

## PERFIL PROFISSIONAL



### COZINHEIRO/A

---

#### **Publicação e atualizações**

Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações.

1ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 16 de 29 de abril de 2013 com entrada em vigor a 29 de julho de 2013.

2ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 17 de 08 de maio de 2014 com entrada em vigor a 08 de maio de 2014.

3ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 12 de 29 de março de 2015 com entrada em vigor a 29 de março de 2015.

4ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 38 de 15 de outubro de 2019 com entrada em vigor a 15 de outubro de 2019.

5ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 19 de 22 de maio de 2020 com entrada em vigor a 22 de maio de 2020.

---

**QUALIFICAÇÃO:** COZINHEIRO/A

**DESCRIÇÃO GERAL:** Organizar, preparar, cozinhar e emprar alimentos, respeitando as normas de higiene e segurança, em unidades de produção, estabelecimentos de restauração e bebidas, integrados ou não em unidades hoteleiras, com vista a garantir um serviço de qualidade e satisfação do cliente.

## ATIVIDADES

1. Efetuar a pré-preparação e armazenamento das matérias-primas utilizadas no serviço de cozinha, assegurando o estado de conservação das mesmas.
2. Preparar o serviço de cozinha, efetuando a mise-en-place do serviço, de forma a possibilitar a confeção das refeições necessárias.
3. Confeccionar o receituário em função da ementa estabelecida: entradas, pratos principais, sobremesas.
4. Articular com o serviço de restaurante a fim de satisfazer os pedidos de refeições e colaborar em outros tipos de serviços.
5. Efetuar a limpeza e arrumação dos espaços, equipamentos e utensílios do serviço, verificando as existências e controlando o seu estado de conservação.

## COMPETÊNCIAS

### SABERES

#### Noções de:

1. Língua inglesa e outra língua estrangeira (comunicação ao nível do utilizador elementar utilizando vocabulário técnico específico).
2. Matemática (operações básicas de cálculo, proporções e percentagens)
3. Sistema internacional de unidades de medida (pesos, distâncias, volumes e temperaturas)
4. Nutrição e dietética (composição dietética dos alimentos e seu valor alimentar).
5. Informática na ótica do utilizador.
6. Serviço de restaurante.
7. Técnicas básicas de emergência.

#### Conhecimentos de:

8. Vocabulário técnico específico
9. Legislação alimentar e da atividade profissional.
10. Saúde, higiene e segurança alimentar e profissional.
11. Controlo de qualidade.
12. Microbiologia dos alimentos (desenvolvimento de bactérias, leveduras e bolores e seus fatores condicionantes).
13. Empratamento e decoração em cozinha.

#### Conhecimentos aprofundados de:

14. Gastronomia e receituários de cozinha.
15. Tecnologia das matérias-primas utilizadas em cozinha.
16. Processos de confeção dos produtos de cozinha

17. Funcionamento e conservação dos produtos de cozinha.
18. Funcionamento e conservação dos equipamentos e utensílios de cozinha.
19. Processos de acondicionamento e conservação dos produtos de cozinha.

#### **SABERES-FAZER**

1. Verificar as características e a qualidade das matérias-primas e dos produtos semi-preparados.
2. Efetuar a limpeza e divisão em porções das matérias-primas e separar e contabilizar os refugos.
3. Acondicionar e armazenar as matérias-primas.
4. Recolher informações relativas à ementa do dia e à organização/distribuição do trabalho na cozinha.
5. Colaborar com o serviço de restaurante na definição de cartas e ementas, tendo em conta o equilíbrio nutricional e dietético.
6. Preparar os ingredientes, consultando as fichas técnicas e respeitando as condições de higiene alimentar.
7. Identificar e determinar as quantidades de matérias-primas e outros ingredientes necessários à confeção dos produtos, consultando receitas e especificações técnicas.
8. Selecionar e preparar os equipamentos e utensílios necessários, consultando receitas e especificações técnicas e respeitando as condições de higiene e utilização.
9. Efetuar a limpeza e a preparação das matérias-primas a utilizar na confeção de refeições.
10. Interpretar receituários e confeccionar os alimentos, atendendo à temperatura e ao tempo, de confeção.
11. Proceder à cozedura ou sujeição ao frio, das composições preparadas, em tempos e quantidades adequadas.
12. Dividir em porções os alimentos confeccionados.
13. Empratar os alimentos e efetuar a respetiva decoração.
14. Prestar esclarecimentos sobre as confeções e verificar e obter informações sobre os pedidos efetuados pelo serviço de restaurante.
15. Colaborar com o serviço de restaurante na execução de outros tipos de serviços.
16. Manter as condições de higienização e de utilização do equipamento e utensílios, utilizando as técnicas e os produtos adequados, no respeito pelas normas de conservação e de higiene.
17. Diagnosticar as necessidades de reposição de produtos e matérias-primas e efetuar as respetivas requisições.

#### **SABERES-SER**

1. Facilitar o relacionamento interpessoal com os colegas e a chefia, com vista à criação de um bom ambiente de trabalho.
2. Demonstrar sentido de responsabilidade e capacidade de iniciativa, autodomínio, destreza, autonomia, empenho e disponibilidade.
3. Organizar o seu posto de trabalho de forma a permitir responder às solicitações do serviço, interagindo com os outros elementos da equipa.
4. Transmitir informações técnicas aos diferentes serviços.
5. Evidenciar cuidados de higiene pessoal.
6. Propor as soluções mais adequadas na resolução de problemas decorrentes das solicitações do serviço.
7. Agir em conformidade com as normas de segurança e higiene alimentar.
8. Adaptar-se a novos equipamentos, tecnologias e utensílios.