

OLDJUK MEG AZ ÉLELMISZERPAZARLÁST!

FELADATLAP

Kedves Gyerekek!

A következő feladatokban játékos módon ismerkedhettek meg az élelmiszerekkel, a pazarlás megelőzésével és a környezetünk védelmével. A feladatok megoldása közben gondolkodhattok, beszélgethettek és együtt is dolgozhattok. Ha a pedagógussal közösen haladtok a tesztek kitöltésével, mindig kövessétek a kérését, így az Ő munkáját is megkönnyíthetitek. FigyeljeteK, gondolkodjatok együtt, és próbáljátok meg minél kevesebb élelmiszert pazarolni! Jó tanulást kívánunk!



1. feladat

Készíts gondolattérképet! Írd fel a lap közepére nagy betűkkel, hogy "ÉTEL". Ezután gondold végig, mi minden jut eszedbe erről a szóról. A középben lévő "ÉTEL" szóból húzz vonalakat, és a vonalak végére írd fel ezeket a szavakat, így egy pókhálóhoz hasonló ábrát kapsz. Ha marad időd, válassz ki néhány szót, amit felírtál, és gondold tovább: írd le azt is, hogy azokról a szavakról mi jut még eszedbe.



2. feladat

Milyen hulladéktípusba tartoznak az alábbi élelmiszerek? Írd az élelmiszerhulladék betűjét a megfelelő helyre!

a. csirkecsont

c. penészes zsemle

e. dióhéj

b. kenyérhéj

d. penészes lekvár

f. meggybefőtt leve

ELKERÜLHETŐ	NEM ELKERÜLHETŐ	LEHETSÉGESEN ELKERÜLHETŐ


3. feladat

A ti otthonotokban mi a leggyakoribb oka annak, hogy élelmiszerhulladék keletkezik? Sorolj fel hármat!

1.
2.
3.

4. feladat

Ki vezeti a sort? Írd be a dobogó megfelelő helyeire a 3 legnagyobb mennyiségben elpazarolt élelmiszer kategóriát Magyarországon. A kategóriák alá gyűjtsetek tippeket, hogyan lehetne csökkenteni azok mennyiségét!

..... I. HELY		
..... II. HELY	 III. HELY
TIPPEK	TIPPEK	TIPPEK
.....



5. feladat

Olvasd el az alábbi helyzeteket! Gondold végig, mit lehetne tenni, hogy az étel ne vesszen kárba. A megoldás lehet olyan is, ami segít az adott helyzetet "megmenteni", vagy olyan, ami segít abban, hogy legközelebb elkerüld. Írj minden helyzethez legalább egy ötletet!

1. Gyakran előfordul, hogy nem eszed meg, amit kiszedsz a tányérodra.

Mit tehetünk?

.....
.....

4. Egy születési zsúron nem fogy el minden étel.

Mit tehetünk?

.....
.....

2. Elfelejtet napközben megenni a tízóraidat.

Mit tehetünk?

.....
.....

5. Osztálykirándulásra túl sok ételt visztek, és mire hazaértek, megromlik a szendvics.

Mit tehetünk?

.....
.....

3. A menzán olyan ételt kapsz, amit kevésbé szeretsz.

Mit tehetünk?

.....
.....

6. Étteremben nagyobb adagot kapsz, mint amit meg tudsz enni.

Mit tehetünk?

.....
.....

6. feladat

Csoportosítsd! Melyik élelmiszernek lehet fogyaszthatósági ideje és melyeknek minőségmegőrzési ideje?

- a. száraz tészta
- b. joghurt
- c. ásványvíz
- d. babkonzerv
- e. darált hús

- f. felvágott
- g. étolaj
- h. tejföl
- i. csokoládé
- j. virsli

MINŐSÉGMEGŐRZÉSI IDŐ
FOGYASZTHATÓSÁGI IDŐ





7. feladat



Mit jelent, hogy szezonális? Egészítsd ki a következő szöveget az odaillo kifejezésekkel!

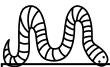
külföldről, évszakban, finomabbak, eltárolhatók, szállítási idő, hosszú, környezetünk

A szezonális zöldségek és gyümölcsök az adott (1)..... természetes körülmények között teremnek. Nem kell őket mesterségesen érlelni, tárolni vagy (2)..... behozni. Ezek a termények jellemzően frissebbek és (3)..... is, mert nem kell heteket utazniuk, nincs szükség (4)..... szállítási időre és sok csomagolóanyagra sem. Vásárlásukkal és fogyasztásukkal teszünk a környezetünk védelméért is. A rövid (5)..... miatt kisebb mennyiségben romlanak meg útközben, otthonunkban kellő odafigyeléssel tovább (6).....

8. feladat

Válogasd ki! Melyik hulladék kerülhet a komposztba és melyik nem?

- a. almahéj
- b. kávézacc
- c. elszáradt cserepes növények
- d. fém
- e. olaj- és zsírmaradék
- f. tojáshéj
- g. penészes ételmaradék
- h. üveg
- i. avar
- j. vágott fű, kerti gaz
- k. elnyílt virágok
- l. teafilter tartalma
- m. műanyag
- n. vegyszerek, kozmetikumok
- o. zöldséghéj
- p. főtt ételmaradék
- q. kenyér
- r. ágak, gallyak
- s. csontok



KOMPOSZTÁLHATÓ



NEM KOMPOSZTÁLHATÓ



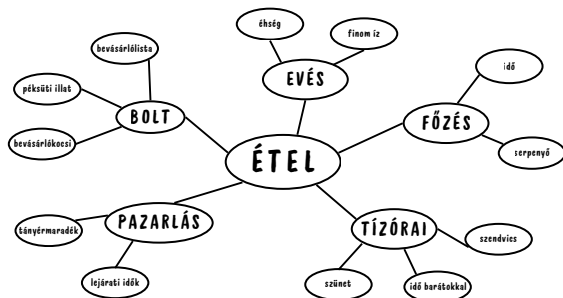


Megoldások

1. feladat

Készíts gondolattérképet!

Lehetséges gondolattérkép:



2. feladat

Milyen hulladéktípusba tartoznak az alábbi élelmiszerek? Írd az élelmiszerhulladék betűjét a megfelelő helyre.

a. csirkecsont

c. penészes zsemle

e. dióhéj

b. kenyérhéj

d. penészes lekvár

f. petrezselyemzöld

ELKERÜLHETŐ	NEM ELKERÜLHETŐ	LEHETSÉGESEN ELKERÜLHETŐ
c., d.	a., e.	b., f.

3. feladat

A ti otthonotokban mi a leggyakoribb oka annak, hogy élelmiszerhulladék keletkezik? Sorolj fel hármat!

1. Elfeledkeztünk róla, lejárt és megromlott.
2. Túl sokat főztünk és nem volt kedvünk megenni.
3. Túl sokat vásároltunk, lejárt és megromlott.



4. feladat

Ki vezeti a sort? Írd be a dobogó megfelelő helyeire a 3 legnagyobb mennyiségben elpazarolt élelmiszer kategóriát Magyarországon. A kategóriák alá gyűjtsetek tippeket, hogyan lehetne csökkenteni azok mennyiségét!

Zöldségek,
gyümölcsök

II. HELY

TIPPEK

Figyeljünk oda a megfelelő tárolási körülményekre, használjuk fel a girbe-gurba zöldségeket és gyümölcsöket is.

Készételek

I. HELY

TIPPEK

Tervezzük meg a menüt, írjunk bevásárlólistát, ha több étel készült fagyasztással tartósíthatjuk azokat.

Pékárúk

III. HELY

TIPPEK

Figyeljünk oda a tárolásra, tartósítsuk fagyasztással, a szikkadt pékárukból készíthetünk bundáskenyeret, melegszendvicset vagy mákosgubát is.

5. feladat

Olvasd el az alábbi helyzeteket! Gondold végig, mit lehetne tenni, hogy az étel ne vesszen kárba. A megoldás lehet olyan is, ami segít az adott helyzetet "megmenteni", vagy olyan, ami segít abban, hogy legközelebb elkerüld. Írj minden helyzethez legalább egy ötletet!

1. Gyakran előfordul, hogy nem eszed meg, amit kiszedsz a tányérodra.

- kevesebbet szedek elsősre
- elcsomagolom későbbre
- megkérdem, kérek-e repetát inkább később

2. Elfelejtet napközben megenni a tízóraidat.

- olyan helyre teszem, ahol biztosan látom
- elrakom későbbre, ha még ehető
- olyat kérek enni a szüleimtől, amit szeretek és meg fogom enni

3. A menzán olyan ételt kapsz, amit kevésbé szeretsz.

- kevesebbet kérek belőle
- legalább megkóstolom
- azt a részt megeszem, amit szeretem

4. Egy születési zsúron nem fogy el minden étel.

- elcsomagolják a vendégeknek
- elrakjuk későbbre a családnak

5. Osztálykirándulásra túl sok ételt viztek, és mire hazaértetek, megromlik a szendvics.

- kevesebb ételt viszünk legközelebb
- olyan ételt csomagolunk, ami nem romlik meg könnyen
- hűtőtáskát használunk
- megosztjuk egymással az ételt

6. Étteremben nagyobb adagot kapsz, mint amit meg tudsz enni.

- kisebb adagot kérek legközelebb
- megosztom valakivel
- elcsomagoltatom és hazaviszem



6. feladat

Csoportosítsd! Melyik élelmiszernek lehet fogyaszthatósági ideje és melyiknek minőségmegőrzési ideje?

- | | |
|------------------|--------------|
| a. száraz tészta | f. felvágott |
| b. joghurt | g. étolaj |
| c. ásványvíz | h. tejföl |
| d. babkonzerv | i. csokoládé |
| e. darált hús | j. virsli |

FOGYASZTHATÓSÁGI IDŐ
b., e., f., h., j.
MINŐSÉGMEGŐRZÉSI IDŐ
a., c., d., g., i.

7. feladat

Mit jelent, hogy szezonális? Egészítsd ki a következő szöveget az odaillo kifejezésekkel!

külföldről, évszakban, finomabbak, eltárolhatók, szállítási idő,
hosszú, környezetünk

A szezonális zöldségek és gyümölcsök az adott (1)..... természetes körülmények között teremnek. Nem kell őket mesterségesen érlelni, tárolni vagy (2)..... behozni. Ezek a termények jellemzően frissebbek és (3)..... is, mert nem kell heteket utazniuk, nincs szükség (4)..... szállítási időre és sok csomagolóanyagra sem. Vásárlásukkal és fogyasztásukkal teszünk a környezetünk védelméért is. A rövid (5)..... miatt kisebb mennyiségben romlanak meg útközben, otthonunkban kellő odafigyeléssel tovább (6).....



- (1): évszakban
(2): külföldről
(3): finomabbak
(4): hosszú
(5): szállítási idő
(6): eltárolhatók



8. feladat

Válogasd ki! Melyik hulladék kerülhet a komposztba és melyik nem?

- | | | |
|-----------------------------------|-------------------------|-----------------------------|
| a. almahéj | g. penészes ételmaradék | n. vegyszerek, kozmetikumok |
| b. kávézacc | h. üveg | o. zöldség héj |
| c. elszáradt eserepes
növények | i. avar | p. főtt ételmaradék |
| d. fém | j. vágott fű, kerti gaz | q. kenyér |
| e. olaj- és zsírmaradék | k. elnyílt virágok | r. ágak, gallyak |
| f. tojáshéj | l. teafilter tartalma | s. csontok |
| | m. műanyag | |

KOMPOSZTÁLHATÓ 	NEM KOMPOSZTÁLHATÓ 
a., b., c., f., i., j., k., l., o., r.	d., e., g., h., m., n., p., q., s.