

## Läxa i hem- och konsumentkunskap åk 6

### **Matsvinn**

I Sverige slängs idag i genomsnitt cirka 28 kilo fullt ätbar mat per person i soptunnan och ytterligare 26 kilo ätbar mat och dryck hålls ut i slasken varje år. Mycket av maten slängs för att den inte äts upp i tid – vi köper för mycket, glömmer den längst in i kylskåpet och kastar mat som blir över istället för att äta upp resterna. Ett hushåll beräknas kunna spara minst 3000-6000 kr per år på att minska sitt svinn. Även butiker, restauranger och producenter slänger stora mängder mat och förutom att det kostar mycket pengar så har det även en stor påverkan på miljön.

1. Vad kan man göra för att undvika att man köper hem för mycket mat?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Vad kan man göra vid lunchen/kvällsmaten för att undvika att mat slängs i onödan?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Om mjölken i din kyl har passerat sitt bäst-före-datum, ska den kastas då? Motivera ditt svar.

---

---

---

---

---

4. Välj en brödsort ni brukar ha hemma och ta reda på hur mycket ett paket väger och kostar. Om man kastar 3 skivor av brödet varje vecka i ett år (väg 3 skivor), hur många kg bröd slänger man då på ett år? Hur många paket motsvarar det och vad kostar brödet som man har slängt under året?

---

---

---

5. För att undvika att matrester och livsmedel hamnar i soporna kan man behöva vara lite påhittig. Ge minst 2 förslag för varje livsmedel/matrest på vad man kan göra med det för att undvika att det hamnar i soporna:

- Kokt potatis \_\_\_\_\_

---

- Skrupna grönsaker t ex morötter, paprika \_\_\_\_\_

---

- Banan som börjar bli brun \_\_\_\_\_

---

- Gammalt bröd (ej möjligt) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Tillagat kött \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Ostskalken \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Mjölk \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Websidor som ger råd om hur man kan minska matsvinnet

<http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/miljo/ta-hand-om-maten-minska-svinnet/tips-minska-matsvinnet/>

<http://stoppamatsvinnet.nu/>