

Vous êtes âgé de 16 à moins de 26 ans,  
Vous pouvez préparer le

## **CAP CUISINE** **en Contrat d'apprentissage**

**C'est pour vous la possibilité**

- d'avoir un emploi  
rémunéré

% SMIC	16/17 ans	18/20 ans	21 ans et plus
1 <sup>ère</sup> année	25 %	41 %	53 %
2 <sup>ème</sup> année	37 %	49 %	61 %

- de préparer un diplôme tout en travaillant.

### **LE METIER**

*Le commis de cuisine exerce son métier dans les restaurants  
gastronomiques et traditionnels*

*Il met en œuvre des techniques et des règles de fabrication culinaire :*

- il prépare des plats simples et participe à l'élaboration de recettes plus complexes.
- il dresse des plats et s'occupe de la décoration.
- il vérifie les préparations et les plats (goût, qualité, présentation...).
- il procède à l'envoi des commandes.
- il organise et entretient le poste de travail et les équipements.

*Il doit posséder les qualités indispensables au métier :*

Vivacité d'esprit, dextérité, résistance physique, tonus, bonne humeur, disponibilité, Sensibilité, créativité, savoir travailler en équipe.

### **LA FORMATION EN CENTRE**

*Lieu :* Valarep - Château Fortier - 44 rue Henri Barbusse à Saint-Saulve

*Durée annuelle :* 13 semaines, à raison d'une semaine sur trois.

*Matières enseignées :*

*Enseignement professionnel*

- Travaux pratiques Cuisine
- Technologie Cuisine
- Sciences appliquées à l'alimentation, à l'hygiène et aux équipements
- **E**ducation **C**ivique **J**uridique et **S**ociale

*Enseignement général*

- Français / Histoire - Géographie
- Mathématiques / Sciences Physiques
- Anglais
- Education Physique et Sportive
- Prévention Santé Environnement