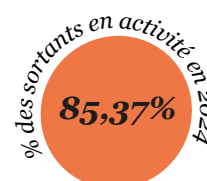


CAP Cuisine - CAP / niv. 3

Diplôme enregistré au RNCP - niveau 3. N° 38430 valide jusqu'au 31/08/2029.

Deviens cuisinier-ère et entre dans le monde passionnant de la gastronomie !

Le CAP Cuisine t'offre un vrai tremplin vers le métier de cuisinier : tu maîtriseras les techniques culinaires, l'organisation d'un poste de travail, la préparation et le dressage des plats, tout en respectant les normes d'hygiène et de sécurité. Tu apprendras à gérer l'approvisionnement, préparer des menus, contrôler la qualité de la production et travailler en équipe, comme dans une vraie cuisine professionnelle. Avec 50 % de matières professionnelles, ce CAP te prépare concrètement à exercer en restaurant, brasserie, hôtel ou service de restauration collective. Tu développes **un savoir-faire pratique**, de la **rigueur**, de la **créativité** et une **bonne gestion de l'effort** — autant d'atouts très recherchés dans ce secteur. Si **tu es motivé-e, prêt-e à apprendre vite et déterminé-e à te lancer dans la cuisine**, le CAP Cuisine t'ouvre les portes d'un **métier concret, stimulant et formateur**.



Deviens :

Commis de cuisine, Cuisinier



Poursuites possibles vers Brevet Professionnel Arts de la Cuisine, CAP Commercialisation et Services en Hôtel-Café-Restaurant, TFP Barman...

Modalités pratiques



24 mois



Prochaine rentrée : Septembre 2026



Amiens



Rythme

1 semaine sur 3 en cours.



Pré-requis

- Soit être issu(e) d'une classe de 3ème et avoir 15 ans, soit être titulaire d'un CAP ou d'un BEP d'une autre spécialité, soit avoir 16 ans.
- La station debout prolongée implique que les candidats soient en bonne condition physique.

Interfor veille à l'accompagnement et l'accessibilité de nos formations aux personnes en difficulté et situation de handicap.

Atouts de la formation

- **Equipements professionnels** : Une cuisine pédagogique équipée avec du matériel professionnel, complètement renouvelée en 2016.
- **Restaurant d'application** : 40 couverts et autant de vrais clients à servir, idéal pour acquérir les connaissances et la pratique d'un service dans les conditions réelles.
- **Rythme de la formation** : 1 semaine en cours, 2 semaines en entreprise.
- **Apprendre un métier** : tu apprends un vrai métier, pour être totalement autonome à la sortie de formation.
- **Equipe de formateurs experts** : Des chefs qui ont exercé dans le domaine de la restauration encadrent tes TP.
- **Equipe à taille humaine** : Toute l'équipe t'accompagne tout au long du parcours, de ta candidature à l'insertion professionnelle - **en route vers la réussite !**
- **Formation solide, parcours complet** : Un accompagnement pour t'insérer professionnellement dans un secteur qui recrute !

Mobilité internationale - Interfor est particulièrement actif (financement, partenariats...) sur la mobilité des apprentis et vous accompagne sur vos projets de mobilités internationales de courte ou longue durée.

Retrouve la fiche complète et toutes les modalités sur interfor.fr

Mise à jour 10/12/2025



Points clés du programme

Matières générales - 50% du temps pédagogique

Français et Histoire-Géographie
Enseignement moral et civique
Mathématiques et physique – chimie
Education physique et sportive
Anglais
Prévention Santé Environnement
Epreuve facultative de Mobilité

Matières professionnelles - 50% du temps pédagogique

Organisation de la production
Etude de cas mobilisant les 3 matières de culture professionnelle (technologie, gestion et sciences appliquées) en tenant compte de la réglementation en hygiène, sécurité, santé, développement et alimentation durables.
Préparation et distribution de la production de cuisine
Préparation, organisation et maintien en état du poste de travail
Mise en œuvre de techniques de base et cuisine
Analyse, contrôle de la qualité de production, dressage et participation
Communication
Chef d'œuvre
Arts appliqués



Objectif

Acquérir une formation professionnelle en alternance sanctionnée par un diplôme.

Ils en parlent mieux que nous !

“
Super année avec mes camarades, j'apprécie tout ce qu'Interfor m'a appris, merci encore.”

Avis de Valentin RAUX FRISON, promotion 2025.

“
J'ai passé un Cap cuisine à Interfor et je voulais remercier toute l'équipe. Surtout le dispositif accompagnement et mon formateur en TP qui m'a beaucoup aidé.”

Avis de Ramzy SYLLA, promotion 2020.

“
J'ai passé un Cap cuisine et un Cap hcr et franchement j'ai adoré, profs au top, le dispositif accompagnement pareil, merci encore à vous et je suis entrain de voir pour passer mon BP Cuisine dans votre établissement car je ne vois pas d'autre endroit qu'Interfor.”

Avis de Justine MATON, promotion 2019.

Prêt.e à te lancer dans l'aventure ?
▶▶ Ta candidature : max-interfor.fr

Des questions ?

... Pose-les par SMS au **07 57 91 30 97** ou par message sur @alternance_amiens @interfor

03 22 82 00 70 - alternance@interfor-sia.com - www.interfor.fr

itf
interfor