orientation
.ch

Cuisinier CFC
Cuisinière CFC

Restauration, hôtellerie | Alimentation

En tant que cuisinière ou cuisinier, tu prépares divers plats chauds ou froids, allant des entrées au dessert pour les clients de restaurants, d'hôtels, d'hôpitaux et d'autres lieux publics. Tu commandes les denrées alimentaires, en contrôles la qualité et la quantité, et les entreposes en respectant les règles d'hygiène. Tu composes les menus et soignes la présentation des plats.

Tâches

Préparation et présentation des plats

- Élaborer des plats et des menus en fonction des saisons, des produits, de la clientèle et des tendances alimentaires, tenir compte des produits typiques et régionaux
- Créer des recettes, essayer divers produits pour renouveler la carte du restaurant en appliquant des principes d'alimentation saine et équilibrée
- Prévoir les appareils et ustensiles de cuisine
- Préparer les aliments à cuire, éplucher et laver les légumes, couper la viande, déterminer la quantité de divers ingrédients
- Apprêter les mets, par exemple des salades, viandes, légumes ou encore desserts, en utilisant diverses méthodes de cuisson, par exemple bouillir, cuire à la vapeur, gratiner, rôtir
- Garnir les plats ou les assiettes avec soin et les passer au personnel de service

---

Organisation et gestion

- Évaluer les quantités de marchandises à commander selon les recettes, les réservations et les prévisions de vente, calculer les coûts des marchandises et les valeurs nutritionnelles
- Contrôler les denrées alimentaires livrées et les entreposer dans le respect de la législation sur les denrées alimentaires, notamment sur le stockage et les dates de péremption
- Planifier et organiser des offres spéciales pour différents types de clients et lors d'évènements particuliers
- Utiliser des outils numériques pour le calcul et la planification en cuisine, afin d'optimiser la productivité et d'éviter les pertes et le gaspillage d'aliments
- Soigner sa présentation et sa communication avec les collaborateurs, clients et fournisseurs, si nécessaire dans une deuxième langue nationale ou en anglais

---

Hygiène et sécurité

- Assurer l'hygiène, l'ordre et la sécurité dans la cuisine, notamment pour prévenir les incendies
- Évaluer régulièrement l’état de propreté de toutes les installations comme les entrepôts, la salle à manger, etc.) et mettre à jour les listes de contrôle
- Nettoyer et ranger les ustensiles de cuisine, le matériel et les instruments de travail
- Trier les déchets selon les directives, les éliminer ou les recycler

Environnement de travail

En tant que cuisinière ou cuisinier, tu travailles en équipe dans une cuisine où le rythme est soutenu. Tu portes des vêtements particuliers pour respecter les normes d’hygiène. Les horaires de travail sont irréguliers et comprennent le soir, le dimanche et les jours fériés.

Tu peux trouver du travail tant dans des restaurants, auberges, hôtels et établissements de collectivités comme les hôpitaux, homes, restaurants d'entreprise, compagnies navales ou aériennes. La mobilité professionnelle te permet de connaître d'autres méthodes de travail et habitudes alimentaires. Selon tes capacités, tu peux devenir chef-fe de partie, chef-fe de cuisine ou gérant-e d'établissement, par exemple.

Qualités requises et intérêts

Qualités requises

- Goût et odorat développés
- Capacité à s'adapter à un horaire irrégulier ou de nuit
- Résistance au stress
- Sens de l'hygiène et de la propreté
- Aptitude à travailler en équipe
- Habileté manuelle
- Rapidité d'exécution
- Résistance physique

Intérêts

- Travailler avec des produits alimentaires
- Travailler avec ses mains
- Expérimenter, rechercher
- Planifier, organiser

Formation

Cette formation s'acquiert par un apprentissage en entreprise ou en école à plein temps.

Entreprise	École	Cours interentreprises

Formation pratique 4 jours par semaine dans un restaurant ou un hôtel

Formation théorique 1 jour par semaine dans les écoles professionnelles cantonales

20 jours sur 3 ans dans les écoles professionnelles cantonales

École à plein temps

- 1re année: formation en école à plein temps (théorie et pratique), à Sion (VS)
- 2e et 3e année: formation en entreprise, selon le modèle dual (signature d'un contrat d'apprentissage de 2 ans)

Toutes les écoles
https://orientation.ch/fr/recherche/formations?profession=57047&language=5241

Durée

3 ans

Conditions d'admission

- Scolarité obligatoire achevée
- Certaines entreprises ou écoles ont recours à un examen d'admission

Maturité professionnelle

Possibilité d'obtenir une maturité professionnelle pendant l'apprentissage ou après l'obtention du CFC, selon des modalités variables d'un canton à l'autre.

Titre obtenu

Certificat fédéral de capacité (CFC) de cuisinière ou cuisinier

Formations continues

Cours

- Cours organisés par l'association **Gastro Formation** (https://gastrosuisse.ch/fr/formation)

Brevet fédéral

- **Chef-fe cuisinier-ière BF** (https://orientation.ch/fr/professions/chef-fe-cuisinier-iere-bf)
- **Chef-fe d'établissement de l'hôtellerie et de la restauration BF** (https://orientation.ch/fr/professions/chef-fe-detablissement-de-lhotellerie-et-de-la-restauration-bf)
- **Responsable du secteur hôtelier-intendance BF** (https://orientation.ch/fr/professions/responsable-du-secteur-hotelier-intendance-bf)
- **Cuisinier-ière en diététique BF** (https://orientation.ch/fr/professions/cuisinier-iere-en-dietetique-bf)

Diplôme fédéral

- Chef-fe de cuisine DF
- Chef-fe de la restauration DF
- Chef-fe de la restauration collective DF
- Chef-fe du secteur hôtelier-intendance DF
- Chef-fe d'entreprise de l'hôtellerie et de la restauration DF

École supérieure

- **Hôtelier/ière-restaurateur/trice ES** (https://orientation.ch/fr/professions/hotelier-iere-restaurateur-trice-es)
- **Technicien-ne ES en agroalimentaire** (https://orientation.ch/fr/professions/technicien-ne-es-en-agroalimentaire)

Haute école

- Bachelor of Science en **hôtellerie et professions de l'accueil** (https://orientation.ch/fr/filieres-d-etudes/hospitality-management)
- Bachelor of Science en **ingénierie des sciences du vivant** (https://orientation.ch/fr/filieres-d-etudes/biotechnologie)

Les conditions d'admission varient selon les hautes écoles.

Professions voisines

Profession
Spécialiste en restauration CFC

https://orientation.ch/fr/professions/specialiste-en-restauration-cfc

Profession
Gestionnaire en hôtellerie-intendance CFC

https://orientation.ch/fr/professions/gestionnaire-en-hotellerie-intendance-cfc

Profession
Gestionnaire en restauration de système CFC

https://orientation.ch/fr/professions/gestionnaire-en-restauration-de-systeme-cfc

Profession
Boucher/ère-charcutier/ière CFC

https://orientation.ch/fr/professions/boucher-ere-charcutier-iere-cfc

Profession
Boulanger/ère-pâtissier/ière-confiseur/euse CFC

https://orientation.ch/fr/professions/boulanger-ere-patissier-iere-confiseur-euse-cfc

Autre information

Numéro Swissdoc

0.220.13.0

Liens utiles

Hôtel & Gastro Formation (https://www.hotelgastro.ch/fr)

GastroSuisse (https://gastrosuisse.ch/fr)

École professionnelle commerciale et artisanale de Sion (EPCA) (https://www.epcasion.ch/)

Bases legales (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/79009?lang=fr)