



## Unité de Formation par Apprentissage

### Lycée Ile de Flandre

### ARMENTIERES



#### Le métier

**Le titulaire du CAP cuisine** réalise des plats en utilisant différentes techniques de production culinaire. Il connaît les produits alimentaires dont il gère l'approvisionnement (établissement des bons de commande, réception et stockage des marchandises, calcul des coûts). Il prépare les légumes, viandes et poissons avant d'élaborer un mets ou assemble des produits pré-élaborés.

Il maîtrise les techniques de cuisson et de remise en température.

Il sait réaliser des préparations chaudes ou froides (hors-d'œuvre, sauces, desserts...) qu'il met en valeur lors du dressage de l'assiette.

Il est capable d'élaborer un menu.

Par ailleurs, il doit entretenir son poste de travail et respecter les règles d'hygiène et de sécurité. Son environnement professionnel exige une bonne résistance physique et la capacité de s'adapter à de fortes contraintes horaires.

#### La formation

##### Formation en alternance UFA/Entreprise.

Les enseignements sont identiques à la formation initiale sous statut scolaire mais adaptés à la pédagogie de la formation en alternance.

Enseignement général : **506** heures pour les 2 ans

Enseignement technologique et professionnel : **414** heures

Epreuves d'examens évaluées en contrôle en cours de formation (CCF).

**La formation pratique en entreprise** est assurée par le Maître d'apprentissage.

**En deux ans** pour les jeunes sortant du cycle de 3<sup>ème</sup>

**En 1 an** pour les titulaires d'un bac ou diplôme supérieur (mise à niveau 1 an en vue d'un BTS)

#### Les conditions d'accès à la formation

Signature d'un contrat d'apprentissage avec un employeur  
Etre âgé entre 16 et 25 ans (Dérogation possible)  
Etre déclaré(e) apte physiquement au travail à effectuer en entreprise (visite médicale d'embauche obligatoire).

#### Le rythme de l'alternance

**13 semaines en centre de formation,**  
**34 semaines en entreprise**

#### Les débouchés à l'issue de la formation

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

Le CAP conduit directement à la vie active, cependant il est possible d'envisager une poursuite d'études afin de se spécialiser ou de se perfectionner.

##### Poursuites d'études possibles :

- MC Cuisinier en desserts de restaurant
- MC Employé traiteur
- MC Sommelier
- Bac pro Commercialisation et services en restauration
- Bac pro Cuisine
- BP Boucher
- BP Charcutier-traiteur
- BP Cuisinier
- BTS Hôtellerie Restauration

#### UFA du Lycée Ile de Flandre

246 bis, quai de la dérivation  
59427 ARMENTIERES

Contactez le Directeur Délégué

Tél. : 03 20 77 80 20

Mail : [ufa.iledeflandre@ac-lille.fr](mailto:ufa.iledeflandre@ac-lille.fr)