

Záznamník plytvania potravinami

trieda: 

meno: _____

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

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

adresa: _____

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 potravy 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.
- Všimam 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.

