



# SVEIKO MAISTO ŠVENTĖ - 2016

## KONKURSO NUOSTATAI

**Pagrindinis šventės tikslas** – propaguoti sveiką mitybą, valgymo kultūrą bei puoselėti Lietuvos tradicijas, suteikti žinių apie sveikatai palankią mitybą.

**Laikas ir vieta.** 2016 m. rugsėjo 25 d., 12.00 – 17.00 val., Pažaislis, svetingumo kompleksas „Monte pacis“ (T.Masiulio 31, Kaunas).

**Konkurso tema:** „Desertų mūšis“

### **Konkurso eiga ir trukmė:**

- Kiekvienas konkurso dalyvis (fizinis asmuo, kolektyvas ar maitinimo įstaiga) paruošia šventės tematiką atitinkantį stalą, kuriame pateikiami 3-5 desertiniai patiekalai, tarp jų turi būti ir gėrimas. Prie kiekvieno konkursinio patiekalo privalo būti receptas. Konkurso dalyviai turi turėti pakankamai konkursinių patiekalų receptų kopijų, skirtų platinimui šventės dalyviams.
- Konkursui patiekalai turi būti **augalinės kilmės (be mėsos, žuvies, kiaušinių)**, švieži ir ruošiami prieš pat parodą laikantis higienos reikalavimų. **Patiekaluose ir gėrimuose nenaudoti alkoholio.**
- **Reikalavimai patiekalų receptams:** ant recepto turi būti išspausdinta: patiekalo pavadinimas, sudėtis, kiekis, gamybos technologija, autoriaus vardas, pavardė, klubas (organizacija) ir miesto pavadinimas. **Ant stalų** turi būti **lentelės (užrašai)** su dalyvio pavadinimu.
- Konkursų dalyviai privalo turėti savo aprangą, staltieses, indus, serviruotę ir kt., pasibaigus konkursui sutvarkyti savo parodos vietą.
- Priklausoma nuo dalyvių skaičiaus, konkursų dalyviams skiriama 3-10 min. komandos, patiekalų ir stalo pristatymui.
- Konkursui paruošti stalai ir patiekalai ant jų **turi išlikti iki šventės pabaigos kaip parodinis eksponatas.** Komandos turi paruošti didesnę konkursinių patiekalų kiekį degustacijai. Vienkartiniais indais, reikalingais degustacijai, pasirūpina organizatoriai.

**Komandos sudėtis:** iki 5 narių/ draugų/ artimųjų/ kolegų ir t.t.

### **Konkursinių stalų vertinimo kriterijai:**

Konkursinius stalus vertins komisija, kuri savo nuožiūra skirs prizus už originaliausius, skaniausius, originaliausius patiekalus ir t.t. Šventės metu taip pat bus skelbiama 2016-ųjų metų šeiminių šeiminių.

Komisija vertins:

- patiekalų technologinį procesą, išsaugotą maistinę vertę ir išsaugotas skaidulines medžiagas;
- sezoniškumą;

- atitikimą šventės tematikai ir originalumą,
- patiekalų skonį ir pateikimą;
- recepto pritaikomumą kasdienybėje (privalumas greitai paruošiamiems iš sąlyginai nebrangių, bet kokybiškų žaliavų);
- pridėtinio cukraus ir rafinuotų riebalų ribojimas patiekaluose;
- komandos prisistatymo originalumą.

**Komandų registracija:** vyksta išankstinė registracija iki **rugsėjo mėn. 15 d.** internetiniame puslapyje [www.sveikuoliai.lt](http://www.sveikuoliai.lt). Šventės metu dalyvių registracija vyksta šeštadienį, nuo 8 valandos, svetingumo komplekse „Monte Pacis“.

### **Apdovanojimai nugalėtojams:**

Kiekvienas komandos dalyvis **nemokamai dalyvauja** prie sveiko maisto stalo, kurį ruošia vieni geriausių restoranų šefų Lietuvoje.

Komisijos nuožiūra konkursų dalyviams bus skirti šie prizai:

- Šeiminių šeimininkei skiriamas kelialapis į Žolinčių akademijos organizuojamą sveikatingumo stovyklą La Palmoje, Ispanijoje;
- kelialapis į Lietuvos sveikuolių sąjungos sveikatingumo stovyklą „Į laisvę!“, „Laisvės kodas“. „Laukinis jaunimas“ arba „Šalin akinius!“
- kvietimas apsistoti svetingumo komplekso „Monte Pacis“ \*\*\*\* viešbučio apartamentuose ir šešių patiekalų degustacinė vakarienė (dviems asmenims).
- kiti prizai ir siuvenyrai.