICIÓN NUTRITIVA DE LOS ALIMENTOS. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: DEFINICIÓN Y DISTINTAS FORMAS DE CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS. CONCEPTO DE ALIMENTO. LA PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS. CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE LOS DISTINTOS TIPOS DE DIETAS.....	170
6. CONSERVACIÓN DE GÉNEROS CRUDOS, SEMIELABORADOS Y ELABORADOS. MÉTODOS DE ENVASADO Y CONSERVACIÓN. FASES Y PUNTOS CLAVE DURANTE EL DESARROLLO DE LAS TÉCNICAS DE ENVASADO Y CONSERVACIÓN. ....	231
7. EL SISTEMA DE ANÁLISIS DE PELIGROS Y PUNTOS DE CONTROL CRÍTICOS (APPCC) EN LA INDUSTRIA ALIMENTARIA. PRINCIPIOS Y PRERREQUISITOS. RESPONSABILIDADES DEL OPERARIO DE COCINA DENTRO DEL SISTEMA APPCC, COMO MANIPULADOR DE ALIMENTOS. ....	242
8. SOPAS Y PURÉS: INGREDIENTES Y PREPARACIÓN.....	269
9. HUEVOS: MANTENIMIENTO Y MANIPULACIÓN. TORTILLAS: INGREDIENTES Y PREPARACIÓN.....	275
10. ARROZ BLANCO. PASTA: INGREDIENTES Y PREPARACIÓN. ENSALADAS MÁS HABITUALES.....	283
11. COCIDOS Y ESTOFADOS DE LEGUMBRES, PATATAS Y VERDURAS. GENERALIDADES PARA SU PREPARACIÓN. ....	293
12. LAS CARNES: MANTENIMIENTO Y CONSERVACIÓN. GENERALIDADES SOBRE LA ELABORACIÓN DE PLATOS DE CARNE. ....	297
13. LOS PESCADOS: MANTENIMIENTO Y CONSERVACIÓN. GENERALIDADES SOBRE LA ELABORACIÓN DE PLATOS DE PESCADO. ....	300
14. MANIPULACIÓN Y CONSERVACIÓN DE LÁCTEOS Y POSTRES. ....	308
SOLUCIONARIO .....	312

**1. Condiciones higiénico-sanitarias. Manipulador de alimentos. Normativa actual vigente al respecto. Reglamentación técnico-sanitaria actual de aplicación en comedores colectivos.**

TEST REGLAMENTO CE 178/2002:

**1. ¿Cuál es el objetivo principal del Reglamento (CE) nº 178/2002?**

- a) Garantizar la competitividad de las empresas alimentarias.
- b) Asegurar un nivel elevado de protección de la salud y los intereses de los consumidores.
- c) Fomentar la producción primaria de alimentos.
- d) Establecer un marco específico para la venta de productos animales.

**2. Según el Reglamento (CE) nº 178/2002, ¿en qué fase de la cadena alimentaria no se aplica el reglamento?**

- a) La producción primaria para uso privado.
- b) La comercialización de productos agrícolas.
- c) La distribución de alimentos procesados.
- d) El transporte de productos alimenticios.

**3. ¿Qué es un "alimento" según el artículo 2 del Reglamento (CE) nº 178/2002?**

- a) Cualquier sustancia destinada a ser ingerida por los seres humanos.
- b) Solo los productos procesados destinados al consumo.
- c) Medicamentos y productos alimenticios procesados.
- d) Solo las bebidas y la goma de mascar.

**4. ¿Qué tipo de productos NO se consideran alimentos según el Reglamento (CE) nº 178/2002?**

- a) Productos lácteos.
- b) Bebidas alcohólicas.
- c) Piensos y tabaco.
- d) Goma de mascar.

3. Maquinaria empleada en la cocina. Utilización y mantenimiento. Utensilios para la elaboración de comidas. Términos culinarios de mayor uso.

**200. ¿Cuántas zonas se pueden encontrar en la distribución de una cocina colectiva?**

- a) 4
- b) 6
- c) 7
- d) 8

**201. ¿Cuál es el Real Decreto que establece las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas?**

- a) Real Decreto 486/1997
- b) Real Decreto 487/1995
- c) Real Decreto 3484/2000
- d) Real Decreto 5/2015

**202. En la distribución física de una cocina colectiva ¿Cuál es el mínimo de m<sup>2</sup> que tendrá?**

- a) 10 m<sup>2</sup>
- b) 20 m<sup>2</sup>
- c) 30 m<sup>2</sup>
- d) 40 m<sup>2</sup>

**203. La superficie total de la cocina y de las superficies subordinadas que ocupa el personal de servicio será con una proporción dentro de la superficie total de la cocina de:**

- a) 1:1
- b) 2:1
- c) 3:1
- d) 1:2

**4. Manipulación de alimentos. Higiene necesaria en su elaboración. Higiene de los locales y útiles de trabajo. Hábitos higiénicos del manipulador. Higiene personal. Limpieza de despensas y cámaras frigoríficas.**

**TEST NORMATIVA MANIPULADOR ALIMENTOS, COMEDORES Y ALIMENTACIÓN:**

**624. ¿Qué temperatura debe alcanzarse en el centro del alimento para asegurar una cocción completa?**

- a) 70°C.
- b) 50°C.
- c) 40°C.
- d) 60°C.

**625. Según el Real Decreto 109/2010, ¿quién tiene la obligación de garantizar que los manipuladores de alimentos reciban una formación adecuada?**

- a) La Administración Sanitaria.
- b) Las asociaciones de consumidores.
- c) Las propias empresas alimentarias.
- d) Los sindicatos del sector.

**626. ¿Cuál es el objetivo principal de las normas para manipuladores de alimentos?**

- a) Garantizar la reducción de residuos plásticos.
- b) Evitar la contaminación, conservar adecuadamente los alimentos y prevenir enfermedades transmitidas por alimentos.
- c) Asegurar la venta libre de alimentos sin etiquetado.
- d) Permitir el acceso sin control a las cocinas colectivas.

**627. Según el Reglamento (CE) 852/2004, ¿qué sistema deben aplicar los establecimientos alimentarios para garantizar la higiene?**

- a) El sistema HACCP (Hazard Analysis and Control of Contaminants).
- b) El sistema APPCC (Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico).
- c) El método FIFO (First In First Out).
- d) El control microbiológico por lotes.

**5. Conocimiento de la composición nutritiva de los alimentos. Alimentación y nutrición: definición y distintas formas de clasificación de los alimentos. Concepto de alimento. La pirámide de los alimentos. Conceptos básicos sobre los distintos tipos de dietas.**

**TEST CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS: ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN:**

**765. ¿En qué gama están clasificadas las verduras crudas, cortadas, lavadas y envasadas en atmosfera modificada?**

- a) Primera gama.
- b) Segunda gama.
- c) Tercera gama.
- d) Cuarta gama.

**766. ¿Qué es un alimento perecedero?**

- a) Todos los que se hayan en una cocina.
- b) Son los que, por sus características, exigen condiciones especiales de conservación en sus periodos de almacenamiento.
- c) Son los que, por sus características, exigen condiciones especiales de conservación en sus periodos de almacenamiento y transporte.
- d) Son aquellos que, a nuestro juicio, han sido adulterados.

**767. La información nutricional de un alimento se compone de:**

- a) Su valor energético y su peso en gramos.
- b) Su valor energético y determinados nutrientes.
- c) Su valor energético y su calidad.
- d) Solo su valor energético.

**768. Desde que momento entro en vigor la obligación de añadir la información nutricional en todos los productos:**

- a) 5 de marzo de 2018
- b) 29 de octubre de 2009
- c) 13 de diciembre de 2016
- d) 3 de enero de 2009

## 6. Conservación de géneros crudos, semielaborados y elaborados. Métodos de envasado y conservación. Fases y puntos clave durante el desarrollo de las técnicas de envasado y conservación.

TEST REAL DECRETO 1334/1999:

**1055. ¿Qué debe garantizarse según el Real Decreto 1334/1999 sobre el etiquetado de productos alimenticios?**

- a) Que el etiquetado sea visible en todo el proceso de producción.
- b) Que los productos contengan alérgenos.
- c) Que la información sea clara y no induzca a error al consumidor.
- d) Que los productos se etiqueten en el momento de su envasado.

**1056. ¿Qué implica el concepto de "cadena de frío"?**

- a) Mantener los alimentos congelados a temperaturas menores de -50°C en todo el proceso de almacenamiento.
- b) Conservar los alimentos a temperatura ambiente hasta su consumo.
- c) Mantener los alimentos refrigerados o congelados a temperaturas adecuadas desde su producción hasta el consumidor final.
- d) Alternar periodos de frío y calor para eliminar microorganismos.

**1057. ¿Cuál es el propósito del envasado al vacío?**

- a) Añadir conservantes químicos al alimento.
- b) Retirar todo el oxígeno para evitar el desarrollo de microorganismos en los alimentos.
- c) Cocinar alimentos en un ambiente libre de oxígeno.
- d) Aumentar la cantidad de humedad en los alimentos envasados.

**1058. ¿Qué prohíbe el artículo 4.1 respecto al etiquetado de productos alimenticios?**

- a) Usar colores llamativos en las etiquetas.
- b) Atribuir efectos preventivos o curativos a un producto alimenticio sin estar autorizado.
- c) Incluir imágenes de alimentos procesados en envases de productos frescos.
- d) Omitir la fecha de caducidad en las etiquetas.

## 11 Cocidos y estofados de legumbres, patatas y verduras. Generalidades para su preparación.

**1336. ¿Cuál es la diferencia entre un cocido y un estofado?**

- a) No hay diferencia, son sinónimos.
- b) El cocido se cocina a fuego lento, mientras que el estofado se cocina a fuego alto.
- c) El cocido se cocina en una olla grande, mientras que el estofado se cocina en una olla pequeña.
- d) El cocido se cocina en abundante líquido, mientras que el estofado se cocina en poco líquido.

**1337. ¿En qué cocido de la gastronomía española, se sirve, tradicionalmente, la sopa como último plato?**

- a) Montañés.
- b) Maragato.
- c) Madrileño.
- d) Extremeño.

**1338. ¿Qué complemento llevan las patatas lionesas?**

- a) Cebolla frita.
- b) Leche y puerros.
- c) Zumo de limón.
- d) Ajo y perejil.

**1339. ¿Cuál es el ingrediente principal en la elaboración de una parmentiere?**

- a) Zanahoria.
- b) Hígado de pato.
- c) Patatas.
- d) Manzanas.

**1340. ¿Qué es el ragú?**

- a) Un guiso de carne con patatas y verduras.
- b) Una pieza de carne procedente del cuarto trasero.
- c) Un filete grueso.
- d) Una especie de corte de carne.

# SOLUCIONARIO