

ZIELGRUPPE:  
SEKUNDARSTUFE I,  
KLASSE 8–10



Bildnachweis: © Augustin Orduna/Stock.com

verbraucherzentrale

Klimabewusst essen in Schulen

**#Restlos:**  
**Lebensmittel wertschätzen**

Station 2 aus dem Workshop „Klimafrühstück“

... ❖ AUFGABE 1

Überlegt mal, welche Lebensmittel bei euch Zuhause oder wenn ihr unterwegs esst (z. B. im Restaurant) mengenmäßig am meisten weggeworfen werden. Notiert eure Gedanken.

Wie sieht es in Deutschland aus? Schaut euch die Bilder mit den Lebensmittelgruppen an. Was denkt ihr: Welche Lebensmittel werden in Deutschland mengenmäßig am meisten weggeworfen? Bringt die Bilder in eine Reihenfolge: Platz 1 bedeutet, es wird viel davon weggeworfen, Platz 5 bedeutet, es wird eher weniger davon weggeworfen.



.....

.....

.....

.....

.....



...❖ **AUFGABE 2**

Warum ist das so? Notiert mögliche Gründe, warum diese Lebensmittel weggeworfen werden. Die Infobox hilft dir.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

...❖ **AUFGABE 3**

Welche Folgen könnte die Lebensmittelverschwendung für das Klima haben? Tauscht euch aus und kreuzt die richtigen Antworten an.



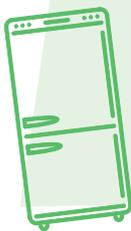
- In Lebensmitteln stecken wertvolle Ressourcen (z. B. Wasser, Energie, Böden, Arbeitskraft). Werden Lebensmittel weggeworfen gehen diese Ressourcen verloren.
- Die Produktion von Fleisch, Wurst, Milch und Käse verursacht besonders viele klimaschädliche Treibhausgase. Werden diese Lebensmittel nicht gegessen, sondern weggeworfen, ist das schlecht fürs Klima.
- Es gibt genug Ressourcen auf der Erde. Es ist nicht schlimm, wenn Lebensmittel weggeworfen werden.
- Transport, Verarbeitung, Verpackung und Zubereitung von Lebensmitteln verursachen klimaschädliche Treibhausgase. Werden diese Lebensmittel nicht gegessen, belasten sie die Umwelt.

### ...❖ AUFGABE 4

Die richtige Lagerung von Lebensmitteln ist wichtig, um Lebensmittelabfälle zu reduzieren. Wisst ihr, wo sich Äpfel, Brot, Käse und Kartoffeln am wohlsten fühlen, damit sie nicht schrumpelig oder schlecht werden?

Nehmt die Bilder des Kühlschranks und Vorratsschranks und ordnet die Lebensmittel an den richtigen Ort für eine optimale Lagerung. Die Infobox hilft euch.

Kontrolliert am Ende, ob ihr alle Lebensmittel richtig sortiert habt.



### ...❖ AUFGABE 5



Was genau bedeutet das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)? Wie könnt ihr feststellen, ob ein Lebensmittel auch nach Ablauf des MHD noch gut ist?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



### ...❖ AUFGABE 6



Wisst ihr auch, was das Verbrauchsdatum ist? Schreibt einen Satz dazu, was es sein könnte und bei welchem Lebensmittel wir es finden. Die Infobox hilft euch.

.....

.....

.....

.....

.....

... AUFGABE 7

Was könnt ihr selbst gegen Lebensmittelverschwendung tun? Wie viele Kästchen des ABC der Lebensmittelrettung könnt ihr ausfüllen?

<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b> oggy-bag für's Restaurant. Nimm Reste mit nach Hause.
<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>
<b>I</b>	<b>J</b> edes Lebensmittel wertschätzen.	<b>K</b>	<b>L</b>
<b>M</b>	<b>N</b>	<b>O</b>	<b>P</b>
<b>Q</b>	<b>R</b>	<b>S</b>	<b>T</b>
<b>U</b>	<b>V</b> ermeide Verschwendung. Nimm nur so viel, wie du wirklich brauchst.	<b>W</b>	<b>Z</b>

❖ AUFGABE 8

Notiert drei für euch wichtige Dinge, um Lebensmittel zu retten.



.....

.....

.....

.....

.....

# Infoboxen

## ...❖ AUFGABE 1



Jedes Jahr werfen wir in Deutschland 78 kg Lebensmittel pro Kopf weg. Das ist eine ganze Menge. Von allen vermeidbaren Lebensmittelabfällen machen frische Produkte den größten Anteil aus. Das sind vor allem Obst und Gemüse (Platz 1), gefolgt von gekochten und nicht gegessenen Speisen (Platz 2) sowie Brot und Backwaren (Platz 3). Aber auch Milchprodukte (Platz 4) sowie Fleisch, Fisch und Wurstwaren (Platz 5) landen zu oft auf dem Müll.

## ...❖ AUFGABE 2



Wir werfen Lebensmittel weg, weil

- wir zu viel eingekauft haben,
- wir keinen Überblick über unsere Vorräte haben,
- das Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen ist,
- wir Reste nicht verwerten,
- wir sie falsch lagern,
- sie verdorben sind,
- sie uns nicht schmecken,
- wir zu viel gekocht haben.

## ...❖ AUFGABE 4



Auf der **untersten Ablage** werden die **tiefsten Temperaturen** (zwischen 0 und 2 Grad) erreicht. Leicht verderbliche Lebensmittel wie **Fleisch oder Fisch** sind hier am richtigen Platz.

Im **mittleren Fach** sind **Milchprodukte wie Sahne und Joghurt** gut aufgehoben. In die **oberen Fächer** gehören **Käse und Speisereste**.

**Eier, Butter, Milch und Getränke** brauchen nur eine leichte Kühlung. Sie kommen in die **Kühlschranktür**.

Ganz **unten** befinden sich die **Fächer für Obst und Gemüse**. Aber nicht alle Sorten vertragen Kälte. Exotische Früchte wie Ananas, Mango oder Bananen gehören nicht in den Kühlschrank.

# Infoboxen

## ...❖ AUFGABE 5

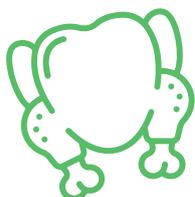


Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) gibt an, bis zu welchem Datum das gekaufte Lebensmittel (z. B. der Joghurt) garantiert seine Eigenschaften behält. Also wie lange es bei richtiger Lagerung seinen Geschmack, seine Konsistenz und seine Farbe nicht verändert.

Nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums ist das Lebensmittel nicht automatisch schlecht. Es kann häufig noch verzehrt werden.

Durch genaues Anschauen (z. B. bei Schimmel), prüfendes Riechen und vorsichtiges Probieren wisst ihr in den meisten Fällen sehr schnell, ob das Lebensmittel noch genießbar ist.

## ...❖ AUFGABE 6



Das Verbrauchs- oder Verfallsdatum gibt an, bis zu welchem Datum leicht verderbliche Lebensmittel (z. B. rohes Hackfleisch, Fisch, Gefügel) haltbar sind. Ist das Verbrauchsdatum überschritten, solltet ihr die Lebensmittel auf keinen Fall mehr essen.

## ...❖ MERKE:

**Mindesthaltbarkeitsdatum: Mach den Check! Verfallsdatum: Wirf es weg!**

