



1 an

CAP  
cuisine



2 ans



# Le CFA des Chefs, l'école culinaire de quatre grands groupes



## Choisissez le CFA des Chefs pour 4 raisons :

### #1 Le choix des univers de restauration :

Pour votre alternance en entreprise, choisissez parmi les 6 univers de restauration proposés par nos groupes, celui qui répondra le mieux à vos aspirations.

### #2 La garantie d'une entreprise d'accueil :

Vous n'avez pas besoin de rechercher une entreprise d'accueil. A l'issue des sélections, vous êtes automatiquement mis en relation avec l'un de nos établissements pour une embauche en contrat d'apprentissage dans l'univers de restauration que vous aurez choisi.

### #3 Une formation enrichie :

Votre formation est enrichie de modules complémentaires afin de développer les compétences attendues par les entreprises de nos groupes.

### #4 Un tremplin vers l'emploi :

Le CFA des Chefs est aussi le tremplin vers l'emploi au sein de ses grands groupes internationaux : à l'obtention de leur diplôme, les apprentis sont approchés par leurs services ressources humaines pour leur proposer des emplois en contrat à durée indéterminée. Ils recrutent chaque année plus de 11 000 cuisiniers professionnels.

Nos univers de restauration au choix  
pour votre entreprise d'accueil



Restauration en hôtellerie



Restauration traditionnelle



Restauration en entreprise



Restauration en établissement  
d'enseignement



Traiteur événementiel



Restauration en secteur de santé

■ **Le CAP cuisine en 1 an et 2 ans**  
(Diplôme de niveau 3 délivré par l'Éducation Nationale)



# Prérequis :

## CAP en 1 an :

- Avoir entre 18 ans révolus et 29 ans (sauf pour les personnes bénéficiant d'une Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé. Dans ce cas il n'y a pas de limite d'âge pour une formation en apprentissage).
- Être titulaire d'au minimum un baccalauréat, ou d'un CAP dans un domaine autre que la cuisine, ou d'un autre diplôme de minimum niveau 3, ou encore d'un diplôme d'enseignement supérieur.

## CAP en 2 ans :

- Avoir 15 ans avant la fin de l'année civile de début de formation.
- Avoir effectué une 3<sup>ème</sup> en totalité (ou une seconde) et pouvoir communiquer, comprendre le français, se faire comprendre en français.

## CAP en 1 an et 2 ans :

- Aimer cuisiner.
- Être motivé par le projet professionnel d'exercer ce métier dans l'un de nos groupes.
- Avoir le goût du travail en équipe.
- Avoir une bonne résistance physique, notamment à la station debout prolongée.

- Ne disposer d'aucune contre-indication médicale à l'exercice de ce métier (notamment au niveau du contact avec les allergènes, un bon cuisinier se devant de goûter ses préparations).
- Être respectueux des règles fondamentales d'hygiène.
- Être tenace et savoir s'adapter à l'exigence d'une formation professionnelle d'excellence.

## Conditions d'admission :

- Répondre aux prérequis ci-dessus de la formation choisie.
- Choisir une région, et un univers de restauration. Il déterminera l'entreprise d'accueil qui vous sera proposée.
- Réussir le test en ligne de sélection.
- Passer avec succès l'entretien avec les services des Ressources Humaines et l'entretien avec le Maître d'apprentissage.

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Notre formation de cuisinier est accessible à toute personne en situation de handicap sauf si ce handicap peut représenter un danger pour elle-même ou pour l'équipe lors du travail en cuisine. Nos campus disposent de moyens pour vous accueillir dans des conditions favorables. Ainsi chaque situation sera appréciée au cas par cas avec l'équipe enseignante.



### Rythme :

2 semaines entreprise / 1 semaine au centre de formation.



### Frais de scolarité :

Scolarité gratuite et rémunérée dans le cadre du contrat d'apprentissage  
(% du SMIC fixé en fonction de l'âge et de l'année de formation).



### Entreprise d'accueil :

Si votre candidature est validée, une entreprise d'accueil vous sera automatiquement proposée.

*Le CFA des Chefs vous propose des formations proches de votre région !*

Nos formations se déroulent dans des établissements de formation agréés, spécialisés en restauration, (lycées hôteliers, CFA, organismes de formation), tous très soigneusement sélectionnés par le CFA des Chefs pour la qualité de leurs enseignants, de leurs encadrants et de leurs équipements techniques. Plusieurs campus facilement accessibles sont proposés dans différentes régions en France, pour être au plus près de vous. Un grand nombre proposent des possibilités d'hébergement à des tarifs étudiant, pour faciliter le quotidien de nos apprentis.

Pour plus d'information, rendez-vous sur notre page « Campus » sur : [www.cfadeschefs.com](http://www.cfadeschefs.com)

## Les objectifs de la formation :

**#1** Acquérir les compétences et l'excellence professionnelle attendue par les équipes en cuisine de nos groupes fondateurs Accor, Adecco, Korian et Sodexo et ainsi, saisir les opportunités d'emploi qu'ils proposent.

**#2** Préparer aux épreuves professionnelles du CAP cuisine selon le référentiel du diplôme

**#3** Connaître les produits alimentaires et l'approvisionnement.

**#4** Préparer les légumes, viandes et poissons avant d'élaborer un mets ou assembler des produits.

**#5** Apprendre les techniques de cuisson et de remise en température.

**#6** Réaliser des préparations chaudes ou froides et les mettre en valeur lors du dressage de l'assiette.

**#7** Entretenir un poste de travail en respectant les règles d'hygiène et de sécurité.

**#8** Élaborer un menu.

## Durée de la formation :

### CAP cuisine 1 an pour adultes :

465 heures, soit 13 semaines et demi étalées sur l'année, en alternance avec les périodes en entreprise.

### CAP cuisine 2 ans pour Lycéens :

903 heures étalées sur les deux années, en alternance avec les périodes en entreprise.



## Contenu commun à la formation CAP 1 an et 2 ans :

### Module 1

#### Découverte du milieu professionnel :

- Matériel de cuisine, tenue professionnelle, les différents postes en cuisine.
- L'évolution de la cuisine française. Utilisation de sa créativité et de sa connaissance des tendances culi-

naires, dans l'assemblage des saveurs et le dressage des mets.

- L'environnement de l'entreprise en matière de communication, de règlements, de statut juridique et de gestion des stocks. Développement durable et lutte contre le gaspillage alimentaire.

- L'individu et sa santé, l'individu dans ses actes de consommation, dans son parcours et dans son environnement professionnel. Adaptation des productions culinaires aux différentes pathologies.
- La prévention des risques.
- Droits et devoirs des apprentis.

## Module 2

### Technologie culinaire :

- Règles d'hygiène et de sécurité, équilibre alimentaire et constituants alimentaires, conservation des produits (stérilisation, conservation sous vide), techniques de cuisson (par concentration, par expansion, cuissons mixtes).

### Connaissance des produits :

- Fruits, légumes, pommes de terre, lait et yaourt, fromages, corps gras et produits auxiliaires, viandes (porc, agneau, veau, bœuf, abats, gibier, volaille), œufs, poissons, coquillages et crustacés.

## Module 3

### Travaux pratiques (sur plateaux techniques) :

- Les sauces et fonds de sauces (classification des sauces, les grandes sauces de base, les sauces émulsionnées, les marinades).
- Les entrées (potages, salades composées, hors d'œuvre chaud et froid).
- Les plats principaux à base de viande (viande blanche, viande rouge, volaille) ou de poisson.
- Les garnitures (pomme de terre, gratins, légumes glacés, légumes braisés, légumes farcis).
- Les desserts (tartes, pâtisseries, entremets, desserts glacés, desserts à base de fruits).

## Module 4

### Langue vivante :

- Compréhension de l'écrit et expression écrite.
- Compréhension de l'oral et expression orale.
- Savoir communiquer en anglais professionnel.

### Module Communication en restauration

- Adapter sa communication à ses interlocuteurs. Répondre à une demande client de façon à optimiser sa satisfaction et son expérience.



## Contenu réservé à la formation CAP 2 ans :

### Module 5

#### Histoire géographie et enseignement moral et civique

- Diversité des sociétés et richesse des cultures.
- Enjeux des relations entre les sociétés et territoires.
- Éducation civique.

### Module 6

#### Mathématiques, sciences physiques et chimiques :

- Mathématiques - numération, opé-

rations, conversions de mesures, fractions, puissances et racines carrées, expressions littérales, repérage, proportionnalité, équations du 1er degré, statistiques, géométrie plan, géométrie dans l'espace, théorèmes de Pythagore et de Thalès.

#### Physique :

- Mécanique, électricité, thermométrie et prévention des risques.

#### Chimie :

- Caractéristiques des atomes et molécules, pH, changement d'un état

solide ou d'un liquide, classification périodique, concentration massique et molaire.

### Module 7

#### Langue vivante :

- Diversité des sociétés et richesse des cultures.
- Enjeux des relations entre les sociétés et territoires.
- Éducation civique.

# Modalités d'évaluation

## CAP EN 1 AN ET 2 ANS

- **Epreuve Organisation de la production** : coefficient 4
- Étude de cas mobilisant les trois enseignements de culture professionnelle (cuisine, gestion appliquée et sciences appliquées) : 2h
- **Epreuve Réalisation de la production de cuisine** : coefficient 14
- **1ère partie** (non évaluée) - 20 mn  
À partir de : deux fiches techniques de production et d'un tableau d'ordonnancement vierge à compléter, le candidat planifie son travail dans le temps imparti.
- **2ème partie** - 10 mn À son poste, le candidat contrôle ses denrées à l'aide des fiches techniques,
- vérifie et met en place son poste de travail, sélectionne les matériels nécessaires.
- **3ème partie** - 4 h 30 mn
- **1ère phase** : production culinaire - 4 h 20 mn
- Le candidat confectionne deux recettes imposées (fiches techniques fournies) : un plat principal avec garniture, une entrée ou un dessert. Il assure la distribution de sa production (dressage et envoi), réalise un bilan simplifié de sa production, remet en état les locaux. Le jury évalue successivement la production, la présentation et la dégustation.
- **2ème phase** : compte-rendu d'activité - 10 mn maximum
- Le candidat réalise le bilan de son travail : il présente au jury, sans être interrompu, le bilan de sa production (son organisation, ses choix techniques, les matériels utilisés, sa prestation, etc.) ; il échange avec le jury sur sa production ; il s'exprime sur son projet professionnel
- **4ème partie** : oral de 10 mn
- Le candidat présente sa démarche concrète entreprise pour mener à bien la réalisation d'un projet dit « chef d'œuvre » qui peut être individuel ou collectif.

## CAP 2 ANS

- Français, Histoire-Géographie et Enseignement moral et civique : 2h15, coefficient 3
- Mathématiques-Sciences physiques et chimiques : 2h, coefficient 2
- Éducation physique et sportive : évaluation ponctuelle coefficient 1
- Langue vivante : oral de 20mn coefficient 1

## Des maîtres d'apprentissage chevronnés et bienveillants à vos côtés



Cuisinier est un métier qui exige des savoir-faire mais surtout un "savoir-être": générosité, bienveillance et respect. Les maîtres d'apprentissage du CFA des Chefs veillent à ce que chaque apprenti soit respecté et partage les valeurs de la brigade. Tous sont de fins pédagogues, formés à la fonction tutorale et informés des dernières modifications du Code du travail. Notre charte d'engagement, signée par tous les maîtres d'apprentissage et les apprentis, pose les bases d'une relation de confiance, de bienveillance et de respect mutuel. L'exercice de votre métier dans des conditions favorisant l'excellence et votre plein épanouissement est le gage d'une bonne cuisine, généreuse et source de plaisirs pour vos clients.

**À vous de donner le meilleur de vous-même pour réussir.**

# Les formations du CFA des chefs, un tremplin vers l'emploi !

## **Vous êtes passionné par la cuisine et vous souhaitez en faire votre métier ?**

Le CFA des Chefs vous forme et vous apporte des opportunités de réussite dans une filière aux nombreux débouchés en France et à l'étranger.

Une fois votre diplôme en poche, une ou plusieurs offres d'emploi vous seront proposées par les services de ressources humaines de nos groupes. Votre carrière de cuisinier est lancée !

Après cette première expérience en apprentissage, vous pourrez évoluer vers des postes de demi-chef de partie, chef de partie puis, après quelques années, chef de cuisine, dans les nombreux établissements de nos groupes en France ou à l'international.



## Comment déposer ma candidature ?

RDV SUR :

**[www.cfadeschefs.com](http://www.cfadeschefs.com)**

#1



**Choisissez votre univers de restauration.**

#2



**Répondez au questionnaire et au petit test de sélection en ligne.**

#3



**Vous avez réussi le test ? Vous allez être contacté pour un entretien.**

#4



**Si vous êtes présélectionné, vous rencontrerez alors votre Maître d'apprentissage.**



# Nos groupes

vous ouvrent leurs portes



Plus d'information sur :

[www.cfadeschefs.com](http://www.cfadeschefs.com)

CFA des Chefs

Tour Sequana, 82 rue Henri Farman, 92130 Issy les Moulineaux



Adecco



sodexo  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE