



*** **

En couple

* **

Mérignac (33688 CEDEX)

*****@*****.***

Aide cuisine, Junior

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

août 2023 / nov. 2023

Aide cuisine

Murano - Bordeaux

- * Préparation des ingrédients avant le début du service.
- * Découpe des viandes et des poissons.
- * Préparation des entrées pour le service de midi et du soir.
- * Entretien des locaux, nettoyage des surfaces, lavage des ustensiles de cuisine et de la vaisselle.
- * Nettoyage, épluchage et découpe des fruits et légumes.
- * Aide au dressage des assiettes.
- * Nettoyage régulier du poste de travail conformément aux normes d'hygiène.
- * Rangement et nettoyage de la cuisine à la fin du service.
- * Dressage des assiettes selon les indications du chef de cuisine pour garantir une présentation de qualité.

- * Réalisation des préparations préliminaires : mise en place du plan de travail, épluchage des fruits et légumes.

avr. 2023 / août 2023

Bistrot le Charabia - Bordeaux

- * Préparation des ingrédients avant le début du service.
- * Entretien des locaux, nettoyage des surfaces, lavage des ustensiles de cuisine et de la vaisselle.
- * Aide au dressage des assiettes.
- * Nettoyage, épluchage et découpe des fruits et légumes.
- * Réalisation des inventaires, transmission des besoins en approvisionnement au chef.
- * Dressage des assiettes selon les techniques de présentation.
- * Relevé des températures sur les réfrigérateurs.
- * Conditionnement et mise au frais des préparations dans le respect de la chaîne du froid et des normes d'hygiène alimentaire.
- * Utilisation efficace du lave-vaisselle.
- * Nettoyage de la cuisine et rangement des espaces de travail à la fin du service.
- * Entretien et maintenance des équipements de la cuisine afin de garantir leur bon fonctionnement.
- * Suivi des stocks et contrôle des dates limites de consommation permettant d'assurer la disponibilité et la qualité des ingrédients.
- * Préparation des entrées pour le service de midi et du soir.

févr. 2023 / avr. 2023

Restauration collective SODEXO - Bordeaux Pellegrin

- * Entretien des locaux, nettoyage des surfaces, lavage des ustensiles de cuisine et de la vaisselle.
- * Nettoyage, épluchage et découpe des fruits et légumes.
- * Utilisation efficace du lave-vaisselle.
- * Nettoyage de la cuisine et rangement des espaces de travail à la fin du service.
- * Entretien des surfaces vitrées : vitres, miroirs, fenêtres.
- * Lancement des machines à laver avec le programme adapté : blanc, délicat, température...
- * Entretien des sanitaires (toilettes, salle d'eau, salle de bain) : nettoyage des robinetteries et des surfaces (parquets, carrelages, plans de travail).

- * Utilisation des produits d'entretien selon les modes d'emploi.
- * Nettoyage des équipements et des appareils ménagers.
- * Nettoyage de la vaisselle et des couverts utilisés lors du service.
- * Gestion des situations d'urgence avec calme et sang-froid.
- * Attention particulière portée à la planification des tâches et établissement de plannings.
- * Organisation du travail en priorisant les tâches dans le but de répondre aux attentes et de respecter les délais.

oct. 2022 / janv. 2023

Rumeau - Limoges

- * Aide à l'emballage et au conditionnement des marchandises.
- * Nettoyage du poste de travail et des zones de stockage, évacuation des déchets cartons et plastiques.
- * Conduite du chariot élévateur pour le transfert des marchandises en hauteur.
- * Préparation des expéditions, conditionnement des marchandises (filmage, emballage et étiquetage des palettes).
- * Identification des besoins en écoutant attentivement les demandes formulées et les spécificités de l'environnement.
- * Gestion du planning d'activité.
- * Identification et développement de nouvelles opportunités d'affaires.
- * Mise en avant de la confiance auprès des clients afin de cultiver une relation professionnelle fructueuse.
- * Hiérarchisation des tâches afin de gérer les priorités et respecter les objectifs de délais.
- * Gestion des situations d'urgence avec calme et sang-froid.
- * Collaboration en équipe en communiquant, en partageant les idées et en mutualisant les efforts.
- * Proposition de solutions innovantes en s'appuyant sur l'expérience terrain et en effectuant les recherches nécessaires.
- * Organisation des plannings et des réservations visant à optimiser les opportunités et à limiter les coûts de déplacement.
- * Négociation des contrats permettant d'obtenir un avantage financier.

mai 2022 / oct. 2022

Plongeur en restauration

brasserie Versailles - Limoges

- * Nettoyage de la vaisselle et des couverts utilisés lors du service.
- * Contrôle du respect des règles d'hygiène et de sécurité.
- * Rangement du matériel de cuisine et de la vaisselle propre.
- * Tri de la vaisselle avant et à la fin du lavage.
- * Nettoyage des locaux de cuisine et annexes (carrelages, sols, plans de travail)
- * Débarrassage des poubelles et des ordures dans les conteneurs adaptés.
- * Participation aux tâches de cuisine (épluchage des légumes et fruits, dressage des plats).
- * Manipulation précautionneuse de la verrerie, de la cristallerie et de toute vaisselle fragile afin d'éviter la casse.
- * Aide à la réception des livraisons, manutention et ouverture des cartons, rangement de la marchandise dans le stock et dans les espaces frais.
- * Nettoyage et désinfection du matériel de cuisine et des ustensiles utilisés pour la fabrication des repas, application des règles d'hygiène et de sécurité.
- * Participation à la formation des nouveaux plongeurs, aide à l'utilisation des équipements de plonge (lave-vaisselle, séchoir).
- * Lavage de la vaisselle à la main, utilisation du lave-vaisselle, approvisionnement de mon poste de travail en produits lessiviels.
- * Comptes rendus auprès du responsable de la cuisine, signalement des besoins en produits vaisselle, des cas de panne sur les équipements, de la vaisselle abîmée ou cassée.

- * Plonge de la vaisselle du service du petit-déjeuner, nettoyage et remise en ordre de la cafétéria.
- * Plonge de la vaisselle, des machines et de la batterie de cuisine, vérification de leur propreté avant leur rangement.
- * Entretien et désinfection des plans de travail pour la préparation des plats, respect des normes d'hygiène alimentaire.
- * Renfort des équipes pour le débarrassage des tables du restaurant, mise à la poubelle des déchets alimentaires, transfert de la vaisselle à la plonge.

DIPLOMES ET FORMATIONS

/ janv. 2022

SST, Sauveteur secouriste du travail
URSAAF - Paris

COMPETENCES LINGUISTIQUES

Espagnol

Italien

Polonais

Français

CENTRES D'INTERETS

cinéma