

Mögliche Merkmale nachhaltiger Lebensmittel

regional	verursacht wenig CO ₂	bio	keine Plastikverpackung
geringer Wasserverbrauch	fairer Lohn	keine Kinderarbeit	keine Pestizide ¹ fossilen Ursprungs
nur Biodünger	gute Arbeitsbedingungen	kurze Transportwege	saisonal ²

¹ Pflanzenschutzmittel

² Lebensmittel, die es nur zu ihrer „natürlichen“ Erntezeit zu kaufen gibt (z. B. Erdbeeren von Mai bis Juli)

Mögliche Merkmale nachhaltiger Lebensmittel

regional	verursacht wenig CO ₂	bio	keine Plastikverpackung
geringer Wasserverbrauch	fairer Lohn	keine Kinderarbeit	keine Pestizide ¹
nur Biodünger	gute Arbeitsbedingungen	kurze Transportwege	saisonal ²

¹ Pflanzenschutzmittel, die giftig sind

² Lebensmittel, die es nur zu ihrer Erntezeit zu kaufen gibt (z. B. Erdbeeren von Mai bis Juli)

Möglichkeiten zum Retten von Lebensmitteln

– Supermärkte –

Preise von älteren
Backwaren reduzieren

Preise von Waren reduzieren,
deren MHD¹ zeitnah
abläuft

Preise von älterem
Obst/Gemüse reduzieren

Wenn viele leicht verderb-
liche Lebensmittel auf La-
ger: Sonderangebote
(z. B. 2+1)

kein Nachfüllen der Back-
waren nach (z. B.) 16 Uhr

Überflüssige Lebensmittel
an gemeinnützige Organi-
sationen spenden

Dumpstern² zulassen

Sortiment/Auswahl
verkleinern

Normen zur Größe und
Form von Obst und Ge-
müse lockern

¹ Mindesthaltbarkeitsdatum

² Containern; Das Durchsuchen von Müllcontainern von Supermärkten nach essbaren Lebensmitteln durch Privatpersonen

Möglichkeiten zum Retten von Lebensmitteln

– Supermärkte –

Preise von älteren
Backwaren reduzieren

Preise von Waren reduzieren,
deren MHD¹ zeitnah
abläuft

Preise von älterem
Obst/Gemüse reduzieren

Wenn viele leicht verderb-
liche Lebensmittel auf La-
ger: Sonderangebote
(z. B. 2+1)

kein Nachfüllen der Back-
waren nach (z. B.) 16 Uhr

Überflüssige Lebensmittel
an gemeinnützige Organi-
sationen spenden

Dumpstern² zulassen

Sortiment/Auswahl
verkleinern

Normen zur Größe und
Form von Obst und Ge-
müse lockern

¹ Mindesthaltbarkeitsdatum

² Containern; Das Durchsuchen von Müllcontainern von Supermärkten nach essbaren Lebensmitteln durch Privatpersonen

Möglichkeiten zum Retten von Lebensmitteln

- Einzelperson -

Einkauf planen und Einkaufslisten schreiben

MHD¹ nicht als Ablaufdatum sehen

Lebensmittel mit näherem MHD zuerst verbrauchen

Reste verwerten

Auch reduzierte, bald ablaufende Lebensmittel kaufen

Auch „hässliches“ Obst und Gemüse kaufen

auf richtige Lagerung der Lebensmittel achten

Reste einfrieren

Apps verwenden, um Essen zu retten (z. B. *Too Good To Go*)

¹ Mindesthaltbarkeitsdatum

Möglichkeiten zum Retten von Lebensmitteln

- Einzelperson -

Einkauf planen und Einkaufslisten schreiben

MHD¹ nicht als Ablaufdatum sehen

Lebensmittel mit näherem MHD zuerst verbrauchen

Reste verwerten

Auch reduzierte, bald ablaufende Lebensmittel kaufen

Auch „hässliches“ Obst und Gemüse kaufen

auf richtige Lagerung der Lebensmittel achten

Reste einfrieren

Apps verwenden, um Essen zu retten (z. B. *Too Good To Go*)

¹ Mindesthaltbarkeitsdatum

Möglichkeiten zum Retten von Lebensmitteln

– Gastronomiebetrieb –

Angebot auf der Speisekarte klein halten

Portionsgrößen anpassen

Nachnehmen ermöglichen

An Foodsharing teilnehmen

Preisnachlässe für Vorbestellungen geben

Reste als Spezialgerichte vermarkten

auf richtige Lagerung der Lebensmittel achten

Vorräte klein halten

Gerichte nach Bedarf frisch zubereiten

Möglichkeiten zum Retten von Lebensmitteln

– Gastronomiebetrieb –

Angebot auf der Speisekarte klein halten

Portionsgrößen anpassen

Nachnehmen ermöglichen

An Foodsharing teilnehmen

Preisnachlässe für Vorbestellungen geben

Reste als Spezialgerichte vermarkten

auf richtige Lagerung der Lebensmittel achten

Vorräte klein halten

Gerichte nach Bedarf frisch zubereiten