

Międzyszkolny konkurs "ZDROWO-ANTYRAKOWO" w ZSEG

Data publikacji: 14.02.2025 20:23

5 lutego w ZSEG odbył się konkurs biologiczno-gastronomiczny "ZDROWO-ANTYRAKOWO" w ramach obchodów Światowego Dnia Walki z Rakiem.

Organizatorami konkursu był Zespół Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Cieszynie oraz Stowarzyszenie dla Rozwoju Przedsiębiorczości, Edukacji i Kultury Młodzieży "EkoGa" przy ZSEG.

5 lutego w ZSEG odbył się konkurs biologiczno-gastronomiczny "ZDROWO-ANTYRAKOWO" w ramach obchodów Światowego Dnia Walki z Rakiem.

Organizatorami konkursu był Zespół Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Cieszynie oraz Stowarzyszenie dla Rozwoju Przedsiębiorczości, Edukacji i Kultury Młodzieży "EkoGa" przy ZSEG.

Celem konkursu była promocja zdrowia z uwzględnieniem zdrowego odżywiania w ramach profilaktyki nowotworowej. Walka z rakiem to jeden z najtrudniejszych wyzwań ludzkości. Szacuje się, że 40% nowotworom można zapobiec poprzez odpowiednie odżywianie.

W konkursie uczestniczyło 8 uczniów ze szkół gastronomicznych:

- Zespół Szkół nr 2 w Jastrzębiu-Zdroju,
- Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Rydułtowach,
- Zespół Szkół nr 7 w Tychach,
- ZSEG w Cieszynie.

Zadaniem uczestników było przygotowanie **dania głównego**, z uwzględnieniem zasad diety antyrakowej.

Dania oceniane były przez trzy składy:

- Jury żywieniowe: Patrycja Faruga, Agata Gacoń
- Jury techniczne: Nikola Dziadek, Damian Gotówko
- Jury degustacyjne: Dominika Machej, Mateusz Dorulok

Oceniane były: dobór składników i sposób przyrządzania, smak, wygląd i aranżacja, a także przygotowanie stanowiska oraz profesjonalizm i czystość pracy.

Podczas konkursu czynna była kawiarenka dla uczestników i ich opiekunów, w której serwowany był poczęstunek antyrakowy: szarlotka z cynamonem na mące pełnoziarnistej, leśny deserek z granatem, deserek z nasionami chia, pianka czekoladowa z pistacjami, deserek malinowa chmurka oraz antyrakowy krem kalafiorowy z kurkumą.

WYNIKI KONKURSU:

I MIEJSCE: **Amelia Słanek z Zespołu Szkół nr 7 w Tychach**

Łosoś saute podany na warzywnym ragout z kaszą bulgur porem sous vide, blanszowana kapusta pak choi i grejpfrutem

II MIEJSCE: **Martyna Szwałek z ZSEG w Cieszynie**

Łosoś marynowany w burakach na puree z białej pieruszki

III MIEJSCE: **Jakub Holisz z ZSEG w Cieszynie**

Prozdrowotna harmonia: Łosoś sous vide z kurkumą, brokuem i puree ziemniaczanym

Sponsorzy:

- Główny sponsor nagród: GASTROMANIA – Dominika Machej,
- Stowarzyszenie "EkoGa", Rada Rodziców ZSEG,
- Firma handlowa "AmiPol" Polok&Polok z Cieszyna, Hurtownia "Langhamer" z Ustronia, Zakład Przetwórstwa drobiu "MARICA" z Bielska-Białej, Firma "Baber" z Cieszyna, Firma "REMA" Sp. z o.o. Oddział Cieszyn, Hurtownia spożywcza "Eurocash&Cary" z Cieszyna.

Gościem konkursu była – **pani Beata Macura, Członkini Zarządu Powiatu Cieszyńskiego.**

**Beata Macura - Członkini Zarządu Powiatu Cieszyńskiego**
about 3 months ago



**Konkurs „ZDROWO-ANTYRAKOWO” w ZSEG w Cieszynie**  

Niedawno miałam przyjemność uczestniczyć w wyjątkowym konkursie biologiczno-gastronomicznym w Zespole Szkół Ekonomiczno-Gastronomicznych w Cieszynie, gdzie młodzi kucharze pokazali, jak zdrowe odżywianie może wspierać profilaktykę nowotworową.

 Cel konkursu... [See more](#)



Zaangażowani w organizację pracownicy z ZSEG: Karolina Sroka, Patrycja Faruga, Dorota Urbańczyk, Barbara Maciejewska, Anna Petrek, Leszek Pindur, Agata Gacoń.

Zaangażowani uczniowie z kierunków: Technik Reklamy, Technik Fotograf, Kelner.

Zwycięzcom serdecznie gratulujemy :)

WIELKIE PODZIĘKOWANIA DLA WSZYSTKICH ZA UDZIAŁ I ZAANGAŻOWANIE W MIĘDZYSZKOLNYM KONKURSIE "ZDROWO-ANTYRAKOWO"

Red. A.G.