HOVORME O JEDLE

od 16. do 20. októbra 2017

Záznamník plytvania potravinami

trieda:

meno:

Množstvo odpadu v domácnostiach a v spoločnom stravovaní závisí na povedomí a postojoch jednotlivcov a praktických zručnostiach pri riadení prípravy jedál, akými sú plánovanie, porciovanie a správne skladovanie.

Potravinami sa plytvá v každej fáze potravinového reťazca od poľnohospodárskej prvovýroby, cez spracovanie až po spotrebu potravín v domácnostiach.

adresa:

Zaznamenaj počas svojho pobytu v škole.
Označ každý vyhodený kúsok jedla čiarkou.
Čiarkou označ nedojedený obed v školskej jedálni.
Čiarkou označ aj nedojedenú desiatu a olovrant.

Deň v týždni	ovocie	zelenina	chlieb a pečivo	mlieko a mliečne výrobky	výrobky z mäsa, hydiny a rýb	varené jedlo		Iné
						polievka	hl. jedlo	
Pondelok								
Utorok								
Streda								
Štvrtok								
Piatok								

Symbol ☺ nakresli do okienka, ak si z daného druhu potraviny nič nevyhodil.

Aký druh jedla si vyhadzoval najčastejšie?

Ako často si na obed nedojedol polievku?

Ako často si nedojedol desiatu?

Môj prínos pre obmedzenie plytvania potravinami v našej domácnosti.

Poznáš spôsoby ako obmedziť plytvanie s potravinami?
Týmto symbolom ☺ označ tie, ktoré si v priebehu týždňa zrealizoval.

- ◯ Plánujem čo budem počas týždňa jesť a urobím si nákupný zoznam potravín, ktoré nám doma chýbajú. Nakúpim iba to, čo mám na zozname. Dávam prednosť váženému ovociu a zelenine.
- ◯ *Všímam si dátum spotreby a dátum minimálnej trvanlivosti. Viem, aký je medzi nimi rozdiel. Potraviny s krátkym dátumom spotreby nakupujem iba vtedy, ak ich chcem spotrebovať okamžite.*
- ◯ Správne skladujem potraviny. Čítam podmienky skladovania potraviny na jej obale.
- ◯ Staršie potraviny skladujem v prednej časti chladničky. Potraviny, ktoré som práve kúpil a majú dlhšiu trvanlivosť umiestňujem do zadnej časti chladničky.
- ◯ *Nakladám si na tanier menšie porcie.*
  Radšej si doložím, ak budem mať ešte chuť.
- ◯ Vymýšľam spôsoby ako zúžitkovať zvyšky jedál.

Centrum rozvoja znalostí o potravinách n. o.