

NATEČAJ ROŠEVO KOSILO

Sestavi JEDILNIK, ki bo energijsko in hranilno uravnotežen

- Jedilnik naj vsebuje 4 do 6 jedi iz tradicionalne slovenske kuhinje, ki pa so lahko posodobljene oziroma jim dodate svojo kreativno noto. Jedilnik naj bo sestavljen iz juhe ali tople predjedi, glavne jedi in solate ter poobedka.
- V jedilnik vključite živila iz vseh 5 skupin: 1. škrobna živila; 2. sadje in zelenjava; 3. mleko in mlečni izdelki; 4. meso, ribe in zamenjave; 5. živila z več maščob in sladkorjev.
- Pri sestavljanju jedilnika **upoštevajte možnost priprave v šolski kuhinji**, kjer se dnevno pripravlja več kot 400 kosil za učence in učitelje.

NAVODILA ZA IZVEDBO NATEČAJA

Jedilnik naj bo izdelan v pisni obliki, ki je lahko rokopisna ali tiskana. Potrudite se pri izgledu, lahko ga tudi likovno opremito. Posamezne jedi naj bodo opisane, zaželeno je okvirna receptura posameznih jedi.

MERILA ZA OCENJEVANJE

- kulinarčno merilo: okusnost, vabljev izgled
- zdravstveno merilo: vključuje več zdravih živil kot odsvetovanih
- vomogoča možnost priprave v šolski kuhinji kot šolsko kosilo
- upoštevanje teme natečaja in pravil
- finančno merilo: jedilnik se mora približati ceni šolskega kosila

PRAVILA NATEČAJA

- Na natečaju lahko sodelujejo posamezniki, dvojice, skupine učencev ali oddelčne skupnosti OŠ Frana Roša.
- Izdelek je v **pisni obliki** oddan jedilnik, ki vključuje 4-6 jedi in naj bo v rokopisni ali tiskani obliki lepo oblikovan.
- Izdelek naj bo opremljen z **imenom in priimkom avtorja oziroma avtorjev**. V kolikor so učenci pri oblikovanju izdelka imeli mentorja (učitelja ali starše), naj ga navedejo z imenom in priimkom.

Avtorji treh zmagovalnih izdelkov bodo objavljeni po šolskem radiu.

NAGRADA bo simbolična in praktična. Podeljena bo avtorjem treh receptov, ki bodo komisijo najbolj prepričali.

Rok za oddajo izdelka je 28. 2. 2025. Pisne izdelke oddate v šolski knjižnici.