

ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ ΚΑΡΑΚΩΣΤΑΣ

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ

ΜΑΓΕΙΡΑΣ

Βρεφονηπιακός Σταθμός, Δήμος Πετρούπολης | Ιούνιος-Οκτώβριος 2018

- Προετοιμασία ισορροπημένων γευμάτων για παιδιά
- Προετοιμασία προγραμματισμένου μενού, που περιλαμβάνει πρωινό και μεσημεριανό
- Αυστηρή τήρηση προτύπων υγιεινής
- Δημιουργία γευμάτων για τα παιδιά που έχουν εντοπιστεί ότι έχουν τροφικές αλλεργίες

ΒΟΗΘΟΣ ΜΑΓΕΙΡΑ

Βρεφονηπιακός Σταθμός, Δήμος Αγίας Παρασκευής | Αύγουστος 2015-Ιανουάριος 2016

- Βοήθεια στον προγραμματισμό του μενού
- Δοκιμή νέων πιάτων
- Διατήρηση αποθέματος και παραγγελία των απαραίτητων συστατικών για τις προσεχείς υπηρεσίες γευμάτων

ΒΟΗΘΟΣ ΜΑΓΕΙΡΑ

Κατασκήνωση Δήμου Μαραθώνος | Εποχιακή Εργασία 2015-2019

ΠΟΣΓΚΑμΕΑ Κατασκήνωση Αγίου Ανδρέα | Ιούλιος-Σεπτέμβριος 2014

- Τήρηση της λίστας προετοιμασίας του σεφ για τον προγραμματισμό των καθηκόντων
- Επισήμανση και αποθήκευση όλων των υλικών σε ράφια, ώστε να είναι οργανωμένα και εύκολα προσβάσιμα
- Μέτρηση της ποσότητας υλικών και καρυκευμάτων που θα χρησιμοποιηθούν στη μαγειρική

ΜΑΓΕΙΡΑΣ

Επιχειρήσεις Εστίασης "Το Βυζάντιο" Αφοί Μπούντρη Ανώνυμη Εταιρεία-Φοιτητική Λέσχη | Φεβρουάριος 2006-Δεκέμβριος 2009

- Προετοιμασία πιάτων για σερβίρισμα (π.χ., κόψιμο λαχανικών, τεμαχισμός κρεάτων ή παρασκευή σαλτσών)
- Παρασκευή των στοιχείων του μενού σε συνεργασία με το υπόλοιπο προσωπικό της κουζίνας

ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΤΗΣ ΠΙΤΣΑΣ

Zio Peppe Pizza al Metro, Παγκράτι | 2003

Παρασκευαστής προϊόντων παροχής γευμάτων απο πιτσαρία

ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗ/ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ

- Σεμινάριο "Εστιατορική τέχνη παραδοσιακών γεύσεων" (1000 ώρες), ΚΕΚ Κηφισιάς 2007
- Σεμινάριο "Εστιατορική τέχνη παραδοσιακών γεύσεων" (900 ώρες), ΚΕΚ Καλαμακίου 2005-2006
- Σεμινάριο "Οργάνωση και λειτουργία επιχειρήσεων γρήγορου φαγητού και catering" (400 ώρες), ΚΕΚ ΔΙΟΝ Ε.Π.Ε.Κ.Α. 2000

ΞΕΝΕΣ ΓΛΩΣΣΕΣ

- Αγγλικά, καλή γνώση

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Διεύθυνση: Αθήνα, Ελλάδα

Τηλέφωνο: (+30) 6986160021

E-mail: Gerasimosk.82@gmail.com

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΟΔΥΣΣΕΙΑ

Σεμινάριο Line Cooking (50 ώρες)

Σεμινάριο Soft Skills (6 ώρες)

2021

ΙΕΚ ΠΕΙΡΑΙΑ

Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης

3Ο ΕΝΙΑΙΟ ΕΣΠΕΡΙΝΟ ΛΥΚΕΙΟ ΑΘΗΝΩΝ

Απολυτήριο Λυκείου

ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ & ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

- Επικοινωνία
- Διαχείριση Χρόνου
- Ταχύτητα και ικανότητα εργασίας υπό πίεση
- Προσοχή στη λεπτομέρεια
- Επίλυση Προβλημάτων
- Οργάνωση
- Δημιουργικότητα
- Ευελιξία στις αλλαγές που προκύπτουν
- Προσαρμοστικότητα
- Σεβασμός στους συναδέλφους
- Ομαδική δουλειά και εξέλιξη
- Διαχείριση δύσκολων καταστάσεων
- Γνώση υγιεινής τροφίμων
- Ικανότητα ταυτόχρονης εκτέλεσης πολλών εργασιών
- Εξυπηρέτηση πελατών
- Microsoft Office (Word, Excel, Outlook)

ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ

- Ταξίδια
- Ζαχαροπλαστική
- Δεξιότητες