



Asociace kuchařů a cukrářů České republiky  
reprezentuje • vzdělává • spojuje



**KUCHAŘKA ROKU**  
VE SPOLEČNÉM STRAVOVÁNÍ  
**2022**



**NEJLEPŠÍ KUCHAŘKA/KUCHAŘ ROKU 2022  
VE SPOLEČNÉM STRAVOVÁNÍ**

23.–24. srpna 2022



Asociace kuchařů a cukrářů  
České republiky



**KUČAŘKA ROKU**  
VE SPOLEČNÉM STRAVOVÁNÍ  
**2022**

## PROPOZICE SOUTĚŽE

Asociace kuchařů a cukrářů ČR vyhlašuje 5. ročník soutěže pro kuchařky a kuchaře z mateřských škol, základních škol, středních škol, nemocnic, léčebných zařízení, lázní, domovů seniorů atd.

### Kategorie

- Svačinky pro děti od 3 do 6 roků
- Pokrm pro mládež od 11 do 18 roků
- Bezmasý rostlinný pokrm
- Racionální pokrm pro nemocné a seniory

### Motto

ATRAKTIVNĚ, CHUTNĚ a ZDRAVĚ

### Soutěž je určena

Kuchařkám a kuchařům z provozoven společného stravování, kteří chtějí představit moderní svačinky nebo pokrm v duchu zadání pro jednotlivé kategorie.

### Forma soutěže

Soutěž je dvoukolová:

1. Korespondenční kolo je od 1. 3. 2022 do 31. 5. 2022.
2. Praktické finálové kolo se uskuteční od 23. 8. 2022 do 24. 8. 2021 zúčastní se 10 nejlepších v korespondenčním kole z každé kategorie (místo finálového kola upřesníme).

Mnoho skvělých kulinářských nápadů Vám přeje za AKC ČR

**Ing. Zdeněk Hladík**  
manažer soutěže

**M: +420 602 451 803**

**E: [zdenek.hladik@countrylife.cz](mailto:zdenek.hladik@countrylife.cz)**



## **SVAČINKY PRO DĚTI OD 3 DO 6 ROKŮ** **(2 slané a 1 sladká)**

Smyslem soutěže je ukázat, že se stravování dětí v mateřských školách věnuje velká péče a pozornost, což se promítá i do denních doplňkových jídel – přesnídávek a svačin, jejichž nutriční hodnota, chuť a pestrost je neméně důležitá.

### Informace a podmínky účasti v soutěži

1. Korespondenční kolo je vyhlášeno od 1. března do 31. května 2022.
2. Odkaz na přihlašovací formulář: [www.jidelny.cz/soutezjidelny/](http://www.jidelny.cz/soutezjidelny/)
3. Soutěž je určena pro dvoučlenné týmy.
4. Každý soutěžní tým vyplní požadované údaje v přihlašovacím formuláři pro danou kategorii.
5. K vyplněné přihlášce se musí přiložit fotografie jednotlivých svačinek.
6. Svačinky musí být nanormovány na **10 porcí v hrubé váze** pro věkovou kategorii 3–6 roků dle vyhlášky č. 107/2005 Sb. o školním stravování, ve znění platných předpisů. **Normuje se vždy v gramech nebo mililitrech.**
7. Svačinky musí být připraveny v duchu výživových doporučení pro danou věkovou kategorii.
8. Průměrná cena za potraviny na přípravu jedné kompletní svačinky nesmí překročit 10 Kč
9. Svačinky mají být moderní, chutné, pestré a zdravé.
10. U soutěžních svačinek musí být reálná příprava a výdej pro více jak 20 porcí.
11. Hodnotí se vzhled, chuť, nutriční hodnota, pracnost a kreativita.
12. Svačinky se prezentují bez nápoje.

## **POKRMY PRO MLÁDEŽ OD 11 DO 18 ROKŮ**

Smyslem soutěže je ukázat, že stravování ve školních jídelnách je na vysoké úrovni a pracovníci těchto zařízení umí připravit stravu, která je nejen kvalitní, ale zároveň i chutná a atraktivní pro žáky a studenty.

### Informace a podmínky účasti v soutěži

1. Korespondenční kolo je vyhlášeno od 1. března do 31. května 2022.
2. Odkaz na přihlašovací formulář: [www.jidelny.cz/soutezjidelny/](http://www.jidelny.cz/soutezjidelny/)
3. Pokrmem se rozumí hlavní pokrm v obědovém menu.
4. Povinnou hlavní surovinou jsou kuřecí prsa bez kůže (na finálové dodáme kuřecí prsa z farmy Loužná), na jednu porci maximálně 100 g.
5. Soutěž je určena pro dvoučlenné týmy (může se přihlásit i jednotlivec).
6. Každý soutěžní tým vyplní požadované údaje v přihlašovacím formuláři pro danou kategorii.
7. K vyplněné přihlášce se musí přiložit fotografie pokrmu.
8. Pokrm musí být nanormován na **10 porcí v hrubé váze** pro věkovou kategorii strávníků 12–18 roků dle vyhlášky č. 107/2005 Sb. o školním stravování, ve znění platných předpisů. **Normuje se vždy v gramech nebo mililitrech.**
9. Pokrm musí být připravený v duchu výživových doporučení pro danou věkovou kategorii.
10. Cena za potraviny na přípravu jedné porce nesmí překročit 40 Kč.
11. Pokrm má být atraktivní, chutný a zdravý.
12. U soutěžních pokrmů musí být reálná příprava a výdej pro více jak 100 porcí.
13. Hodnotí se vzhled, chuť, nutriční hodnota, pracnost a kreativita.



## BEZMASÝ ROSTLINNÝ POKRM

Smyslem soutěže je ukázat atraktivní, nutričně vyvážené moderní bezmasé pokrmy, po kterých je stále větší poptávka. Ukázat, že moderní bezmasý pokrm je chutný, zdravý a zasytí stejně jako masité pokrmy.

### Informace a podmínky účasti v soutěži

1. Korespondenční kolo je vyhlášeno od 1. března do 31. května 2022.
2. Odkaz na přihlašovací formulář: [www.jidelny.cz/soutezjidelny/](http://www.jidelny.cz/soutezjidelny/)
3. Pokrmem se rozumí **hlavní pokrm** v obědovém menu pro dospělého strávnicka.
4. **Povinnou surovinou je rostlinné mleté „maso“, na jednu porci maximálně 150 g (na finálové kolo dodáme mleté rostlinné „maso“ SHAPE ME! značky Naturli).**
5. **Není povolena žádná živočišná surovina.**
6. Soutěž je určena pro jednotlivce.
7. Každý soutěžící vyplní požadované údaje v přihlašovacím formuláři pro danou kategorii.
8. K vyplněné přihlášce se musí přiložit fotografie pokrmu.
9. Pokrm musí být nanormován na **10 porcí v hrubé váze, normuje se vždy v gramech nebo mililitrech.**
10. Váha jedné porce odpovídá danému provozu, který se se přihlašuje do soutěže.
11. Cena za potraviny na přípravu jedné porce nesmí překročit 40 Kč.
12. Pokrm má být atraktivní, chutný a zdravý.
13. U soutěžních pokrmů musí být reálná příprava a výdej pro více jak 100 porcí.
14. Hodnotí se vzhled, chuť, nutriční hodnota, pracnost a kreativita.

## RACIONÁLNÍ POKRM PRO NEMOCNÉ A SENIORY

Smyslem soutěže je ukázat, že ve společném stravování lze i s limitovanou stravovací jednotkou uvařit pokrmy, které jsou chutné, odpovídají současným trendům na stravování, jsou dobře stravitelné, s kvalitní nutriční hodnotou a dostatkem vlákniny. Jsou vhodné pro osoby, které nepotřebují přísné dietní omezení, jedná se o tzv. dietu č. 3.

### Informace a podmínky účasti v soutěži

1. Korespondenční kolo je vyhlášeno od 1. března do 31. května 2022.
2. Odkaz na přihlašovací formulář: [www.jidelny.cz/soutezjidelny/](http://www.jidelny.cz/soutezjidelny/)
3. Pokrmem se rozumí **hlavní pokrm** v obědovém menu.
4. **Povinnou hlavní surovinou jsou kuřecí prsa bez kůže (na finálové dodáme kuřecí prsa z farmy Loužná), na jednu porci maximálně 100 g.**
5. Soutěž je určena pro jednotlivce.
6. Každý soutěžící vyplní požadované údaje v přihlašovacím formuláři pro danou kategorii.
7. K vyplněné přihlášce se musí přiložit fotografie pokrmu.
8. Pokrm musí být nanormován na **10 porcí v hrubé váze, normuje se vždy v gramech nebo mililitrech.**
9. Váha jedné porce odpovídá danému provozu, který se se přihlašuje do soutěže.
10. **Pokrm musí být připravený v duchu výživových doporučení pro prezentovanou kategorii.**
11. Cena za potraviny na přípravu jedné porce nesmí překročit 45 Kč.
12. Pokrm má být atraktivní, chutný a zdravý.
13. U soutěžních pokrmů musí být reálná příprava a výdej pro více jak 100 porcí.
14. Hodnotí se vzhled, chuť, nutriční hodnota, pracnost a kreativita.