



#### INSCRIÇÕES

- . Segunda e quinta-feira:  
09h00-12h00 e 14h00-16h30
- . Segunda-feira: 18h00-20h30

#### DOCUMENTAÇÃO

- . Documento de identificação válido
- . Número de Identificação Fiscal
- . Certificado de habilitações escolares  
(original)

#### CEFC

Rua Conde de Ficalho nº4/4B 1700-114 Lisboa

#### Autocarros

755 (Av. Rodrigo da Cunha)  
705, 708 e 722 (Av. Gago Coutinho / Av. Rodrigo da Cunha)

#### Metro

Alvalade ou Areeiro (20 min a pé)

#### Contactos

Tel. 218 413 015  
cefc@scml.pt

# CEFC

Centro de Educação  
Formação e Certificação

## EFA - TECNOLÓGICO COZINHEIRO/A

## EFA – Tecnológico

### Cozinheiro/a

#### Destinatários (perfil de entrada)

- Adultos ativos, com idade igual ou superior a 18 anos, com escolaridade igual ou superior ao 9º ano.

#### Saídas profissionais (perfil de saída)

- O Cozinheiro/a é o/a profissional que, no respeito pelas normas de higiene e segurança, procede à organização e preparação do serviço de cozinha, à confeção e empratamento de refeições e sobremesas, articula com o serviço de mesa e colabora em serviços especiais, em estabelecimentos de restauração e bebidas, integrados ou não em unidades hoteleiras;
- É objetivo global do curso de cozinheiro/a preparar profissionais com as capacidades técnicas adequadas à resolução das tarefas inerentes à profissão.

#### Funcionamento

- Horário laboral - das 09h00 às 17h00

## Plano Curricular

Componente Profissionalizante	Horas
• Sistema HACCP (Hazard analysis and critical control points)	25
• Higiene e segurança alimentar na restauração	25
• Higiene e segurança no trabalho na restauração	25
• Operações de cálculo e unidades de medida	25
• Conduta profissional na restauração	25
• Cozinha - organização e funcionamento	50
• Serviço de restaurante/bar – organização e funcionamento	50
• Língua inglesa – serviço de cozinha	25
• Nutrição e dietética	25
• Matérias-primas alimentares	50
• Fundos de cozinha e molhos base	50
• Sopas, cremes e aveludados	25
• Confeções básicas de pastelaria	25
• Doçaria internacional de sobremesa	50
• Doçaria tradicional portuguesa	50
• Entradas sólidas	50
• Peixes e mariscos	50
• Carnes, aves e caça	50
• Cozinha tradicional portuguesa	50
• Cozinha internacional	50
• Língua inglesa – informação turística da região	25
• Língua francesa – serviço de cozinha	25
• Artes decorativas em cozinha/pastelaria	25
• Novas tendências da cozinha	25
• Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego	25
<b>Total da componente profissionalizante</b>	<b>900</b>
• Aprender com autonomia	40
• Desenvolvimento pessoal e social	60
• Formação prática em contexto de trabalho	120
<b>Total do curso</b>	<b>1120</b>