



Powiat
Wołomiński

Wołomin

**REGULAMIN III POWIATOWEGO KONKURSU KULINARNEGO
„TAK dla Zdrowia”
organizowanego z okazji Dnia Walki z Otyłością**

1. POSTANOWIENIA OGÓLNE

- 1.1. Niniejszy regulamin określa warunki, na jakich odbywa się konkurs kulinarny **„TAK dla Zdrowia”**.
- 1.2. Organizatorem konkursu jest Szkoła Podstawowa im. Ignacego Jana Paderewskiego w Zagościńcu, współorganizatorami są: Stowarzyszenie Szkoła Od-Nowa, Powiat Wołomiński oraz Gmina Wołomin. Konkurs jest objęty Patronatem Honorowym Starosty Powiatu Wołomińskiego Arkadiusza Werelicha oraz Burmistrza Wołomina, Pani Elżbiety Radwan.

2. UCZESTNICY KONKURSU

- 2.1. Konkurs adresowany jest do klas 4 – 8 szkół podstawowych z terenu powiatu Wołomin i podzielony na dwie kategorie wiekowe:
- I kategoria – uczniowie klas 4-5
- II kategoria – uczniowie klas 6-8
- 2.2. Konkurs podzielony jest na II etapy: szkolny i powiatowy.
- 2.3. W konkursie udział biorą 2-osobowe zespoły uczniowskie wraz z jednym opiekunem szkolnym.
- 2.3. W etapie powiatowym konkursu mogą wziąć udział maksymalnie 2 zespoły z jednej szkoły (po jednym z każdej kategorii wiekowej).

3. WARUNKI KONKURSU

- 3.1. Zadaniem konkursowym jest:
- I etap – szkolny „Zdrowe kanapki”. Zadaniem zespołów będzie wykonanie zdrowych kanapek.
 - II etap – powiatowy „Zdrowy lunchbox”. Zadaniem zespołów będzie przygotowanie zdrowego, odpowiednio zbilansowanego lunchbox’a do szkoły oraz udział w konkurencjach towarzyszących – dekoracyjne złożenie serwetki, odgadnięcie zastosowania dla 5 narzędzi kuchennych (współczesnych lub historycznych), odgadnięcie po smaku 5 produktów spożywczych.
- 3.2. Podczas I etapu - szkolnego - uczniowie pod opieką Opiekuna szkolnego skomponują zdrowe kanapki, a szkolna Komisja, powołana przez Opiekuna szkolnego oceni smak, zawartość zdrowych składników, estetykę podania oraz ustne przedstawienie składników odżywczych, znajdujących się w przygotowanych kanapkach. W ten sposób zostaną wyłonione zespoły, które będą reprezentować daną szkołę w etapie powiatowym.
- 3.3. Podczas II etapu – powiatowego - zespoły wyłonione z I etapu konkursu wykonywać będą zgłoszone do konkursu przepisy.
- czas wykonania wynosić będzie max. 1 godzinę, łącznie z czasem przeznaczonym na sprzątnięcie stanowiska pracy,
 - recepturę należy przygotować na 1 lunchbox.
- 3.4. Jury oceniać będzie oryginalność przepisów i ciekawy sposób podania, zawartość składników odżywczych i kalorycznych.
- 3.5. Po wykonaniu, sprzątnięciu i ocenieniu zawartości lunchbox’a przez jury członkowie zespołów wezmą udział w dalszych częściach konkursu:
- Dekoracyjne złożenie serwetki

- Rozpoznanie 5 narzędzi kuchennych (używanych współcześnie lub historycznych)
- Zgaduj-zgadula – odgadnięcie smaku 5 produktów spożywczych

3.5. Członków każdego zespołu biorących udział w konkursie powinien cechować strój dostosowany do wykonywanych działań. Uczestnicy w zakresie własnym zaopatrują się w potrzebne składniki, przybory i naczynia do przygotowania i zaprezentowania sałatki.

3.5. Organizator nie pokrywa kosztów udziału w konkursie.

3.6. Organizator nie dostarcza produktów i narzędzi potrzebnych do przygotowania oraz podania potrawy. Organizator zapewni materiały konieczne do przeprowadzenia kolejnych części konkursu tj. papierowe serwetki do dekoracyjnego złożenia (chyba, że uczestnicy wolą pracować na własnych – wtedy proszeni są o zaopatrzenie się w potrzebne serwetki), przybory kuchenne i produkty spożywcze do zgadywanek.

4. ZGŁOSZENIE UDZIAŁU W KONKURSIE

4.1. Warunkiem uczestnictwa w Konkursie jest:

- zgłoszenie **chęci uczestnictwa** Szkoły drogą mailową na adres laskowskasyllwia@spzagosciniiec.edu.pl do dnia **10.10.2025r.**,
- przeprowadzenie etapu szkolnego konkursu
- opracowanie w formie elektronicznej (Microsoft Office Word) przepisów na zdrowy lunchbox
- dostarczenie **zgłoszenia drużyn** z danej szkoły wraz z przepisami osobiście lub za pośrednictwem maila w nieprzekraczalnym terminie **do dnia 17.10.2025r.** na adres: Szkoła Podstawowa im. Ignacego Jana Paderewskiego w Zagościńcu, ul. Szkolna 1, 05-200 Wołomin lub mailowo: laskowskasyllwia@spzagosciniiec.edu.pl

4.2. Przepisy nie będą zwracane autorom, a organizator zastrzega sobie możliwość przejęcia praw autorskich.

4.3. Do przepisów z danej szkoły musi być dołączony formularz zgłoszeniowy, imiona i nazwiska uczniów oraz opiekuna, zgoda rodzica niepełnoletniego uczestnika konkursu na udział w konkursie + klauzula informacyjna o przetwarzaniu danych osobowych oraz informacja o ewentualnych uczuleniach żywiościowych.

4.5. II etap konkursu oraz uroczysty finał odbędzie się **24.10.2025 r. od godz. 9.00** w Szkole Podstawowej im. Ignacego Jana Paderewskiego w Zagościńcu, ul. Szkolna 1, 05-200 Wołomin

5. ROZSTRZYGNIĘCIE KONKURSU I NAGRODY

- 5.1. Jury, złożone z przedstawicieli Organizatora, dokona oceny prac i przyznania nagród.
- 5.2. Jury przyzna indywidualne nagrody dla uczniów, którzy zajmą I, II i III miejsca w konkursie.
- 5.3. Nagrody nie podlegają wymianie na jakiegokolwiek ekwiwalent, chyba że Organizator postanowi inaczej.

6. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- 6.1. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania poprawek merytorycznych prac.
- 6.2. Oficjalne wyniki Konkursu będą ogłoszone na stronach FB Organizatorów.
- 6.3. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian oraz ostatecznej interpretacji niniejszego Regulaminu Konkursu.
- 6.4. Regulamin wchodzi w życie z dniem ogłoszenia.