



SCANNEZ-MOI  
pour accéder au site

## APPRENEZ LES TECHNIQUES ET SAVOIR-FAIRE POUR QUE LA CUISINE N'AIT PLUS DE SECRET POUR VOUS !

### DESCRIPTION

Vous êtes passionné de gastronomie et rêvez d'en faire votre métier ? Rejoignez un centre de formation aux métiers de l'hôtellerie à Lyon et profitez du système de l'apprentissage. La MFR de Balan met à votre disposition des équipements professionnels, une équipe de formateurs attentifs et deux restaurants d'application.

### OBJECTIFS

Le titulaire du **CAP Cuisine** est un ouvrier qualifié placé sous l'autorité d'un responsable. Professionnel de la restauration, il participe à la préparation, à la cuisson et au dressage des plats. Il réalise des productions culinaires variées : entrées, plats chauds, accompagnements et desserts, dans le respect des techniques de base de la cuisine. En complément, il participe à la mise en place du service et à l'organisation de son poste de travail. Il peut être amené à collaborer avec l'ensemble de l'équipe de cuisine et à communiquer avec le personnel de service pour assurer la bonne transmission des plats. Il exerce son activité dans le respect des règles d'hygiène, de sécurité, de qualité et de développement durable.



### Conditions d'inscription

Ce CAP se prépare en 2 ans après la 3e, ou 1 an après un premier diplôme (autre CAP, bac professionnel...) ou une seconde professionnelle.

Entretien individuel afin de vérifier la motivation et le projet professionnel du candidat.

Adhésion à l'association (100€/an).

1 rentrée au mois de septembre – Entrée possible jusqu'au mois de décembre.



### Rythme de l'alternance

Cette formation diplômante, en apprentissage, s'adresse aux jeunes de 15 à 29 ans (sans limite d'âge pour les RQTH).

Elle se déroule sur deux années scolaires avec 12 semaines d'école par an (420h).

## CONTENU DE LA FORMATION

### PÉDAGOGIE BASÉE SUR L'ALTERNANCE ET L'EXPÉRIENCE VÉCUE EN STAGE

#### → MODULES GÉNÉRAUX

#### → ENSEIGNEMENTS PROFESSIONNELS

- Maîtrise** des technologies professionnelles, de la gestion et des sciences appliquées
- Préparation, confection et présentation de productions culinaires variées (entrées, plats, desserts)
- Compétences générales** (français, mathématiques, langue vivante, histoire, géographie, sciences, enseignement physique et sportif...).

Ces différents modules sont abordés durant les cours au sein de l'établissement et leur mise en application s'effectue en milieu professionnel. C'est l'occasion de découvrir les locaux dédiés à la production culinaire, les équipements et matériels de cuisine, les denrées alimentaires, ainsi que les normes d'hygiène et de sécurité en restauration.



**Formations**  
en apprentissage

**MFR Balan**  
53, rue Centrale  
01360 Balan

Tél : 04 78 06 16 03  
email : [mfr.balan@mfr.asso.fr](mailto:mfr.balan@mfr.asso.fr)

[www.mfr-balan.fr](http://www.mfr-balan.fr)

## ET APRÈS ?

### DES POURSUITES D'ÉTUDES

- ☑ Autre CAP (en 1 an)
- ☑ Certificat de spécialisation (en 1 an)
- ☑ Bac Professionnel (en 2 ans)
- ☑ Brevet professionnel (en 2 ans)

## COÛT ANNUEL

Coût pédagogique intégralement pris en charge par les **OPCO partenaires**.

- ☑ **Coût de la pension complète :**  
1140€ par an /10 mois
- ☑ **Coût de la demi-pension :**  
420€ par an /10 mois
- ☑ **Option transport:**  
100€ par an / 10 mois



**Formations**  
en apprentissage



## INFOS PRATIQUES

### Préparez votre CAP Boulangerie en alternance à deux pas de Lyon !

Facilement accessible par l'autoroute A42 (Sortie 5.1 La Boisse - Montluel), notre école accueille et forme chaque année plus de 330 apprentis aux métiers de bouche.

Dotée d'un internat (non-obligatoire), d'un restaurant d'application et de locaux et équipements professionnels, la MFR de Balan accueille les élèves de 15 à 29 ans.

### POURQUOI CHOISIR LA MFR DE BALAN ?

- ☑ Etablissement à taille humaine
- ☑ Temps d'accompagnement
- ☑ Équipements modernes et performants
- ☑ Matières premières de qualité
- ☑ Trophées et concours

### Méthodes mobilisées

- ☑ Pédagogie de l'alternance spécifique aux MFR et reposant sur le milieu socio-professionnel.
- ☑ Accompagnement social, scolaire et professionnel individualisé.



## DEVENIR APPRENTI(E)

Le cursus du CAP Cuisine dure généralement un ou deux ans, durant lesquels l'apprenti partage son temps entre la MFR et l'entreprise qui l'a embauché. Il s'agit d'une formation rémunérée : l'élève signe un contrat qui lui assure un emploi salarié, des congés payés, mais aussi et surtout les conseils et l'encadrement d'un maître d'apprentissage qui lui enseigne les bases du métier.



## ACCESSIBILITÉ

- ☑ Établissement aux normes PMR requises.
- ☑ Ambassadeur H+
- ☑ Adaptation et aménagements en fonction des besoins éducatifs particuliers.



## MODALITES D'ÉVALUATION

Contrôle en Cours de Formation (CCF)  
Pas de validation sous forme de blocs de compétences.



## INDICATEURS 2025:

- Réussite à l'examen : 100 %
- Taux de rupture : 5,97 %
- Taux d'insertion : Site INSERJEUNES
- Valeur ajoutée : Non diffusée par INSERJEUNES

**MFR**  
CULTIVONS LES RÉUSSITES