



Nationalité roumaine
Permis B

Bondoufle (91070)

*****@*****

Cuisinière, Sénior

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

sept. 2015 / mai 2023

Cuisinière

Ekma - Saintry sur Seine

* *Élaboration d'entrées chaudes et froides, préparation et cuisson de viandes, de poissons, de sauces pour accompagner les plats.*

* *Réalisation des desserts selon les recettes.*

* *Entretien courant des équipements de cuisine.*

. *Nettoyage de la station de travail, du matériel et des locaux selon les normes d'hygiène et de sécurité en vigueur*

* *Suivi des stocks, signalement des besoins en réapprovisionnement, réalisation d'inventaires.*

* *Réception des marchandises, contrôle de la quantité et de la qualité des produits, stockage en chambre froide et en réserve.*

* *Passage des commandes d'achat auprès des fournisseurs.*

* *Contrôle des coûts alimentaires en minimisant le gaspillage et en optimisant l'utilisation des ingrédients.*

. *Encadrement d'une équipe de 3 personnes ménage et cuisine coordination, planification des tâches, des agendas et formation.*

mars 2013 / mai 2015

Médecin vie

Chez les particuliers - Israel - CDI

. *Préparation des repas en respectant le régime alimentaire prescrit par le médecin,*

* *Prise en charge de personnes à mobilité réduite, de personnes en situation de handicap et de personnes en perte d'autonomie en m'adaptant à leurs habitudes de vie et à leur pathologie.*

* *Aide à l'habillage et au déshabillage.*

juil. 2010 /

Magazine de village - Moldavie

. *Gestion des stocks, organisation des inventaires en réserve et en magasin.*

* *Passage de commandes auprès des fournisseurs.*

* *Organisation et supervision du bon déroulement des tâches courantes réception des livraisons. tenue du magasin, étiquetage, balisage.*

mai 2003 / juin 2010

Agent d'entretien et aide à domicile

Chez les particuliers - CDI

* *Nettoyage et entretien des locaux de manière méthodique dans le respect*

du protocole de ménage et du planning de travail.

. *Organisation du travail afin d'assurer l'ensemble des tâches dans les temps, suivi du planning défini et des consignes reçues*

. *Nettoyage et entretien des surfaces vitrées . vitres. fenêtres. miroirs*

DIPLOMES ET FORMATIONS

sept. 1997 / juin 2000

Bac .3 Pédagogie - BAC+3

Université " Alexandru cel Bun" - Moldavie

sept. 1995 / juin 1997

Baccalauréat : Pédagogie - BAC

Lycée HAlexandru cel Bun" - Baltii Moldavie

COMPETENCES LINGUISTIQUES

Russe

Français

Courant

Roumain

CENTRES D'INTERETS

Cuisine, Lecture, Musique, Sport, Voyages