

2020년 나트륨·당류 저감 요리 경연 대회 참가 신청서

팀 명		(예시) 최고다팀							
참가자	팀대표	성명			생년월일			성별	남/여
		소속			전공 (학생에 한함)			학년 (학생에 한함)	
		주소							
		휴대폰			E-Mail				
	팀원	성명	생년월일	성별	휴대폰	소속 (학교/근무지 등)	학과 (학생에 한함)	학년 (학생에 한함)	
참가목적		취업, 학교지원, 요리대회 경험 등 자유롭게 기술							
<p>본인(참가자 일동)은 식품의약품안전처에서 주관하는 「2020년 나트륨·당류 저감 요리 경연대회」에 참가하고자 신청서를 제출합니다.</p> <p style="text-align: right;">2020년 월 일</p> <p style="text-align: right;">팀대표 : _____ (인)</p>									
<p>※ 제출서류 : 참가신청서, 참가서약서, 개인정보 활용 동의서, 조리법(메뉴별 작성)</p> <p>*세부양식은 요리대회 운영사 홈페이지 (http://www.myshoponshop.com) 공지사항 참조</p> <p>○ 접수기간 : 2020. 7. 1 ~ 2020. 7. 31</p> <p>○ 접수방법 : E-mail 로 접수 (ask@myshoponshop.co.kr)</p> <p>○ 문의처 : 주식회사 마이샵온샵 1544-8152</p>									

[2020 나트륨 · 당류 저감 요리 경연대회]

참가 서약서

팀 명	
-----	--

■ 확인 사항

- 가. 본인은 <2020년 나트륨·당류 저감 요리경연대회>에 참가 신청함에 있어 표절 또는 기존에 발표하였던 작품을 제출하는 경우 등이 적발될 경우에는 입상이 취소되고 어떠한 불이익도 감수할 것입니다.
- 나. 본인이 제출한 조리법과 관련하여 제3자의 저작권침해 등 분쟁이 발생할 경우에는 모든 책임은 본인에게 있습니다.
- 다. 본인은 간행물 및 정보통신 매체에 제출한 조리법의 일부 또는 전부 공개를 동의하며, 향후 식품의약품안전처의 정책 사업에 활용하는 것을 동의합니다.
- 라. 본인이 제출한 조리법은 반환 받지 않으며, 소요된 비용을 별도 청구하지 않습니다.
- 마. 본인이 제출한 조리법과 작품사진의 저작권은 식품의약품안전처에게 있음을 동의합니다.
- 바. 본선 당일 조리에 필요한 식자재 비용은 자비로 부담하겠습니다.
- 사. 경연대회의 결과에 따른 이의 신청은 가능하며, 수여된 시상금은 제세공과금을 제외하고 수령토록 하겠습니다.

(서명 또는 날인을 하지 않고 제출하였을 경우에는 서명·날인한 것으로 간주함.)

위와 같이 2020년 나트륨·당류 저감요리 경연대회에 적극 참여하도록 하겠습니다.
본인(팀대표)는 모든 팀원과 함께 이 사항에 동의합니다.

2020. . .

팀대표 : _____(서명)

식품의약품안전처장 귀하

[개인정보 수집·이용 및 제3자 제공에 대한 동의서]

주식회사 마이샵온샵은 2020년 나트륨/당류 저감요리 경연대회 관련 (예선 및 본선 본인식별, 평가, 시상식 등)에 필요한 개인정보의 수집·이용을 위하여 「개인정보 보호법」 제15조(개인정보의 수집·이용), 제22조(동의를 받는 방법)에 따라 귀하의 동의를 받고자 합니다.

1. 개인정보의 수집·이용 목적

- 본인식별절차, 공지사항, 대회 정보 제공, 참가자 소속 확인, 시상 등

2. 수집하려는 개인정보의 항목

- 성명(소속), 휴대전화번호, 주민번호, 이메일, 주소, 은행명/계좌번호

3. 개인정보의 보유 및 이용 기간 : 3년

4. 상기 개인정보 수집·이용에 대하여 동의를 거부할 수 있습니다. 동의 거부 시에도 경진대회 관련 정보는 받으실 수 있으나, 시상금 지급은 제한될 수 있습니다. 또한, 수집·이용된 개인정보는 위의 목적 외 다른 목적으로 활용하지 않으며, 정보주체가 열람, 정정·삭제, 처리정지 하고자 할 때에는 개인정보보호책임자를 통해 요구할 수 있으며, 개인정보침해 시 개인정보처리방침 제8조(권익침해 구제방법)를 통해 구제받을 수 있습니다.

☐ 동의합니다.

☐ 동의하지 않습니다.

5. 제3자 제공 (개인정보보호법 제17조에 의거, 수집목적 내에서 제공할 수 있습니다)

- 제3자 제공기관 : 금융기관, 식품의약품안전처 - 제공목적 : 시상금 지급, 홍보 등 정보 자료 제공
- 제공항목 : 이메일주소, 예금주, 계좌번호 - 이용기간 : 3년 이내
- 제3자 제공에 대해 동의를 거부할 권리가 있습니다. 단 미동의 시 시상금 지급이 제한될 수 있습니다.

☐ 동의합니다.

☐ 동의하지 않습니다.

상기 본인은 위와 같이 개인정보 수집 및 이용에 동의합니다.

팀명 : _____

2020년 월 일

서약자 성명 : _____(인/서명)
서약자 성명 : _____(인/서명)
서약자 성명 : _____(인/서명)

식품의약품안전처장 귀하

2020년 나트륨·당류 저감 요리 경연대회 메뉴별 조리법(1)

팀 명													
	메인메뉴						서브메뉴						
메뉴 명													
조리 사진	1회 제공분량 만큼 그릇에 담아 촬영						1회 제공분량 만큼 그릇에 담아 촬영						
메뉴 창작 배경 및 특징													
재료 및 용량	연 번	재료명				용량(g, ml)	연 번	재료명				용량(g, ml)	
	1	줄 추가 가능					1	줄 추가 가능					
	2						2						
	3						3						
	4						4						
	5						5						
	6						6						
	7						7						
	8						8						
	9						9						
	10						10						
염분류 사용량	소금 g	간장 g	젓갈 g	기타 g		소금 g	간장 g	젓갈 g	기타 g				
레시피 (조리방법) (**1인 기준)	① 반드시 6단계로 작성(줄 추가 금지)						① 반드시 6단계로 작성(줄 추가 금지)						
	②						②						
	③						③						
	④						④						
	⑤						⑤						
	⑥						⑥						
영양소합량 (자유 기재)	제공량 (무게)	열량	탄수 화물	단백질	지방	나트륨	제공량 (무게)	열량	탄수 화물	단백질	지방	나트륨	
기타	1인기준 식단가 (원), * 김치, 소스 등 시판 제품으로 사용시 제품명(제조사), 영양성분 등						1인기준 식단가 (원), * 김치, 소스 등 시판 제품으로 사용시 제품명(제조사), 영양성분 등						

※ 조리방법은 반드시 6단계로 작성

※ 재료의 용량은 'g'으로 표시(계란 등의 경우 'g'과 '1개' 함께 표시)


2020년 나트륨·당류 저감 요리 경연대회 메뉴별 조리법(2)

팀 명																
	메인메뉴						서브메뉴									
메뉴 명																
조리 사진	1회 제공분량 만큼 그릇에 담아 촬영						1회 제공분량 만큼 그릇에 담아 촬영									
메뉴 창작 배경 및 특징																
재료 및 용량	연 번	재료명				용량(g, ml)	연 번	재료명				용량(g, ml)				
	1	줄 추가 가능					1	줄 추가 가능								
	2						2									
	3						3									
	4						4									
	5						5									
	6						6									
	7						7									
	8						8									
	9						9									
	10						10									
염분류 사용량	소금	g	간장	g	젓갈	g	기타	g	소금	g	간장	g	젓갈	g	기타	g
레시피 (조리방법) (**1인 기준)	① 반드시 6단계로 작성(줄 추가 금지)						① 반드시 6단계로 작성(줄 추가 금지)									
	②						②									
	③						③									
	④						④									
	⑤						⑤									
	⑥						⑥									
영양소합량 (자유기재)	제공량 (무게)	열량	탄수 화물	단백질	지방	나트륨	제공량 (무게)	열량	탄수 화물	단백질	지방	나트륨				
기타	1인기준 식단가 (원), * 김치, 소스 등 시판 제품으로 사용시 제품명(제조사), 영양성분 등						1인기준 식단가 (원), * 김치, 소스 등 시판 제품으로 사용시 제품명(제조사), 영양성분 등									

※ 조리방법은 반드시 6단계로 작성

※ 재료의 용량은 'g'으로 표시(계란 등의 경우 'g'과 '1개' 함께 표시)

2020년 나트륨·당류 저감 요리 경연대회 메뉴별 조리법(2)

팀 명	난 오늘도 혼저염!											
	메인메뉴						서브메뉴					
메뉴 명	단호박 함박스테이크						오이 파프리카 새콤무침					
조리 사진												
메뉴 창작 배경 및 특징	창작배경: 단짠이 유행하는 요즘, 함박스테이크의 짭짤하고 고소한 육즙과 단호박의 달콤함이 어우러진 요리를 만들고 싶었습니다. 특징: 나트륨 함량이 높은 시판 소스를 대신해 수제 단호박 소스를 곁들였습니다.						창작배경: 여름철 떨어진 입맛을 돋우고 함박스테이크와 곁들일 수 있는 피클을 만들면서 메인의 부족한 색감을 보강하고 싶었습니다. 특징: 절이는 과정이 없는 생채류로 염분 섭취를 줄일 수 있습니다.					
재료 및 용량	연 번	재료명				용량(g, ml)	연 번	재료명				용량(g, ml)
	1	돼지고기				50g	1	오이				10g
	2	단호박				20g	2	파프리카(빨강/노랑)				각 5g
	3	양파				10g	3	식초				2g
	4	마늘				1g	4	설탕				2g
	5	당근				7g	5					
	6	계란				20g	6					
	7	빵가루				5g	7					
	8	우유				50ml	8					
	9	소금				0.4g	9					
	10	올리고당				3g	10					
	11	콩기름				2g						
염분류 사용량	소금 0.4g	간장 0g	젓갈 0g	기타 g			소금 0g	간장 0g	젓갈 g	기타 0g		
레시피 (조리방법) (**1인 기준)	① 단호박은 찌서 속을 파내고 우유와 올리고당을 넣고 끓여 소스를 만든다.						① 오이는 굵은 소금으로 문질러 깨끗이 씻는다.					
	② 소고기, 돼지고기, 양파, 마늘, 당근을 모두 잘게 다진다.						② 오이를 적당한 두께로 썰고 4등분 한다.					
	③ ②에 빵가루, 달걀, 소금, 후추를 넣고 치낸다.						③ 파프리카는 깨끗이 씻은 후 씨를 제거한다.					
	④ 치댄 반죽을 둥글고 납작하게 만들어 준다.						④ 파프리카를 적당한 크기로 썬다.					
	⑤ 팬에 기름을 두르고 노릇하게 굽는다.						⑤ 식초, 설탕, 물을 섞어 단춧물을 만든다.					
	⑥ 함박스테이크에 단호박 크림소스를 부어 제공한다.						⑥ 단춧물에 오이, 파프리카를 버무린다.					
영양소합량 (자유기재)	제공량 (무게)	열량	탄수화물	단백질	지방	나트륨	제공량 (무게)	열량	탄수화물	단백질	지방	나트륨
	164g	323 kcal	36.47 g	17.50 g	11.99 g	311.45mg	24g	11.45 kcal	2.59g	0.18g	0.04g	1.05 mg
기타	1인기준 식단가 (2,500 원), * 김치, 소스 등 시판 제품으로 사용시 제품명(제조사), 영양성분 등						1인기준 식단가 (700 원), * 김치, 소스 등 시판 제품으로 사용시 제품명(제조사), 영양성분 등					

※ 조리방법은 반드시 6단계로 작성

※ 재료의 용량은 'g'으로 표시(계란 등의 경우 'g'과 '1개' 함께 표시)