



REPÚBLICA DE CHILE
MUNICIPALIDAD DE LEBU



Bases de Concurso de Cocina Saludable “DIECIOCHOCHEF”



ORGANIZA PROGRAMA VIDA CHILE



INDICE

| | | |
|-------|---|---|
| I. | Finalidad del Concurso | 3 |
| II. | Modalidad del Concurso | 3 |
| III. | Dirigido a | 3 |
| IV. | Plazo de entrega..... | 4 |
| V. | Datos requeridos | 4 |
| VI. | Recetas | 4 |
| VII. | Manipulación e higiene de alimentos..... | 4 |
| VIII. | Vestimenta de participantes (opcional)..... | 5 |
| IX. | Proceso de Evaluación | 5 |
| X. | Premios..... | 5 |
| | Observaciones:..... | 6 |



I. Finalidad del Concurso

Concurso “DIECIOCHOCHEF” es un concurso de cocina saludable, en donde las participantes ponen a prueba sus habilidades de tipo culinario con el objetivo de fomentar, promover la alimentación saludable, y de esta forma contribuir a mejorar los hábitos alimentarios de la población chilena, y con ello optar a una mejor calidad de vida en el futuro.

Es por ello que este año hemos querido realizar otra innovación más a nuestro ya establecido Concurso de cocina saludable “DIECIOCHOCHEF”. En esta ocasión los participantes deberán hacer gala de toda su creatividad e ingenio para modificar o crear las preparaciones culinarias típicas de nuestras fiestas patrias, a una **versión saludable**, para ello los participantes son libres a la hora de crear e innovar, solo recalcar que la preparación que ellos decidan elegir, debe ser de tipo saludable, si se mantienen los típicos ingredientes usados en las preparaciones de nuestras fiestas patrias, esas recetas no serán contabilizadas para formar parte del concurso Family Chef.

II. Modalidad del Concurso

Dada la contingencia de pandemia por COVID-19 que se vive en la actualidad, por vez inédita la realización de este concurso será online. Los participantes deberán mostrar sus preparaciones culinarias mediante **videos**, enviar receta y **fotografías** del plato final, que deberán ser enviadas vía correo electrónico a vidachilelebu2.0@gmail.com o vía mensaje interno al Facebook Vida Chile Lebu, indicando nombre de los participantes, nombre de la preparación y receta de la preparación.

III. Dirigido a

Este concurso va dirigido a parejas de padres e hijos y/o cualquier persona natural que se sienta motivada a querer participar, pertenecientes a la comunidad de Lebu, sin excepción de residentes de otras nacionalidades que se encuentren domiciliados en nuestra comuna.



IV. Plazo de entrega

El plazo de recepción de los videos, recetas y fotografía del plato final, comenzará desde el día lunes 21 de Agosto hasta el día viernes de 25 de Septiembre. Deben ser enviados mediante correo electrónico a vidachilelebu2.0@gmail.com o vía mensaje interno al Facebook Vida Chile Lebu.

V. Datos requeridos

Los datos requeridos para recepción de video y fotografía son:

- ✓ Nombre completo del participante
- ✓ Edad
- ✓ Dirección
- ✓ Número Telefónico

VI. Recetas

En este proceso, sólo se tomarán en cuenta las recetas que cumplan con los requisitos expuestos a continuación:

Todas las recetas que sean presentadas deben tener un ente de tipo saludable, de esta forma estaríamos modificando las típicas preparaciones de fiestas patrias, que son altas en densidad energética, y dado su contenido nutricional no se caracterizan por ser muy saludable, de ahí radica esta propuesta, que las personas puedan modificar ese tipo de preparaciones, en pos de la salud de la población.

VII. Manipulación e higiene de alimentos

En la medida de lo posible y con el objeto de cumplir con las medidas correctas de manipulación de los alimentos, se aconseja que en primera instancia el correcto lavado de manos, antes, durante y después de manipular alimentos, desinfección de utensilios, en



cada proceso de preparación de los alimentos, para así evitar una posible contaminación de éstos.

VIII. Vestimenta de participantes (opcional)

El uso de otro tipo de implementación por parte de los participantes como es el uso de cofia, guantes, delantal para realzar la presentación de la receta, es de uso voluntario por parte de ellos, indicar que no suma ni restará puntos al momento de escoger al ganador del concurso.

IX. Proceso de Evaluación

Los criterios de evaluación son:

| Criterios de Evaluación | Puntaje | Porcentaje |
|---|--|------------|
| Innovación de receta | Cumple: 100 puntos Medianamente cumple: 50 puntos No cumple: 0 puntos | 50 % |
| Alusión al tema (alimentación saludable en fiestas patrias) | Cumple: 100 puntos Medianamente Cumple: 50 puntos No cumple : 0 puntos | 30% |
| Presentación del plato (estética) | Cumple: 100 Puntos Medianamente Cumple: 50 puntos No Cumple : 0 puntos | 20% |

X. Premios

Se entregarán diplomas de participación y premios a los 3 primeros lugares del concurso de cocina saludable “DIECIOCHOCHEF”, que se detallan a continuación:

- 1°Lugar : Canasta Familiar Saludable + diploma de participación
- 2°Lugar : Mini canasta familiar saludable + diploma de participación
- 3° Lugar : Juguera + diploma de participación



**REPÚBLICA DE CHILE
MUNICIPALIDAD DE LEBU**



Observaciones:

Una vez presentadas y aceptadas las bases del concurso por parte de los participantes en este proceso, cumpliendo a la cabalidad todos los procesos detallados anteriormente, están oficialmente participando de este concurso, y quienes no cumplan con los procesos detallados en las bases, toman conocimiento que quedan exentos de ser considerados por parte del equipo evaluador.