

## PERTANDINGAN MEMASAK

### 'Healthy - Non Cook Challenge'

#### SYARAT - SYARAT PENYERTAAN

1. Penyertaan terbuka kepada pelajar dan staf UPM (Kecuali staf Pusat Kesihatan Universiti UPM)
2. Setiap kumpulan maksimum 3 orang peserta (penyertaan individu adalah dibenarkan). 5 kumpulan staf dan 5 kumpulan pelajar terawal akan dipilih
3. Yuran penyertaan ialah RM 15 untuk setiap kumpulan
4. Hidangan yang disediakan mestilah berkhasiat dan tidak perlu penggunaan peralatan memasak seperti dapur, ketuhar atau ketuhar gelombang mikro
5. Semua bahan-bahan dan peralatan disediakan dan dibawa sendiri oleh peserta
6. Pihak penganjur akan menyediakan meja dan plug elektrik
7. untuk peralatan elektrik seperti blender (bawa sendiri)
8. Tempoh Masa penyediaan hidangan adalah 1 jam
9. Peserta hendaklah menyediakan minimum 2 hidangan
10. Kriteria pemarkahan dinilai daripada :
  - Kebersihan peserta
  - Kebersihan tempat penyediaan makanan
  - Nilai kesihatan makanan tersebut
  - Kreativiti hidangan
  - Rasa
  - Persembahan
11. Tertakluk kepada terma dan syarat.

## **PENDAFTARAN PENYERTAAN**

1. Borang penyertaan boleh diperolehi di laman web Pusat Kesihatan Universiti. Borang perlu di *muat turun* dan diisi dengan lengkap.
2. Borang yang telah lengkap perlu di hantar kepada Sn. Halawati Izwah Hussin (03 8946 7345) di Perkhidmatan Kesihatan Umum, Pusat Kesihatan Univesiti sebelum 18 September 2017.
3. Yuran penyertaan hendaklah dibayar semasa menghantar borang penyertaan.

## #KITASAMASIHAT

### BORANG PENYERTAAN PERTANDINGAN

### *“HEALTHY-NON COOK CHALLENGE”*

SEMPENA

### Program Kesihatan Peringkat UPM 2017

**TARIKH : 28 SEPTEMBER 2017**  
**TEMPAT : BANGUNAN CANSELORI PUTRA UPM**

NAMA KUMPULAN	:	
NAMA KETUA KUMPULAN	:	
NO. TELEFON	:	
NAMA AHLI	:	
NO. TELEFON	:	
NAMA AHLI	:	
NO. TELEFON	:	

YURAN	JUMLAH BAYARAN	PENGESAHAN BAYARAN	TARIKH
PENGESAHAN PENERIMAAN			

