**REGULAMIN KONKURSU DLA RODZICÓW**

**„Dekadowy jadłospis”**

**CELE KONKURSU:**

* Budzenie wśród rodziców świadomości prawidłowego żywienia dzieci w wieku przedszkolnym
* Zachęcanie do układania dekadowych jadłospisów w domu
* Współuczestniczenie rodziców w projekcie edukacyjnym
* Świadomy wybór produktów żywieniowych dla dziecka w domu,

**ZASADY UCZESTNICTWA:**

* Konkurs przeznaczony jest dla rodziców dzieci w wieku 3- 6 lat.
* Warunkiem uczestnictwa w konkursie jest ułożenie dekadowego jadłospisu dla swojego dziecka zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2015 roku **https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=wdu20150001256**
* W konkursie będą wzięte pod uwagę wszystkie przesłane przez rodziców jadłospisy podpisane imieniem i nazwiskiem rodzica.
* Jadłospisy należy przesłać do **19 kwietnia 2024 roku na adres p115@eduwarszawa.pl**
* Najlepsze propozycje z jadłospisów zostaną wdrożone do żywienia dzieci w przedszkolu.
* Na rodziców czekają nagrody, niespodzianki.
* Dekadowy jadłospis wykonany przez rodziców opublikowany będzie na tablicy informacyjnej w szatni przedszkola oraz na stronie internetowej przedszkola p115targowek.eduwarszawa.pl

**KRYTERIA PUNKTACJI / OCENY:**

* Zgodność jadłospisu z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2015 roku (Dz. U. 2025 poz. 1256)
* Innowacyjność w jadłospisach
* Różnorodność kolorystyczna potraw
* Różnorodność technik kulinarnych
* Zachowanie sezonowości produktów

Dekadowy jadłospis dla mojego dziecka

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Dzień | Śniadanie | II śniadanie | Zupa | II danie | Podwieczorek |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

Imię i nazwisko rodzica …………………………………………………….