



Mindre mat till spillo!

Tips på hur du minskar matsvinnet i din restaurang.

Synliggör svinnet & trigga viljan att förbättra

Att väga svinnet i både kök och restaurang ger rätt bild av hur mycket som går till spillo. Ett tips är att hitta en plats i köket och en i restaurangen för en liten whiteboard/griffeltavla som kan redovisa svinnet per dag eller vecka. Motivera till minskat svinn med en belöning. Berätta hur mycket svinnet minskar och sätt ett mål som gynnar eleverna om det uppnås.

Pedagogisk lunch och undervisning i matens miljöpåverkan

När ni vet hur svinnet ser ut på er skola, hitta ett sätt att utbilda eleverna i hur mat och miljöpåverkan hänger ihop. Prata med lärarna om att ta upp det under lektionstid.

Planera för att favoriterna ofta hamnar i soporna

När det serveras populära rätter har eleverna en tendens att ta lite extra för att slippa stå i kö eller missa en andra portion. Det lilla extra hamnar tyvärr ofta i soporna. Uppmuntra till att ta två gånger istället.

God kunskap vad gäller livsmedelshygien, hantering av råvaror och rester samt miljöfrågor och ekonomi leder till minskat matsvinn.

Hitta tips & inspiration på mindrematsvinn.nu.

Skolsvinnet i siffror

60 g

= det totala svinnet per matgäst och dag.

30 g

kommer från tallriken, dvs

10 %

av maten som eleverna tar hamnar i soporna.

1 100 000

kronor är snittkostnaden för det dagliga svinnet i svenska skolrestauranger.

Det totala årliga svinnet ligger någonstans mellan

10 000 & 30 000

 ton

Svinnet uppskattas kunna minskas med minst

50 %

= total besparing på 100 - 300 miljoner kr per läsår.

Rester ÄR Råvaror

KOKT POTATIS

Riv och blanda med grovt hackade grönsaker (t ex broccoli, blomkål & morötter) Blanda med ägg, smaksätt med salt, peppar och någon örtekrydda (t ex oregano eller timjan) och forma till små biffar

- ELLER -

Dela i bitar, blanda med äppeltärningar, rödlök och vinägrett för en god fransk potatissallad till salladsbordet.

*

POTATISMOS

Blanda med grovt hackade grönsaker och ägg. Smaksätt med t ex ost eller sweet chili-sås och kryddor. Forma till små biffar och baka av i ugnen. Upptinade grönsaker är redan blancherade, vilket ger snabbare tillagningstid

*

RIS

Stek överblivet ris tillsammans med t ex frysta ärtor, broccoli, majs. Servera som komplement till potatis eller pasta.

- ELLER -

Blanda riset med amerikansk grönsaksblandning och servera på salladsbordet.

*

BRÖD

Skär i små kuber och rosta i ugnen. Servera till soppan som krutonger.

*

STEKT KYCKLING/KORV

Servera pytt i panna dagen efter och blanda i kycklingstrimor/korvslantar.

- ELLER -

Blanda med couscouspytt, värm på och servera med en kall sås.

*

KÖTTBULLAR/FÄRSBIFFAR

Skiva och servera som smörgåspålägg till frukosten eller mellis

- ELLER -

Skiva, dela i bitar och blanda till pytt med potatis och lök.

Att tänka på vid planering. Tallrikssvinnet är större:

* hos äldre elever än hos yngre

* de dagar maten anses extra god

* om eleverna är vrålhungriga och stressade

* när nya eller okända rätter serveras