

# Commis de cuisine

## Le métier de commis de cuisine

Le poste de commis de cuisine est la première étape dans les métiers de la cuisine. Il vous permettra de découvrir le fonctionnement ainsi que les fondamentaux de la cuisine. Vous y apprendrez à préparer une ou plusieurs parties du menu, sous le contrôle d'un chef de partie et dans le respect des normes d'hygiène et de sécurité.



### Public concerné

Demandeurs d'emploi ayant le projet de travailler en cuisine dans le secteur de la restauration.



### Prérequis et niveau d'entrée

Être inscrit comme demandeur d'emploi.  
Souhaiter s'intégrer durablement en entreprise en vue d'accéder à un emploi dans le secteur de la restauration.  
Pas de prérequis en termes de diplômes.



### Modalités et délais d'accès

Avoir satisfait aux prérequis.  
Participer à l'information collective et à l'entretien de positionnement.  
Valider son inscription auprès des prescripteurs.  
Avoir rendu le dossier d'inscription complet.

### Métiers visés

- Aide de cuisine
- Commis de cuisine
- Agent de restauration

### Objectifs professionnels

- Maîtriser les savoirs de base associés aux métiers d'aide de cuisine ou de commis de cuisine
- Apprendre et appliquer les compétences transversales et les notions réglementaires spécifiques à la restauration

### Débouchés

- Contrat à durée déterminée
- Contrat à durée indéterminée
- Contrat de professionnalisation ou apprentissage
- Contrat saisonnier



## Objectifs pédagogiques / opérationnels

- Avoir une compréhension des supports professionnels et savoir s'exprimer de manière adéquate à l'écrit et à l'oral
- Maîtriser les calculs et conversions nécessaires à la production culinaire
- Planifier et organiser ses tâches professionnelles pour s'adapter à l'environnement de travail
- Savoir rechercher des informations et s'orienter dans son milieu professionnel
- Adopter une attitude professionnelle au sein d'une équipe de travail
- Respecter les normes de rangement, de sécurité sanitaire, d'hygiène et d'environnement en restauration
- Aider à la réalisation des préparations culinaires de base (chaudes et froides)
- Contribuer au nettoyage et à l'organisation du poste de travail



## Contenu pédagogique

La formation Commis de cuisine est composée des blocs de compétences suivants :

- Nettoyer et désinfecter les espaces, les plans de travail avec les produits et les matériels appropriés
- Garantir la sécurité sanitaire et alimentaire
- Réceptionner et stocker des marchandises, des produits
- Réaliser les préparations culinaires de base
- Assurer la sécurité des personnes et des lieux
- Contrôler la production ou prestation culinaire

Job Insert propose des modules complémentaires :

- Découverte du secteur de la restauration
- Softs Skills du commis de cuisine : savoir être, posture et communication
- Insertion professionnelle par le théâtre et le sport
- Techniques de recherche d'emploi
- Compétences transversales numériques (dont utilisation des outils bureautiques)
- Création d'entreprise



## Compétences visées

- Réceptionner les marchandises
- Contribuer à gérer les stocks
- Stocker les marchandises
- Nettoyer et désinfecter les espaces, les plans de travail avec les produits et les matériels appropriés
- Appliquer les règles de sécurité alimentaire
- Travailler les produits
- Transformer les produits pour des préparations froides
- Réaliser des préparations chaudes
- Mettre en œuvre les techniques de cuisson
- Réaliser des préparations en pâtisserie
- Compléter ces savoir-faire par des savoir-être au travers de nos modules complémentaires



## Modalités d'admission

- Examen du dossier de candidature
- Epreuve écrite sous forme de questionnaire
- Entretien de positionnement portant sur des capacités transversales afin de définir ensemble votre parcours de formation individualisé

Les délais d'accès à nos formations dépendent du nombre de places disponibles et de notre agenda de formation.

Pour vous informer sur nos prochaines sessions de formation, contactez nous





## Modalités de validation et d'évaluation

- Évaluations des acquis à mi-parcours et en fin de parcours
- Questionnaire écrit d'évaluation des compétences acquises
- Mise en situation permettant d'observer les compétences acquises par le candidat dans l'exercice du métier de commis de cuisine ou d'aide de cuisine

A l'issue de la formation, le candidat recevra une attestation de fin de formation précisant les connaissances et compétences acquises.



## Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- Suivi et accompagnement individualisé
- Job Insert adopte une pédagogie active et participative



## Moyens pédagogiques

- Plateaux techniques : cuisines équipées pour nos formations
- Salles de cours équipées



## Equipe pédagogique

La formation est dispensée par notre équipe pédagogique pluridisciplinaire composée de professionnels de la restauration et de formateurs du secteur. Elle pourra être complétée par des intervenants externes agréés par Job Insert selon les modules dispensés.



## Durée

Cette formation est dispensée en 400 heures, dont 35 heures d'immersion en entreprise, réparties sur 12 semaines.  
Les formations auront lieu du lundi au vendredi, de 9h à 17h.



## Lieu de la formation

18 rue Jacques Robert  
95500 LE THILLAY



## Accueil des publics en situation de handicap

Notre référent Handicap et Accompagnement socioprofessionnel est à votre écoute pour aménager la formation à vos besoins : [accompagnement@job-insert.fr](mailto:accompagnement@job-insert.fr)

