

FORMATION AU... CAP CUISINE

► 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

► CONTENU / COMPÉTENCES VISÉES

D'après le nouveau référentiel qui prend effet à partir de la session 2017-2018¹, les six compétences professionnelles à acquérir s'organisent en deux pôles :

Pôle 1 Organisation de la production de cuisine : Réceptionner, contrôler et stocker les marchandises / Collecter l'ensemble des informations et organiser sa production culinaire ;

Pôle 2 Préparation et distribution 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 enseignements généraux dispensés sont : Français, histoire-géographie et éducation morale et civique / Mathématiques-sciences physiques et chimiques / Éducation physique et sportive / Langue vivante.

► POUR QUELS MÉTIERS ?

Commis de cuisine (pour débutant) / Cuisinier (avec 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 ?

Pré-requis : généralement un niveau 3ème des collèges est demandé.

► TENDANCES DE L'EMPLOI

La restauration c'est :

- 30 000 établissements en Ile-de-France
- 158 000 salariés en Ile-de-France dont la moitié sur Paris ;
- Une **évolution positive de l'emploi salarié** sur 5 ans : +9% pour la restauration traditionnelle ; +12% pour la restauration collective.

De nombreuses offres d'emploi !

- Commis de cuisine : 4ème métier rassemblant le plus **grand nombre de projets de recrutement** en 2016 en Ile-de-France ;
- Cuisinier : parmi les 10 métiers où sont signalés **les plus fortes difficultés de recrutement** en Ile-de-France ;
- Au niveau national, la profession estime que 16 000 postes ne sont pas pourvus ;
- Des postes à pourvoir principalement à temps complet.

Mais...

- Des recrutements nombreux en raison d'un **fort turn-over** (conditions de travail difficiles, faibles salaires) ;
- Près d'1/4 des effectifs quittent leur emploi avant l'âge de la retraite pour des raisons de santé.

Qui sont les cuisiniers ?

- 38 ans en moyenne ;
- Titulaires d'un niveau V (CAP) ou plus (42 %) ;
- 2/3 sont des hommes ;
- Salaire moyen (brut) : 1 583 € pour un commis de cuisine / 1 807 € pour un cuisinier ;

Le CAP dans l'emploi

- Diplôme bien reconnu par la branche et les professionnels ;
- Fortes opportunités pour les personnes acceptant un **commis de cuisine** ;
- Des emplois principalement en restauration traditionnelle ou brasserie ;
- **3 à 6 mois en moyenne** pour trouver un emploi dans le domaine ;
- L'obtention du CAP permet une évolution de carrière pour les personnes travaillant déjà dans le secteur ;

Quel emploi demain ?

- 107 000 postes de cuisiniers seront à pourvoir d'ici à 2022 ;
- En Ile-de-France, le métier de cuisinier figure dans la liste des 15 principaux métiers créateurs d'emploi à l'horizon 2022.

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 V).

Formation inscrite au Répertoire national des certifications professionnelles (RNCP)

Formation éligible au CPF (liste nationale interprofessionnelle)

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 2014 : 82 % (formation continue 86,5 %)

COMMENT EST ORGANISÉE LA FORMATION ?

Modalités pédagogiques possibles : cours du jour

Début de formation : entre septembre et novembre principalement

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 V (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 2015² : Théorique : 608 h / Stage : 458 h

Coût pédagogique moyen constaté en 2015² : 14,09 €/h HT

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

OÙ SE FORMER ?

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

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

QUE SONT DEVENUS LES BÉNÉFICIAIRES DE CIF ?³

Obtention du diplôme : 95 % des bénéficiaires ont obtenu leur diplôme à l'issue de la formation. Il n'y a pas eu d'abandon en cours de formation.

Satisfaction des stagiaires : 93 % des personnes interrogées jugent leur situation professionnelle post-CIF plus favorable

Insertion professionnelle : Un an après la fin de leur CIF, une grande majorité de répondants est en emploi (86 %). 7 sur 10 ont connu un changement professionnel (73 %), soit d'entreprise, soit de poste au sein de leur entreprise.

Evolution de la situation professionnelle : 89 % des personnes qui ont connu un changement utilisent au quotidien les compétences et connaissances acquises en CIF. En revanche, le temps de travail est jugé plus satisfaisant par 17 % seulement des répondants et ils sont moins d'un quart à avoir connu une augmentation de salaire.

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](#) (niveau V) / [CAP Agent polyvalent de restauration](#) (niveau V) / [Titre professionnel agent de restauration](#) (niveau V) / [CQP commis de cuisine](#) / [CQP cuisinier](#) / [CQP crêpier](#) / [CQP pizzaiolo](#)



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 [1188](#) / Fiche métier Pôle emploi (ROME) : [G1602](#)
[Les liens utiles du Fongecif Ile-de-France](#)

A L'ESPACE CONSEIL :

[Les ouvrages \(rubrique 450\)](#)
[La fiche métier CIDJ n° 2.382](#)
[L'Explorateur des métiers](#)

1. Arrêté du 17 mars 2016 publié au J.O. le 9 avril 2016 portant création de la spécialité « cuisine » du certificat d'aptitude professionnelle et fixant ses modalités de délivrance.
 2. Sur la base des organismes qui ont fait l'objet d'au moins 5 financements en 2015.
 3. Les résultats présentés s'appuient sur les réponses apportées par 3 815 répondants franciliens, sortis de formation CIF-CDI, CIF-CDD ou FHMT entre juin 2013 et juin 2014.

Sources du document :

- **Partie formation** : Centre national de documentation pédagogique (CNDP) / Répertoire national des certifications professionnelles (RNCP) / Journal Officiel / Cereq (base Reflet).
 - **Partie emploi** : Défi métiers / Les métiers en 2022 (France Stratégie/Dares) / IMT Pôle emploi / Fafih.