



Castilla-La Mancha



# **CUESTIONARIO DE RESPUESTAS ALTERNATIVAS**

## **EXTRAORDINARIO**

**CATEGORÍA PROFESIONAL: COCINERO/A  
ACCESO: LIBRE**

**RESOLUCIÓN DE CONVOCATORIA LIBRE: 22 de marzo de 2021  
(D.O.C.M. nº 62, de 31 de marzo de 2021)**

**En Toledo, a 01 de DICIEMBRE de 2021**

1. Según el ministerio de agricultura, pesca y alimentación, de las siguientes carnes, cual es la que contiene menos grasa por 100gr de porción comestible
  - a) ciervo
  - b) pollo
  - c) conejo
  - d) pavo deshuesado sin piel
  
2. **¿Cuál es la pieza de mayor tamaño en el cuarto trasero del vacuno mayor?**
  - a) cadera
  - b) babilla
  - c) falda
  - d) tapa
  
3. **Requisitos que debe cumplir una adecuada dieta equilibrada (señalar la incorrecta):**
  - a) Que el número de calorías aportado sea el suficiente para llevar a cabo los procesos metabólicos y de trabajo físico necesarios
  - b) Que suministre suficientes nutrientes con funciones plásticas y reguladoras.
  - c) Que las cantidades en cada uno de los nutrientes estén equilibradas entre sí
  - d) Que se introduzcan modificaciones para mejorar el perfil de los glúcidos, favoreciendo el predominio de los hidratos de carbono simples, priorizando los monosacáridos
  
4. **¿Qué es la rotura de stocks?**
  - a) Que el nivel de stock de un producto está por encima del nivel de stock máximo. Se ocupa innecesariamente espacio en el almacén.
  - b) Es cuando se requiere modificar menús para dar salida al exceso de stock de uno o varios productos
  - c) Es cuando se está justo por encima del nivel de stock mínimo, lo que puede requerir hacer pedidos fuera de tiempo, lo que supone un coste
  - d) La falta de un producto, que puede comprometer la oferta gastronómica del establecimiento
  
5. **Según el artículo 30 del Real Decreto 1086/2020 de 9 de diciembre, las comidas testigo:**
  - a) Se recogerán tras la elaboración y estarán claramente identificadas y fechadas, conservadas en refrigeración a una temperatura igual o inferior a cuatro grados centígrados durante un mínimo de siete días y la cantidad corresponderá a una ración individual de como mínimo cien gramos.
  - b) Se recogerán durante el servicio y estarán claramente identificadas y fechadas, conservadas en refrigeración a una temperatura igual o inferior a cuatro grados centígrados durante un mínimo de 6 días y la cantidad corresponderá a una ración individual de como mínimo cien gramos.
  - c) Se recogerán tras la elaboración y estarán claramente identificadas y fechadas, conservadas en congelación a una temperatura mínima de -20°C grados centígrados durante un mínimo de siete días y la cantidad corresponderá a una ración individual de como mínimo cien gramos
  - d) Se recogerán durante la elaboración y estarán claramente identificadas y fechadas, conservadas en refrigeración a una temperatura igual o inferior a cuatro grados centígrados durante un mínimo de cuatro días y la cantidad corresponderá a una ración individual de como mínimo cien gramos.
  
6. **Contenedores de reciclaje, ¿qué NO se debe depositar en el contenedor verde?**
  - a) Botellas de vidrio (licores, vino, cava, cerveza, etc.)
  - b) Vasos y vajillas de cristal
  - c) Tarros de vidrio de alimentos (de mermelada, conservas, vegetales y similares).
  - d) Frascos de vidrio (de perfumes, colonia, cremas, etc)
  
7. **Según Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición, para evitar el anisakis, no es necesario congelar:**
  - a) Calamar
  - b) Mejillones
  - c) Bacaladitos
  - d) Atún
  
8. **Cuando los manipuladores de alimentos manejan alimentos crudos y cocinados sin la debida separación ni diferenciación de utensilios, se produce**
  - a) Alteración y contaminación de alimentos siempre de origen químico
  - b) Alteración y contaminación de alimentos siempre de origen físico
  - c) Contaminación cruzada.
  - d) Enranciamiento de las grasas por oxidación

9. **Para la lucha contra plagas el encargado del establecimiento contratará o elaborará y aplicará**
- Un programa de desinsectación
  - Un programa de limpieza y desinfección de las zonas contaminadas
  - Un sistema de trampas para capturar insectos y roedores
  - Un programa de desinsectación y desratización, basado en el análisis de peligros y puntos de control crítico, que cumpla con la normativa vigente
10. **En el marco de las exigencias contempladas por la legislación vigente, en materia de manipuladores de alimentos:**
- Los responsables de los establecimientos garantizarán que los manipuladores dispongan de una formación adecuada, en materia de higiene alimentaria, de acuerdo a la actividad laboral que desarrollen.
  - Los trabajadores de los establecimientos serán responsables de aportar el certificado de manipulador de acuerdo a la normativa vigente.
  - Los manipuladores deberán demostrar la formación adecuada a su puesto de trabajo
  - Los manipuladores de alimentos deben acudir aseados a su puesto de trabajo
11. **Según el Real Decreto 140/2003, de 7 de febrero, por el que se establecen los criterios sanitarios de la calidad del agua de consumo humano. la responsabilidad de asegurar que el agua suministrada es apta para el consumo humano en el punto de entrega al consumidor recae:**
- Exclusivamente en el personal del establecimiento
  - En la empresa de gestión del programa de autocontrol
  - En el municipio y/o la empresa de gestión de aguas
  - Es responsabilidad de la empresa alimentaria y debe estar reflejada en el programa de autocontrol
12. **De las características de los desinfectantes ¿cuál no es correcta?**
- No ser corrosivos
  - No ser tóxicos
  - Presentar una actividad corta.
  - Ser fácilmente solubles en agua
13. **Las cámaras frigoríficas**
- Deberán estar dotadas de termómetro e indicador de humedad interior. La temperatura de las cámaras dependerá de los productos que se van a conservar, pero que estarán entre 0 y 3 °C, para pescados y carnes y entre 3 y 7 °C para lácteos, frutas o verduras
  - Deberán estar dotadas de indicador de humedad interior. La temperatura de las cámaras dependerá de los productos que se van a conservar, pero que estarán entre 3 y 7 °C, para pescados y carnes y entre 0 y 3 °C para lácteos, frutas o verduras.
  - Son frigoríficos que bajan rápidamente la temperatura de los alimentos que acaban de ser cocinados
  - Son cámaras destinadas a la conservación de productos por largo tiempo, para lo cual deben tener una temperatura de -18°C y una humedad de 50%.
14. **Las cocinas formadas por fogones, planchas, parrillas, hornos, etc. Adosadas a la pared, y que son utilizadas por un solo lado.**
- Cocinas centrales.
  - Cocinas convencionales
  - Cocinas modulares
  - Cocinas murales
15. **El baño maría.**
- Su funcionamiento puede ser a gas o eléctrico, y se utiliza para mantener calientes distintas preparaciones culinarias durante el servicio de cocina
  - Equipamiento de cocina que se utiliza en la limpieza de cristalería vajilla y cubertería
  - Elemento de cocina adecuado para cocciones lentas y prolongadas como estofados, y guisos
  - Pila específica para la limpieza en frío de hortalizas y verduras en crudo.
16. **Colador de red metálica utilizado para colar cremas o salsa finas.**
- Chino
  - Escurridor
  - Pasa puré
  - Colador de malla

17. **Definición de Espuela en cocina**
- a) Espátula de goma utilizada para recoger o aprovechar los restos de una preparación adheridos a un recipiente.
  - b) Pequeña herramienta con forma de seta que se utiliza para ayudar a pasar géneros por el tamiz.
  - c) Herramienta de forma cilíndrica que se utiliza para extraer el corazón y semillas de las manzanas
  - d) Herramienta compuesta por una rueda giratoria y afilada para cortar masas estiradas finas.
18. **¿A qué llamamos Económico en cocina?**
- a) Herramienta para pelar patatas y hortalizas
  - b) Sistema de producción que se basa en aprovechar al máximo los distintos géneros evitando así las posibles mermas y derroches
  - c) Es un colador ancho de malla que se emplea para aligerar o afinar géneros como harina o pan rallado
  - d) Rejilla que se utiliza para escurrir géneros que van napados con una salsa, recogiendo el exceso de la misma.
19. **A qué se refiere la siguiente definición: Introducir un género, entero o fraccionado, crudo en un preparado formado por diversos ingredientes como especias, hiervas aromáticas, hortalizas de condimentación, vinagres, aceite, vino, sal, etc. con el fin de darle un aroma especial, ablandarlo o simplemente conservarlo.**
- a) Marinar
  - b) Escabechar
  - c) Adobar
  - d) Macerar
20. **Pieza de bufet, formada por los dos lomos de un pescado.**
- a) Suprema
  - b) Trancha
  - c) Darné
  - d) Popieta
21. **Despojar a una langosta o similar del corai y resto de materia del interior de su cabeza.**
- a) Eviscerar.
  - b) Desangrar.
  - c) Decantar.
  - d) Aviar.
22. **¿Qué es Rectificar?**
- a) Dividir un género en porciones para racionarlo.
  - b) Poner un género en agua fría, inmediatamente después de cocido, para paralizar la cocción lo más rápido posible.
  - c) Poner a punto de sabor o color una elaboración culinaria para su finalización.
  - d) Añadir pasta nueva a una ya trabajada
23. **Son ventajas de la conservación de los alimentos envasados al vacío:**
- a) Se producen menos pérdidas de género, se aprovechan mejor los sistemas de trabajo al poder distribuir mejor las tareas, se mejora el uso de los espacios de conservación en las cámaras.
  - b) Se producen menos pérdidas de género, se aprovechan mejor los sistemas de trabajo al poder distribuir mejor las tareas, pero se necesita un mayor espacio de conservación en cámaras
  - c) Se producen menos pérdidas de género, se aprovechan mejor los sistemas de trabajo al poder distribuir mejor las tareas, se mejora la conservación al no necesitar cámaras
  - d) No existen ventajas significativas sobre otros sistemas de conservación
24. **Se refiere a los productos que entran en la empresa y permite conocer las materias primas que entran a formar parte de un producto, envases y otros materiales utilizados, así como sus proveedores**
- a) Trazabilidad interna.
  - b) Trazabilidad hacia atrás.
  - c) Inventario.
  - d) Trazabilidad hacia delante.

25. Se trata de una cocina de regeneración, situada en la zona de consumo
- Cocina central
  - Cocina de ensamblaje
  - Cocina satélite
  - Cocina de consumo.
26. La cocción, principalmente de verduras verdes, en abundante agua salada hirviendo, con refrescado inmediato se denomina:
- A la francesa
  - A la inglesa
  - Hervido
  - A la alemana
27. La técnica que se basa en la emulsión de un producto al salir por la acción del aire comprimido con que se carga el sifón. Para dar estabilidad a esta emulsión debemos añadirle colas de pescado y un poco de nata se utiliza en la cocina de vanguardia para la elaboración de
- Aires
  - Espumas
  - Chatilly
  - Bizcochos
28. Se definen como productos de 4ª gama:
- Se refiere a productos de larga conservación como chorizos, jamones, etc.
  - Salsas, cremas y postres sometidos a una temperatura final de conservación de entre -18°C a -22°C
  - Frutas y hortalizas frescas, lavadas y preparadas para el consumo y prestadas siempre bajo atmósferas modificadas.
  - Los productos deshidratados y posteriormente cocinados
29. La esterilización es un proceso que consiste en:
- Aplicar temperaturas entre 115° C y 130° C durante 15-30 minutos.
  - Aplicar temperaturas entre 72° C y 75° C durante 5 minutos.
  - Aplicar una temperatura de 140° C durante 5 segundos.
  - Aplicar temperaturas de -18° C durante 24 horas.
30. En el momento de la recepción de la mercancía:
- Se deben reclamar de forma inmediata los daños y desperfectos visibles.
  - Se pospone la revisión de la mercancía hasta el momento de utilizarla.
  - El proveedor es el encargado de colocar y revisar las mercancías
  - Si esta no está en buenas condiciones no firmaremos el recibo.
31. ¿Qué intervalo de temperatura se conoce con el nombre "zona de peligro" o "zona de máximo riesgo", que es la temperatura más óptima donde crecen los microorganismos?
- De +7° C a +65° C.
  - De +7° C a +65° C.
  - De +65° C a +100° C.
  - De 0° C a +7° C.
- 32.Cuál de las siguientes es una norma de higiene para aplicar con los alimentos
- Enfriar los alimentos a temperatura ambiente.
  - No dejar cajas de cartón, de madera o pales en las cámaras de conservación.
  - Todos los alimentos cocinados se almacenarán en la cámara con recipientes con rejilla para eliminar los jugos
  - Las preparaciones elaboradas con productos lácteos no requieren de vigilancia
33. En las freidoras eléctricas una vez que iniciamos la fritura con aceite (excepto mantequillas o margarinas):
- No superaremos los 150° C ya que el aceite comienza a descomponerse y alterarse con rapidez.
  - No deben mezclarse distintos tipos de aceite para freír, ya que cada uno tiene una temperatura diferente de calentamiento.
  - Si necesitamos añadir aceite debemos apagar la freidora y esperar que baje la temperatura
  - La grasa de una freidora puede ponerse a arder por exceso de calentamiento en ese caso intentaremos apagar el fuego con agua.

34. **Cómo se denomina la forma de conservación de los alimentos que se basa en la reducción del contenido de agua utilizando las condiciones ambientales naturales:**
- Adobos
  - Liofilización
  - Deshidratación
  - Salazón
35. **Indique cuál de los siguientes grupos es el adecuado para realizar un caldo blanco**
- Agua, harina, zumo de limón, aceite y sal
  - Vino blanco, agua, sal y pimienta
  - Leche, harina, agua y aceite
  - Fondo blanco, harina, aceite y sal
36. **De los siguientes grupos, señale cual es el más óptimo para el consumo en primavera, según la estacionalidad de las mismas**
- Berenjena, tomate, judía verde
  - Maíz, brócoli, pimiento verde
  - Coliflor, apio, endibias
  - Remolacha, alcachofas, habas
37. **De acuerdo con su contenido graso, calculado en peso sobre el extracto seco, un queso se clasifica como semigraso cuando:**
- Contenga un mínimo del 40 por 100
  - Contenga un mínimo del 25 por 100
  - Contenga un mínimo del 35 por 100
  - Contenga menos de 25 por 100
38. **La naturaleza de la cascara del huevo:**
- Es calcárea de carácter poroso
  - Es caliza de carácter poroso
  - Es caliza de carácter no poroso
  - Es calcárea de carácter no poroso
39. **Son especias de semillas:**
- Canela, clavo
  - Anís estrellado, comino
  - Alcaparra, azafrán
  - Nuez moscada, mostaza
40. **¿Cómo podemos identificar el frescor del pescado?**
- Por presentar agallas de color morado
  - Por presentar ojos brillantes, esféricos y saltones
  - Por contener las aletas restos de babas
  - Por presentar sus ojos la córnea lechosa y opaca
41. **El "abadejo" es:**
- Una técnica de adobo típica de Asturias
  - Un tipo de arroz murciano
  - Un pescado parecido al lenguado
  - Un pescado de la familia del bacalao
42. **Indica el nutriente que se encuentra en mayor proporción en el arroz**
- Proteína
  - Grasas saturadas
  - Hidratos de carbono
  - Vitaminas y minerales
- 
43. **Señale la respuesta correcta sobre los aceites refinados**
- No son aptos para el consumo, porque se someten a procesos químicos
  - Son aceites sólidos a temperatura ambiente.
  - Son aceites que se someten a procesos físicos y químicos para hacerlos aptos para el consumo.
  - El aceite de oliva virgen es un aceite refinado.

44. **Indicar la respuesta verdadera, en relación al consumo preferente del aceite de oliva**
- Máximo de 12 meses
  - Se regula por ley
  - La fija el envasador, bajo su responsabilidad
  - Es mínimo de 12 meses
45. **En restaurantes se sustituirá el huevo por ovoproductos pasteurizados**
- En todos los casos
  - Excepto cuando estos alimentos sigan un posterior tratamiento térmico no inferior a 75° C en el centro de los mismos
  - Excepto cuando estos alimentos sigan un posterior tratamiento térmico no inferior a 65° C en el centro de los mismos
  - Es responsabilidad del cocinero
46. **Las recomendaciones de consumo diario de sal, según la OMS es:**
- De 5 a 8 gramos
  - Menor o igual a 5 gramos
  - Menor a 10 gramos
  - Mayor o igual a 5 gramos
47. **El producto obtenido por la simple mezcla de varias especias entre sí y/o con otras sustancias alimenticias autorizadas por la legislación es:**
- Sucedáneo de especias
  - Especia
  - Sazonador
  - Condimento aromático
48. **El momento idóneo para añadir las hierbas aromáticas es:**
- No influye porque los aromas no se pierden con la evaporación
  - Al principio, para que se activen con el calor
  - Al final de la elaboración para que persistan los aromas
  - Se deben cocinar a parte para que no produzcan olores extraños
49. **El Anisakis**
- Es un microorganismo que se encuentra en pescado fresco
  - Es un parásito que se puede encontrar en ciertos productos de la pesca
  - Se encuentra en pescados que no se han conservado a temperatura adecuada
  - Todo tipo de pescados deben congelarse antes de su consumo para prevenir la enfermedad
50. **Los productos de la pesca:**
- Se transportarán manteniéndose a temperatura próxima a la fusión del hielo.
  - Se regarán con agua con frecuencia
  - A temperatura ambiente
  - Sumergidos en agua fría
51. **Según el Reglamento 1169/2011, sobre la información alimentaria facilitada al consumidor, cual de estos grupos no se identifican todos sus componentes como alérgenos:**
- Apio, huevos y sulfitos
  - Mostaza, soja y sulfitos
  - Moluscos, almidón de arroz y soja
  - Huevo, altramuces y frutos de cáscara
52. **Son características de una alergia alimentaria:**
- El organismo no puede asimilar correctamente un alimento o uno de sus componentes
  - No interviene el sistema inmunológico
  - Interviene el sistema inmunológico
  - Se pueden consumir pequeñas cantidades de alimentos sin que den síntomas

53. **El APPCC**
- a) Es una etapa o fase crítica decisiva para garantizar la seguridad y salubridad de los alimentos
  - b) Es un pre-requisito
  - c) Es una guía de buenas prácticas de higiene
  - d) Es un método de identificación, análisis, evaluación y control de riesgos asociados en la industria alimentaria
54. **La Ley que regula la Igualdad entre mujeres y hombres en Castilla-La Mancha es:**
- a) Ley 3/2007, de 22 de marzo, para la Igualdad efectiva entre Mujeres y Hombres de Castilla-La Mancha
  - b) Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la Igualdad efectiva entre hombres y mujeres.
  - c) Ley 12/2010, de 18 de noviembre, de Igualdad entre Mujeres y Hombres de Castilla-La Mancha.
  - d) Ley Orgánica 12/2010, de 18 de noviembre, de Igualdad efectiva entre Hombres y Mujeres de Castilla-La Mancha
55. **Según la Ley 12/2010 de igualdad entre mujeres y hombres de Castilla-La Mancha, la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, para favorecer la conciliación de la vida personal, familiar y laboral adoptará varias medidas, indicar la correcta:**
- a) El acceso preferente, durante dos años, a los cursos de formación para las personas que se han reincorporado al servicio o actividad laboral después de un permiso, o suspensión de contrato de trabajo por maternidad, adopción o acogimiento
  - b) Realización de un horario fijo reducido preestablecido, siempre y cuando así lo permita la naturaleza del puesto de trabajo desempeñado y las necesidades del servicio.
  - c) La realización de un horario flexible, siempre que se alcancen los objetivos predeterminados y lo permitan la naturaleza de los puestos de trabajo y las necesidades del servicio.
  - d) Se establecerán, planes de conciliación que incluirán, exclusivamente, aspectos relacionados con tiempos de trabajo y horarios.
56. **De conformidad con el Decreto 22/2006, de 7 de marzo, sobre establecimientos de comidas preparadas, las comidas-testigo representativas de las comidas preparadas diariamente:**
- a) Se conservarán congeladas a una temperatura de  $\leq -15^{\circ}\text{C}$ , tanto las comidas refrigeradas como las congeladas, durante al menos cuatro días.
  - b) Se conservarán durante tres días en recipientes estancos, fechados correctamente.
  - c) Se guardará al menos la cantidad equivalente a dos raciones en recipientes estancos.
  - d) Se conservarán durante al menos cuatro días a temperatura  $\leq 4^{\circ}\text{C}$  para las comidas testigo refrigeradas o a  $\leq -18^{\circ}\text{C}$  para las congeladas
57. **Según el Decreto 22/2006, de 7 de marzo, sobre establecimientos de comidas preparadas, los alimentos que requieran refrigeración, con vida útil mayor a 24 horas:**
- a) Se conservarán de 0 a  $4^{\circ}\text{C}$ , y nunca se mantendrán los alimentos durante un periodo superior a 120 horas.
  - b) Podrán mantenerse durante un periodo superior a 120 horas, si se conservan a  $4^{\circ}\text{C}$ .
  - c) Se conservarán entre 4 y  $8^{\circ}\text{C}$ , y nunca se mantendrán los alimentos durante un periodo superior a 120 horas
  - d) Podrán mantenerse un mínimo de 120 horas y un máximo de 150 horas, si se conservan a  $4^{\circ}\text{C}$ .
58. **De conformidad con el Decreto 22/2006, de 7 de marzo, sobre establecimientos de comidas preparadas, se entenderá por productos de preparado en frío:**
- a) Aquéllos que no se sometan a un determinado tratamiento térmico con un efecto similar al de la pasterización o a algún tipo de tratamiento de higienización.
  - b) Aquéllos que se sometan a un determinado tratamiento de higienización mediante el uso de temperaturas controladas
  - c) Aquellos destinados a su consumo en frío.
  - d) Aquellos que se sometan a un tratamiento térmico para su conservación.

59. **Con respecto a las comidas preparadas, según el Real Decreto 3484/2000, de 29 de diciembre, por el que se establecen las normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas, indicar la correcta:**
- Las comidas preparadas se elaborarán con la mayor antelación posible al tiempo de su consumo, en cualquier caso
  - Las comidas preparadas con tratamiento térmico elaboradas en el mismo establecimiento donde van a ser consumidas y que vayan a ser conservadas en frío, se refrigerarán, a una temperatura inferior o igual a 18° C.
  - Las comidas preparadas se elaborarán con la menor antelación posible al tiempo de su consumo, salvo las que vayan a ser congeladas o refrigeradas.
  - Las comidas preparadas cocinadas, incluidas las que hayan sido previamente descongeladas, se mantendrán en refrigeración hasta su utilización y se recalentarán, en el mayor tiempo posible, de tal manera que se alcance en el centro del producto una temperatura igual a 50 °C.
60. **La temperatura que deberá alcanzarse en el centro de la pieza, para regenerar alimentos refrigerados, según Decreto 22/2006, de 7 de marzo, sobre establecimientos de comidas preparadas, es de:**
- 65° C
  - 85° C
  - Inferior a 60° C
  - Inferior a 85° C
61. **Se define equipo de trabajo, según se establece en la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, como:**
- Cualquier máquina, aparato, instrumento o instalación utilizada en el trabajo.
  - Cualquier equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador para que le proteja
  - Conjunto de trabajadores que realizan el mismo trabajo, tarea o función dentro de la empresa.
  - Grupo de trabajadores de una misma empresa u organización empresarial que utilizan un mismo aparato, máquina instrumento o instalación.
62. **De conformidad con la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, cuando el trabajador considere que su actividad entraña un riesgo grave e inminente para su vida o su salud, tendrá derecho a:**
- Interrumpir su actividad, pero nunca deberán abandonar el lugar de trabajo
  - Comunicarlo al empresario, no debiendo interrumpir su actividad hasta que no reciba indicaciones precisas al respecto.
  - Reanudar su actividad, aunque persista el peligro, cuando así lo indique el empresario
  - Interrumpir su actividad y, si fuera necesario, abandonar de inmediato el lugar de trabajo.
63. **Según la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en cuanto a los principios de acción preventiva, el empresario deberá adoptar medidas que:**
- Antepongan la protección individual a la colectiva
  - Antepongan la protección colectiva a la individual.
  - Antepongan la protección individual a la integral
  - Antepongan la protección colectiva a la integral.
64. **A efectos de la Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación de cargas del Instituto Nacional de Salud e Higiene en el Trabajo, actual Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, se debería realizar una evaluación de los riesgos debidos a las cargas que pesen más de:**
- 7 kg
  - 10 kg
  - 25 kg
  - 3 kg si se manipula en unas condiciones ergonómicas desfavorables
65. **De acuerdo con la Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la manipulación de cargas del Instituto Nacional de Salud e Higiene en el Trabajo, actual Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, los equipos de protección individual:**
- No deberán interferir en la capacidad de realizar movimientos
  - Deberán llevar cinturones para una correcta sujeción al cuerpo.
  - Se ajustarán todo lo posible al cuerpo del trabajador.
  - Serán los más voluminosos posibles para no entorpecer los movimientos.

66. De conformidad con el Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, la temperatura de los locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre:
- 20 y 30° C
  - 10 y 20° C
  - 14 y 25° C
  - 25 y 35° C
67. De conformidad con el Informe del Comité Científico de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN), de revisión y actualización de las Recomendaciones Dietéticas para la población española, como norma general, la frecuencia recomendada de consumo de legumbres por semana será de:
- Al menos 4 veces a la semana
  - 1 vez a la semana como máximo
  - De 3 a 5 veces por semana
  - De 2 a 3 veces por semana
68. De conformidad con el Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos, la frecuencia de consumo recomendado de huevos en los menús de los centros educativos es:
- 3 veces por semana
  - De 1 a 2 veces por semana
  - 1 vez por semana
  - De 2 a 4 veces por semana
69. Los operadores de empresa alimentaria, en cuanto a los controles oficiales de registro y autorización:
- Colaborarán con las autoridades competentes, de conformidad con la legislación comunitaria, o de no existir ésta, conforme a la normativa nacional.
  - Lo harán únicamente conforme a la normativa comunitaria.
  - Lo harán únicamente conforme a la normativa nacional.
  - Están exentos de colaborar en estos supuestos.
70. El vapor utilizado en contacto directo con los productos alimenticios
- No deberá contener ninguna sustancia que entrañe peligro para la salud
  - No podrá contener ninguna sustancia que entrañe peligro para la salud, salvo autorización expresa de la Administración sanitaria.
  - Podrá contener alguna sustancia que contamine al producto, pero en cantidad permitida por la normativa nacional
  - Podrá contener alguna sustancia que contamine al producto, pero en cantidad permitida por la normativa europea.
71. ¿Qué se entiende por ingrediente compuesto?
- Un ingrediente que en realidad es producto de más de tres ingredientes
  - Un ingrediente que en realidad es producto de más de un ingrediente
  - Un ingrediente que en realidad es producto de más de cuatro ingredientes
  - Un ingrediente que en realidad es producto de más de dos ingredientes
72. Por lo que respecta al listado de sustancias o productos que causan alergias o intolerancias, los conocidos como "alérgenos", citados en el Anexo II del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011, sobre la información facilitada al consumidor, su número asciende a:
- 10
  - 12
  - 14
  - 15
73. En cuanto a las carnes, ¿figuran dentro del listado de sustancias o productos que causan alergias o intolerancias, los conocidos como "alérgenos", citados en el Anexo II del Reglamento (UE) nº 1169/2011 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 25 de octubre de 2011?
- Todo tipo de carnes no procesadas
  - Las carnes de cerdo no procesadas
  - Las carnes de ternera no procesadas
  - No, ningún tipo de carnes no procesadas

74. ¿En cuál de los siguientes alimentos deberá figurar la lista de ingredientes?
- Las frutas y hortalizas frescas, en todo caso
  - Las frutas y hortalizas frescas, que no hayan sido peladas o cortadas.
  - Los yogures
  - los vinagres de fermentación, si proceden exclusivamente de un solo producto básico y siempre que no se les haya añadido ningún otro ingrediente.
75. La cantidad neta de un alimento se expresará en:
- Litros, centilitros, mililitros, kilogramos o gramos.
  - Litros, mililitros, kilogramos o centigramos.
  - Litros, centilitros, kilogramos o miligramos.
  - Centilitros, decilitros, centilitros o mililitros
76. En el momento de la recepción de un ave, para la identificación de su calidad atenderemos, entre otros, a los siguientes criterios (señalar la respuesta incorrecta):
- Las vísceras deben estar limpias y sin ningún tipo de olor
  - La columna vertebral debe estar visible
  - La cabeza será clara y no violácea, los ojos saltones. La cresta y barbillones color rojo intenso.
  - Olor "dulce" y agradable.
77. ¿Qué cantidad de energía aporta 1 gramo de hidratos de carbono?
- 6 kcal
  - 9 kcal
  - 4 kcal
  - 2 kcal
78. Es información obligatoria del etiquetado en los productos de pesca congelados y ultracongelados
- Número de piezas por kilogramo.
  - Forma de presentación comercial y zona de captura
  - Tiempo recomendado de cocción.
  - Tanto por ciento de grasa en la composición del pescado.
79. El abatimiento de temperatura se realiza
- Para minimizar el tiempo en que una elaboración está a temperatura favorable a la proliferación de microorganismos
  - Para mantener refrigerado cualquier producto.
  - Para realizar una congelación en un producto de larga conservación.
  - Para poder envasar los productos cocinados por métodos tradicionales.
80. La Escarchadera es:
- Maquina con una cubeta para preparar helados y sorbetes tradicionales.
  - Placa que se emplea para abrillantar o bañar preparados con gelatinas, bizcochos y glasear frutas
  - Utensilio empleado para quitar el hielo de las piezas de carne de gran tamaño.
  - Utensilio dotado de hojas afiladas para realizar cortes finos, ondulados o con forma de rejilla

#### PREGUNTAS DE RESERVA

81. Constituye acoso sexual, de conformidad con la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres:
- Cualquier comportamiento realizado en función del sexo de una persona, con el propósito o el efecto de atentar contra su dignidad y de crear un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.
  - Acoso por razón de sexo
  - Acoso por razón de sexo Quid Pro Quo.
  - Cualquier comportamiento, verbal o físico, de naturaleza sexual que tenga el propósito o produzca el efecto de atentar contra la dignidad de una persona, en particular cuando se crea un entorno intimidatorio, degradante u ofensivo.

82. De conformidad con el Real Decreto 1215/1997, de 18 de julio, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo, en cuanto a los equipos de trabajo:
- a) Se montarán o colocarán sin dejar espacio libre entre sus elementos móviles y los elementos fijos o móviles del entorno
  - b) Su montaje y desmontaje deberá realizarse especialmente, mediante el cumplimiento de las instrucciones dadas por el empresario.
  - c) Aquellos llevados o guiados manualmente, cuyo movimiento pueda suponer un peligro para los trabajadores situados en sus proximidades, si se utilizan con las debidas precauciones, no será necesario el mantenimiento de distancia de seguridad.
  - d) Sólo podrán utilizarse de forma o en operaciones o en condiciones no consideradas por el fabricante si previamente se ha realizado una evaluación de los riesgos que ello conllevaría y se han tomado las medidas pertinentes para su eliminación o control.
83. El entremetier en la cocina se encarga
- a) De recibir toda la mercancía, valorarla, almacenarla y posteriormente repartirla en la cocina.
  - b) De la elaboración de huevos, pastas, verduras, arroces y caldos.
  - c) De limpiar, conservar la vajilla, la cristalería y la cubertería.
  - d) De la elaboración de canapés, entremeses, aperitivos, fiambres y sándwiches.
84. Para evitar la contaminación por *Staphylococcus* se debe:
- a) Consumir los alimentos frescos.
  - b) Mantener los alimentos fuera de la luz.
  - c) Enfriar rápidamente las cremas.
  - d) Las ensaladas se dejarán a temperatura ambiente.
85. La *Escherichia* es una bacteria que habita en el intestino del hombre y los animales:
- a) Se elimina por calor cuando se cocina con temperaturas superiores a 75° C.
  - b) Esta bacteria no es perjudicial para la salud.
  - c) Se transmite por el aire, al toser o estornudar
  - d) Se elimina congelando el producto.



Castilla-La Mancha



MG/28

TRIBUNAL CALIFICADOR PARA LAS PRUEBAS SELECTIVAS CONVOCADAS POR RESOLUCIÓN DE LA CONSEJERÍA DE HACIENDA Y ADMINISTRACIONES PÚBLICAS Y DE LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTES, DE 22 DE MARZO DE 2021 (DOCM nº 62, DE 31 DE MARZO).

CUERPO/CATEGORÍA:	COCINERO-A
ESCALA:	
ESPECIALIDAD:	
SISTEMA:	EXTRAORDINARIO LIBRE

**PLANTILLA CORRECTORA PROVISIONAL DEL EJERCICIO DE RESPUESTAS ALTERNATIVAS**

Para información de las personas que realizaron la primera prueba de la fase de oposición para ingreso en la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha en el Cuerpo/Categoría, Escala, Especialidad y por el sistema arriba expresados, por el presente escrito se hace pública la plantilla correctora aprobada por el Tribunal en sesión celebrada el día 01 de diciembre de 2021

Conforme a lo dispuesto en la base Específica a) 1.1. Anexo II de la convocatoria, las personas que han participado en el proceso disponen de 5 días hábiles para formular alegaciones o reclamaciones a la presente plantilla.

PLANTILLA CORRECTORA DEL CUESTIONARIO						
1- a)	16- d)	31- anulada	46- b)	61- a)	76- b)	
2- d)	17- d)	32- b)	47- c)	62- d)	77- c)	
3- d)	18- a)	33- b)	48- c)	63- b)	78- b)	
4- d)	19- c)	34- c)	49- b)	64- d)	79- a)	
5- a)	20- c)	35- a)	50- a)	65- a)	80- b)	
6- b)	21- b)	36- d)	51- c)	66- c)	81- d)	
7- b)	22- c)	37- b)	52- c)	67- d)	82- d)	
8- c)	23- a)	38- b)	53- d)	68- b)	83- b)	
9- d)	24- b)	39- d)	54- c)	69- a)	84- c)	
10- a)	25- c)	40- b)	55- c)	70- a)	85- a)	
11- c)	26- b)	41- d)	56- d)	71- b)		
12- c)	27- b)	42- c)	57- a)	72- c)		
13- a)	28- c)	43- c)	58- a)	73- d)		
14- d)	29- a)	44- c)	59- c)	74- c)		
15- a)	30- a)	45- b)	60- a)	75- a)		

En Toledo, a 01 de diciembre de .2021.

EL/LA PRESIDENTE/A DEL TRIBUNAL

*Encarnación Ruiz López*  
 Fdo. ENCARNACIÓN RUIZ LÓPEZ