காசநோயாளிகளுக்கான உணவு பற்றிய சமையல் குறிப்புப் போட்டி

வழிமுறைகள்:-

போட்டிக்கான கருப்பொருள்: காசநோயாளிக்களுக்கு குறைந்த செலவில் சத்தான உணவு தயாரித்தல்

முக்கிய குறிப்புகள்: இந்த போட்டியில் கலந்து கொள்ளும் நபர், அவர் கூறும் உணவினைப் பற்றிய முழுமையான விவரத்தை கீழே கூறப்பட்டுள்ளவாறு அனுப்பவும்

- அனைத்து மூலப்பொருள்களின் முழுமையான பெயர்கள்
- ஒவ்வொரு மூலப்பொருள்களின் அளவுகள் மற்றும் அதற்கான தேவையான செலவுகள்
- செய்முறை விளக்கமானது படிப்படியாக இருக்க வேண்டும்
- உணவு தயாரிக்க ஆகும் நேரத்தை ஒவ்வொன்றாக குறிக்கவும்
- உணவின் நிறம், சுவை போன்ற அனைத்து விவரங்களையும் குறிப்பிடுக
- இந்த உணவில் காசநோயாளிகளுக்காக என்னென்ன பயன்கள் உள்ளன என்பதைத் தெளிவாக குறிப்பிடவும் மற்றும் இந்த உணவு யாருக்கு மிகவும் பயன்தரும் (குழந்தைகள், பெரியவர்கள், சர்க்கரை நோயாளிகள், மற்ற எவர்க்கேனும்) என்பதையும் குறிப்பிடவும்

விதிமுறைகள் மற்றும் நிபந்தனைகள்: எங்களிடம் வந்து சேர்ந்த மொத்த சமையல் குறிப்புகளில் சிறந்த 25 சமையல் குறிப்புகளை எங்களது நிபுணர் குழு தேர்வு செய்து, அதில் முதலாம் பரிசு தொகையாக ரூ. 10,000, இரண்டாம் பரிசாக ரூ. 7000, மற்றும் மூன்றாம் பரிசாக ரூ. 5000 ஆறுதல் பரிசாக ரூ. 1000 வீதம் 22 நபர்களுக்கு வழங்கப்படும். தேர்வு செய்யப்பட்ட சமையல் குறிப்புகள் மூலம் காசநோயாளிகளுக்கான ஊட்டச்சத்து ஆலோசனைக்கும் பயன்படும் வகையில் புத்தகமாக வெளியிடப்படும். போட்டியாளர்கள் தங்களுக்கு சவுகரியமான மொழியில் குழுவாகவோ அல்லது தனிநபராகவோ பங்கேற்கலாம். போட்டியாளர்கள் தங்கள் முழுபெயர், முகவரி, மின்அஞ்சல், மற்றும் தொலைபேசி எண்கள் போன்ற விவரங்களை இங்கு கொடுக்கப்பட்டுள்ள விண்ணப்படிவத்தில் தெரிவிக்கவும். தேர்வு செய்யப்பட்ட போட்டியாளர்களுக்கு மட்டும் தகவல் அனுப்படும். ஒரு போட்டியாளர் ஒன்றுக்கும் மேற்பட்ட சமையல் குறிப்புகளை அனுப்பலாம். ஆனால் ஒரே ஒரு பரிசு தொகை மட்டும்தான் வழங்கப்படும்.

போட்டியாளர்கள் தங்களது சமையல் குறிப்புகளை ஏப்ரல் 15, 2018க்குள் கீழ்கண்ட முகவரிக்கு மின்அஞ்சல் மூலமாகவோ அல்லது கீழ்கண்ட் முகவரிக்கு அனுப்பலாம். **இயக்குனர், தேசிய காசநோய் ஆராய்ச்சி மையம், எண்: 1, மேயர் சத்தியமூர்த்தி சாலை, சேத்துப்பட்டு, சென்னை - 600 031.** கையில் எழுதப்பட்ட விண்ணப்பங்களும் இந்த மூகவரிக்கு அனுப்பி வைக்கலாம்.