

Concurso Elaboración de

# Platillo Saludable

EDICIÓN 2023



Secretaría  
de Educación  
de Guanajuato

Secretaría  
de Salud

[dif.guanajuato.gob.mx](http://dif.guanajuato.gob.mx)

[f](#) [t](#) [@](#) @difgto



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 2023

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 19 de junio al 25 de agosto del 2023.

**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.
  - \* Subcategoría Comunidad estudiantil y profesionales del área de la salud.
  - \* Subcategoría Público en general.
- Categoría 3: Platillo saludable elaborado por niñas, niños y adolescentes de 8 a 15 años de edad.
  - \* Subcategoría niñas y niños de 8 a 11 años.
  - \* Subcategoría niñas y niños de 12 a 15 años.
- Categoría 4: Platillo con herencia culinaria, "Rescatando nuestras tradiciones", elaborado por grupos de desarrollo comunitario.

**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 Alimentación Escolar Modalidad Caliente del Sistema DIF Estatal (Leche descremada, atún en agua, frijol, lenteja, garbanzo, alubia, carne de res, carne de pollo, avena, pasta para sopa integral, maíz pozolero blanco, arroz, granos de elote, chícharos con zanahoria y champiñones).
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: 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 (\$25 a \$30 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.

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

1. Nombre original del platillo.
2. Breve reseña histórica del platillo inscrito (origen y antigüedad de la receta).
3. Ingrediente (s) principal (es) típico (s) de la gastronomía guanajuatense.
4. Incluir verduras y/o frutas de temporada.
5. Costo accesible para las familias guanajuatenses (\$25 a \$30 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.

**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
- CURP
- 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 2023.
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 y subcategorías 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 2023.



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

1. Los platillos inscritos participarán en el Concurso Regional Guanajuato Se Nutre con Grandeza, mediante una muestra gastronómica que servirá para la deliberación de los platillos finalistas y se llevará a cabo en el mes de septiembre del 2023.
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 de cada subcategoría 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 02 al 06 de octubre del 2023.

**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 cada una de las 4 categorías y subcategorías:

- 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.)

**DÉCIMOPRIMERA.** 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 carta de sesión de derechos a los participantes.

**DÉCIMOSEGUNDA.** 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](mailto: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](mailto: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](mailto:beaguilaraa@guanajuato.gob.mx).

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