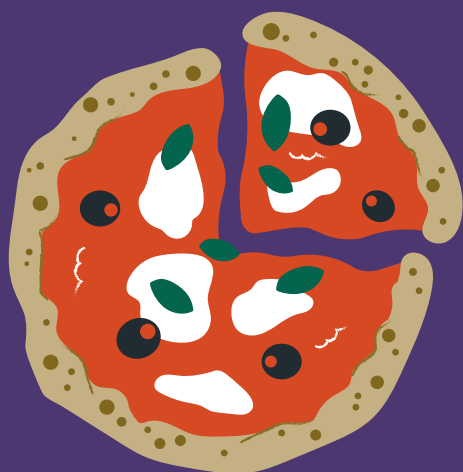
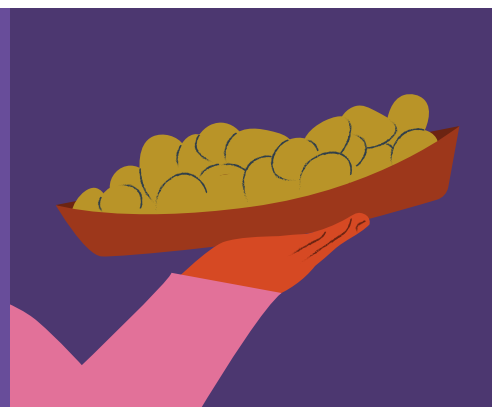


GÖTEBORGSMODELLEN
FÖR

**mindre
matsvinn**



**Ett verktyg för
dig som jobbar
i stadens kök**



Innehållsförteckning

Tillsammans minskar vi matsvinnet!	3
Därför ska vi minska matsvinnet	4
Vad är matsvinn?	5
Därför blir det matsvinn	6
Minska matsvinnet med Göteborgsmodellen – så här gör du!	8
Nio avsnitt som hjälper dig	9
Mätning och uppföljning	10
Menyplanering	12
Portionsberäkning	14
Rapportering av frånvaro och närvaro	16
Inköp	18
Förvaring	20
Tillagning	22
Servering	24
Ta vara på rester	26
Vägning av kökssvinn	28
Vägning av serveringssvinn	29
Vägning av tallrikssvinn	30
Svinnlistan	31



Göteborgsmodellen för minskat matsvinn är framtagen på uppdrag av nätverket Måltid Göteborg 2016. Arbetet har gjorts av en fokusgrupp med enhetschefer från måltidsverksamheterna, miljöförvaltningen och en konsult från Hushållningssällskapet Väst.

Som underlag för Göteborgsmodellen har gruppen bland annat gjort en enkät med stadens offentliga kök och anordnat en workshop med måltidspersonal från alla stadsdelar.

ILLUSTRATIONER: GÖTEBORGS STAD | FOTO DÄR INGET ANNAT ANGES: ADOBE STOCK



Tillsammans minskar vi matsvinnet!

Ingen tycker om att mat slängs. Matsvinnet är ett slöseri som orsakar stor klimat- och miljöpåverkan och som kostar mycket pengar. För att lyckas behövs framför allt ditt och dina kollegors engagemang, men också bra rutiner och verktyg.

Göteborgsmodellen för mindre matsvinn är ett praktiskt verktyg som visar hur Göteborgs offentliga kök kan minska matsvinnet genom enkla åtgärder och bättre rutiner. Verktyget är till för dig som är kock, köksmästare, måltidsbiträde och enhetschef och kan användas i produktionskök, tillagningskök, mottagningskök och serveringskök. Det finns även bilagor i form av Checklistor kopplat till materialet som stöd i arbetet med matsvinnet för övriga yrkeskategorier.

Åtgärderna i verktyget har valts ut i samarbete med personal från kök och inspirerats av goda exempel i kök och serveringar både i Göteborg och andra delar av landet. Med Göteborgsmodellen för mindre matsvinn vill vi göra alla våra kök till föredömen i arbetet mot matsvinn.

För att lyckas måste vi alla samarbeta, från de som lagar och ansvarar för maten till de som är med då maten serveras och äts på förskolor, skolor, äldreboenden och andra verksamheter.

Tillsammans minskar vi matsvinnet!

Därför ska vi minska matsvinnet

1

För miljöns skull

Att producera mat orsakar stora miljöproblem runt om i världen. Övergödning, klimatpåverkan, kemikaliespridning, regnskogsavverkning och utfiskning är några exempel. Genom att ta bättre vara på maten och slänga mindre kan den räcka till fler utan att miljöpåverkan ökar. Även om matavfallet rötas till biogas är det upp till tio gånger bättre för klimatet att inte slänga maten alls.

2

För att få tid och pengar över till annat

Att laga mat som sedan kastas är ett slöseri med både tid och pengar. Med mindre svinn kan vi lägga mindre tid på både inköp, tillagning och avfallshantering. Det minskar stressen, förbättrar arbetsmiljön och ger möjlighet att utveckla matlagningen. Pengarna vi sparar på att minska matsvinnet kan användas till att höja kvaliteten på maten och att köpa mer ekologiska livsmedel.

3

För att nå stadens mål

Avfallsplanen som har godkänts av kommunfullmäktige i Göteborg säger att "matsvinnet från kommunens verksamheter ska minska till maximalt 30 gram per serverat huvudmål". Målet ska nås senast 2030. Lunch är ett exempel på huvudmål och 30 gram är en sammanslagning av köks-, serverings- och tallrikssvinn.



Vad är matsvinn?

Av det matavfall som uppstår i våra kök är ungefär hälften skal, ben, kärnor, kaffesump och annat som inte går att äta. Resten är matsvinn. Alltså mat som i dag slängs, men som kan användas om den hanteras på annat sätt.

Exempel på matsvinn



Mat/livsmedel/råvara som blivit för gammal



Mat som blivit över i serveringskärl



Mat som skrapas av tallrikar



Råvaror som slängs på grund av onödig ansning

FOTO: FRIDA WINTER

Därför blir det matsvinn

Här är några viktiga orsaker.

1 Mätning

När matsvinnet inte vägs blir det svårt att upptäcka.

2 Portionsberäkning

När portionerna beräknas utan tillräcklig hänsyn till hur mycket som brukar gå åt och matgästernas behov.

3 Menyplanering

När menyn inte kan ändras med kort varsel för att till exempel lägga in resträtter.

4 Närvaro och frånvaro

När det lagas för mycket mat på grund av bristande rutiner för rapportering av närvaro och frånvaro.

5 Inköp

När inköpen är dåligt förberedda och det köps in för mycket eller fel livsmedel.

6 Förvaring

När det inte är ordning i förråden blir det gärna så att livsmedel och rester slängs.

7 Resthantering

När det saknas rutiner och möjligheter att ta vara på mat som blir över.

8 Servering

När serveringskärlen fylls med mer mat än vad som egentligen är beräknat.

9 Tillagning

När köken lagar och skickar med för mycket mat för säkerhets skull.

I Sverige slängs enorma mängder mat varje år. För att minska slöseriet måste alla hjälpa till. Därför är det viktigt att Göteborgs Stads kök fungerar som förebild, inte minst i mötet med barn och ungdomar vid våra skolor och förskolor.



Minska matsvinnet med Göteborgsmodellen – så här gör du!



Nio avsnitt som hjälper dig

På de följande sidorna hittar du nio avsnitt med åtgärder som hjälper dig och dina kollegor att minska matsvinnet i ert kök på ett systematiskt sätt. Åtgärderna handlar om menyplanering, portionsberäkning, rapportering av frånvaro och närvaro, inköp, förvaring, tillagning, resthantering och uppföljning. De flesta åtgärder är enkla att genomföra och är en bra grund för effektiva rutiner i det dagliga arbetet.

Efter varje avsnitt finns en lista med de viktigaste åtgärderna i punktform. Sätt upp listorna på lämplig plats i köket så att alla kan ta del av innehållet. På listorna skriver ni också vem i ert kök som är ansvarig för de olika åtgärderna.

Många av åtgärderna kan kanske verka självklara för den som jobbar i kök. Ändå kan vi missa, speciellt när det blir stressigt. Därför är det bra att göra arbetet med att förebygga matsvinn till rutin.

Få koll på svinnet – börja mäta

Det första viktiga steget är att börja mäta och dokumentera matsvinnet. Det gör att ni får upp ögonen för svinnet och varför det uppstår. När ni vet hur mycket som kastas varje dag, blir det också tydligt vilken effekt åtgärderna får. För att underlätta mätningen och göra det möjligt med jämförelser på olika nivåer har vi tagit fram en gemensam mätmetod för alla stadens kök. Längst bak i pärmen finns ett instruktionskort som visar hur mätningen går till.

**Kom
i gång!**

- 1** Mät matsvinnet med verktygets mätmetod.
- 2** Presentera mätresultaten regelbundet på arbetsplatsträffar eller liknande.
- 3** Gå igenom Göteborgsmodellen och diskutera vilka åtgärder ni kan börja med. Starta gärna med de som känns enklast och viktigast för er.
- 4** Sätt upp åtgärdslistorna i köket, till exempel vid arbetsbänkar, spisar, matavfallskärl eller skrivplatser.
- 5** Anta rutiner för att minska matsvinnet och informera alla medarbetare om vad som gäller.
- 6** Gå igenom Göteborgsmodellen och diskutera vilka åtgärder ni kan börja med. Starta gärna med de som känns enklast och viktigast för er.
- 7** Förvara pärmen med verktyget på ett lätt-tillgängligt ställe så att den alltid finns till hands.
- 8** Bestäm vem i ert kök som ska ansvara för de olika åtgärderna.
- 9** Fira framgångarna när ni genomfört en åtgärd och gå vidare till nästa.

1 Mät och följ upp

Mät matsvinnet varje dag

Registrera svinnet i stadens kostdataprogram samt i svinnlistan som finns sist i pärmen.

Visa gärna hur stort matsvinnet är

Sätt upp svinnlistan på lämplig plats så att alla kan se den, till exempel vid vågen. Visa hur stort matsvinnet är och hur det förändras genom att använda bilder, staplar eller andra illustrationer.

Följ upp svinnet på APT

Redovisa resultaten av matsvinnsmätningarna som en stående punkt på arbetsplatsträffarnas dagordning. Diskutera resultaten och hur de kan bli ännu bättre.

Sätt upp mål för minskat svinn

Sätt upp mål för hur mycket ni ska minska matsvinnet. Arbeta gärna med delmål för att göra jobbet roligare. Gå igenom verktyget och gör en plan för hur ni ska nå målet.

Gör punktmätningar om svinnet är högt

Om svinnet är högt är det bra att göra punktmätningar för att ta reda på var de stora mängderna uppstår. Hur stort är till exempel svinnet från salladsbordet? Hur mycket svinn uppstår vid skalning och ansning?

**Placera resultaten av
svinnmätningarna väl
synliga i köket**



Mätning och uppföljning

Åtgärd

Mät matsvinnet varje dag.

Gör svinnet tydligt för alla i köket.

Följ upp svinnet månadsvis och planera åtgärder på APT.

Sätt upp mål för att minska matsvinnet.

Gör punktmätningar om svinnet är högt.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

2 Planera menyerna smart

Gör en flexibel meny

Med en flexibel meny blir det enklare att anpassa måltiderna efter matgästerna och att ta vara på rester. En flexibel meny är inte så detaljerad och kan ändras. I menyer som planeras för flera kök kan huvudkomponenten vara bestämd, men maträtter och tillbehör anpassas efter de olika enheternas önskemål och behov.

Välj allsidig och omtyckt mat

Ta in synpunkter vid måltidsråd, brukarråd, kostmöten eller enkäter och notera vilken mat som ger mycket svinn.

Återkommande råvaror och maträtter

Råvaror som blir över ska kunna användas i andra rätter så snart som möjligt. Till exempel kan samma sorts fisk återkomma i olika rätter, som stekt fisk och fisksoppa. Om ni serverar två valbara rätter är det bra med återkommande kombinationer. Det gör det lättare att bestämma hur mycket som ska köpas in och lagas.

Använd passande namn

Namnet ska beskriva vad maträtten innehåller. Då får matgästerna rätt förväntningar och väljer inte bort en rätt på grund av namnet.

Meny efter säsong och leveranstider

Grönsaker och frukt har bäst kvalitet och håller längst i säsong. Det är också viktigt att planera menyn så att färskvaror kan användas nära leveransdagen.

Nya maträtter som alternativrätter

Låt gärna mindre grupper testa helt nya rätter eller ta in nya rätter som alternativrätter om ni har det på menyn. Då kan matgästerna lämna synpunkter på maten och köket kan förbättra tillagningsmetod, innehåll och serveringssätt.



Menyplanering

Åtgärd

Gör en flexibel meny med utrymme för ändringar.

Planera menyn med allsidig och varierad mat som är uppskattad.

Planera in återkommande maträtter och råvaror i menyn.

Ge rätterna passande namn som beskriver vad de innehåller.

Planera menyn efter säsong och leveransdagar.

Servera nya rätter som alternativrätter.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

3 Anpassa portionerna

Anpassa efter vad som brukar gå åt

Utgå från portionsstorlekar i stadens gemensamma kostdataprogram när matlagningen planeras. Anpassa också portionsmängden efter hur mycket som gått åt när maträtten serverats tidigare.

Anpassa efter matgästens behov

Många äldre upplever att de inte är lika hungriga som tidigare. Olika sjukdomar och läkemedel kan påverka aptiten negativt. Gör därför mindre portioner genom att framför allt minska ner på kolhydrater och grönsaker. Det är viktigt att portionen ändå innehåller tillräckligt med energi och protein.

Tänk på att åtgången varierar

I skolan går det ofta åt mer mat på måndagar än på fredagar. För många äldre kan fredagsfika på förmiddagen minska aptiten på lunchen. Åtgången kan också variera med årstiderna. Barn och ungdomars aptit hänger ihop med hur mycket de växer.

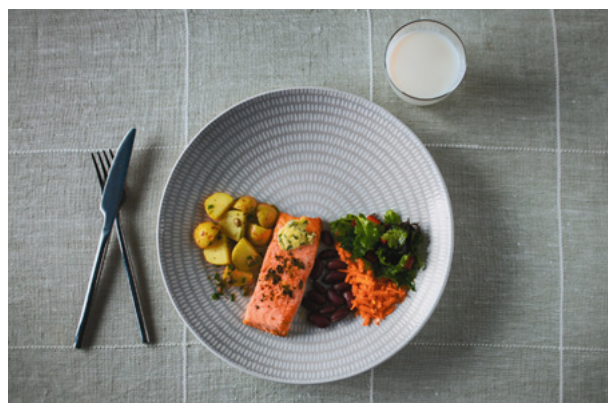
Återkoppla till receptansvarig

Diskutera och se regelbundet över portionsanvisningarna i recepten. Föreslå ändringar till förvaltningens receptansvariga.

Två tallriksmodeller



Tallrik för den med normal aptit.



Tallrik för den med liten aptit.

FOTO: LIVSMEDELSVERKET

Portionsberäkning

Åtgärd

Ta hänsyn till hur mycket mat som gått åt tidigare.

Anpassa portionernas storlek och kosttyp efter matgästernas behov.

Anpassa mängden tillagad mat efter veckodag och årstid.

Återkoppla vid behov om kostdataprogrammets portionsanvisningar till receptansvariga.

Planera menyn efter säsong och leveransdagar.

Servera nya rätter som alternativrätter.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

4

Få koll på frånvaro och närvaro

Rapportering av planerad frånvaro

Bestäm tillsammans med rektor eller enhetschef på äldreboende en rutin för hur den planerade frånvaron (till exempel studiedagar och friluftsdagar) ska rapporteras. Rapporteringen kan göras genom att skicka scheman och kalendarier, mejla, ringa, skriva på tavlor eller liknande.

Snabbt uppkommen frånvaro

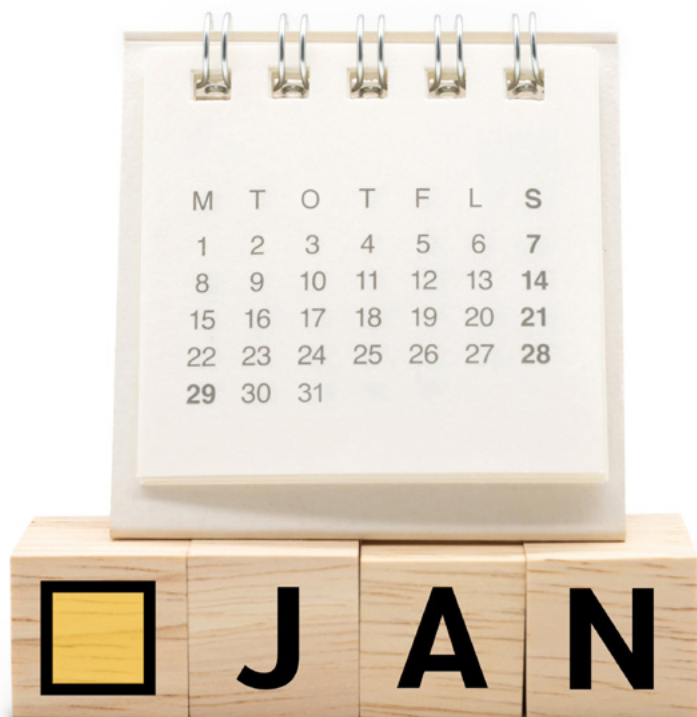
Bestäm tillsammans med rektor/biträdande rektor eller enhetschef på äldreboende en rutin för hur snabbt uppkommen frånvaro (till exempel sjukdom) ska rapporteras. Det kan göras genom att mejla, skicka sms, ringa eller lämna meddelande på anslagstavla.

Rapportering av närvaro

Inom vissa verksamheter, som till exempel förskola och äldreboende, ska närvaro rapporteras i stället för frånvaro. Meddela tillagningssköket varje dag hur många som ska äta och ändra antalet när det behövs.

Var tydlig med specialkost och anpassad måltid

Följ rutinerna gällande specialkost och anpassad måltid i respektive förvaltning.



Rapportering av frånvaro och närvaro

Åtgärd

Skapa effektiva rutiner för rapportering av planerad frånvaro eller närvaro.

Skapa effektiva rutiner för rapportering av snabbt uppkommen frånvaro.

Var tydlig med hur frånvarorapporteringen för specialkost ska gå till.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

5 Tips för inköp som minskar svinnet

Skapa en rutin för att förbereda inköp

Utgå från kostdataprogrammets recept och era egna erfarenheter av hur mycket som brukar gå åt. Inventera kyl, frys och förråd på råvaror och rester. Kontrollera vilken närvaro och frånvaro som är planerad.

Undvik stora lager

Stora lager av livsmedel som används sällan leder ofta till stort matsvinn. Mat som aldrig köps in behöver heller aldrig kastas.

Leverans av färska råvaror nära användning

Beställ färskvaror med kort hållbarhet för leverans strax innan de ska användas.

Köp förpackningar i olika storlekar

Köp livsmedel i både större och mindre förpackningar. Då blir det lättare att undvika att öppnade förpackningar blir stående och att innehållet blir gammalt. Packa om livsmedel som ska frysas in i lagom stora förpackningar.

Köp mindre styckevikter

Små potatisar, köttbullar och biffar gör det lättare att anpassa portionens storlek efter olika matgästers önskemål och behov. Många matgäster tar snarare mat efter antal än efter storlek.

Mat i säsong med bra kvalitet

Livsmedel i säsong har oftast bra kvalitet, vilket minskar risken för svinn. Ibland kan det vara frestande att köpa lågprisprodukter, men de har i många fall sämre kvalitet och innehåller ofta mer vatten. Det ökar svinnet och gör att en mindre mängd mat blir kvar efter tillagning.



Inköp

Åtgärd

Kontrollera lager, planerad närvaro och frånvaro, tidigare åtgång och recept i kostdataprogrammets före inköp.

Bygg inte upp stora lager av livsmedel.

Köp både större och mindre förpackningar.

Beställ färskvaror så att de levereras nära användning.

Köp mindre styckevikter.

Köp livsmedel i säsong med hög kvalitet.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

6 Förvara maten rätt

Först in – först ut

Ha god omsättning på livsmedel så att de inte hinner bli dåliga. Varor med lång hållbarhet och utgångsdatum långt fram i tiden placeras längst bak och underst i hyllor och lådor.

Håll ordning

Är ni flera i köket så utse en huvudansvarig för ett förråd eller en kyl. Inventera och røj upp regelbundet, till exempel inför beställningar.

Frys in färskvaror som inte går åt

Färska råvaror som fisk, kött och färs kan frysas in om det blir över vid tillagningen. Var noga med att försluta förpackningarna ordentligt.

Märk med datum och innehåll

Skriv datum på öppnade förpackningar med färskvaror. Märk även rester av tillagad mat med datum och innehåll. Det underlättar för kollegor och vikarier. Att känna till och kunna ange matens innehåll och ursprung (spårbarhet) är också ett krav i livsmedelslagstiftningen. Lagrade livsmedel som inte kan spåras måste slängas.

”Bäst före” är inte ”sista förbrukningsdag”

Alla som arbetar i köket ska ha kunskap om datummärkning. Ni ska också kunna förklara vad den innebär för andra personalgrupper och matgäster. Mat som passerat ”bäst före-datum” får användas förutsatt att den är ätlig. Lukta, smaka och titta! Det är tillåtet att frysa in livsmedel senast ”sista förbrukningsdag”. De måste då tillagas så fort de tinats upp.

Håll 4°C i kylan

Mat som förvaras vid 4°C i stället för 8°C håller nästan dubbelt så länge. Miljövinsten av det minskade svinn som detta leder till är större än miljökostnaden för den ökade energiförbrukningen.

Rädda maten om frysen gått sönder

Skulle frysen gå sönder är det viktigt att först bedöma om råvarorna går att använda. Bröd kan frysas om även om det har tinat. Tinade grönsaker, kött, fisk och fågel som fortfarande håller 4°C på ytan kan tillagas. Om maten är halvfrusen kan den frysas om.

Förvara frukt och grönt rätt

De flesta grönsaker och en del frukter håller sig bäst i kyla, men bananer, tomater, gurka och squash ska helst förvaras vid 12–15°C. Bananer får köldskador i kylskåp. Gasen etylen, som avges när till exempel äpplen och tomater mognar, gör att andra frukter och grönsaker blir dåliga fortare.



Förvaring

Åtgärd

Placera varorna enligt principen ”först in – först ut”.

Organisera förvaringen så att ni har bra överblick.

Frys in färskvaror som inte går åt.

Märk öppnade förpackningar med datum och innehåll.

Skilj på ”bäst före” och ”sista förbrukningsdag”.

Ha 4°C i kylan.

Förvara frukt och grönt rätt.

Ha en rutin för att rädda maten om frysen går sönder.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

7 Tillaga med variation

Laga bara det som går åt

Följ rekommendationerna i avsnittet om portionsberäkning. Om det går åt mer mat än väntat är det bra att ha en reserv som snabbt kan värmas. Om det blir mat över kan den kylas ner och serveras vid ett annat tillfälle.

Laga och skicka mat i kärl av olika storlek

Det gör det enklare att skicka ut mer exakta mängder mat. Det blir också lättare att anpassa mängden mat som ställs fram till servering.

Använd termometer

Laga maten vid rätt temperatur enligt recept och erfarenhet. För hög temperatur ger svinn genom att maten förlorar vätska. Avbryt vid rätt kärntemperatur. Justera recept om det behövs.

Laga mat i omgångar om ni kan

Då blir det enklare att anpassa mängden till vad som går åt. Mat kan ofta förberedas delvis, men avvakta med att blanda eller sluttillaga till strax före servering. Det gör det också lättare att använda sådant som eventuellt blir över i nya rätter.

Återkoppla till receptansvarig

Diskutera tillagningsanvisningarna i recepten i kostdataprogrammet kontinuerligt. Förslag på förändringar lämnas till förvaltningens receptansvariga. Detta bidrar till att minska tillagningssvinnet i hela staden.

Tina upp mat långsamt i kylan

Om mat tinas upp för snabbt försvinner mycket vätska och maten blir torr.

Väg och mät all mat som skickas

Skicka inte med "lite extra" – det blir ofta över vid serveringen. Bifoga en följesedel med total mängd skickad mat och beräknad portionsstorlek som visar hur mycket av måltidens olika komponenter som ska ingå i en portion. Lämna gärna en bild på en upplagd portion och ge förslag på serveringsbestick.

Laga mindre styckevikter

Många matgäster tar snarare mat efter antal än efter storlek. Genom att laga biffar, bullar och annat i mindre storlek så blir det lättare för matgästen att välja rätt mängd.

Skala och ansa försiktigt

Använd det gröna på purjolöken, utnyttja stjälken på broccolin och pressa citrusfrukter med citruspress. I många rätter kan morötter, äpplen och potatis användas med skalet kvar. Bortskurna bitar kan användas för att laga egen buljong.



Tillagning

Åtgärd

Laga bara så mycket mat som beräknas gå åt.

Laga och skicka mat i kärl av olika storlek.

Använd termometer vid tillagningen.

Laga maten i omgångar om det är möjligt.

Utvärdera recept och lämna synpunkter till receptansvarig.

Låt djupfrys mat tina långsamt i kylan.

Väg och mät all mat som skickas. Ta inte till "lite extra".

Laga mindre styckevikter.

Skala och ansa inte frukt och grönt mer än nödvändigt.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

8 Ha koll på uppläggningsen

Lägg bara upp så mycket som går åt

Det är viktigt att den som lägger upp maten i serveringsdiskar, på serveringsvagnar eller på tallrikar vet hur mycket mat som är beräknad per portion så att mängden blir rätt. Be tillagningssköket att skicka en följesedel med beräknad portionsstorlek.

Använd rätt storlek på serveringsbestick

Då blir det lättare att lägga upp en lagom stor portion. En portionsanpassad såsslev är ett bra exempel.

Ta fram ett bleck eller en kantin i taget

Det ger bättre möjligheter att minska svinnet. Mat i oöppnade kärl kan sparas där det finns möjlighet till nedkylning.

Återkoppla till tillagningssköket varje dag

Skapa en daglig rutin för att informera tillagningssköket om hur mycket mat som gått åt. Det kan göras på flera sätt – ring, mejla, sms:a eller skriv på matsedeln eller följesedeln som skickas tillbaka med matvagnar. Ange hur mycket mat som blev över, hur många som åt och vad de tyckte om maten.

Vid buffésservering i matsal

Använd små kärl i slutet av serveringen

Små fyllda kärl är trevligare än stora som lätt kan se kladdiga och ofräscha ut när det är lite mat kvar.

Räkna antalet framtagna tallrikar

Då blir det lättare att hålla koll på hur många som ätit och hur många fler som beräknas komma. Det gör det enklare för köket att laga mat i omgångar.

Samarbeta med schemaläggare

Ett bra lunchschema i skolan ger en jämn ström av matgäster och gör att man slipper toppar under senare delen av serveringstiden. I schemat kan man lätt se vilka klasser som har varit i matsalen och vilka klasser som är kvar. Diskutera med skolans schemaläggare om hur det kan göras. Inför gärna lunch på lektionstid, det vill säga att eleverna har lektion direkt före och efter lunchen.

Vid karottservering på avdelning

Gör det enkelt att få mer mat

Det ska vara enkelt för personalen på förskolor och äldreboenden att få påfyllning från köket om maten tar slut. Antingen genom att de själva får möjlighet att hämta mer mat i köket eller att de enkelt kan ringa eller sms:a kökspersonalen.

Spara övertäckta skålar på vagnen

Lägg upp en mindre mängd mat än beräknat i serveringsskålarna. Spara resten i en övertäckt skål som bara öppnas vid behov. Skålen ska inte användas förrän maten på bordet och grannborden är slut. Öppnade skålar kan skickas tillbaka till köket direkt efter måltiden och snabbt kylas ner där. Alternativt kan maten användas till mellanmål, pålägg eller kvällsmat på avdelningen.

Servering

Åtgärd

Lägg bara upp så mycket mat som beräknas gå åt.

Använd serveringsbestick av rätt storlek.

Ta fram ett bleck eller en kantin i taget.

Upprätta en rutin för daglig återkoppling till tillagningsköket.

Vid bufféservering

Använd små kärl i slutet av serveringstiden.

Räkna antalet framtagna tallrikar för att ha koll på hur många som ätit.

Samarbeta med skolans schemaläggare för att få ett så bra lunchschema som möjligt.

Vid karottservering

Spara övertäckta skålar på vagnen och öppna dem bara vid behov.

Gör det enkelt för personal i förskola och äldreomsorg att få mer mat från köket.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

9 Använd matresterna

Använd rester

Matrester kan serveras som de är eller användas i nya rätter som soppor, bröd, grytor, pytt, sallader eller till mellanmål. Alternativrätter i bufféservingar kan också bestå av rester. Rester kan även användas som reserv om de ordinarie rätterna tar slut.

Samla recept och tips

Frukt som riskerar att bli övermogen kan användas i smoothies. Grönsaker kan användas i wok, buljong eller grytor. Grötrester kan användas vid bakning. Bröd kan bli krutonger, varma mackor eller crostini. Samla recept och tips på hur man tar vara på matrester och skicka in till receptansvariga för kostdataprogrammet i din förvaltning.

Använd kalla rester i varma rätter

Fräscha rester från salladsbufféns kyllda del kan användas i varma maträtter. Till exempel kan morötter ingå i köttfärssås eller buljong.

Bestäm snabbt vad resterna ska användas till

Annars finns risk att de slängs. Använd rester av tillagad mat så snart som möjligt. Rester minskar behovet av nylagad mat. Minska därför på mängden nylagat och beställ färre varor när ni använder rester.

Ta hand om matrester säkert

Följ alltid egenkontrollprogrammets rutiner för säker livsmedelshantering och håll samma goda kontroll på allergener som vid ny tillagning.



Ta vara på rester

Åtgärd

Samla och skapa recept på hur man använder rester i nya rätter.

Ta vara på kalla rester från buffé och serveringsvagn och använd i varma rätter.

Bestäm så fort som möjligt vad en rest ska användas till.

Följ egenkontrollprogrammet även vid resthantering.

**Sätt upp
åtgärdslistan
på lämplig
plats i köket**

Vägning av kökssvinn

För att alla kök i Göteborgs Stad ska mäta matsvinn på samma sätt har staden tagit fram en gemensam mätmetod. Använd den för att mäta ert matsvinn.

Gör så här!



1 Släng allt kökssvinn i ett eget kärl.



2 Väg. Räkna bort kärlets vikt.



3 Anteckna vikten på svinnlistan.



4 Registrera i kostdata-programmet.

Kökssvinn är:

- » Livsmedel som slängs.
- » Lagad mat som sparas men sedan slängs.
- » **Obs!** Oätligt matavfall som skal, ben, kärnor och kaffesump räknas inte som kökssvinn.



Vägning av serveringssvinn

För att alla kök i Göteborgs Stad ska mäta matsvinn på samma sätt har staden tagit fram en gemensam mätmetod. Använd den för att mäta ert matsvinn.

Gör så här!



1 Släng allt serveringssvinn i ett eget kärl.



2 Väg. Räkna bort kärlets vikt.



3 Anteckna vikten på svinnlistan.



4 Registrera i kostdata-programmet.

Serveringssvinn är:

- » Mat som är kvar i skålar, kantiner och karotter efter servering och slängs.
- » **Obs!** Mat som slängs från tallrikarna räknas inte som serveringssvinn.



Vägning av tallrikssvinn

För att alla kök i Göteborgs Stad ska mäta matsvinn på samma sätt har staden tagit fram en gemensam mätmetod. Använd den för att mäta ert matsvinn.

Gör så här!



1 Släng allt tallrikssvinn i ett eget kärl.



2 Väg. Räkna bort kärlets vikt.



3 Anteckna vikten på svinnlistan.



4 Registrera i kostdata-programmet.

Tallrikssvinn är:

- » Matrester som skrapas av från tallrikar efter serveringen.
- » Oätliga rester som servetter eller ben är inte tallrikssvinn och ska räknas bort om det är möjligt.



Svinnlistan

Månad/år:		Enhet:	
Datum	Kökssvinn (kg)	Serveringssvinn (kg)	Tallriksvinn (kg)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
Summa			

Kökssvinn = Livsmedel som slängs. Lagad mat som sparas men sedan slängs.

Serveringssvinn = Mat som är kvar i skålar, kantiner och karotter efter servering och slängs.

Obs! Mat som slängs från tallrikarna räknas inte som serveringssvinn. Oätligt matavfall som skal, ben, kärnor och kaffesump räknas inte som matsvinn.

Serverar ni **flera rätter samma dag**, använd **två olika listor**.

Registrera mätresultaten i kostdataprogrammet, helst dagligen.



Länkar:

- » Göteborgs Stads policy för måltider
- » Livsmedelsverket

