



Secretaría  
de Salud

Secretaría  
de Educación  
de Guanajuato

SANO,  
VARIADO y  
suficiente

Concurso Elaboración de

# Platillo Saludable

Edición 2022

Bases del Concurso





Familias  
con Grandeza

EL GOBIERNO DEL ESTADO DE GUANAJUATO  
a través del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia, la Secretaría de Educación y la Secretaría de Salud

CONVOCAN AL

Concurso Elaboración de *Platillo Saludable*, Edición 2022

Con el objetivo de elaborar platillos saludables, tradicionales e innovadores que fomenten una alimentación correcta a partir de insumos básicos disponibles en la región, haciendo uso de la creatividad culinaria con la finalidad del rescate de la cultura alimentaria tradicional y que la población guanajuatense las utilice en sus preparaciones cotidianas.

**BASES**

**PRIMERA.** La convocatoria se declara abierta del 11 de julio al 22 de agosto del 2022.

**SEGUNDA.** Los participantes podrán inscribirse en una de las cuatro categorías:

- Categoría 1: Platillo saludable elaborado en un espacio alimentario del Sistema DIF Estatal.
- Categoría 2: Platillo saludable elaborado por la comunidad estudiantil, profesionales del área de la salud y público en general.
- Categoría 3: Platillo saludable infantil elaborado por niñas, niños y adolescentes de 8 a 15 años de edad.
- Categoría 4: Platillo con herencia culinaria, "Rescatando nuestras tradiciones", elaborado por personas adultas mayores y su familia.

**TERCERA.** Los concursantes participarán con una sola receta y deberán llevar los utensilios que requieran para la demostración de su platillo, evitando el uso de desechables para el cuidado del medio ambiente.

**CUARTA.** Los requisitos que deben cubrir los platillos para la categoría 1, 2 y 3

1. Ingrediente principal o base: seleccionar un insumo que sea otorgado en el Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente del Sistema DIF Estatal (Leche descremada, atún en agua, frijol, lenteja, garbanzo, alubia, carne de res, carne de pollo, hojuela de trigo integral, avena, pasta para sopa integral, espagueti integral, maíz pozolero blanco, arroz, granos de elote, chícharos, chícharos con zanahoria y brócoli).
2. Incluir un alimento autóctono (originario o nativo de la región) disponible en la localidad.
3. Incluir en la preparación alimentos de los tres grupos del Plato del Bien Comer (verduras y/o frutas, cereales y leguminosas y/o alimentos de origen animal).
4. Para las verduras y/o frutas de temporada, incluir como mínimo 70 gramos por porción (lo que equivale a 1 taza).
5. Costo accesible para las familias guanajuatenses (\$20 a \$25 pesos por porción).
6. Evitar técnicas culinarias, tales como: capeado, empanizado, frito o dorado.
7. Evitar el uso excesivo de grasa, azúcar, sal y sazónadores comerciales en la preparación.

**GOBIERNO DEL ESTADO DE GUANAJUATO**  
Paseo de la Presa no. 89A / Guanajuato, Gto, México.  
C.P. 36000 / Tel. (473) 7353300

dif.guanajuato.gob.mx    @difgto



## Familias con Grandeza

**QUINTA.** Los requisitos que deben cubrir los platillos para la categoría 4:

1. Nombre original del platillo.
2. Breve reseña histórica del platillo inscrito.
3. Ingrediente (s) principal (es) típico (s) de la gastronomía mexicana.
4. Incluir verduras y/o frutas de temporada.
5. Costo accesible para las familias guanajuatenses (\$20 a \$25 pesos por porción).
6. Evitar técnicas culinarias, tales como: capeado, empanizado, frito o dorado.
7. Evitar el uso excesivo de grasa, azúcar, sal y saborizantes comerciales en la preparación.

**SEXTA.** La inscripción será de manera digital a través de la página [www.dif.guanajuato.gob.mx](http://www.dif.guanajuato.gob.mx), buscando en la sección de convocatorias el banner del concurso e ingresando los siguientes datos:

- Nombre completo
- Edad
- Sexo
- Municipio
- Localidad
- Correo electrónico
- Teléfono
- Nombre de la institución, plantel educativo oficial o universidad que representa
- Nombre de la madre, padre o tutor (categoría 3)
- Nombre del platillo
- Breve reseña histórica del platillo (categoría 4)
- Alimento principal o base
- Alimento autóctono disponible en la localidad
- Número de raciones sobre el que está calculado el platillo
- Listado de ingredientes con cantidades en gramos o medidas caseras
- Procedimiento de preparación

**SÉPTIMA.** Fases del concurso para la categoría 1,2 y 4:

1. Los platillos previamente inscritos participarán en el Concurso Regional Guanajuato Se Nutre con Grandeza, mediante una muestra gastronómica que servirá para la deliberación de los 3 platillos ganadores y se llevará a cabo en el mes de septiembre del 2022.
2. La evaluación se realizará por parte de los miembros del Comité Técnico Evaluador, el cual está integrado por un grupo de profesionales expertos en diversas áreas de la salud.
3. La premiación de los 3 primeros lugares de cada categoría será a través de la entrega de un reconocimiento que acredite el lugar obtenido en el concurso y un estímulo económico (se solicitará INE y CURP) durante la conmemoración del Día Mundial de la Alimentación, a celebrarse en el mes de octubre del 2022.

**OCTAVA.** Fases del concurso para la Categoría 3:

1. Los platillos inscritos participarán en el Concurso Regional Guanajuato Se Nutre con Grandeza, mediante una



## Familias con Grandeza

muestra gastronómica que servirá para la deliberación de los platillos finalistas y se llevará a cabo en el mes de septiembre del 2022.

2. La evaluación se realizará por autoridades estatales y miembros del Comité Técnico Evaluador.

3. En un programa de televisión en vivo los finalistas realizarán la preparación de su platillo que será degustado y calificado para la deliberación de los ganadores.

4. La premiación de los 3 primeros lugares será a través de la entrega de un reconocimiento que acredite el lugar obtenido en el concurso y un estímulo económico (se solicitará INE de la madre, padre o tutorando y CURP de la niña, niño o adolescente) durante el programa de televisión con fecha tentativa del 26 al 29 de septiembre del 2022.

**NOVENA.** La falta de alguno de los requisitos o participación en las fases del concurso será motivo de descalificación.

**DÉCIMA.** Montos de premiación a otorgar para las 4 categorías:

1er Lugar: \$8,000.00 (ocho mil pesos 00/100 M.N.)

2do Lugar: \$6,000.00 (seis mil pesos 00/100 M.N.)

3er Lugar: \$4,000.00 (cuatro mil pesos 00/100 M.N.)

**DECIMOPRIMERA.** Los platillos participantes formarán parte del acervo documental de DIF Estatal y podrán ser utilizados por las instituciones que convocan al presente concurso en materiales de difusión, entre otras aplicaciones, sin fines de lucro. En todos los casos se incluirá el crédito del autor, solicitando la sesión de derechos a los participantes.

**DECIMOSEGUNDA.** La participación implica el conocimiento y la aceptación de las bases del concurso.

PARA MAYOR INFORMACIÓN: En caso de dudas o aclaraciones favor de contactarse a las siguientes oficinas:

- Dirección de Fortalecimiento Comunitario del Sistema DIF Estatal ubicada en subida al CBTis s/n, colonia Pueblito de Rocha, C.P. 36040, Guanajuato, Gto., teléfono 473 735 3300, extensión 4655 o al correo electrónico orientacionalimentariadif@guanajuato.gob.mx.
- Departamento de Fomento al Deporte en el área de Educación para la Salud de la Secretaría de Educación de Guanajuato ubicado en Conjunto Administrativo Pozuelos s/n, colonia Centro, C.P. 36000, Guanajuato, Gto., teléfono 473 735 1000, extensión 1646 o al correo electrónico educacion\_salud@seg.guanajuato.gob.mx.
- Departamento de Promoción de la Salud de la Secretaría de Salud de Guanajuato ubicado en Calle Alonso 19, Zona Centro C.P. 36000, Guanajuato, Gto., teléfono 473 733 3034 extensión 107 o al correo electrónico beaguilaraa@guanajuato.gob.mx.

**Revisa los avisos de privacidad al realizar el registro de inscripción al concurso.**