Unité de Formation par Apprentissage

CAP
CUISINE

RÉUSSITE AUX EXAMENS
100%
2025-2026



Faire grandir les talents

43, avenue de la gare
48200 St Chély d'Apcher
04 66 31 00 99
apprentissage@ensemble-sacre-coeur.fr
www.ufa-sacre-coeur.fr

Établissement d'enseignement privé sous contrat d'association avec l'État

Sacré-Cœur
Saint Chély d'Apcher
Demain ensemble !

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

1 AN



- **Durée de la formation :** 1 an
- **Niveau terminal d'études :** CAP
- **Nature du diplôme :** National - Niveau 3
- **Code diplôme :** 500-22139 • **Code RNCP :** 37553
- **Formation diplômante :** par apprentissage
- **Date d'enregistrement de la certification :** 02/05/2023
- **Certificateur :** Ministère de l'éducation nationale et de la jeunesse
- **Coût de la formation :** Les frais de formation sont intégralement financés par l'OPCO de l'employeur, sans reste à charge pour l'apprenti ou l'entreprise. Le montant de la prise en charge OPCO est varie selon la branche professionnelle et est compris entre 4500€ et 6458€
- **Nombre d'heures de la formation :** 420 (en UFA)

Le **CAP Cuisine** diplôme d'État de niveau 3, se prépare - *en 2 ans après la 3e, ou 1 an après un premier diplôme (autre CAP, bac professionnel...) ou une 2de professionnelle* - par apprentissage à l'UFA de l'école hôtelière Sacré-Cœur de Saint Chély d'Apcher.

En t'engageant dans cette voie, tu seras formé à l'approvisionnement et à l'organisation de la production culinaire : tu apprendras des pratiques professionnelles telles que réceptionner, stocker et utiliser les denrées alimentaires. Tu suivras également des cours et travaux pratiques pour apprendre à organiser ton poste de travail tout en prenant bien en compte les impératifs de production.

Tu devras entretenir ton poste de travail et respecter les règles d'hygiène et de sécurité. Ton environnement professionnel exigera une bonne résistance physique et la capacité de t'adapter à de fortes contraintes horaires.

PRÉREQUIS

- Après la classe de 3e collège, prépa-métiers, SEGPA (CAP en 2 ans)
- Être titulaire d'un diplôme équivalent ou supérieur (CAP en 1 an)
- Personne en reconversion professionnelle (CAP en 1 an)

QUALITÉS REQUISES

- La passion de la gastronomie
- L'esprit d'équipe
- Le sens de l'organisation
- Une bonne condition physique
- Une touche de créativité

SECTEURS D'ACTIVITÉS

Le secteur de l'hôtellerie-restauration est une des branches d'activité du secteur tertiaire. Ce secteur compte parmi ceux qui recrutent le plus, allant de la personne pas ou très peu qualifiée à la personne disposant d'un Bac + 5 : Restauration commerciale, restauration collective, entreprises connexes à l'industrie hôtelière : résidence médicalisée et maison de retraite, santé et bien-être, village de vacances, parc de loisirs, restauration embarquée (terre, mer, air), hôtellerie de plein air...

MÉTIERS ACCESSIBLES

Le titulaire du certificat d'aptitude professionnelle peut exercer les emplois suivants :

- Commis de cuisine,
- cuisinier,
- cuisinier en restauration collective

OBJECTIFS DE LA FORMATION

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

PROGRAMME DE LA FORMATION

MODALITÉS DE L'ALTERNANCE

- Sur 1 an : 420 heures sur 12 semaines à l'UFA et 40 semaines de 35h en entreprise

Les contenus détaillés sont accessibles en consultant le référentiel de formation :
https://eduscol.education.fr/referentiels-professionnels/indexdfdd.html

FORMATION GÉNÉRALE

- Français - Histoire – géographie (30h)
- Mathématiques – Sciences (30h)
- Langue vivante : Anglais (24h)
- Arts Appliqué et cultures artistiques (12h)
- Éducation Physique et Sportive (12h)

FORMATION PROFESSIONNELLE

- Technologie – Travaux pratiques (240h)
- PSE – Gestion (24h)
- Accompagnement (12h)
- Chef d'œuvre (36h)

COMPÉTENCES ACQUISES AU TERME DE LA FORMATION

- Réceptionner, contrôler et stocker les marchandises
- Collecter l'ensemble des informations et organiser sa production culinaire
- Préparer, organiser et maintenir en état son poste de travail
- Maîtriser les techniques culinaires de base et réaliser une production
- Analyser, contrôler la qualité de sa production, dresser et participer à la distribution
- Communiquer dans un contexte professionnel

ÉVALUATION ET CERTIFICATION

Dans chaque discipline, l'apprenti(e) est évalué(e) tout au long de sa formation. L'ensemble de ses résultats est enregistré sur notre plateforme ÉCOLE DIRECTE. Tous les semestres, l'ensemble des formateurs se réunit en conseil pour faire le bilan de la période et pour communiquer des recommandations à l'apprenti(e).

EXAMEN

Il comporte six épreuves obligatoires qui peuvent se décliner en sous-épreuves et, au maximum, une épreuve facultative. À chaque unité correspond un bloc de compétences et une épreuve ou sous-épreuve.

Le diplôme est obtenu par l'obtention d'une note moyenne supérieure à 10/20 à l'ensemble des épreuves. L'apprenti(e) ayant déjà validé des blocs de compétences peut être dispensé des épreuves correspondantes.

À l'issue de sa formation, l'apprenti(e) passe l'ensemble des épreuves constituant le diplôme lors d'une même session.

ÉPREUVES	UNITÉS	COEF	MODE	DURÉE
UNITÉS PROFESSIONNELLES				
EP1 – Organisation de la production de cuisine	UP1	4	CCF	
EP2 – Réalisation de la production de cuisine	UP2	14[1]	CCF	
UNITÉS D'ENSEIGNEMENT GÉNÉRAL				
EG1 – Français et histoire-géographie -enseignement moral et civique	UG1	3	CCF	
EG2 – Mathématiques et physique- chimie	UG2	2	CCF	
EG3 – Éducation physique et sportive	UG3	1	CCF	
EG4 – Langue vivante [2]	UG4	1	CCF	
UNITÉ FACULTATIVE				
EF Langue vivante [3]	UF	1	Ponctuel oral	20min

(1) Dont coefficient 1 pour la Prévention Santé Environnement
(2) Ne sont autorisés que les langues vivantes enseignées dans l'académie, sauf dérogation accordée par le recteur
(3) Seuls les points au-dessus de 10 sont pris en compte pour la délivrance du diplôme. L'épreuve n'est organisée que s'il est possible d'adjoindre au jury un examinateur compétent. Cette épreuve est précédée d'un temps égal de préparation.

POURSUITE D'ÉTUDE

- BAC PRO Cuisine
- MC Cuisinier en desserts de restaurant
- CAP ou BAC PRO Service
- BP Arts de la cuisine
- BP Boucher - BP Charcutier-Traiteur
- MC Employé traiteur - MC Art de la cuisine Allégée

DÉBOUCHÉS

Avec l'obtention de ce diplôme, tu seras considéré comme un professionnel de la restauration, tu pourras devenir cuisinier ou gérant de restauration collective. Le plus souvent, le titulaire d'un CAP Cuisine commence sa carrière en tant que commis de cuisine dans un restaurant.

Après quelques années et plus d'expérience dans le secteur de la gastronomie, tu pourras choisir de te mettre à ton compte et de gérer ton propre établissement.

INDICATEURS

Tous les indicateurs de performance sont à votre disposition en ligne (effectifs, résultats aux examens des deux dernières sessions, taux de rupture, insertion professionnelle...) : www.donbosconice.eu

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Accompagnement dans la recherche d'entreprise.
- Les cours ont lieu en présentiel en classe entière ou demi-groupe.
- Les travaux pratiques se déroulent sur les plateaux techniques dédiés.
- Un accompagnement personnalisé est mis en place si nécessaire.
- Conseils de classe une fois par semestre avec bulletins envoyés aux entreprises et à l'apprenant

CONDITIONS D'ACCÈS

Accès sur dossier et entretien de motivation avec l'apprenti et son représentant légal en cas de minorité.
Des tests de positionnement pourront être mis en place.

PUBLIC CONCERNÉ PAR L'APPRENTISSAGE

- **Être âgé de 15 à 29 ans révolus.**
- **Ou sans limite d'âge dans les cas suivants :** Les travailleurs handicapés - Les personnes ayant un projet de création ou de reprise d'entreprise - Les sportifs de haut niveau.
- **L'accès est également possible dès l'âge de 15 ans révolus** à la condition d'avoir achevé le 1er cycle de l'enseignement secondaire et être âgé de 15 ans au plus tard le 31 décembre de l'année d'inscription à la formation.

Le postulant doit être de nationalité française, ressortissant de l'UE, de la Confédération Suisse, de l'espace économique européen (Islande, Liechtenstein et Norvège) ou étranger en situation régulière de séjour et de travail.

Lorsque le contrat fait suite à un contrat d'apprentissage précédemment souscrit, et conduit à un niveau de diplôme supérieur à celui obtenu à l'issue du contrat précédent ; Lorsqu'il y a eu rupture de contrat pour des causes indépendantes de la volonté de l'apprenti (cessation d'activité de l'employeur, faute de l'employeur ou manquements répétés à ses obligations…) ou suite à une inaptitude physique et temporaire de celui-ci. Dans ces deux derniers cas, le contrat d'apprentissage doit alors être conclu dans un délai maximum d'un an après l'expiration du précédent contrat, et l'âge de l'apprenti au moment de la conclusion du contrat ne peut être supérieur à 35 ans.

RÉMUNÉRATION DE L'APPRENTI*

	15 à 17 ans	18 à 20ans	21 à 25 ans	26 ans et +
1re année	27% du SMIC	43% du SMIC	53% du SMIC	100% du SMIC
2e année	39% du SMIC	51% du SMIC	61% du SMIC	100% du SMIC

*Rémunération brute mensuelle minimale d'un apprenti pour un temps plein, sauf convention collective plus favorable.

Plus d'informations sur le contrat d'apprentissage et sur le montant du salaire : https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F2918 - https://entreprendre.service-public.fr/vosdroits/R16148

AMÉNAGEMENT DE LA FORMATION

Notre Unité de formation pour apprentis est accessible au public en situation de handicap. Nous proposons un accompagnement collectif et personnalisé selon les situations en partenariat avec des organismes spécialisés.

Les personnes en situation de handicap peuvent directement prendre contact avec l'UFA Sacré Cœur puis la référente handicap, afin d'envisager des aménagements de la formation. Mail : cecile.boulle@ensemble-sacre-coeur.fr

Les personnes ayant une RQTH peuvent également bénéficier d'un aménagement aux principes de la durée de leur contrat d'apprentissage, voire de la quotité hebdomadaire du temps de formation pratique comme théorique. Elles peuvent passer leurs examens selon d'autres modalités que les examens ponctuels ou par contrôle en cours de formation : la forme progressive, c'est-à-dire en étalant la passation des épreuves sur plusieurs sessions. En effet, ils ont la possibilité de valider un/ou des blocs de compétences.

POURQUOI ÉTUDIER AU SACRÉ-COEUR ?

L'UFA Sacré-Cœur se situe dans un cadre idéal et privilégié propice à l'épanouissement de chacun :

Au cœur d'un campus de 4.5 Hectares, où cinq secteurs pédagogiques distincts - collège, lycée général, école hôtelière, école des métiers et pôle d'enseignement supérieur - donnent à chacun la possibilité d'atteindre son niveau d'excellence.

Les plateaux techniques des lycées (hôtelier et industriel), les projets réalisés sur le terrain, les échanges avec des partenaires privilégiés permettent aux jeunes d'être en contact très régulièrement avec le monde professionnel, de vivre des situations réelles et d'appréhender les exigences et opportunités d'emploi du secteur. Cette structure, assure non seulement un environnement au plus proche des exigences des professions mais également l'utilisation d'un équipement professionnel performant.

Un esprit familial au cœur d'un réseau de professionnels favorisant des relations privilégiées qui permettent de répondre à des projets professionnels adaptés au marché de l'emploi.

UN ACCOMPAGNEMENT SUR MESURE !

- Dans le choix des entreprises ;
- dans les démarches administratives ;
- la mise en contact avec un professionnel adapté à votre projet ;
- une équipe avec une culture de la formation professionnelle ;
- des référents en charge du suivi des alternants en entreprise.

Dans le cadre de cet apprentissage, à l'issu d'un entretien pour déterminer votre projet professionnel et notre accord d'inscription, nous vous mettrons en contact avec une entreprise pour la signature d'un contrat d'apprentissage qui validera votre inscription définitive.

www.ufa-sacre-coeur.fr/inscription

La formation de l'apprenti s'effectue également au sein de l'entreprise pour laquelle il travaille.

L'apprenti est placé sous la responsabilité d'un maître d'apprentissage (voire deux) choisi(s) en fonction de leurs connaissances professionnelles. Le maître d'apprentissage accompagne l'apprenti tout au long de sa formation pour lui transmettre ses connaissances et savoir-faire. Il est en lien direct avec l'UFA via son livret de suivi.

UN ESPRIT CAMPUS OÙ LA VIE EN COLLECTIVITÉ EST FAVORISÉE

LA VIE EN COLLECTIVITÉ SUR CHAQUE SECTEUR

- Un espace TV
- Un Foyer
- Un Conseil des délégués et de la vie des lycéens
- Un Conseil d'élèves pour le foyer
- Un internat avec des chambres de 4 à 6 lits
- Des activités sportives, culturelles et créatives
- Des soirées à thème pour les internes

LA VIE EN RÉSIDENCE POUR LES MAJEURS

UNE RÉSIDENCE DE 120 STUDIOS ÉQUIPÉS d'un coin cuisine, chambre, d'un espace de travail et d'un espace toilettes et douche.

UN CONSEIL DE VIE DES ÉTUDIANTS (CVE) qui, en relation et dans le respect des valeurs prônées par l'établissement, constitue une incitation à l'implication et l'engagement des étudiants à prendre des responsabilités et initiatives.

OUTILS ET MOYENS TECHNIQUES

- Salles de formation équipées d'ordinateurs et de vidéoprojecteur
- Plateaux techniques pédagogiques équipés d'équipements modernes
- Cloud via Ecole Directe avec mise à disposition des supports pédagogiques
- Centre de documentation et d'informations ouvert tous les jours
- Abonnement de l'établissement aux principaux magazines et journaux de la profession

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE ET ADMINISTRATIVE

- Formateurs et formatrices experts et titulaires au minimum d'un bac+2/+4 et/ou d'une expérience professionnelle d'au moins 5 ans dans le domaine
- Référent de suivi en entreprise
- Référentes handicap et mobilité
- Équipe administrative

HÉBERGEMENT (2026-2027)

Apprentis mineurs et majeurs :

- **Hébergement en internat :** 63€*/semaine de présence (restauration incluse)

Apprentis majeurs uniquement :

- **Hébergement en studio :** 101€*/semaine de présence (restauration non incluse)

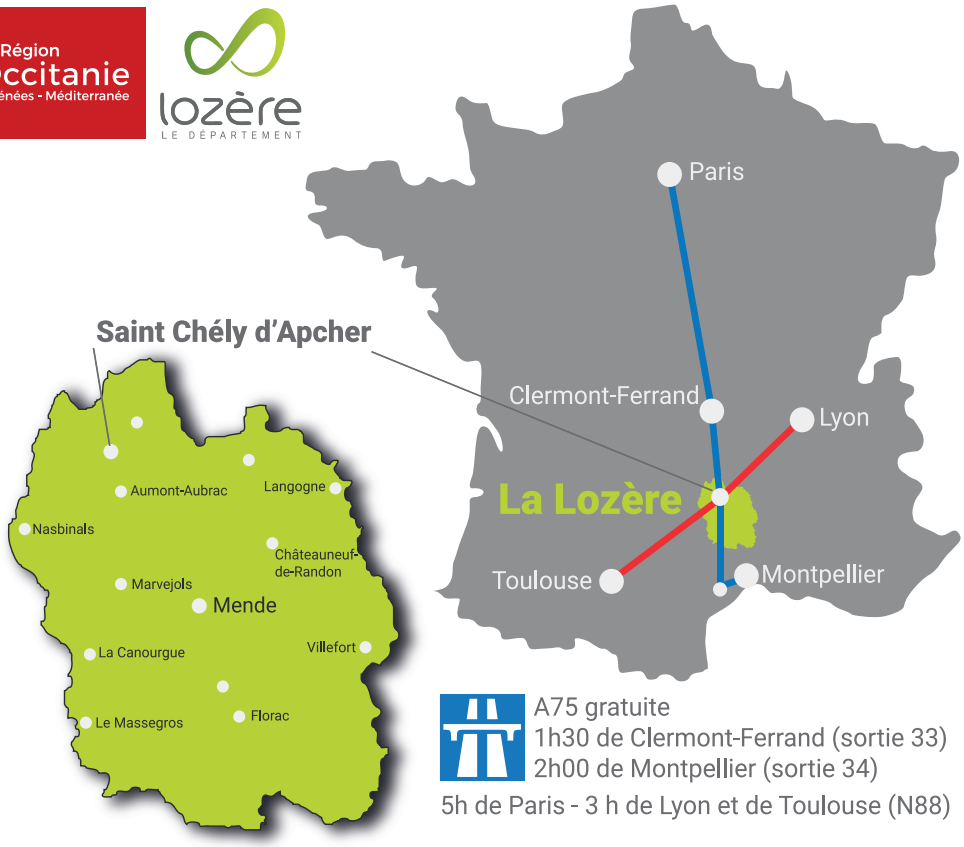
En tant qu'apprenti vous bénéficiez d'une aide de 6€ / jour de présence en internat (hébergement + petit déjeuner).

RESTAURATION (2026-2027)

- Les apprentis ont accès au restaurant scolaire de l'établissement : 7.50€ **/ repas

*reste à charge par la famille **dont 3€ pris en charge par la branche professionnelle de l'entreprise

ACCÈS



A75 gratuite
1h30 de Clermont-Ferrand (sortie 33)
2h00 de Montpellier (sortie 34)
5h de Paris - 3 h de Lyon et de Toulouse (N88)

SNCF :
Marvejols > Séverac > Millau > Béziers > Montpellier | Mende > Alès > Nîmes
St Flour > Neussargues > Aurillac | St Flour > Massiac > Brioude > Issoire > Clermont-Ferrand

CARS :
Marvejols > Mende > Langogne | Saugues > Le Puy | Laguiole > Espalion
Clermont-Ferrand > St Chély > Mende | Millau > St Chély | La Bastide > St Chély

CONTACTS

- M^me ORLIAC Sonia directrice adjointe déléguée aux formations en apprentissage : sonia.orliac@ensemble-sacre-coeur.fr
- M. BESSIERE Hervé Référent de suivi en entreprise : herve.bessiere@ensemble-sacre-coeur.fr

Création : Agence Phénix 360
Crédits photos : iox.photographe - Agence Phénix 360

Copyright © 2026 Ensemble Sacré Cœur - St Chély d'Apcher
Établissement d'enseignement privé sous contrat d'association avec l'État

ÉDITION AOÛT 2026