



CAP CUISINE

OBJECTIFS

- > **RÉALISER** les préparations préliminaires des aliments
- > Réaliser des tâches simples en **AUTONOMIE : TAILLAGE** de légumes, etc
- > Réaliser des **CUISSONS**, des plats, des entrées et desserts
- > **APPRÉHENDER** les risques et préventions en milieu professionnel
- > Réaliser un **DRESSAGE**
- > Travailler en **ÉQUIPE**



mis à jour le 8 mars 2023

3ifa.fr



Centre de Formation des Apprentis

**FORMATION
GRATUITE**

CAP CUISINE



Centre de Formation des Apprentis

ORGANISATION

- > Durée : 2 ans
- > De septembre à juin
- > 12 semaines de formation
- > 2 semaines en entreprise, 1 semaine au 3ifa
- > Du lundi au vendredi
- > Lieu : CFA 3ifa d'Alençon

PRÉ-REQUIS

- > Le CAP Cuisine s'adresse aux jeunes sortant de 3ème toutes catégories.
- > Nous consulter pour les autres publics.

POURSUITE D'ÉTUDES

- > MC Employé traiteur
- > MC Pâtisserie glacerie chocolaterie confiserie spécialisées
- > MC Cuisinier en desserts de restaurant
- > BP Boucher
- > BP Charcutier-traiteur
- > BP Cuisinier

CONTENU DE LA FORMATION

ENSEIGNEMENT PROFESSIONNEL TECHNOLOGIQUE ET PRATIQUE

- > Organisation de la production de cuisine
- > Participer aux opérations d'approvisionnement et de stockage
- > Contribuer à l'organisation d'une production culinaire
- > Préparation et distribution de la production de cuisine
- > Organiser le poste de travail
- > Mettre en œuvre les techniques de base et cuisiner
- > Contrôler, dresser et envoyer la production
- > Communiquer dans un contexte professionnel
- > Technologie
- > Sciences appliquées
- > Gestion

ENSEIGNEMENT GÉNÉRAL

- > Mathématiques – Sciences physiques et chimiques
- > Français
- > Histoire/Géographie et enseignement moral et civique
- > Langue vivante étrangère : Anglais
- > Prévention Santé Environnement
- > Éducation Physique et Sportive

DÉBOUCHÉS

- > Commis de cuisine
- > Cuisinier
- > Chef cuisinier ou chef de cuisine
- > Gérant d'un restaurant
- > Chef de partie
- > Agent polyvalent de restauration
- > Traiteur

TYPES D'ENTREPRISES VISÉES

- > Hôtels
- > Restaurants
- > Cafés-brasseries
- > Établissements de restauration collective

QUALITÉS NÉCESSAIRES

- > Station debout prolongée et Hygiène irréprochable
- > Endurance
- > Capacité à travailler en équipe
- > Sens du relationnel
- > Rigueur et autonomie

LES APPORTS DU 3ifa

- > Restaurant pédagogique permettant aux apprentis de s'entraîner dans des conditions réelles
- > Équipements complets et renouvelés régulièrement
- > Travaux pratiques.
- > Accompagnement à la recherche d'entreprise d'accueil
- > Mise à disposition des apprenants de l'offre Office 365 pour travailler de chez soi