

Hälften slängs!

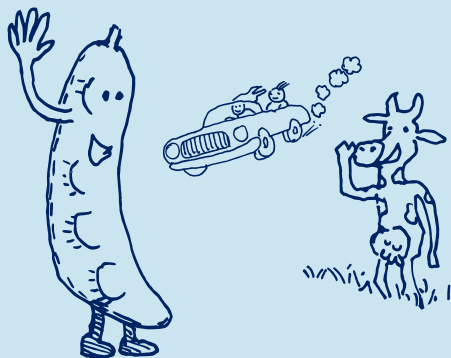
Idag slängs 30-50% av all mat i Sverige. Vi måste hjälpas åt för att minska svinnet. Alla som lagar mat, serverar mat och som äter maten. Vi måste alla hjälpa till.



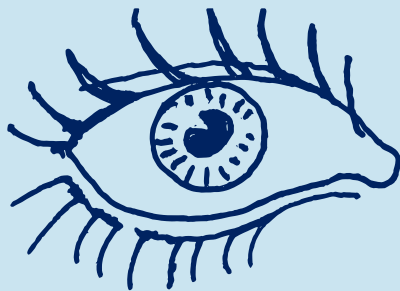
VILKEN BÖNA!

Baljväxter släpper ut betydligt mindre CO₂ än ex nötkött. Det betyder att det är mycket bättre för miljön att äta en plantbaserad burgare istället för en gjord på kött.

Om man gör just det, spar man utsläpp som motsvarar om du skulle bli skjutsad fram och tillbaka till skolan (3 km) under 3 hela veckor.

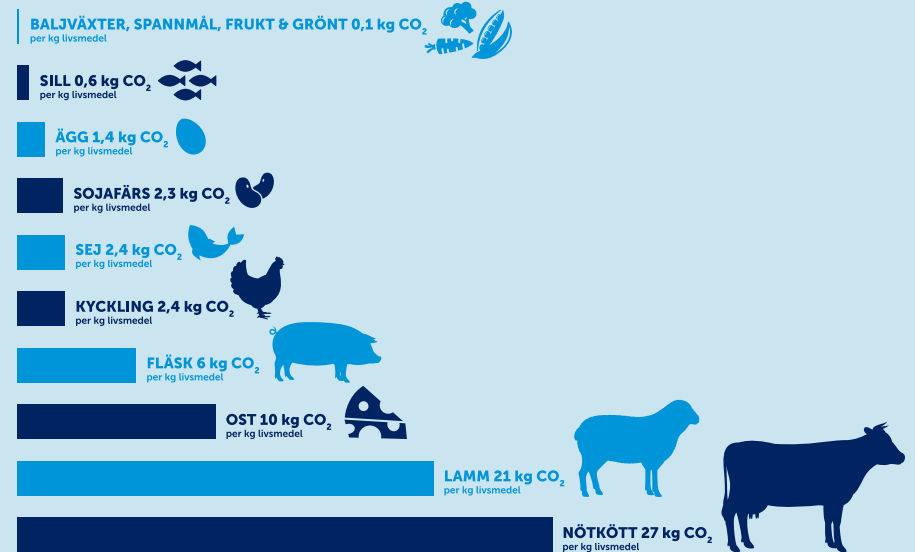


När det är de populära rätterna som serveras i skolan, slängs det som mest. Varför?



Tänk på att ögat många gånger vill ha mer än magen, försök bara ta så mycket som du verkligen orkar äta upp. Ta hellre om.

UTSLÄPP VÄXTHUSGASER PER KG LIVSMEDEL



Vill man servera hållbar mat och väcka intresse och omtanke för miljön, kan man göra det genom att prata om och läsa på om hållbar mat. Man kan till exempel öka mängden växtbaserat protein, grönsaker, spannmål och rotfrukter i maten, för att minska vår påverkan på klimatet. Titta på diagrammet ovan, så ser du hur mycket olika slags livsmedel påverkar vår planet.

VÄLJ SJÄLV - KASTA MINDRE!

Att servera mat som en buffé har visat sig vara en riktig hit. Då kan man bestämma själv vad man vill ha, och i vilken ordning man vill äta. Buffén kan man även fylla på vartefter det tar slut. Det fiffiga med detta är att det slängs mindre mat - och det är bra för klimatet. Ett annat smart sätt är att ha mindre soptunnor i matsalen, samt även visa med siffror på en tavla om hur mycket mat som faktiskt slängs. Det påverkar barnen och vuxna i rätt riktning - dvs att slänga mindre mat.

