Cofinancé par le
programme Erasmus+
de l'Union européenne

Carte d'aptitude – Commis de cuisine

Ce document permet d'évaluer un projet de commis de cuisine. Il aborde trois domaines :

1) Une check-list de pré-requis qui peut s'utiliser dans une phase d'information et d'orientation ou le premier jour d'une mise en situation professionnelle,

2) Les principales aptitudes et qualités requises,

3) Les compétences pratiques, liées au métier.

Les parties 2 et 3 sont évaluées par le sujet et un professionnel au cours de la mise en situation afin de suivre la progression et d'estimer la distance à l'emploi. Les différents items pourront également permettre de détecter et de résoudre des problèmes.

Check-list des pré-requis **Je comprends que…**		Non	Oui
1	… je dois arriver au travail à l'heure et respecter les horaires		
2	… si je suis malade et incapable de travailler, je dois avertir mon responsable le plus tôt possible et lui transmettre mon arrêt de maladie		
3	… je dois me familiariser avec les recettes locales et régionales.		
4	… l'on puisse me demander d'utiliser des produits d'origine animale (œufs, lard...)		
5	… je dois porter des vêtements propres er respecter les règles d'hygiène		
6	… je dois respecter les consignes de sécurité		
7	… le travail est physiquement éprouvant (station debout, chaleur des fours, ustensiles lourds, cadence rapide...).		
8	… l'organisation du travail en cuisine est hiérarchisée		
9	… je peux travailler les week-ends, les jours fériés et pendant les vacances scolaires		
10	… je serai soumis à des horaires discontinus		
11	… je peux travailler en soirée		
12	… c'est un travail qui peut être saisonnier		
13	… je peux effectuer des activités de lavage et d'entretien		

	Aptitudes et qualités	0	1	2	3	4
1	Je suis capable de m'intégrer dans une équipe					
2	Je suis rigoureux et soigneux					
3	Je peux faire plusieurs choses à la fois					
4	Je sais m'organiser					
5	Je suis précis					
6	Je suis capable de m'adapter aux fluctuations de l'activité					
7	J'ai une bonne condition physique					
8	J'ai le sens de la discipline					
9	Je fais preuve de curiosité					
10	Je suis observateur					
11	Je cherche toujours à apprendre					

	Compétences pratiques **Je suis capable…**	**Pas encore**	**Je commence**	**C'est en cours**	**Proche de l'objectif**	**Objectif atteint**
1	…de réceptionner et de vérifier les denrées					
2	… de ranger les provisions					
3	…d'organiser et de maintenir en état mon poste de travail					
4	… d'éplucher et laver les légumes					
5	… de préparer des garnitures					
6	… de préparer des courts-bouillons					
7	… de garnir des fonds de tarte					
8	… de réduire des sauces					
9	… de faire une remise en température					
10	… de refroidir une préparation					
11	… de lister les produits et matériels nécessaires à la réalisation d'une recette					
12	… de suivre une recette en adaptant les proportions					
13	… de découper des viandes					

14	… de découper de la charcuterie					
15	… de préparer du poisson					
16	… d’ouvrir et de nettoyer des coquillages					
17	… de surveiller une cuisson					
18	… de réaliser des mets simples					
19	… de dresser une assiette					
20	… d’envoyer les plats					
21	… de réaliser des pâtes					
22	… de réaliser des crèmes					
23	… d’assurer le nettoyage du matériel					
24	… d’assurer le nettoyage et le rangement des locaux					
25						
26						
27						

Bilan	Observations / Conclusions / Suite à donner	
Signature	Signature pour l’entreprise	Signature du conseiller

http://velay.greta.fr