



CONVOCATORIA



**PARTICIPA Y GANA
ESPECIALIDADES
NUTRICION 1
NUTRICION AVANZADA
ARTE CULINARIO 1**



**1er Camporee de
conquistadores UMCH
17 al 20 de Abril 2019
Campamento Ebenezer,
Cintalapa Chiapas.**



colpac.com.mx/camporee/



Durante el 1er Camporee de conquistadores de la Unión Mexicana de Chiapas que se llevará a cabo del 17 al 19 de Abril del 2019, Alimentos COLPAC será el organizador y patrocinador del **CHEF IRON COLPAC**

CHEF IRON-COLPAC

Es una experiencia de aprendizaje de los principios saludables que Alimentos COLPAC promueve como parte de un estilo de vida saludable.

Además tendrás la oportunidad de tener la especialidad en Nutrición 1, Nutrición Avanzada y arte culinario 1.

Nutrición 1:

Objetivo: Que los participantes (7 a 10 conquistadores) conozcan la guía saludable del plato de Quiero Vivir Sano, los grupos de alimentos que lo componen, sus porciones y sus aportes a la nutrición .

Conoce la guía de alimentación saludable de quiero vivir sano en el siguiente enlace

colpac.com.mx/camporee/

Dinámica Nutrición 1

Para ser acreedor de la especialidad en nutrición 1. El participante recibirá la instrucción de parte de la nutrióloga. Cada participante deberá contestar un test de 5 minutos.



Objetivo Nutrición Avanzada y Arte culinario 1:

Que los participantes (7 a 10 conquistadores) pongan en práctica los conocimientos adquiridos en el plato de QVS por medio de la elaboración de un platillo saludable que cumpla los criterios de la actividad de IRON CHEF

Dinámica Nutrición Avanzada y Arte Culinario 1:

Requisito, haber realizado Nutrición 1. Participar en la dinámica de la actividad de Chef Iron COLPAC.

DINAMICA DE CHEF IRON COLPAC (Nutrición Avanzada y Arte culinario 1)

Cantidad de participantes: 6 a 10 personas por equipo.

Los integrantes del equipo previamente deberán definir el menú a realizar de acuerdo al plato de quiero vivir sano. El platillo debe contener por lo menos 1 producto de Alimentos COLPAC. Este producto será patrocinado por Alimentos COLPAC. (puedes conocer los productos de Alimentos COLPAC en el link colpac.com.mx/productos)

Tiempo: 40 minutos

EXÁMEN: Antes de la preparación de alimentos se realizará una prueba, donde el participante debe identificar los alimentos que corresponde a cada grupo según el plato de quiero vivir sano

IMPORTANTE: Estudiar para la especialidad es determinante para la actividad de Chef Iron-COLPAC.
Ver link colpac.com.mx/camporee/

La dinámica se realizará de manera simultanea por 4 equipos.(horarios a confirmar).



Alimentos COLPAC hará provision de los espacios básicos de preparacion, es decir:

MESA-PARA INGREDIENTES COLPAC
MESA-PARA PRESENTACIÓN DE PLATILLOS
MESA-PARA PREPARACION DE ALIMENTOS
ESTUFA PORTATIL
LICUADORA

MOBILIARIO PARA COCINA POR EQUIPO

(el mobiliario de cocina es básico, Alimentos COLPAC llevará los siguientes utensilios)

2 Sartenes
1 Multiple
1-2 tablas para picar
1-3 cuchillo para picar
1 cuchillo untador
5 platos o charolas de plástico
1 bote de basura con bolsa
3 cucharas de plástico para guisar o palitas
1 bandejas de plástico extendidas de 30 x30 cm
1 bandeja de plástico ondas de 3 litros cada una
1 pelapapas
1 exprimidor
1 rallador
1 Colador
1 escurridor

PARA LA PRESENTACION DEL PLATILLO

1 taza
1 plato blanco grande
1 plato blanco mediano
1 vasos de vidrio
1 cuchara sopera
1 tenedor
1 arreglo *opcional para mesa de presentación
1 Mantel *opcional para mesa de presentación

TODOS LOS INGREDIENTES SERÁN PROPORCIONADOS POR CADA EQUIPO. EXCEPTO LOS PRODUCTOS DE ALIMENTOS COLPAC.

EVALUACIÓN

Se evaluarán 8 elementos en la participación del equipo en CHEF IRON-COLPAC

1. IDENTIFICACIÓN.

Asignar un nombre saludable al equipo y crear una porra con orientación saludable que contenga de manera positiva al menos una de las marcas de Alimentos COLPAC (COLPAC, SOYAPAC, SOI-YAH, KAFRIK SWISS, SOY SALUDABLE)

2. PARTICIPACIÓN

Involucramiento de cada integrante del equipo en la actividad del plato de Quiero Vivir Sano y Chef Iron-colpac

3. CLASIFICACIÓN DEL PLATO DE QUIERO VIVIR SANO

Colocar de manera correcta los alimentos de acuerdo al plato de QVS, debe haber 5 Alimentos de cada grupo en cada caja.

4. PLANEACION DEL MENÚ SEGÚN EL PLATO DEL BIEN COMER

Hacer en el formato correspondiente la planeación del menú, asegurándose de integrar al menos un elemento de cada grupo del plato del Bien Comer.

5. PORCIONES DEL MENU

Verificar que las porciones que sirvan, sean adecuadas para una persona.

6. HIGIENE AL COCINAR

Trabajar con limpieza, manos desinfectadas, uso de cubre bocas, gorro de chef y guantes.

7. CREATIVIDAD EN PRESENTACION DEL PLATILLO

Originalidad en la presentación del platillo, colorido, y que sea atractivo a la vista. Así como la decoración en la mesa de presentación

8. SABOR DEL PLATILLO

Asegurar que el sabor del platillo sea agradable al paladar.

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA JUECES (ver anexo Rubrica de evaluación)



PREMIOS EQUIPO GANADOR

1er lugar. CARPA COLEMAN para 6 personas / Canasta de productos de ALIMENTOS COLPAC

2do lugar. TOLDO PORTATIL 3X3 / Canasta de productos de ALIMENTOS COLPAC

3er lugar. Lámpara grandes Portátiles / Canasta de productos de ALIMENTOS COLPAC

LLENA FORMULARIO

colpac.com.mx/camporee/



**CUPO LIMITADO.
RECIBIRÁS CONFIRMACIÓN DE PARTICIPACIÓN**

Para mas información comunícate al **01 993 139 9049**
o bien escríbenos a **contacto@colpac.com.mx**
o vía whatsapp al **993 205 0074**



colpac.com.mx/camporee/