

## I butiken

- Energieffektiva kylar och frysar med dörrar eller luckor.
- Smalare sortiment av varor av samma sort.
- När hyllorna fylls på, placera varorna så att de med kortast datum är lättast att komma åt.
- Sänk priset på varor med kort datum, rea även på frukt och grönt som börjar sloka.
- Samarbeta med restauranger som får köpa in överblivet och varor med kort datum.
- Informera personal och kunder om vilken miljöpåverkan svinnet har.



### Källor och ytterligare information

[www.slangintematen.se](http://www.slangintematen.se)

[www.konsumentforeningensstockholm.se](http://www.konsumentforeningensstockholm.se)

[www.smmi.nu](http://www.smmi.nu)

[www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/978-91-620-5885-2.pdf](http://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/978-91-620-5885-2.pdf)



**LERUM**  
*mer än du tror*

### Sektor samhällsbyggnad

443 80 Lerum, miljöenheten tfn 0302-52 14 64, 0302-52 14 92,

[miljoenheten@lerum.se](mailto:miljoenheten@lerum.se)

[www.lerum.se](http://www.lerum.se)

# Klimatsmart mat

ekologiskt, ekonomiskt och energismart



## Klimatsmart mathantering

Produktion av mat har en mycket stor påverkan på klimatet, det är därför viktigt att försöka använda all mat. Den här broschyren vänder sig först och främst till dig som lagar och serverar mat i kommersiellt syfte.

**Om jag vill värna om miljön, hur gör jag då?**

**På följande sidor vill vi ge dig lite tips om hur du kan bli varsam mot vår miljö och samtidigt spara pengar.**

## en femtedel av maten kastas

Störst är svinnet av färskvaror som kött, frukt, grönt, chark och matbröd. Matkedjorna slänger cirka 100 000 ton mat till ett värde av runt två miljarder kronor, mycket orsakade av transport och lagringsskador, enligt organisationen Svensk dagligvaruhandel.

En femtedel av all mat som konsumeras i Sverige, eller kommer från restauranger och storhushåll, kastas. Hälften av maten förstörs vid lagring, tillagning och servering och den andra hälften efter servering - mat som inte ätits upp. Svinnet är extra stort från bufféer, det vill säga mat som står framme länge. Här finns mycket att göra för den kreative när det gäller förvaring, inköp och hantering om man vill minska sina utgifter och samtidigt vara rädd om miljön och minska energiförbrukning.

Många mindre restauranger är mer uppmärksamma på svinnet och tillvaratar rester för att spara pengar. De har också större möjligheter att anpassa inköpen och handla mer lokalproducerat.

## Minska matsvinn och energiförbrukning

### På restaurangen

- Ställ upp konkreta mål för att reducera matsvinnet.
- Motivera medarbetarna/ge dem utbildning, involvera dem.
- Planera inköp och meny samtidigt.
- Lagra matvaror efter datum så att det äldsta används först.
- För mycket mat? Förpacka maten väl och frys in, eller när det är möjligt, vacuumförpacka.
- Skapa möjligheter att lagra och använda överskott, men tänk då på att inte varmhålla maten någon längre tid. Kvalitet och näringsvärde sjunker när maten varmhålls. Mat som redan varit ute i buffé kan i normalfallet inte sparas. Lägg ut lite i sänder. Varm mat som ska sparas måste inom fyra timmar efter tillagning ned till kylskåpstemperatur, men inte läggas i kylskåp där annan mat förvaras om dessa kan påverkas av en temperaturhöjning.
- Erbjud kunden att ta med överflöd hem så kallad ”doggy bag” och ställ fram lämpliga påsar/kärl för detta.
- Ägna tid åt att utveckla goda rutiner.
- Mindre tallrikar ger intryck av mer mat, bra vid bufféer.
- Ställ in rätt temperatur i både kyl och frys. Varje extra grad kallare ökar energianvändning med cirka 5 procent, men kallare temperaturer ökar hållbarheten på alla livsmedel som mejerivaror, charkprodukter, färdiglagad mat. Särskilt känsliga livsmedel är färskt kött, fisk och skaldjur. Livsmedelsverket rekommenderar 4-5 grader i kylan och de känsliga livsmedlen ska helst förvaras i max 4 grader.
- Frosta av frysen regelbundet, åtminstone när det är synlig is, gärna oftare.
- Se till att kyl och frys har täta dörrar/luckor.
- Byt gummilister när dessa går sönder i kylar och frysar.
- Välj grönsaker efter säsong. Det blir godare, billigare och transporterna blir kortare.
- Lokalt producerad mat ger förstås också kortare transporter vilket innebär en lägre energiåtgång.

