PROFESSIONNEL

COMMIS·SE DE CUISINE

Type d'études : Article 45 - Durée : 2 ans

La formation de commis de cuisine est idéale pour commencer un apprentissage en alternance dans la restauration. Qu'il travaille en restaurant ou en cuisine de collectivité, le commis de cuisine éxécute de nombreuses tâches : il est capable d'identifier, utiliser et ranger les produits alimentaires et le matériel, il nettoye, lave, épluche, coupe et cuit les légumes. Il aide à la préparation des garnitures, des sauces de base, des potages, des hors- d'œuvre, des desserts, des salades. Il aide également à l'habillage des viandes, volailles, gibiers, poissons selon les instructions du chef. Il applique les règles de conservation des aliments. Enfin, il ébarrasse, nettoye et participer à la remise en ordre de la cuisine. Ce métier demande une bonne dose de concentration et de précision. Il faut pouvoir gérer son stress, être méthodique et patient.

www.itsg.pro

Conditions d'admission

Pour t'inscrire en CEFA, tu dois au moment de l'inscription être agé de 15 ans accomplis at avoir suivi au moins les 2 premières années d'enseignement secondaire. Si ce n'est pas le cas, tu dois avoir 16 ans accomplis. Si tu as plus de 18 ans, il y a une condition supplémentaire : tu dois obligatoirement avoir conclu un contrat d'alternance. L'inscription des élèves peut être reçue toute l'année.

Diplômes délivrés

En fin de formation, tu obtiens un Certificat de Qualification Spécifique (CQS) et une attestation de réinsertion dans l'enseignement secondaire de plein exercice (qui te permet d'accéder aux formations CEFA «article 49»).

Grille horaire

Nombre de périodes par semaine : 15

FORMATION GENERALE	
Français	3h
Mathématique	2h
Sciences Humaines	2h

FORMATION PROFESIONNELLE	
Technologie	2h
Travaux pratiques : Cuisine	6h

Apprentissage en entreprise et contrat d'alternance

- Conclusion d'un contrat d'alternance avec une entreprise.
- Nombre de périodes par semaine : 24h.
- Indemnité d'apprentissage évolutive.
- Plan de formation individuel à respecter.

5 raisons de choisr le CEFA Saint-Gabriel... #1 : Un enseignement différencié qui respecte le rythme de chacun. #2 : Un encadrement éducatif rigoureux et bienveillant. #3 : Un accompagnement socio-professionnel performant et un suivi individuel pendant toute la formation. #4 : Une équipe pluridisciplinaire disponible et à l'écoute #5 : Un cadre d'apprentissage dans un climat de respect et de convivialité.