**Regulamin konkursu *Jadłospis zdrowego licealisty/licealistki***

1. Konkurs przeznaczony dla uczniów  wszystkich klas  licealnych.
2. Mogą w nim wziąć udział uczniowie od 1 - 4 osób maksymalnie.
3. Zadaniem osoby/grupy biorącej udział w konkursie jest stworzenie jednodniowego jadłospisu dla zdrowej osoby w wieku licealnym (bez innych zdiagnozowanych chorób dietozależnych).
4. Uczniowie wykonują swoje zadania na lekcji/ ewentualnie kończą w czasie pozalekcyjnym korzystając z podanych wytycznych przez osobę prowadzącą zajęcia.
5. Kryteria oceny prac konkursowych:

* Zgodność jadłospisu z zasadami racjonalnego odżywiania.
* Urozmaicenie posiłków w jadłospisie.
* Wykorzystanie w jadłospisie produktów korzystnie wpływających na pracę mózgu i układu nerwowego.
* Precyzja w opisie posiłków, użytych produktów i opisie sposobu przygotowania.
* Znajomość wpływu na zdrowie poszczególnych produktów.
* Kreatywność.

(podkreślone kryteria będą miały większą wagę punktową)

1. Organizator przyznaje nagrodę główną dla autorów, którzy przygotują jadłospis, który najlepiej spełni kryteria oceny wymieniowe wyżej.
2. Decyzja o udziale w konkursie jest równoznaczna ze zgodą uczestnika na publikowanie jadłospisów na stronie i facebooku naszej szkoły przez organizatora konkursu.
3. Termin składania jadłospisów **do dnia 6 czerwca 2022 r. (pn) do godz. 10.00** (jadłospis można przekazać osobiście do p. J. Nowak lub przez mobidziennik).
4. Organizator konkursu zastrzega sobie prawo do niewyłonienia zwycięzców i do nieprzyznania nagród w przypadku zbyt małej ilości złożonych prac konkursowych.

Organizator Konkursu

Justyna Nowak