



**REGULAMIN  
VII WOJEWÓDZKIEGO  
KONKURSU KULINARNEGO**

**„Jem smacznie, zdrowo i kolorowo“!**

**I. POSTANOWIENIA OGÓLNE:**

Organizatorzy przewidują przeprowadzenie Konkursu w II kategoriach wiekowych.

I kategoria dla uczestników z klas V, VI i VII szkół podstawowych.

II kategoria dla uczestników szkół gimnazjalnych.

Zasady i przebieg są takie same w obu kategoriach.

1. Hasło Konkursu – „Jem smacznie, zdrowo i kolorowo”.
2. Organizator Konkursu:
  - Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Łodzi.
3. Współorganizatorzy Konkursu:
  - Zespół Szkół Gastronomicznych w Łodzi
  - Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa Oddział Terenowy w Łodzi

**II. CELE KONKURSU:**

**CEL GŁÓWNY**

Propagowanie idei zdrowego stylu życia w tym racjonalnego odżywiania oraz podkreślenie znaczenia świadomych wyborów żywieniowych.

**CELE SZCZEGÓŁOWE:**

1. Kształtowanie umiejętności poszukiwania informacji z różnych źródeł.
2. Kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji na podstawie zdobytej wiedzy oraz brania odpowiedzialności za własne zdrowie.
3. Wykształcenie umiejętności prawidłowego przygotowania potraw.

4. Wykształcenie umiejętności tworzenia przepisów kulinarnych oraz obliczania kaloryczności i wartości odżywczej.
5. Rozwijanie wyobraźni oraz postaw twórczych wśród dzieci i młodzieży.

### **III. ZASIĘG I WARUNKI KONKURSU:**

Do Konkursu mogą przystąpić uczniowie szkół gimnazjalnych oraz klas V, VI i VII szkół podstawowych województwa łódzkiego, uczestniczący w Ogólnopolskim Programie Edukacyjnym „Trzymaj formę!”

### **IV. IRAMY CZASOWE:**

Konkurs trwać będzie od **17.10.2017 roku do 28.02.2018 roku.**

### **V. ZASADY PRZEPROWADZENIA KONKURSU:**

Uczestnicy:

W konkursie biorą udział 3-osobowe zespoły składające się z:

- 2 uczniów;
- 1 nauczyciela – opiekuna uczniów

Zadaniem konkursowym jest wykonanie:

- **ulotki informacyjnej**
- **GŁÓWNEGO DANIA OBIADOWEGO**, którego ideą przewodnią jest:  
***KUCHNIA STAROPOLSKA W NOWOCZESNEJ ODSŁONIE.***

Konkurs ma charakter dwuetapowy:

#### **ETAP I – SZKOLNY**

W ramach tego etapu młodzież:

- Przygotowuje **GŁÓWNE DANIE OBIADOWE**, którego ideą przewodnią jest:  
***KUCHNIA STAROPOLSKA W NOWOCZESNEJ ODSŁONIE,***
- wykonuje zdjęcie potrawy,
- opracowuje ulotkę informacyjną,
- przesyła ją do Organizatora.

## **ULOTKA INFORMACYJNA**

Ulotka powinna zawierać informacje o:

- Ilości składników potrzebnych do wykonania porcji dla 1 osoby.
- Sposobie przygotowania potrawy od podstaw.
- Wartości odżywczej i kalorycznej 1 porcji.
- Uzasadnienie znaczenia przygotowanej potrawy dla zachowania zdrowia.
- Ulotka musi być wykonana indywidualnie i samodzielnie przez Zespół.
- Ulotka powinna być opracowana w formie elektronicznej: Microsoft Office Word, Microsoft Office Publisher (wymagane jest przesłanie na nośniku CD).
- Prace nie będą zwracane autorom, a Organizator zastrzega sobie możliwość przejęcia praw autorskich.
- Z jednej szkoły mogą wpłynąć maksymalnie 3 prace (3 zespoły).
- Jeden zespół może zgłosić jedną pracę.

Do każdej pracy musi zostać dołączony:

- Formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej Organizatora [www.pis.lodz.pl](http://www.pis.lodz.pl) w zakładce **aktualności**,
- Zgoda przedstawiciela ustawowego dziecka, które nie ukończyło 18 roku życia, na udział w konkursie,
- tytuł pracy,
- imiona i nazwiska uczniów i opiekuna pracy,
- adres i numer szkoły,
- nazwa powiatu, z którego pochodzi szkoła.

Prace (receptura, zdjęcie potrawy i ulotka) wraz z kartą zgłoszenia i zgodą przedstawiciela ustawowego należy przesłać do Oddziału Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Łodzi drogą listową **do dnia 08.12.2017 roku**.

Ogłoszenie drużyn zakwalifikowanych do etapu wojewódzkiego ukaże się na stronie internetowej WSSE w Łodzi w zakładce aktualności do dnia **12.01.2018 roku**.

## **ETAP II WOJEWÓDZKI**

**W ramach tego etapu młodzież przygotowuje to samo danie, które zostało zgłoszone do konkursu.**

GŁÓWNE DANIE OBIADOWE, którego myślą przewodnią jest:

***KUCHNIA STAROPOLSKA W NOWOCZESNEJ ODSŁONIE.***

- Czas wykonania wynosi 90 minut łącznie z czasem przeznaczonym na sprzątanie stanowiska.
- Recepturę należy przygotować na 2 porcje.
- Danie powinno być zgodne z ideą Programu „Trzymaj Formę” czyli zdrowe, smaczne i kolorowe.
- Uczestnicy mogą przygotować dekorację stołu według własnego pomysłu.
- Uczestnicy w finale muszą posiadać przygotowaną ulotkę informacyjną
- Organizatorzy nie pokrywają kosztów, ani nie dostarczają produktów potrzebnych do wykonania potrawy.
- Organizatorzy zapewniają sprzęt kuchenny potrzebny do wykonania potrawy.
- Organizatorzy zapewniają poczęstunek dla uczestników Konkursu.

Finały odbędą się w Zespole Szkół Gastronomicznych w Łodzi w TERMINACH:

- **16.02.2018 roku – kategoria szkoły gimnazjalne**
- **23.02.2018 roku – kategoria szkoły podstawowe**

Dokładne harmonogramy finałów umieszczone zostaną do dnia **12.01.2018 roku** na stronie internetowej WSSE w Łodzi w zakładce aktualności. Organizatorzy nie pokrywają kosztów przyjazdu na spotkania finałowe.

## **VI. KRYTERIA OCENY:**

Prace zostaną ocenione przez niezależną komisję powołaną przez Organizatora, w skład której wejdą przedstawiciele:

- Oddziału Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Łodzi,
- Oddziału Nadzoru Higieny Żywności Żywienia i Przedmiotów Użytku Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Łodzi,
- Krajowego Ośrodka Wsparcia Rolnictwa Oddziału Terenowego w Łodzi,
- Zespołu Szkół Gastronomicznych w Łodzi.

Komisję konkursową powołuje Organizator.

Oceniane będą:

- Zgodność z tematem (wartości merytoryczne)
- Pomysłowość i oryginalność formy
- Estetyka wykonania

## **KRYTERIA OCEN**

### **OBRÓBKA WSTĘPNA:**

- Mycie
- Obieranie
- Płukanie
- Rozdrabnianie
- Formowanie

### **OBRÓBKA CIEPLNA:**

- Prawidłowo przeprowadzona
- Zsynchronizowana w czasie

### **SPOSÓB PODAWANIA:**

- Estetyka potrawy
- Estetyka stołu

### **ORGANIZACJA PRACY:**

- Wygląd uczestników
- Mycie rąk przed przygotowaniem posiłków
- Podział obowiązków
- Zachowanie kolejności czynności
- Sprzątanie stanowiska pracy na bieżąco
- Pozostawienie porządku po pracy

### **OCENA ORGANOLEPTYCZNA:**

- Wygląd
- Smak
- Zapach
- Konsystencja

### **ULOTKA:**

- Ilość składników potrzebnych do wykonania porcji dla 1 osoby
- Sposób przygotowania potrawy od podstaw
- Wartość odżywcza i kaloryczna dla 1 osoby
- Uzasadnienie znaczenia potrawy dla zachowania zdrowia
- Estetyka wykonania

## **VII. ZASADY NAGRADZANIA:**

1. Nagrodzeni uczestnicy otrzymają nagrody rzeczowe oraz okolicznościowe dyplomy.
2. Najciekawsze prace zostaną zamieszczone na stronie internetowej Wojewódzkiej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Łodzi.
3. Organizator przewiduje nagrody za I, II i III miejsca w obu kategoriach.
4. Organizator przewiduje (w ramach możliwości organizacyjnych i finansowych) wydrukowanie kalendarza z przepisami laureatów Konkursu.
5. Organizatorzy Konkursu zastrzegają sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie oraz ewentualnych poprawek merytorycznych prac.

## **VIII. INFORMACJE DODATKOWE:**

**Osoba do kontaktu, odpowiedzialna za przeprowadzenie konkursu – Aleksandra Zasiadczyk – Bogus.**

Oddział Promocji Zdrowia i Oświaty Zdrowotnej  
Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Łodzi.  
ul. Wodna 40, 90-046 Łódź  
tel. /42/ 253 63 42, e-mail: *oswiata@pis.lodz.pl*

**Z kulinarnym pozdrowieniem zapraszamy i zachęcamy do wzięcia udziału w VII Wojewódzkim Konkursie Kulinarnym**

**„Jem smacznie, zdrowo i kolorowo”!**