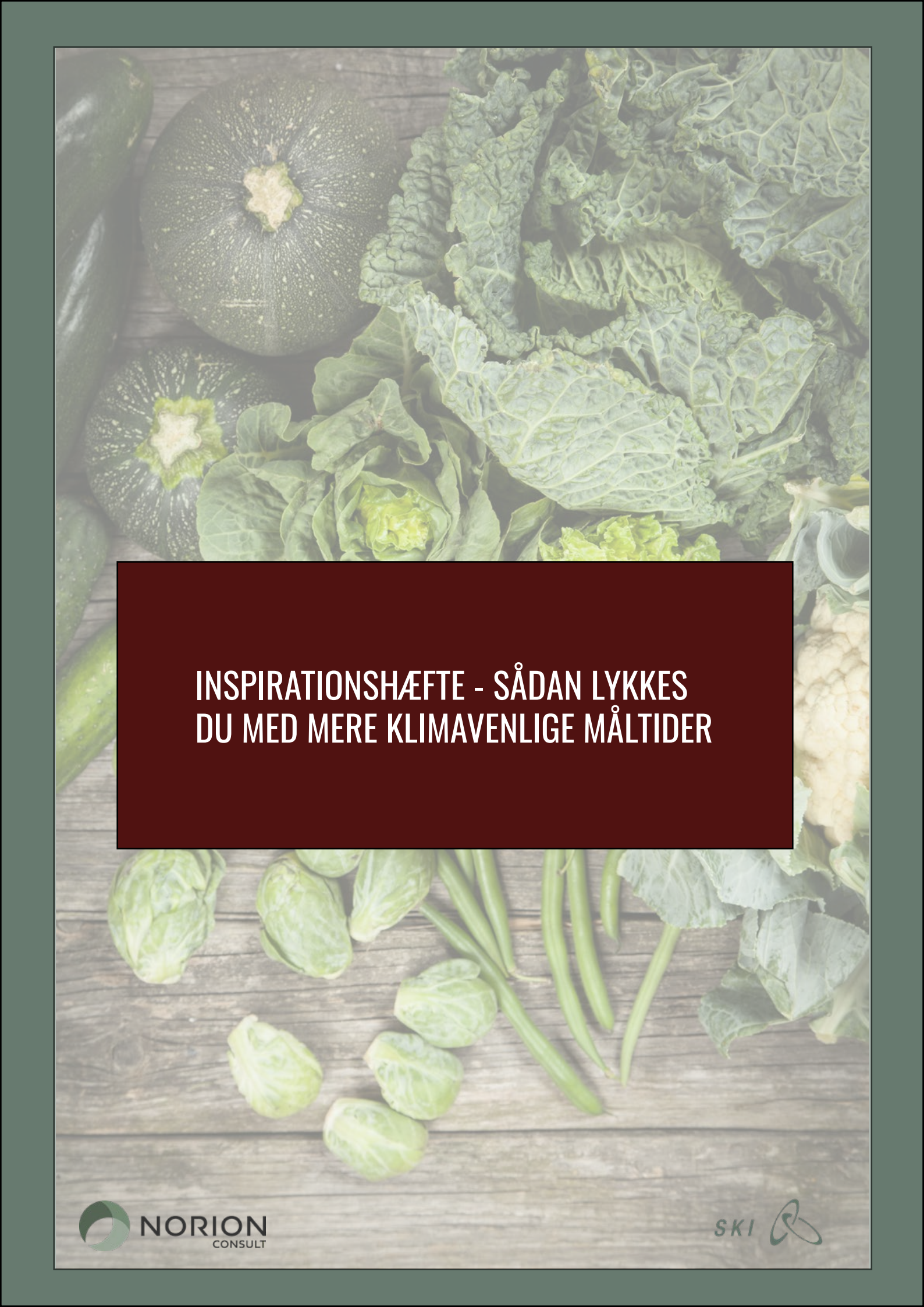




INSPIRATIONSHÆFTE - SÅDAN LYKKES DU MED MERE KLIMAVENTLIGE MÅLTIDER

Værktøjer til klimaberegninger og ernæringsrige måltider

Den store klimadatabase

I Den Store Klimadatabase giver Danmarks grønne tænketank CONCITO fri adgang til livcyklusvurderinger af klimaaftrykket mere end 500 af de mest almindelige fødevarer på det danske marked.

Værktøjet er et unikt værktøj, der med stor præcision belyser klimaeffekten af vores fødevareforbrug.

Besøg den store klimadatabase



Værktøjer til at sammensætte klimavenlige og ernæringsrige måltider

Fødevarestyrelsen og København Kommune har udviklet adskillige værktøjskasser målrettet forskellige offentlige institutioner og målgrupper. Hvor du bl.a. finder guidelines og pejlemærker for fx menuplanlægning.

Der er mange forskellige inspirationsmaterialer, der hjælper med at sammensætte klimavenlige og ernæringsrige måltider. Du kan bl.a. finde plakater, dialogkort, faktaark og meget andet.

For sociale tilbud



For plejehjem og midlertidige ophold



For daginstitutioner



For daginstitutioner og skoler



De officielle kostråd



Minimer dit madspild

For Resten-app

Madspild er et af de områder, der har størst potentiale i forhold til at sænke CO₂-udledningen. Har du rester, er det derfor en god idé at indtænke disse i de kommende måltider.

Forbrugerrådet Tænk har udviklet "For Resten-appen", der giver gode råd og tips til at undgå madspild.

Hent For Resten-appen



Vil du selv opgøre mængden af madspild?

Københavns Kommune, Aarhus Kommune, Klima-, Energi- og Forsyningsministeriet samt Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri er gået sammen med Fødevarestyrelsen og har udviklet guiden "Mere mad og mindre spild i de kommunale køkkener – en guide til at opgøre madspild og madaffald".

Guiden introducerer til tre forskellige målemetoder, og du har derfor mulighed for at finde den metode, som passer bedst til din institution.

Se de tre forskellige målemetoder



Brug for hjælp til at opgøre mængden af madspild?

Har du brug for hjælp til automatisk måling af madspild og gæsternes smag? Vil du bruge disse indsigter til at lave bedre mad for miljøet og de spisende gæster? Så er her to bud på konsulentvirksomheder, der kan hjælpe.

Besøg esmiley.dk



Besøg foodop.dk



Bekæmpelse af madspild i daginstitutioner

Ønsker du at læse, om hvordan 18 daginstitutioner formåede at reducere madspild ved at måle og veje deres madspild, så er Københavns kommunes pilotprojekt "Sådan reducerede vi madspildet i 18 institutioner - få erfaringer og anbefalinger" måske interessant læsestof.

Udover at sætte tal på madspild, bidrog pilotprojektets målinger særligt til, at køkkenmedarbejderne så, hvilke madvarer og måltider der blev til madspild, og sammen fik institutionerne sat madspild på dagsorden.

Læs anbefalinger og erfaringer



Klimavenlige opskrifter

Inspiration til klimavenlige opskrifter

Der findes et hav af gode opskriftsbaser til planterige og klimavenlige måltider. Nedenstående links er alle opskriftsbaser, hvor der kan findes inspiration til nye kulinariske måltider og kommende favoritopskrifter.

Metodik og Smag

Udviklet af Odense Kommune, Vejle Culinary Institute og Kost & Ernæringsforbundet. Både opskrifter og vejledninger, teknikker og instruktionsvideoer.

Se opskrifter fra Metodik og Smag



Opskriftssamling fra Københavns Kommune

Københavns Kommune har forskellige opskriftssamlinger med klimavenlige, ernæringsberegnde, sunde og økologiske måltider.

I den ene finder du få måltider, hvor du kan sortere ud fra målgrupper (børn, unge og voksne samt ældre) og sæsoner.

Gå til madopskrifter.kk.dk



I den anden finder du opskrifter, der er målrettet børn i daginstitutioner og fritidshjem.

Gå til bornemenuen.kk.dk



Opskrifter fra Økologisk Landsforening

Økologisk Landsforening har lavet et opskriftshæfte med danske bælgrugter. Hæftet er udviklet sammen med fem nordjyske køkkener.

Læs mere om samarbejdet



Gå direkte til opskriftshæftet



Bælgfrugtsopskrifter fra Region H

Region H har udgivet et inspirationshæfte med bælgfrugtsopskrifter i hospitalsstørrelse. Denne hjemmeside er derfor god til storkøkkener.

[Se inspirationshæftet](#)



Opskrifter fra Meyers Madhus

Meyers har mange gode opskrifter med høj kulinarisk værdi.

[Gå til opskrifter fra Meyers Madhus](#)



Opskrifter fra Pure Dansk

Pure Dansk er producent af danske bælgfrugter og har "Bælgfrugtsskolen" på sin hjemmeside. Her kan du både opskrifter og videoer, der viser fremgangsmåder.

[Besøg Bælgfrugtsskolen](#)



Opskrifter fra Dansk Vegetarisk Forening

Dansk Vegetarisk Forening stiller en faktaside om bælgfrugter og ernæring til rådighed. Her finder du links til inspiration og opskrifter.

[Gå til faktasiden](#)



Opskrifter fra Forbrugerrådet Tænk

Faktaside om bælgfrugter samt tips og opskrifter til børnefamilier, der synes, det er svært at få børnene med på bælgfrugterne.

[Gå direkte til faktasiden](#)

