

FORMATION AU ... CAP CUISINE

- ◆ **Formation éligible au CPF de transition professionnelle : code 246879**
- ◆ **Formation inscrite au RNCP (Répertoire national des certifications professionnelles) : code 26650**

► LES OBJECTIFS

Etre apte à remplir immédiatement la fonction de commis de cuisine et assister le cuisinier dans le secteur de la restauration traditionnelle, collective ou rapide.
Le titulaire du CAP cuisine sait réaliser des plats en utilisant les différentes techniques de production culinaire :

- préparations préliminaires des denrées brutes (légumes, viandes, poissons...) et pré-élaborées ;
- cuissons et remises en température ;
- réalisation de fonds et de sauces de base ;
- réalisation de hors-d'œuvre froids, chauds, de pâtisseries et de desserts ;
- dressage et mise en valeur des préparations culinaires.

Il participe également à l'approvisionnement et au stockage des denrées, à l'organisation et à la gestion de son travail, ainsi qu'à l'entretien de l'espace de travail, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité

► PRINCIPAUX LIEUX D'EXERCICE

Restaurant traditionnel / Restaurant gastronomique / Restaurant de collectivités (restaurant d'entreprises, crèches, hôpitaux, maisons de retraite, écoles,...) / Brasserie / Chaîne de restauration rapide / Traiteur

► CONTENUS / COMPÉTENCES VISÉES

Le CAP est découpé en **6 blocs de compétences**.

- ◆ Les 6 compétences professionnelles à acquérir s'organisent en 2 blocs de compétences :
 - **BC01 Organisation de la production de cuisine** : Réceptionner, contrôler et stocker les marchandises / Collecter l'ensemble des informations et organiser sa production culinaire ;
 - **BC02 Réalisation de la production de cuisine** : Préparer, organiser et maintenir en état son poste de travail / Maîtriser les techniques culinaires de base et réaliser une production / Analyser, contrôler la qualité de sa production, dresser et participer à la distribution / Communiquer.
- ◆ Les 4 autres blocs de compétences concernent les enseignements généraux dispensés : Français, histoire-géographie et éducation morale et civique / Mathématiques-sciences physiques et chimiques / Éducation physique et sportive / Langue vivante.

Une unité complémentaire facultative est dédiée à la mobilité internationale (Ufac mobilité).

► POUR QUELS MÉTIERS ?

Commis de cuisine (pour débutant) / Cuisinier (avec

► TENDANCES DE L'EMPLOI

Caractéristiques du secteur (chiffres IDF 2019)

- La région compte 56 000 emplois salariés dans le domaine de la cuisine, dont 16 % sont occupés par des femmes ;
- La moitié de ces emplois sont concentrés sur Paris ;
- Ces deux dernières années, le nombre d'emplois a connu une belle progression de 5 % ;
- 25 % des salariés ont moins de 30 ans ;
- Plus de 68 % des offres d'emplois publiées par Pôle emploi sont des postes en CDI.

Quels débouchés ?

- La restauration rapide recrute environ 80 000 personnes par an, dont 80 % d'embauches en CDI ;
- La restauration collective recrute 20 000 cuisiniers par an ;
- Compte tenu du turnover important dans le secteur, 16 000 postes seraient à pourvoir actuellement ;
- La Seine-et-Marne et le Val-d'Oise sont les départements où le personnel de cuisine compte parmi les 5 métiers les plus recherchés.

Perspectives

- Métier en tension : selon le BMO Île-de-France 2019, les entreprises prévoient d'embaucher 25 330 cuisiniers et apprentis de cuisine et employés polyvalents de restauration, parmi lesquels 42 % des projets sont jugés difficiles ;
- Le métier compte parmi les 15 métiers ayant les plus fortes augmentations de projets de recrutements par rapport à 2018.

Salaires

Mensuel brut débutant : 1 686 € (Smic 39 h hebdomadaires) / Salaire moyen commis : 1 800 € bruts mensuels / Salaire moyen cuisinier : 2 200 € bruts mensuels

expérience professionnelle).

Conditions de travail : une très bonne résistance physique et nerveuse sont nécessaires (« coup de feu », horaires de travail fractionnés et décalés, température élevée des fourneaux / chambres froides, station debout prolongée).

► COMMENT INTÉGRER LA FORMATION ?

Prérequis : généralement un niveau 3ème des collèges est demandé.

Qualités requises : grandes capacités d'adaptation (diversité d'organisation, de clientèle et de rythme de travail), sens du travail d'équipe, curiosité, méthode, organisation, créativité.

Sélection : principalement tests

► QUELLE VALIDATION ?

Certificat d'aptitude professionnelle (CAP) délivré par le Ministère de l'éducation nationale (niveau 3 européen).

Modalités d'obtention du diplôme :

- Contrôle en cours de formation (CCF) pour les organismes publics ;
- Examens ponctuels (écrit / oral / pratique) pour les établissements privés ou d'enseignement à distance et les candidats individuels.

Taux de réussite régional 2018¹ : 85 % (formation continue 93 %)

► COMMENT EST ORGANISÉE LA FORMATION ?

Modalités pédagogiques possibles : en cours du jour. Possibilité de valider les blocs de compétences de manière **progressive** (sur plusieurs années).

► OÙ SE FORMER ?

Consultez sur notre site internet [Comment trouver LA bonne formation !](#)

Retrouvez les adresses des organismes de formation en Île-de-France sur le site [Défi métiers](#).

► QUELS SONT LES COÛTS ET LES DURÉES ?

Durée réglementaire :

- pour la partie théorique, aucune durée réglementaire définie dans le référentiel ;
- pour la partie pratique : 14 semaines de stage en entreprise (soit 490 h pour 35 h/semaine).

Réduction de parcours possible :

- dispense des matières générales sur demande pour les personnes titulaires d'un diplôme de niveau 3 (BEP/CAP) ou plus de l'Education Nationale ;
- dispense de stage pratique pour les candidats en formation continue qui ont 6 mois d'expérience dans le domaine du diplôme ;
- pas d'obligation de stage pour les candidats qui se présentent en candidat libre à l'examen.

Durée moyenne proposée par les organismes de formation en 2019² : Théorique : 533 h / Stage : 438 h

Coût pédagogique moyen constaté en 2019² : 15,12 €/h TTC

Coûts annexes : prévoir généralement des frais non pris en charge par le Fongecif (mallette, tenue professionnelle).

► ÉVOLUTION PROFESSIONNELLE POSSIBLE

Après avoir acquis une expérience professionnelle, le commis de cuisine peut évoluer vers de plus grandes responsabilités :

- au sein d'une brigade : cuisinier, chef de partie, second de cuisine, chef ;
- en restauration traditionnelle, évolution à travers des

établissements de plus grande taille, de plus grand standing ;

- se mettre à son compte et ouvrir son propre restaurant, exercer à l'étranger, ou se spécialiser en tant que pâtissier de restaurant, traiteur, pizzaiolo, crêpier ou grillardin.
- après avoir exercé en restauration commerciale, les cuisiniers peuvent continuer d'exercer leur métier dans la restauration de collectivité (hôpitaux, entreprises) où les conditions d'emploi sont plus compatibles avec une vie familiale (horaires fixes, journées continues).

► CERTIFICATIONS PROCHES

Titre professionnel cuisinier (code CPF 311166) / CAP Agent polyvalent de restauration (code CPF 239314) / Titre professionnel agent de restauration (code CPF 247048) / CQP commis de cuisine (code CPF 248429) / CQP cuisinier (code CPF 247213) / CQP cuisinier en restauration collective (code CPF 248150)

⚠ AVANT D'ALLER PLUS LOIN DANS VOTRE PROJET

► **Rencontrez des professionnels** pour comprendre la réalité du métier visé (avantages, inconvénients, conditions de travail,...).

► **Consultez des offres d'emploi** afin de connaître les exigences des employeurs, les types de contrats proposés (CDI, CDD, temps complet), l'expérience demandée.

► ALLER PLUS LOIN

SUR INTERNET :

[Fiche RNCP](#)

[Fiche métier Pôle emploi \(ROME\) : G1602](#)

A L'ESPACE CONSEIL :

[Les ouvrages \(rubrique 220\)](#)

[La fiche métier CIDJ n° 2.382](#)

[L'Explorateur des métiers](#)

1. Source : base Reflet du Cereq.

2. Sur la base des dossiers déposés au Fongecif Île-de-France en 2019 (au 15/11/2019) dans le cadre d'un projet de transition professionnelle.

Sources du document :

- **Partie formation** : Répertoire national des certifications professionnelles (RNCP) / Journal Officiel / Cereq (base Reflet).

- **Partie emploi** : BMO Île-de-France 2019 / Météo de l'emploi IDF (Pôle emploi) / Actuel-CIDJ / Guide des ressources emploi (Teamaël) / Oriane / Fafih.