

CAP CUISINE

CERTIFICAT D'APTITUDE PROFESSIONNELLE

Contrat d'apprentissage et Formation continue

Diplôme de niveau 3



MFR

CULTIVONS LES RÉUSSITES

**CENTRE DE FORMATION ET DE PROMOTION
GARRIGUES DU PIC SAINT LOUP**



CAP CUISINE

CERTIFICAT D'APTITUDE PROFESSIONNELLE

Contrat d'apprentissage et Formation continue
Diplôme de niveau 3

LES CONDITIONS D'ACCÈS

- ▶ Apprentissage : **de 16 à 30 ans**
Pas de limite d'âge pour les personnes en situation de handicap
- ▶ Formation continue : **tout public**

LA FORMATION

Le ou la titulaire du CAP cuisine réalise des plats en utilisant différentes techniques de production culinaire.

Il/elle connaît les produits alimentaires dont il/elle gère l'approvisionnement (établissement des bons de commande, réception et stockage des marchandises, calcul des coûts).

Il/elle prépare les légumes, viandes et poissons avant d'élaborer un mets ou assemble des produits préélabores.

Il/elle a appris les techniques de cuisson et de remise en température. Il/elle sait réaliser des préparations chaudes ou froides (hors-d'œuvre, sauces, desserts...) qu'il/elle met en valeur lors du dressage de l'assiette. Il/elle est capable d'élaborer un menu.

Par ailleurs, il/elle doit entretenir son poste de travail et respecter les règles d'hygiène et de sécurité. Son environ-

LES ENTREPRISES

- ▶ **Restauration commerciale**
- ▶ **Restauration collective**

LA FORMATION

- ▶ Durée : **2 ans**
- ▶ 12 semaines par an au centre de formation

nement professionnel exige une bonne résistance physique et la capacité de s'adapter à de fortes contraintes horaires.

EMPLOI

Le ou la diplômé/e débute en tant que commis de cuisine dans la restauration commerciale ou collective.

POURSUITE D'ÉTUDES

- ▶ Mention complémentaire en 1 an
- ▶ Bac Pro, Brevet Professionnel en 2 ans

LES + DE LA MFR

- ▶ Petite structure offrant un climat propice à l'épanouissement personnel (internat, participation à la vie résidentielle...)
- ▶ Restaurant d'application
- ▶ Accompagnement individualisé
- ▶ Très bons taux de réussite et d'insertion professionnelle dans des métiers en tension

MFR

CULTIVONS LES RÉUSSITES

CENTRE DE FORMATION ET DE PROMOTION
GARRIGUES DU PIC SAINT LOUP



mfr-garriguesdupicsaintloup.fr

377, chemin du Farjou **34270 CLARET**

09 80 59 02 92 • mfr.garriguesdupicsaintloup@mfr.asso.fr



Projet cofinancé par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural
© Europe innova - dans les zones rurales