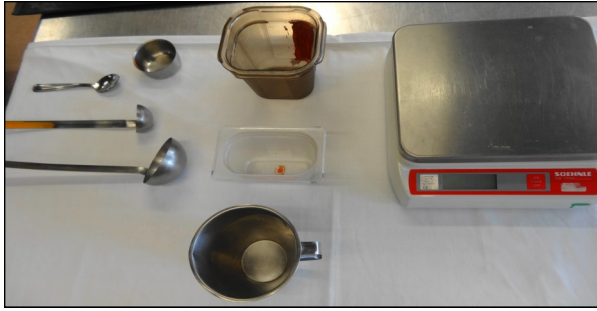


# Peser/mesurer déterminer une équivalence rapidement?



**TARE =**  
Poids du récipient sur la balance

**A**

## Mesurer un liquide:

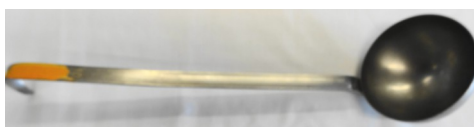
Rappel 1 LITRE D'EAU = 1 KG

KG	KILO	1.000	0.100	0.010	0.001
G	GRAMME	1000	100	10	1
L	LITRE	1KG			
DL	DECILITRE	→ 0.100KG			
CL	CENTILITRE	→ 0.010KG			
ML	MILLILITRE	→ 0.001KG			

## Les mesures graduées

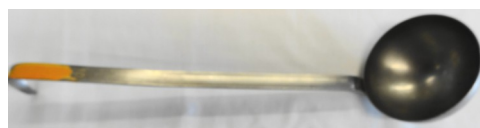


## Les équivalences LIQUIDE dans mon poste



Grande louche	0.200 L		
Pochon	0.100 L		
ramequin	0.200 L	diagonale 0.100 L	diagonale au diamètre 0.050 L
Grande cuillère	0.015 L		

## Les équivalences SOLIDE dans mon poste



	SUCRE SEMOULE	SUCRE GLACE	FARINE	RIZ
<b>Grande louche</b>				0.200KG
<b>Pochon</b>				
<b>ramequin</b>		0.100KG		
<b>Grande cuillère RASE</b>	0.015KG		0.015KG	0.020KG

<b>Poids moyen BRUT d'une pièce : (= poids à commander)</b>			
<b>Fruits et légumes</b> (notion de base)	<b>Poids</b>	<b>Viandes et Abats</b> (notion de base)	<b>Poids</b>
Ail tête	0,050	Canard vidé	1 à 2
Ail gousse	0,005	Lapin vidé	1,500
Artichaut	0,350	Poulet PAC	1 à 1,8
Carotte	0,125	Cervelle de bœuf	0,500
Céleri-rave	1,000	de veau	0,300
Chou-fleur	1,500	de mouton	0,100
Chou Vert	2,000	de porc	0,110
Concombre	0,200	Cœur de bœuf	2,750
Courgette	0,350	de veau	0,900
Cresson (botte)	0,200	de mouton	0,230
Échalote	0,025	de porc	0,225
Laitue	0,250	Foie de bœuf	8,500
Oignon g	0,100	de veau	3,500
Poireau	0,150	de porc	0,750
Pomme de terre g	0,200	Langue de bœuf	4,000
Pomme de terre m	0,120	de veau	1,200
Pomme de terre p	0,080	Ris de veau	0,750
Tomate grosse	0,200	Rognon de bœuf	1,000
Tomate petite	0,075	de veau	0,350
Abricot	0,055	de porc	0,170
Ananas	2,000	ped de veau	1,000
Banane	0,150		
Citron	0,100	PORC :	
Clémentine	0,070	Jambon	8,600
Melon gros	0,800	Longe	11,500
Melon portion	0,500	Poitrine	3,700
Orange	0,200	BCEUF :	
Pamplemousse	0,400	Filet	4,200
Poire	0,200	Faux-filet	8,000
Pomme	0,150	Train de côtes milieu	8,500
		entrecôtes	6,000
		MOUTON: ½ carcasse	9,500
		Gigot raccourci	2,200
		Selle anglaise	2,000
		Carré couvert (5+3)	0,900
		Carré découvert (5)	0,900
		Épaule	1,700
		VEAU :	
		Noix	3,100
		Sous-noix	6,200
		Noix pâtissière	2,650
		Carré couvert (5+3)	2,200
		Carré découvert (5)	2,000

<b>Unité : le kg</b>		
<b>Poissons et crustacés</b> (notion de base)	<b>Poids</b>	
Écrevisse		0,035
Homard		0,885
colin		2,000
daurade		0,600
hareng		0,170
merlan		0,230
sardine		0,045
turbot		2 à 4
truite portion		0,300
brochet		1,250
saumon		1,5 à 3
sole T1	0,250 à	0,300
sole T2	0,300 à	0,400
sole T3	0,400 à	0,600
sole T4	+ de	0,600

<b>Les boîtes de conserve</b> (unité de base : le litre)	
contenance	Dimensions ou poids net
1/10 (thon)	80g
1/8	55*52
1/6 basse (thon)	71*43
1/5 (thon)	160g
1/3 (saladières)	260g
¼ moyenne	73*58
¼ basse	83*47
½ haute	73*110
½ basse	99*63
4/4	99*118
<del>1/2</del>	
3/1	153*180
5/1	153*235
confiture	
5/1	153*246