

Hvor høy økoprosent gir de ulike råvarene?

Nedenfor er typiske eksempler på vareinnkjøp i henholdsvis storkjøkken, barnehage og kantiner.

Tallene gir en pekefinger på hvilke varer som gir høyest økoprosent.
Tallene er veiledende.

Eksemplet er hentet fra storkjøkken på sykehjem eller sykehus

Storkjøkken	kg	kr
Drikkemelk og melk til matlagning	30 %	15 %
Brød, mel, gryn, ris, pasta	15 %	15 %
Grønnsaker; ferske, frosne, syltede	10 %	7 %
Frukt, juice, marmelade	10 %	7 %
Poteter	10 %	5 %
Kjøtt, fisk, pålegg	10 %	25 %
Olje, smør, fett	2 %	3 %
Ost	3 %	5 %
Egg	2 %	2 %
Saft, mineralvann, øl, vin	6 %	10 %
Kaffe, te	1 %	3 %
Diverse kolonial	1 %	3 %
	100 %	100 %

Temaark 4 Mat

Samordning av krav til Debios bronsemerke og Miljøfyrtårns kriterier til barnehage, grunnskole og VGS/Folkehøyskole

Eksemplet er hentet fra en barnehage som serverer frokost til få, lunsj og mellommåltider til alle.

Barnehage	kg	kr
Drikkemelk og melk til matlagning	25 %	15 %
Brød, mel, gryn, ris, pasta	23 %	20 %
Grønnsaker; ferske, frosne, syltede	20 %	15 %
Frukt, juice, marmelade	15 %	15 %
Poteter	2 %	0,3 %
Kjøtt, fisk, pålegg	5 %	15 %
Olje, smør, fett	1 %	4 %
Ost	5 %	9 %
Egg	2 %	3 %
Kaffe, te	1 %	2 %
Diverse kolonial	1 %	2 %
	100 %	100 %

Kantine med *sunnt* sortiment. Det er regnet med litt frokost, lunsj.

Kantine	kg	kr
Drikkemelk og melk til matlagning	2 %	2 %
Brød, mel, gryn, ris, pasta	25 %	25 %
Grønnsaker; ferske, frosne, syltede	30 %	20 %
Frukt, juice, marmelade	10 %	10 %
Poteter	15 %	5 %
Kjøtt, fisk, pålegg	10 %	20 %
Olje, smør, fett	1 %	3 %
Ost	2 %	3 %
Egg	2 %	2 %
Kaffe, te	2 %	5 %
Diverse kolonial	1 %	5 %
	100 %	100 %

Temaark 4 Mat

Samordning av krav til Debios bronsemerke og Miljøfyrtårns kriterier til barnehage, grunnskole og VGS/Folkehøgskole

Eksemplet er hentet fra en barnehage som serverer frokost til få, lunsj og mellommåltider til alle.

SFO/AKS	kg	kr
Melk i müsli og melk til matlagning	12 %	4 %
Brød, mel, gryn, müsli, ris, pasta	20 %	20 %
Grønnsaker; ferske, frosne, syltede	28 %	20 %
Frukt, juice, marmelade	15 %	15 %
Poteter	3 %	2 %
Kjøtt, fisk, pålegg	15 %	19 %
Olje, smør, fett	1 %	4 %
Ost	3 %	9 %
Egg	2 %	3 %
Kaffe, te	1 %	2 %
Diverse kolonial	1 %	2 %
	100 %	100 %

Sist oppdatert 20.02.2017

Matvalget tilbyr og koordinerer kurs og veiledning knyttet til økologisk og bærekraftig mat i private og offentlige storhusholdninger. Matvalget har et korps med mat- og miljøveiledere som besøker virksomheter som ber om/kjøper tjenester i forbindelse med anbud, økonomi og serveringstilbud.

Blant mat- og miljøveiledere finnes mye kompetanse, og det tilbys juridisk bistand i forbindelse med anskaffelser, hjelp til måltidsplanlegging, strategier for å redusere matsvinn, kokkefaglige kurs, o.a. Mer om Matvalget finner du under www.debio.no/matvalget