



Ministerio
de Salud



BANCO MUNDIAL
PERÚ



Secretaría Peruviana de Gastronomía

Programa JUNTOS - Ministerio de Salud - BANCO MUNDIAL - CERES NUTRIR - APEOSA Sociedad Peruana de Gastronomía



BASES

1^{ER} CONCURSO

Comidas sabrosas y nutritivas de mi localidad

11 de setiembre Andahuaylas - 16 de setiembre Huancavelica

Bases del Concurso

COMIDAS SABROSAS Y NUTRITIVAS DE MI LOCALIDAD

El Programa Nacional de Apoyo Directo a los Más Pobres-JUNTOS, y la Dirección General de Promoción de la Salud - MINSA, a través del Banco Mundial, con la colaboración de la Asociación Peruana de Gastronomía y sus asociados, promueve conjuntamente con el Gobierno Regional de Huancavelica y Apurímac y los gobiernos provinciales de Angaraes y Andahuaylas la realización del Primer **Concurso "Comidas Sabrosas y Nutritivas de mi Localidad"**.

Este concurso fomenta la selección y preparación de alimentos sabrosos y nutritivos tomando en cuenta las prácticas y costumbres de la cocina local y plantea retos para ampliar horizontes en la divulgación del conocimiento en nutrición y salud así como en el de la actividad culinaria como potencial fuente de ingreso para las familias.

El concurso, además, toma en cuenta mejores condiciones para la preparación de alimentos a menor costo utilizando cocinas mejoradas certificadas y propicia la difusión de los mensajes nutricionales que se promueven desde el sector Salud:

- ✓ Comer todos los días los segundos con productos de origen animal, como hígado, sangrecita, bazo, pescado, carnero y otros.
- ✓ Acompañar los segundos con verduras y frutas de color anaranjado, amarillo y hojas de color verde oscuro como zapallo, zanahoria, mandarina, guinda, acelgas, atacco y otros, todos los días.
- ✓ Los niños y las niñas mayores de 6 meses deben comer comidas espesas.

El concurso premia a los participantes tanto individual como colectivamente, en reconocimiento a su capacidad y originalidad creativa, lo cual enriquece la identidad y el acervo cultural y gastronómico de las regiones y sus habitantes.



1. Objetivo

Promover una alimentación sabrosa y nutritiva en las familias, utilizando recetas tradicionales o innovadoras de la cocina local y regional con énfasis en la población materno infantil.

2. ¿Quiénes pueden postular?

El **Concurso "Comidas Sabrosas y Nutritivas de mi Localidad"** está dirigido a:

Hombres y mujeres de la comunidad, desde la edad escolar (a partir del cuarto grado de primaria en adelante acompañados de sus padres, tutores y/o docentes).

Los concursantes podrán presentarse en forma individual o colectiva (máximo 3 personas y mínimo 2).

3. Platos a presentar

Los participantes deben presentar dos (02) platos:

1. Un plato de segundo para una gestante.
2. Un plato para un bebé entre los 6 y 11 meses de edad, cuya preparación puede utilizar los mismos ingredientes que el plato de la gestante.

Para el plato del bebé existen dos opciones según la edad: éste puede ser para un bebé de 6 a 8 meses o de 9 a 11 meses.

Las recetas deberán presentarse según el formato de inscripción (Formato A y B) y pueden ser para dos o cuatro porciones.

4. Criterios y puntaje de evaluación

El Puntaje máximo es de 170 puntos:

Criterios de evaluación: **Hasta 140 puntos**

Puntos Bonificación: **Hasta 30 puntos**





	Criterios de Evaluación	Puntaje máximo
A	<p>Uso de productos o alimentos de origen animal rico en hierro</p> <p>El plato debe incluir algún producto o alimento de origen animal, de preferencia rico en hierro, con la finalidad de prevenir la anemia.</p> <p>La consistencia debe ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para la gestante - Para el bebé de 6 a 8 meses - Para el bebe de 9 a 11 meses <p style="text-align: right;">Tipo segundo Tipo puré (*) Picado (*)</p> <p>(*) En el caso del bebé presentar SOLO una de las dos opciones.</p>	20
B	<p>Uso de la cantidad adecuada de alimento de origen animal rico en hierro</p> <p>Las cantidades que debe contener cada plato son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Plato para la gestante: 05 cucharadas de alimento de origen animal. - Plato para un bebe de 6 a 11 meses: 02 cucharadas de alimento de origen animal. 	20
C	<p>Incorpora o acompaña con verduras y/o frutas de colores naranja, rojo, amarillo y hojas de color verde oscuro en cantidad adecuada:</p> <p>Productos como zapallo, espinacas, acelgas, hojas de betarraga, berros, atacco, culantro, perejil, hierbabuena, runtuwayra, marmaquilla, tomates, zanahorias, guinda, nisperos, puchi puchi, airampo, naranja, papaya u otros.</p>	20
D	<p>Sabor</p> <p>El sabor de los platos preparados es importante para su aceptabilidad y difusión.</p>	20
E	<p>Versatilidad</p> <p>Que el plato sea de fácil preparación.</p>	20
F	<p>Originalidad y creatividad</p> <p>Los platos así como las recetas deben ser originales o una adaptación creativa de la cocina tradicional, rescatando sabores utilizando diferentes formas de preparación y cocción.</p>	20
G	<p>Presentación e higiene</p> <p>Del plato: Se evaluará la higiene, el orden del plato y la forma de presentación del mismo.</p> <p>Del postulante: Se evaluará la higiene personal (manos, uñas, cabello recogido con redecilla o gorro), uso de uniforme o mandil.</p>	20
Total Puntos de Evaluación		140

	Criterios para Bonificación	Puntaje máximo
A	<p>Uso de alimentos locales</p> <p>Se bonificará el uso de un mínimo de dos alimentos que se producen en la localidad.</p>	10
B	<p>Alimentación Infantil de la olla familiar</p> <p>Se bonificará si el plato del bebé es elaborado a base de los mismos ingredientes que se usaron para el plato de la gestante o de la olla familiar.</p>	10
C	<p>Técnicas artesanales de preparación y/o cocción</p> <p>Se bonificará si la receta ha utilizado alguna técnica de cocina y/o utensilios artesanales propios de la localidad. Se bonificará también la forma de presentación del plato y si utiliza elementos propios de la localidad.</p>	10
Total Puntos Bonificación		30

5. Lugar e Inscripción:

El concurso se llevará a cabo en la provincia de Angaraes, Huancavelica y en la provincia de Andahuaylas, Apurímac. Para inscribirse, los interesados deben enviar los formatos adjuntos (A y B) debidamente llenados, y en sobre cerrado, indicando en el sobre **“Inscripción al Concurso Comidas Sabrosas y Nutritivas de mi localidad”**, a la siguiente dirección según la región a que corresponda:

INFORMES Y RECEPCIÓN DE SOBRES:

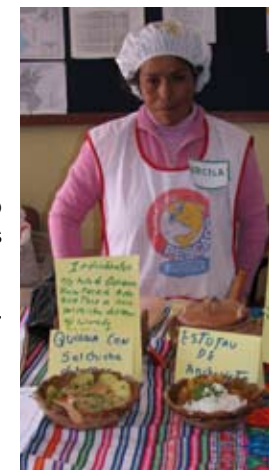
Provincia de Andahuaylas-Apurímac:

- Chef Juan Carlos Apaza
Instituto Superior Tecnológico “Todas las Artes” (Telef 083 796747)
Ccollahuacho s/n San Jerónimo, Andahuaylas
- Municipalidad Provincial de Andahuaylas - Gerencia de Desarrollo Económico. Jr. Constitución No.626 - Plaza de Armas – Andahuaylas (Telef 083 421037)

Provincia de Angaraes - Huancavelica:

- Lic. Nutricionista Shirley Zanabria Telef. (067)458099 - 959901777
Centro de Salud Lircay. Av. Esmeralda s/n - Barrio Bellavista

La postulación al concurso es **gratuita**.



6. Calendario

CONCURSO EN LA REGION	FECHA
Inscripción de los postulantes	Del 13 de agosto al 04 de septiembre del 2009
Concurso: Presentación de preparaciones y calificación. Anuncio de ganadores y ceremonia de premiación	11 de Septiembre - Andahuaylas 16 de Setiembre - Angaraes - Huancavelica

CONCURSO EN LA CIUDAD DE LIMA (*)	FECHA
Concurso entre los ganadores de la provincia de Angaraes y Andahuaylas, que se llevará a cabo en la Feria Gastronómica "Mixturas"- APEGA	4ª semana Setiembre
Ceremonia de Reconocimiento a los ganadores – Feria Gastronómica "Mixturas" - APEGA	4ª semana Setiembre

(*) Para este concurso se usarán los mismos criterios de evaluación y puntaje descritos en estas bases.

7. Premios

Los primeros puestos recibirán:

- Capacitación en Cocina
- Utensilios de cocina y vajillas
- Utensilios escolares
- Bicicleta
- Cámara de fotos

Nota: Los organizadores del concurso se reservan el derecho de difundir las recetas de los ganadores y finalistas en la forma y medios que consideren convenientes y sin restricciones.

8. Jurado

El Jurado estará conformado por cinco (05) representantes de las siguientes instituciones:

- ✓ Un representante del Programa JUNTOS y/o Banco Mundial
- ✓ Un representante del Sector Salud
- ✓ Un representante del Gobierno Regional
- ✓ Un representante del Sector Educación
- ✓ Un representante de Asociación Peruana de Gastronomía, APEGA o un especialista en cocina.

Bastará mayoría simple para las decisiones del Jurado, las cuales serán confidenciales e inapelables.

El Jurado tendrá el apoyo de una Secretaría Técnica conformada por representantes del Programa JUNTOS, Sector Salud, APEGA y contará con la asistencia técnica del equipo de CERES NUTRIR.

FORMATO A

Numero del Postulante
(Para ser llenado por la persona que registra)

--	--	--	--	--

Datos del Postulante	
A. Nombre del Postulante o Postulantes	
B. Integrantes del Equipo (si corresponde)	
C. Dirección	
Centro Poblado	
Distrito	
Provincia	
Región	
D. Teléfono / Fax	
E. Correo electrónico	

Declaración Jurada de el/los participantes

Yo.....

identificado con DNI No., declaro formalmente que:

1. Conozco las Bases del concurso y acepto las decisiones del Jurado.
2. Aseguro que toda la información consignada en la presente solicitud es veraz, completa y exacta y no comprende información de propiedad de terceros. Cualquier inexactitud no compromete la responsabilidad de los organizadores del Concurso, que podrían incluir mi/nuestra descalificación.
3. Autorizo expresamente a los organizadores la difusión de los resultados y contenidos de la receta postulada, así como cualquier información / material adicional que presente.
Este documento tiene carácter de declaración jurada y es prueba del compromiso asumido por el/los postulantes de compartir y difundirlos.

Fechado a los _____ días del mes de _____ del 2009

Nombre del Postulante	Firma
Nombre del Postulante	Firma
Nombre del Postulante	Firma



Ministerio
de Salud



BANCO MUNDIAL
PERÚ



FORMATO B Descripción de la Receta

1. Numero del Postulante
2. Título de la Receta
3. Ingredientes de la receta y cantidades en gramos o medidas caseras
4. Numero de Porciones de la receta
5. Descripción de la preparación, técnicas de cocción utilizadas
INFORMACION PARA BONIFICACION
6. Procedencia de los alimentos
7. Técnicas / utensilios artesanales utilizados
HISTORIA DE LA RECETA (máximo 200 palabras) (opcional)
De donde surgió, historia de los sabores o técnicas de cocina o utensilios ancestrales, relación con alguna fiesta o costumbre de la localidad y otros aspectos de interés.