

### Cuisine

Le titulaire du CAP Cuisine réalise diverses préparations culinaires dont les sauces et les pâtisseries, et maîtrise les modes et les degrés de cuisson.

Le titulaire du CAP cuisine :

- réalise des plats en utilisant différentes techniques de production culinaire.
- connaît les produits alimentaires dont il gère l'approvisionnement (établissement des bons de commande, réception et stockage des marchandises, calcul des coûts).
- prépare les légumes, viandes et poissons avant d'élaborer un mets ou assemble des produits pré-élaborés.
- a appris les techniques de cuisson et de remise en température.
- sait réaliser des préparations chaudes ou froides (hors-d'œuvre, sauces, desserts...) qu'il met en valeur lors du dressage de l'assiette.
- 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.

#### ↳ Débouchés

Le secteur de la restauration manque d'effectifs, beaucoup de postes sont vacants. Le titulaire du CAP Cuisine n'a donc aucune peine à trouver un emploi et à entrer directement dans la vie active.

Il peut exercer dans la :

- Restauration traditionnelle
- Restauration collective (cantines, hôpitaux...)
- Restauration commerciale (fast-food, vente à emporter, livraison à domicile).

#### ↳ Accès à la formation

Après une classe de 3ème

#### ↳ Programme

Grille horaire (a)	1 <sup>ère</sup> année	2 <sup>ème</sup> année
<b>Enseignement professionnel</b>	<b>333h30</b>	<b>312h</b>
<b>Enseignements professionnels et français en co-intervention (b)</b>	<b>43h30</b>	<b>39h</b>
<b>Enseignements professionnels et mathématiques en co-intervention (b)</b>	<b>43h30</b>	<b>39h</b>
<b>Réalisation d'un chef d'œuvre(c)</b>	<b>87h</b>	<b>78h</b>
<b>Prévention Santé Environnement</b>	<b>43h30</b>	<b>26h</b>
<b>Français, Histoire-Géographie</b>	<b>43h30</b>	<b>39h</b>
<b>Enseignement moral et civique</b>	<b>14h30</b>	<b>13h</b>
<b>Mathématiques – Physique-Chimie</b>	<b>43h30</b>	<b>39h</b>
<b>Langue vivante</b>	<b>43h30</b>	<b>39h</b>
<b>Arts appliqués et culture artistique</b>	<b>29</b>	<b>26h</b>
<b>Education physique et sportive</b>	<b>72h30</b>	<b>65h</b>
<b>Consolidation, accompagnement personnalisé et accompagnement au choix d'orientation</b>	<b>101h30</b>	<b>91h</b>
<b>Période de formation en milieu professionnel (semaines)</b>	<b>6 à 7</b>	<b>6 à 7</b>

(a) Volume horaire identique quelle que soit la spécialité

(b) Dotation horaire professeur égale au double du volume horaire élève

(c) Horaire donnant droit au dédoublement de la dotation horaire professeur sans condition de seuil

### Enseignements professionnels

**Techniques professionnelles** : TP de confection des plats et des desserts qui, en général, sont consommés par le personnel et les élèves de l'établissement.

**Technologie appliquée** : l'élève effectue des manipulations, suit des démonstrations, reçoit des compléments d'informations de type professionnel, technique, économique, scientifique, qui viennent approfondir la formation aux techniques professionnelles ou remédier aux insuffisances constatées en TP.

**Technologie professionnelle** : l'élève étudie les produits comme par exemple les différents morceaux d'un animal de boucherie avec leurs différentes utilisations, les préparations, les cuissons, la culture culinaire (historique, les AOC), les personnels (comportements professionnels, tenues vestimentaires, les horaires), les arts de la table, etc.

**Sciences appliquées, hygiène alimentaire** : microbiologie, physique, chimie, notions qui permettront de comprendre et d'appliquer avec discernement les règles en matière de risques alimentaires, de sécurité et d'hygiène des personnes et des locaux.

**Communication** : techniques de communication avec ses collègues et la clientèle

**Connaissance de l'entreprise et de son environnement économique, juridique et social** : initiation à la gestion commerciale et comptable, à l'économie, à la législation du travail et aux institutions publiques, Utilisation de logiciels professionnels.

### Stages

Les stages durent 14 semaines. La formation en milieu professionnel doit permettre à l'élève d'acquérir et de mettre en œuvre des compétences en termes de savoir-faire et de savoir-être. Pendant la période de formation, le candidat a obligatoirement la qualité d'élève stagiaire, et non de salarié.

### Examen

#### Unités professionnelles :

- Organisation de la production de cuisine, coeff. 4
- Réalisation de la production de cuisine, coeff. 14 (dont coeff. 1 pour Prévention - santé - environnement)

#### Unités d'enseignement général :

- Français, histoire-géographie – éducation civique coeff. 3
- Mathématiques– Sciences physiques, coeff. 2
- Education physique et sportive, coeff. 1
- Epreuve de langue vivante, coeff. 1
- Epreuve facultative : Langue vivante étrangère

### Poursuites d'études

La majorité des titulaires de CAP s'engagent dans la vie active. Pour se spécialiser davantage, ils peuvent aller en formation complémentaire (MC, FCIL) ou, tout en travaillant, obtenir une qualification professionnelle supérieure en préparant un BP ou un BM. Dans certains cas, ils peuvent aussi préparer un BACPRO en lycée professionnel ou en contrat d'apprentissage ou de professionnalisation.

#### Principales poursuites d'études

- Bac professionnel Cuisine
- Mention Complémentaire (MC) Employé traiteur
- MC Cuisinier en desserts de restaurant
- Brevet Professionnel (BP) Cuisinier
- CAP Pâtissier en 1 an
- FCIL Cuisine de la mer

Pour connaître les poursuites d'études consultez les guides régionaux.

### Ou se former en Occitanie

#### Ariège (09)

Foix - CFA de la Chambre de métiers et de l'artisanat de l'Ariège **A**

Saint-Girons - Lycée professionnel François Camel (Public) **IA**

#### Aude (11)

Carcassonne - Lycée professionnel Charles Cros (Public) **I**

Lézignan-Corbières - CFAI Henri Martin de l'Aude **A**

#### Aveyron (12)

Villefranche-de-Rouergue - Etablissement régional d'enseignement adapté Laurière (Public) **IA**

Onet Le Château - Campus des Métiers et de l'Artisanat de l'Aveyron **A**

#### Gard (30)

Marguerittes - Purple campus Marguerittes (CFA CCI Occitanie) **A**

Nîmes - Lycée professionnel Voltaire (Public) **I**

Saint-Jean-du-Gard - Lycée professionnel Hôtelier Marie Curie **IA**

#### Haute-Garonne (31)

Gourdan-Polignan - CFA du Comminges **A**

Saint-Gaudens - Section d'enseignement professionnel privée du lycée polyvalent Sainte Thérèse (Privé) **I**

Toulouse - Lycée professionnel Renée Bonnet (Public) **I**

Toulouse - Section d'enseignement professionnel du lycée polyvalent de l'hôtellerie d'Occitanie (Public) **I**

#### Gers (32)

Auch - Lycée professionnel Pardailhan (Public) **IA**

#### Hérault (34)

Béziers - Lycée Jean Moulin (Public) **I**

Claret - MFR Garrigues Pic St Loup **A**

Montpellier - Lycée Georges Frêche (Public) **I**

Montpellier - Purple campus Montpellier (CFA CCI Occitanie) **A**

Montpellier – ESICAD (Privé) **A**

Sète - Centre de formation d'apprentis municipal Nicolas

Albano - Sète **A**

Sète - Lycée Charles de Gaulle (Public) **I**

### **Lot (46)**

Cahors - CFA Ecole des métiers du Lot - CMA du Lot (Privé) **A**

Souillac - Lycée professionnel Quercy Périgord (Public) **I**

### **Lozère (48)**

Saint-Chély-d'Apcher - Lycée privé Sacré-Coeur (Privé) **I**

Mende - CFA Henry Giral - Campus des métiers et de l'artisanat de la Lozère **A**

### **Hautes-Pyrénées (65)**

Tarbes - Lycée professionnel Lautréamont (Public) **I A**

### **Pyrénées-Orientales (66)**

Argelès-sur-Mer - Lycée Christian Bourquin (Public) **I**

Le Boulou – 3B Conseil **A**

Perpignan - Purple campus Perpignan (CFA CCI Occitanie) **A**

### **Tarn (81)**

Albi - Université Régionale des Métiers et de l'Artisanat **A**

Mazamet - Lycée professionnel hôteliers (Public) **I A**

Peyregoux – MFR de Peyregoux (Privé) **A**

### **Tarn-et-Garonne (82)**

Castelsarrasin - Section d'enseignement professionnel du lycée polyvalent Jean de Prades (Public) **I A**

Montauban - CFA de Tarn et Garonne - Ecole des métiers **A**

Montauban - Lycée professionnel privé Marie Théas (Privé) **I**

**I** formation initiale

**A** formation en apprentissage



Internat/ Hébergement possible

## En savoir plus

Retrouvez sur <https://documentation.onisep.fr/>

les publications disponibles (collections Diplômes, Dossiers, Parcours, Zoom sur les métiers, Pourquoi pas moi ?, Handi +)

**Vous les trouverez au CDI de votre établissement ou au centre d'information et d'orientation (CIO).**

**N'hésitez pas à rencontrer un psychologue de l'Education Nationale (PSY-EN).**

# CERTIFICAT D'APTITUDE PROFESSIONNELLE

CAP

## Les centres d'information et d'orientation dans l'académie de Montpellier

Alès  
04 49 05 80 81 - [ce.0300061d@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0300061d@ac-montpellier.fr)

Bagnols sur Cèze  
04 49 05 80 85- [ce.0300992r@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0300992r@ac-montpellier.fr)

Béziers  
04 67 62 45 04 - [ce.0340097w@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0340097w@ac-montpellier.fr)

Carcassonne  
04 34 42 91 90 - [ce.0110035d@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0110035d@ac-montpellier.fr)

Castelnaudary  
04 34 42 91 88 - [ce.0110843g@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0110843g@ac-montpellier.fr)

Céret  
04 68 87 02 07 - [ce.0660575s@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0660575s@ac-montpellier.fr)

Lunel  
04 48 18 55 30 - [ce.0341426r@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0341426r@ac-montpellier.fr)

Mende  
04 30 43 51 95 - [ce.0480020l@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0480020l@ac-montpellier.fr)

Montpellier Celleneuve  
04 48 18 55 60 - [ce.0341619a@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0341619a@ac-montpellier.fr)

Montpellier Esplanade  
04 48 18 55 10 - [ce.0341482b@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0341482b@ac-montpellier.fr)

Narbonne  
04 68 32 61 75 - [ce.0110036e@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0110036e@ac-montpellier.fr)

Nîmes  
04 49 05 80 80 - [ce.0301328f@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0301328f@ac-montpellier.fr)

Perpignan  
04 11 64 23 66- [ce.0660667s@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0660667s@ac-montpellier.fr)

Pézenas  
04 48 18 55 75 - [ce.0341033n@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0341033n@ac-montpellier.fr)

Prades  
04 11 64 23 55 - [ce.0660463v@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0660463v@ac-montpellier.fr)

Sète  
04 67 67 31 00 - [ce.0340098x@ac-montpellier.fr](mailto:ce.0340098x@ac-montpellier.fr)

Tél. 05 67 76 57 74 - [cio.albi@ac-toulouse.fr](mailto:cio.albi@ac-toulouse.fr)

CIO Auch  
05 62 05 65 20 - [cio.auch@ac-toulouse.fr](mailto:cio.auch@ac-toulouse.fr)

CIO Cahors  
Tél. 05.65.30.19.05 - [cio.figeac@ac-toulouse.fr](mailto:cio.figeac@ac-toulouse.fr)

CIO Castelsarrasin  
05 36 25 74 99 - [cio.castelsarrasin@ac-toulouse.fr](mailto:cio.castelsarrasin@ac-toulouse.fr)

CIO Castres  
Tél. 05 67 76 57 90 - [cio.castres@ac-toulouse.fr](mailto:cio.castres@ac-toulouse.fr)

CIO Condom  
05 67 76 51 82 - [cio.condom@ac-toulouse.fr](mailto:cio.condom@ac-toulouse.fr)

CIO Decazeville  
05 65 43 17 88 - [cio.decazeville@ac-toulouse.fr](mailto:cio.decazeville@ac-toulouse.fr)

CIO Figeac  
05 67 76 55 66 - [cio.figeac@ac-toulouse.fr](mailto:cio.figeac@ac-toulouse.fr)

CIO Foix  
05 67 76 52 94 - [cio.foix@ac-toulouse.fr](mailto:cio.foix@ac-toulouse.fr)

CIO Lourdes  
05 67 76 56 43 - [cio.lourdes@ac-toulouse.fr](mailto:cio.lourdes@ac-toulouse.fr)

CIO Millau  
[05 65 60 98 20 - cio.millau@ac-toulouse.fr](mailto:cio.millau@ac-toulouse.fr)

CIO Montauban  
05 63 66 12 66 - [cio.montauban@ac-toulouse.fr](mailto:cio.montauban@ac-toulouse.fr)

CIO Muret  
05 67 52 40 72 - [cio.muret@ac-toulouse.fr](mailto:cio.muret@ac-toulouse.fr)

CIO Pamiers  
05 67 76 53 02 - [cio.foix@ac-toulouse.fr](mailto:cio.foix@ac-toulouse.fr)

CIO Rodez  
05 67 76 54 46 - [cio.rodez@ac-toulouse.fr](mailto:cio.rodez@ac-toulouse.fr)

CIO Saint-Gaudens  
05 67 52 41 41 - [cio.stgaudens@ac-toulouse.fr](mailto:cio.stgaudens@ac-toulouse.fr)

CIO Tarbes  
05 67 76 56 33 - [cio.tarbes@ac-toulouse.fr](mailto:cio.tarbes@ac-toulouse.fr)

CIO Toulouse Centre  
05.67.76.51.84 - [cio.tlsecentre@ac-toulouse.fr](mailto:cio.tlsecentre@ac-toulouse.fr)

CIO Toulouse Mirail  
05.67.52.41.63 - [cio.tlsemirail@ac-toulouse.fr](mailto:cio.tlsemirail@ac-toulouse.fr)

CIO Toulouse Nord  
05 67 52 41 80 - [cio.tlsenord@ac-toulouse.fr](mailto:cio.tlsenord@ac-toulouse.fr)

CIO Toulouse Ranguel  
05 67 52 41 55 - [cio.tlseranguel@ac-toulouse.fr](mailto:cio.tlseranguel@ac-toulouse.fr)

## Les centres d'information et d'orientation dans l'académie de Toulouse

CIO Albi