

مرکز رشد واحدهای فناوری  
دانشگاه هرمزگان

مسابقه تغذیه سالم دانشجویی

مهلت ثبت نام: ۸ آذر ماه

تاریخ برگزاری: ۱۲ آذر ماه | ساعت: ۱۲ تا ۱۴

محل برگزاری: سالن فرهنگ

به دانشجویان علاقه مند به شرکت در مسابقه پیشنهاد می شود قبل از ارسال ایده های خود در پیش رویداد شرکت نمایند که در تاریخ ۶ آذر ماه برگزار می شود. برای حضور در پیش رویداد با شماره زیر هماهنگی لازم را انجام دهید: ۰۹۰۵۲۰۲۱۹۶۰

نحوه برگزاری: دانشجویان بایست اطلاعات خود (نام و نام خانوادگی، شماره دانشجویی) و اطلاعات غذا (نام مواد اولیه، خواص درمانی و ...) را تا تاریخ ۸ آذر ماه در سامانه مرکز رشد دانشگاه هرمزگان بارگذاری نمایند.

<http://1hu.ir/w0egb>

۰۹۰۵۲۰۲۱۹۶۰



عنوان مسابقه: تغذیه سالم دانشجویی

مهلت ثبت نام: ۸ آذر ماه

تاریخ و محل برگزاری: ۱۲ آذر ماه، ساعت ۱۲-۱۴، سالن فرهنگ

به برندگان در مسابقه جوایزی اعطا خواهد شد.

به دانشجویان علاقه مند به شرکت در مسابقه پیشنهاد می شود قبل از ارسال ایده های خود در پیش رویداد شرکت نمایند که در تاریخ ۶ آذر

ماه برگزار می شود. برای حضور در پیش رویداد با شماره زیر هماهنگی لازم را انجام دهید: ۰۹۰۵۲۰۲۱۹۶۰

نحوه برگزاری: دانشجویان می بایست اطلاعات خود (نام و نام خانوادگی، شماره دانشجویی) و اطلاعات غذا (نام مواد اولیه، خواص درمانی

و ...) را تا تاریخ ۸ آذر ماه در سامانه مرکز رشد دانشگاه هرمزگان بارگذاری نمایند.

لینک ثبت نام و بارگذاری اطلاعات: <http://1hu.ir/w0egb>

**نوع مسابقه :** بصورت طبخ در منزل و ارایه حضوری آن بصورت سرد در محل برگزاری مسابقه به همراه دستور پخت خواهد بود.

ایده ها پس از ارسال توسط داوران تفکیک شده و به ایده های پذیرفته شده مبلغ ۵۰۰ هزار تومان جهت کمک هزینه برای شرکت در مسابقه اعطا خواهد شد.

### **موضوع طرح :**

ایده ها باید در راستای موارد زیر باشند :

۱- پیش غذا (خوراک ساده با تهیه زیر ۳۰ دقیقه) شامل: سوپ - سالاد - فینگرفود

۲- غذای اصلی (ترجیحا خوراک هایی با استفاده از انواع نان)

۳- دسر

### **شرایط و قوانین مسابقه :**

۱- بدون استفاده از سوسیس و کالباس

۲- مشخص نمودن میزان وزن و کالری

۳- استفاده از حداقل میزان روغن

۴- تعیین قیمت فروش محصول و حداقل هزینه فروش

۵- شرکت کننده ها مجاز به ارایه حداکثر ۲ نوع غذای متفاوت هستند.

۶- مسابقه بصورت انفرادی و حداکثر گروه های ۳ نفری می باشد.

۷- تهیه نمودن ۵ عدد از هر نوع غذا و ارایه آن در محل مسابقه