

## EN RÉSUMÉ

### VERS QUELS MÉTIERS ?

- Employé de la restauration et de l'hôtellerie : restaurant, café-brasserie, hôtellerie, résidence médicalisée, maison de retraite, village vacances, parc de loisirs, restauration embarquée (terre, mer, air), hôtellerie de plein air

### PRÉ-REQUIS, CONDITIONS D'ACCÈS

- Être âgé de 16 à 29 ans révolus (ou 15 ans après une classe de 3<sup>ème</sup>)
- Formation ouverte aux adultes, nous consulter
- En fonction du parcours du candidat, un entretien de positionnement sera réalisé avant l'entrée en formation.
- Admission après étude du dossier scolaire et entretien de motivation, réponse sous 20 jours ouvrables.
- Détails des modalités d'accès (1)

### EXAMEN

- Diplôme de l'Éducation Nationale – Obtention en Contrôle en Cours de Formation (CCF) pour les apprentis – possibilité de modularisation.
- Pour les candidats titulaires d'un diplôme égal ou supérieur au CAP, dispense des épreuves du domaine général.
- N°RNCP : 26650 - Certificat info : N°88543

### POURSUITES D'ÉTUDES

- BAC PRO Commercialisation et services en restauration
- BP Arts du service et commercialisation en restauration
- CAP 1 an cuisine
- CQP Employé(e) d'étages

### UN TREMPLIN POUR...

- Acquérir les techniques fondamentales du métier, pour s'insérer dans le métier d'employé dans la restauration, dans les brasseries, dans les hôtels

### QUELQUES CHIFFRES (1) (3)

- 100 % de réussite à l'examen session juin 2019 (soit 55 jeunes sur 55)
- 95% : taux de persévérance en formation par an (2)
- À 6 mois après sortie de formation : 53 % de taux d'emploi dont 100% travaillent dans le secteur professionnel lié à la formation  
64 % en poursuite d'étude

### TARIFS (1)

- Formation gratuite sauf pour les adultes, mais dans ce cas possibilité de prise en charge des frais de formation par l'OPCO, Pôle emploi et/ou l'entreprise. Pour plus de détails nous consulter.
- Frais liés à la vie résidentielle (hébergement, restauration...) nous consulter.

### ACCESSIBILITÉ HANDICAP



Bâtiments aux normes d'accessibilités aux personnes à mobilité réduite.  
Accessibilité à la formation : nous consulter pour étudier avec notre référent handicap la faisabilité selon le handicap

(1) Détails et mise à jour le site Internet de la MFR

(2) Pourcentage des jeunes et/ou des adultes ayant réalisé la totalité de l'année scolaire

(3) Les chiffres concernent la dernière année scolaire



## CAP CUISINIER

### ORGANISATION PÉDAGOGIQUE

sur  
1 an



#### DURÉE

- Rentrée en septembre
- Entrée permanente possible tout au long de l'année, nous consulter
- 12 semaines en centre de formation
- 35 semaines en entreprise



#### RYTHME D'ALTERNANCE

- 1 semaine à la MFR
- 2 semaines en entreprise



#### STATUTS

- Scolaire Ministère Agriculture
- Apprentissage jusqu'à 30 ans (Prise en charge par les OPCO d'une partie des frais d'hébergement et de restauration)
- Contrat de professionnalisation
- Autres (ex : formation pour adultes...)

### LA FORMATION EN ENTREPRISE

#### TYPE D'ENTREPRISE D'ACCUEIL

- Tout type de restaurants travaillant les produits de base, les matières premières.
- Traiteur

#### ACTIVITÉS RÉALISABLES PAR LE JEUNE EN ENTREPRISE

- Participer à la réception des marchandises
- Préparer et organiser les fabrications des produits
- Produire, valoriser, distribuer et commercialiser des mets froids et chauds (entrées, poissons, viandes, volailles, œufs, garnitures d'accompagnement, desserts)
- Respecter les consignes et les règles d'hygiène, de sécurité et d'écocitoyenneté.

#### SITE DE FORMATION

MFR ST MICHEL MONT MERCURE  
02 51 57 81 81  
mfr.stmichel.mtmercure@mfr.asso.fr  
www.cfasaintmichelmontmercure.com

### LA FORMATION EN MFR

Etablissement privé, associatif, en contrat avec l'Etat

#### OBJECTIFS ET CONTENUS DE LA FORMATION

#### COMPÉTENCES PROFESSIONNELLES :

- Connaître les produits alimentaires
- Gérer l'approvisionnement et le stockage
- Maîtriser les techniques culinaires de base, dans le respect des consignes et des règles d'hygiène et de sécurité pour réaliser des préparations chaudes et froides (hors d'œuvre, sauces, desserts, entrées, viandes, poissons ...)
- Maîtriser les techniques de cuisson
- Analyser et contrôler la qualité de sa production dresser et valoriser les préparations
- Organiser et entretenir son poste de travail dans le respect de la réglementation
- Communiquer
- En fin de formation, être capable d'élaborer un menu

#### ENSEIGNEMENT PROFESSIONNEL :

- Travaux pratiques avec préparation de productions, technologie appliquée à la profession, gestion, sciences appliquées, hygiène alimentaire, PSE prévention, santé, environnement, formation SST (Sauveteur Secouriste du Travail)

#### MOBILITÉ INTERNATIONALE :

- CAP sur 1 an : Stage professionnel de 3 semaines dans une entreprise européenne partenaire, Erasmus +.
- Erasmus Pro, possibilité de suivre une formation par alternance en Europe pour une durée de 3 mois pendant le parcours CAP.
- Voyage d'étude (CAP sur 2 ans) d'une semaine en métropole réputée pour sa gastronomie (Paris, Lyon, Bordeaux, Strasbourg, ...)

#### ENSEIGNEMENT GÉNÉRAL :

- Français, Histoire-géographie, enseignement moral et civique, Mathématiques, Sciences, Prévention Santé Environnement, Anglais, Éducation physique et sportive, Arts appliqués

#### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES (1)