

## KONKURS NA PROZDROWOTNĄ SAŁATKĘ WIOSENNA W JAROSŁAWSKIM HUFCU PRACY

W dniu 28.05.2018r. młodzież klasy pierwszej i drugiej w zawodzie Kucharz wzięła udział w konkursie kulinarnym, który przeprowadzony został w pracowni gastronomicznej Zespołu Szkół Spożywczych, Chemicznych i Ogólnokształcących w Jarosławiu. Konkurs ten był kolejnym punktem realizowanego w 9-12 Hufcu Pracy autorskiego programu pn. „**Żyj zdrowo, aktywnie i bezpiecznie**”.

Po zapoznaniu uczestników z regulaminem, dziesięć dwuosobowych zespołów przystąpiło do wykonania zadania konkursowego. Polegało ono na przygotowaniu dwóch porcji wiosennej sałatki o walorach dietetycznych. Spośród dostępnych produktów spożywczych, takich jak: sałata masłowa, szpinak, rzodkiewki, pomidorki koktajlowe, pietruszka, bazylija, kiełki oraz zioła melisy, kolendry i mięty, uczniowie sporządzali bogate w cenne witaminy, lekkie, a zarazem sycące przekąski. Sałatka obowiązkowo musiała zawierać składnik białkowy w postaci jajka poszetowego oraz sos winegret.

Zmagania i efekty pracy uczestników obserwowała Komisja, w skład której weszły: Pani **Urszula Machaj** – Kierownik Szkolenia Praktycznego w ZSSChiO, Pani **Wioletta Stoch** i Pani **Agnieszka Giec** – nauczyciele przedmiotów zawodowych branży gastronomicznej oraz Pani **Dorota Czuczkiwicz** – wychowawca w 9-12 Hufcu Pracy w Jarosławiu. Przy ocenie zwracano uwagę na sposób wykonania i podania sałatki, higienę produkcji oraz walory smakowe i estetyczne.

Zwycięzcami konkursu okazał się zespół w składzie: **Wiktoria Barszczak** i **Kamila Nowak** – uczennice klasy pierwszej, które otrzymały nagrody rzeczowe oraz pamiątkowe dyplomy.

Na zakończenie podsumowano również konkurs wiedzy o zdrowym stylu życia. Uczestnicy programu odpowiadali na pytania testowe dotyczące prawidłowego żywienia i zdrowego stylu życia oraz ich znaczenia dla organizmu człowieka. Największą wiedzę w tym zakresie wykazała uczestniczka klasy II **Daria Ważna**, która otrzymała nagrodę oraz dyplom. Wszystkim uczestnikom dziękujemy za udział w konkursie, laureatom gratulujemy oraz życzymy dalszych sukcesów kulinarnych.

Celem powyższego przedsięwzięcia było popularyzowanie zdrowego trybu życia poprzez kształtowanie prawidłowych przyzwyczajzeń i nawyków żywieniowych, rozwijanie samodzielności i umiejętności pracy w zespole oraz poszerzanie predyspozycji zawodowych uczestników.

**Dorota Czuczkiwicz**, wychowawca 9-12 HP Jarosław

**Wioletta Stoch** – nauczyciel przedmiotów zawodowych branży gastronomicznej w ZSSChiO.