

# UWAGA KONKURS

## 1. Tematyka

- Tylko zdrowe produkty: owoce, warzywa, orzechy, ryby, jaja, pełnoziarniste pieczywo, nabiał czy kanapki.
- Zakaz: słodczy i słone przekąski.

## 2. Wykonanie

- Tło: wyłącznie białe.
- Technika: dowolna.

## 3. Czarna obramówka (obowiązkowa)

- Gruby mazak/marker: zewnętrzne obrysy dużych produktów.
- Cienkopis: małe elementy (pestki, żyłki liści) oraz drobne produkty (np. borówki).

## 4. Estetyka

- Linie muszą być wyraźne i zdecydowane.
- Czystość pracy – kolory nie powinny wychodzić poza czarny kontur.

## 5. Produkty:

- Wszystkie warzywa i owoce (kolorowe)
- Nabiał: Mleko, jogurty, deserki jogurtowe, sery, twarożki
- Mięso i ryby, jaja
- Orzechy, nasiona, żdźbła, pestki (najlepiej jako osobne elementy), Masło orzechowe
- Kanapki, wrapy, taco (z wystającymi warzywami), sushi, owsianki i deserki.
- Czekolada gorzka.

WYMAGANIA: ZGODA RODZICA LUB OPIEKUNA DO WZIĘCIA UDZIAŁU W KONKURSIE I PUBLIKACJI PRAC!

# Zgody w koszulce!



