

# Parcours Individualisés Collaboration ORIF / DIP « Le Floricole » Lullier



**PRE-  
APPRENTISSAGE  
DE CUISINIER**



*L`Orif et le Département de l`Instruction Publique (DIP) vous souhaite la bienvenue dans les cuisines de Lullier. Nous allons vous accompagner tout au long de vos 9 mois de préformation et vous aurez la chance de pratiquer vos activités dans un cadre unique tout en ayant les matières premières à portée de main.*

**« DU JARDIN À L'ASSIETTE »**



Infos utiles.

Cafétéria de Lullier : Tel .058 300 16 63 - 058 300 16 62

Chef de cuisine : Mr Meyrier - [Mauricejean.meyrier@orif.ch](mailto:Mauricejean.meyrier@orif.ch)

Enseignant référant : Mr. Rognon - [jean-luc.rognon@edu.ge.ch](mailto:jean-luc.rognon@edu.ge.ch) - 079 581 03 23

Transport bus TPG. [Ligne 37](#) Arrêt centre horticole

Route de Presinge 150, 1254 Jussy, Suisse



*Préapprentissage et apprentissage sont des périodes nécessaires pour permettre de vivre une passion et acquérir un savoir-faire.*

*Accompagnement, progression, dans un milieu professionnel, seront les maîtres mots tout au long de ces 10 mois pour que vous puissiez vous approprier cette formation.*

*Ce monde est en pleine évolution, notre métier en particulier, il sera indispensable de remettre en question vos connaissances et vos habitudes afin de les réadapter et les actualiser régulièrement.*

*De votre apprentissage, dépendra en grande partie la suite de votre vie professionnelle, d'un choix pour une AFP ou un CFC.*

*Maître d'apprentissage et enseignant du DIP auront un objectif commun, vous voir arriver au niveau requis pour ce métier, qui à terme fera votre réussite !*



## PRÉSENTATION

La cafétéria appelée « **LE FLORICOLE** » sert environ 400 couverts par jour répartis sur 3 services ou périodes différentes.

De 6h45 à 8h00 pour les petits déjeuners

De 11h30 à 13h15 pour les déjeuners

De 18h45 à 19h45 pour les dîners

A midi, vous servirez trois plats du jour, différents, confectionnés avec les fruits et légumes du centre. Vous produirez avec nous des confitures, pâte de chocolat à tartiner, différents pains sont produits par notre site de Vernier et sont servis sur place.



Nous avons un petit point de restauration appelé « **LE DIZEUR** »

Celui-ci est ouvert de 7h15 à 15h45

Il sert des viennoiseries, cafés, boissons et de la petite restauration type fast-food.

Nous avons l'opportunité de servir tous les jours des plats dans une petite école située à proximité.



Le Centre Horticole, organise ponctuellement des manifestations et nous confie la responsabilité de la restauration sous forme de banquets.

## LE FLORICOLE

Vos horaires, du lundi au jeudi dès 8h30 à 17h00 et jusqu'à 15h00 les vendredis

Le temps sera réparti de la manière suivante



- La pratique se déroulera en cuisine, préparation, service et nettoyage  
(Intégration dans une petite équipe de 7 personnes en alternance entre le Dizeur et le self)
- La théorie avec un enseignant attitré (1h30 à 2h00 par jour plus de la culture générale)
- Une pause de 15mn le matin et le repas de midi.
- Nous serons fermés les week-ends ainsi que toutes les vacances scolaires

## PRATIQUE

### Préparations préliminaires simples

- Rassemblements de tous les ingrédients nécessaires à la préparation des plats servis ce jour.
- Réalisation des travaux préparatoires, lavage et épluchage des légumes.
- Garniture des fonds de tartes.
- Réception de la matière première (marchandises)
- Contrôle des stocks et DLC, hygiène.

### Production culinaire

- Remise en température.
- Taillage des fruits et légumes.



- Réalisation des bases de cuisson simple.
- Surveillance des cuissons de base des légumes, riz, pâtes.

#### Dressage et distribution

- Dressage des différents mets dans les assiettes.
- Service à la clientèle du restaurant.

#### Entretien

- Entretien de la cuisine et des locaux annexes.
- Réalisation des opérations de fin de services (nettoyages).



### ENSEIGNEMENT

Les parties théoriques en rapport avec la cuisine, la sécurité, les normes HACCP (relatives à l'hygiène, les autocontrôles du suivi du froid, etc) seront étudiées avec l'enseignant.

Il y aura du français et du calcul, ces matières seront dispensées de manière ludique, en rapport avec la cuisine et les besoins de tous les jours.

La thématique de l'entretien d'embauche sera abordée, vous apprendrez à préparer un dossier complet, rédiger un CV, des lettres de motivations. Le thème du savoir être sera également abordé, connaître les postures à adopter lors d'un entretien, tout ceci sera effectué sous forme d'adaptation théâtrale.

<b>Planning pratique des 10 mois de formation au centre de Lullier</b>	
SEPTEMBRE	Découverte du métier et de l'entreprise Sécurité et hygiène en restauration Cours de culture générale
OCTOBRE	Sécurité & mesures HACCP Utilisation de couteaux et machines Cours de culture générale
NOVEMBRE	Taillage des fruits et légumes Connaissance des produits et origine Cours de culture générale
DECEMBRE	Les produits de saison Taillage des fruits et légumes Cours de culture générale
JANVIER	Taillage des fruits et légumes Cours de culture générale
FEVRIER	Base des sauces froides vinaigrette Taillage des légumes et fruits Cours de culture générale
MARS	Base de sauces chaudes Cuissons de base des légumes Cours de culture générale
AVRIL	Cuissons des légumes et des féculents Le marquage des viandes et poissons Cours de culture générale
MAI	Préparation de l'examen final Les différentes cuissons en restauration Cours de culture générale

JUIN

Retour sur les bases  
Révision théorie et culture générale

EXAMEN FINAL « Pratique / Théorie »

**Planning théorique, des 10 mois de formation au centre de Lullier**

	<b>THÈMES</b>	<b>DÉTAILS</b>
<b>Introduction</b>	Prise de contact	- Création d'un dossier - Entretien individuel
	Remobilisation	- Choix personnels - Règles de communication - Savoir être - Reprise de confiance en soi
<b>HACCP</b>	Hygiène	- Importance de l'hygiène au travail
	Listes de contrôle	- Températures - Nettoyages, lavage en machine - Réception des marchandises
	Production et stockage	- Procédures de production - Les chambres froides - Les différents modes de conservation - Tri et normes d'entreposage
<b>Sécurité au Travail</b>	Évacuation des locaux	- Concept d'évacuation - Les différents dangers - Les extincteurs - Les techniques d'extinction, pratique
	Travaux avec liquides et vapeurs, manutention	- Manipulation d'ustensiles chauds - Technique de port de charge
	Utilisation de produits chimiques	- Utilisation des produits - Mesures de premier secours. - Utilisation d'EPI
<b>Connaissances générales pratiques</b>	Nourriture	- Les légumes, les fruits - Les plantes aromatiques - Viandes, poissons, œufs, produits laitiers - Les céréales, légumineuses, protéines - Les pâtes
	Recettes de base, labels	- Recherche et création de menus - Principaux Labels Suisses « GRTA (Genève Région Terre Avenir) » - Mise en valeur des productions locales
	Matériel de cuisine	- Petit matériel, machines
<b>Français</b>	Lecture, rédaction	- Lecture, compréhension de texte - Capacité à rendre compte - Création de lettre de motivation, CV
	Langage, langage corporel	- Communication - Savoir être
<b>Calcul</b>	Opérations	- Opérations - Règle de trois - Unités de mesures
	Au travers de recettes	- Adaptation des quantités, conversions - Proportions, brut, net, tare