

***APRES***  
***UN CAP***  
***CUISINE***

## MC Cuisinier en desserts de restaurant

**Durée de formation : 1 an**

**Niveau terminal d'études : CAP + 1 an**

**Nature du diplôme : diplôme national ou diplôme d'Etat**

Spécialisé dans la confection de desserts de restaurant, ce cuisinier travaille au sein d'une brigade de cuisine. Il conçoit et réalise des viennoiseries, des petits fours salés et sucrés, des entremets, des pâtisseries, des glaces... Il assure le suivi des commandes et l'approvisionnement de son poste de travail (achat, réception et stockage des denrées), et effectue un contrôle qualité de ses produits (conservation, température de stockage) et de ses productions. Pour mener à bien toutes ces opérations, il doit connaître les produits nouveaux et les matériels utilisés en atelier de pâtisserie et de cuisine.

Ce professionnel doit aussi s'adapter à des horaires décalés et à des normes d'hygiène strictes. Il est d'ailleurs formé à la réglementation en matière d'hygiène et de sécurité. Enfin, il s'adapte aux exigences de l'entreprise (horaires décalés, hygiène rigoureuse).

Après quelques années d'expérience, il peut devenir cuisinier spécialisé ou chef de partie, selon ses capacités personnelles.

### ***OÙ SE FORMER ?***

#### **En apprentissage :**

UFA François Rabelais - Vitry-sur-Seine

CFA-Ferrandi-Paris-site-de-Paris 75006

CFA-Ecole-de-Paris-des-Métiers-de-la-table 75017

Ecole-hôtelière-de-Paris-CFA-Médéric 75017

CFA-hôtelier-public-Belliard 75018

CFA-des-métiers-de-la-gastronomie 75019

#### **En lycées professionnels :**

Section-d-enseignement-professionnel-du-lycee-polyvalent-Montaleau SUCY EN BRIE  
94370

Section-d-enseignement-professionnel-du-lycee-polyvalent-Francois-Rabelais DUGNY  
93440

## MC Employé traiteur

**Durée de formation : 1 an**

**Niveau terminal d'études : CAP + 1 an**

**Nature du diplôme : diplôme national ou diplôme d'Etat**

L'employé traiteur réalise des repas destinés à la vente en magasin ou à la livraison à domicile. Il exerce à la fois des fonctions de fabrication et de vente.

En fabrication, il cuisine les produits, réalise des assemblages. Il prépare les appareils, les fonds et les sauces, confectionne des pâtisseries salées ou sucrées. Il décore les plats puis les conditionne pour le stockage avant la vente. Il doit être à même d'organiser son travail de manière à assurer la bonne conservation des produits, d'appliquer les règles d'hygiène et de gérer les stocks.

En vente, il conseille les clients sur les mets et les proportions, la remise en température et la conservation. Il enregistre les commandes et les prépare.

L'employé traiteur peut exercer son activité chez un traiteur (en magasin), chez un traiteur organisateur de réceptions ou dans un restaurant.

## **OÙ SE FORMER ?**

### **En apprentissage :**

UFA François Rabelais - Vitry-sur-Seine  
CFA-Ferrandi-Paris-site-de-Paris 75006  
CFA-Ecole-de-Paris-des-Métiers-de-la-table 75017  
Ecole-hôtelière-de-Paris-CFA-Médéric 75017  
CFA-des-métiers-de-la-gastronomie 75019

### **En lycées professionnels :**

Section-d-enseignement-professionnel-du-lycee-polyvalent-Montaleau SUCY EN BRIE  
94370

## **MC Sommellerie**

**Durée de formation :** 1 an

**Niveau terminal d'études :** CAP ou équivalent + 1 an

**Nature du diplôme :** diplôme national ou diplôme d'Etat

Le titulaire de cette MC vend et sert des vins et des alcools sous le contrôle d'un chef sommelier. Il connaît les vins, leur conditionnement, la localisation des vignobles et la législation sur la commercialisation des boissons.

Le sommelier participe à l'achat, à la réception et à la vérification des livraisons. Il est chargé de l'embouteillage, du bouchage et de l'étiquetage des bouteilles. Il range les bouteilles et surveille les vins. Il prépare le service en mettant en place la cave du jour.

Par ailleurs, il participe à la promotion des ventes et au service. Il sait marier les mets et les vins, ce qui lui permet de conseiller les clients avant de prendre les commandes.

Le diplômé débute comme employé de restaurant ou comme commis sommelier dans un hôtel, un restaurant ou un magasin spécialisé. Il peut aussi rejoindre la grande distribution

## OÙ SE FORMER ?

### En apprentissage :

CFA-Ecole-de-Paris-des-Métiers-de-la-table 75017

Ecole-hôtelière-de-Paris-CFA-Médéric 75017

## MC Art de la cuisine allégée

**Durée de formation :** 1 an

**Niveau terminal d'études :** CAP ou équivalent + 1 an

**Nature du diplôme :** diplôme national ou diplôme d'Etat

Cette MC permet de se spécialiser sur un créneau porteur : la cuisine gourmande et le bien-être. Le titulaire de ce diplôme est capable de confectionner des plats à la fois équilibrés, appétissants et savoureux. Il maîtrise les techniques culinaires traditionnelles et plus récentes, sait cuisiner avec peu de matière grasse. Il est également en mesure d'élaborer de nouvelles recettes.

Le diplômé peut débiter comme cuisinier dans un établissement de thalassothérapie, un centre de remise en forme ou une station thermale, mais aussi dans un restaurant collectif ou commercial proposant des repas allégés.

## OÙ SE FORMER ?

CFA-hôtelier-public-Belliard 75018

CFA-CEFAA-site-Villepinte 93420 VILLEPINTE

## FCIL CUISINE

**Durée de formation :** 1 an

**Niveau terminal d'études :** CAP ou équivalent + 1 an

**Nature du diplôme :** diplôme national ou diplôme d'Etat

Les FCIL permettent d'acquérir une qualification dans un secteur porteur du marché de l'emploi local ou régional. Ces formations durent en général de 6 mois à 1 an.

***FCIL-Design-culinaire***

***FCIL-Cuisine-de-la-mer***

***FCIL-Organisateur-de-réceptions***

***FCIL-Restoration-européenne***

***FCIL-Activité-traiteur-production-et-vente***

## **OÙ SE FORMER ?**

Aucune formation en Ile de France

### **BAC PRO CUISINE**

**Durée de formation : 2 ans. Admission conditionnelle en 1re pro**

**Niveau terminal d'études : Bac**

**Nature du diplôme : diplôme national ou diplôme d'Etat**

Fabrication des pâtisseries, cuisson, dressage, le cuisinier maîtrise les techniques de réalisation et de présentation de tous les mets à la carte du restaurant. Le diplômé du bac professionnel gère les commandes, les relations avec les fournisseurs et les stocks de produits. Ses compétences en gestion et en comptabilité lui permettent de maîtriser les coûts et d'analyser au mieux sa politique commerciale.

D'ailleurs, comme les personnels de salle, il connaît les techniques commerciales pour améliorer les ventes et il entretient les relations avec la clientèle. Il intègre à son activité les problématiques de respect de l'environnement, de développement durable, les règles d'hygiène, de santé et de sécurité, en valorisant les dimensions de nutrition, plaisir et bien-être. Il est attentif à l'évolution de son métier et sait adapter ses pratiques professionnelles.

Après le bac pro cuisine, il débute comme premier commis ou chef de partie dans les restaurants traditionnels et chef-gérant ou responsable de production en restauration collective. Il peut travailler à l'étranger puisqu'il a acquis une langue étrangère en formation.

## **OÙ SE FORMER ?**

### **En apprentissage :**

UFA François Rabelais - Vitry-sur-Seine

CFA-Ferrandi-Paris-site-de-Paris 75006

CFA-Ecole-de-Paris-des-Métiers-de-la-table 75017

Ecole-hôtelière-de-Paris-CFA-Médéric 75017

CFA-hôtelier-public-Belliard 75018

CFA-des-métiers-de-la-gastronomie 75019

### **En lycées professionnels :**

Lycée Val de Bièvre Gentilly 94250

Section-d-enseignement-professionnel-du-lycee-polyvalent-Montaleau SUCY EN BRIE  
94370

Section-d-enseignement-professionnel-du-lycee-polyvalent-Francois-Rabelais DUGNY  
93440

## BP Arts de la Cuisine

**Durée de formation : 2 ans**

**Niveau terminal d'études : Bac ou équivalent**

**Nature du diplôme : diplôme national ou diplôme d'Etat**

Le titulaire du BP prévoit les approvisionnements et entretient son poste de travail en respectant les règles d'hygiène alimentaire et de sécurité. Il prépare les légumes, viandes et poissons et les assemble avec des produits pré élaborés afin de réaliser des plats. Il a appris les techniques de cuisson et de remise en température. Il sait confectionner des préparations chaudes ou froides (hors-d'œuvre, sauces, desserts...), qu'il met en valeur lors du dressage de l'assiette.

Il doit faire preuve de créativité et d'originalité pour mettre au point des menus, créer de nouvelles recettes. Il sait harmoniser les mets et les vins. Il anime et organise le travail de son équipe, contrôle la qualité et la rentabilité de la production culinaire.

Le diplômé peut travailler dans un restaurant ou un hôtel, dans la restauration collective ou chez un traiteur. Par la suite, il peut devenir chef de cuisine ou s'installer à son compte.

### ***OÙ SE FORMER ?***

#### **En apprentissage :**

CFA-hotelier-public-Belliard 75018

CFA-des-métiers-de-la-gastronomie 75019

#### **En lycées professionnels :**

Lycée-professionnel-Poullart-des-Places/BP-Arts-de-la-cuisine

## BP Charcutier traiteur

**Durée de formation : 2 ans**

**Niveau terminal d'études : Bac ou équivalent**

**Nature du diplôme : Titre des Chambres de métiers**

Le titulaire de ce BP est un ouvrier très qualifié qui fabrique des produits de charcuterie et des plats cuisinés et s'occupe de la gestion commerciale. Il exerce diverses fonctions : il sélectionne les fournisseurs, passe les commandes, réceptionne les marchandises. Ce professionnel découpe, désosse et prépare les viandes, volailles et poissons. Il fabrique des terrines, pâtés, foies gras, salaisons. Il sait réaliser des préparations chaudes ou froides (hors-d'œuvre, sauces, desserts...) et les conditionner selon la nature des produits, les conditions de service et de livraison. Il sait aussi présenter et dresser un buffet.

Il prend en charge l'agencement du magasin et la présentation des produits. Il accueille et conseille les clients, conditionne leurs achats et encaisse les ventes

Il contrôle les stocks et calcule les rendements. Il peut être amené à encadrer du personnel. Enfin, il entretient les locaux et travaille en respectant les règles d'hygiène et de sécurité.

Le diplômé exerce comme ouvrier très qualifié dans une entreprise artisanale, telle qu'une boucherie-charcuterie, un traiteur, une charcuterie-conserverie ; les restaurants ou dans toutes les entreprises possédant un laboratoire de fabrication des produits de charcuterie-traiteur. Avec son BP, il pourra éventuellement s'installer à son compte.

## ***OÙ SE FORMER ?***

### **En apprentissage :**

CFA-des-métiers-de-la-gastronomie 75019