



Smart mat för vår planet

Ca en fjärdedel av alla växthusgaser vi producerar i Sverige kommer från mat och livsmedelsproduktion. Det är nästan lika mycket som de utsläpp som kommer från inrikes transporter med bil, flyg, buss och tåg tillsammans! (WWF). Utav dessa livsmedel slängs sedan ca en tredjedel.

Klimattänket genomsyrar menyn i Sundbybergs skolor och förskolor och vi beräknar klimatpåverkan på alla luncher som serveras. Klimatdata på livsmedel får vi från forskningsinstitutet RISE, och vi kan då beräkna hur mycket växthusgaser som släpps ut från de livsmedel vi köper in och serverar som lunch. Vi vill också dela med oss av kunskapen till eleverna och personalen så att alla kan vara med på vår resa till en mer hållbar konsumtion.

Världsnaturfonden har genom befintlig forskning tagit fram en klimatbudget för vår matkonsumtion. Klimatbudgeten visar hur stor klimatpåverkan våra måltider kan ha för att vi ska kunna nå målet om maximalt 1,5 graders global uppvärmning. Budgeten är 11 kg koldioxidekvivalenter (CO₂e) per vecka. (<https://www.wwf.se/mat-och-jordbruk/one-planet-plate/#one-planet-plate-hemma>)

För en lunch eller middag blir det i snitt 0,5 kg CO₂e per måltid. Idag ger en svensk lunch eller middag i snitt en klimatpåverkan på cirka 2 kg CO₂e – så vi behöver börja äta annorlunda för att nå klimatmålen. Vi i Sundbyberg har redan kommit en bra bit på vägen med våra klimatsmarta måltider. Under 2021 har vi ett genomsnitt på ca 0.7 CO₂e per skollunch.

Det serveras ca 2 miljoner förskole- och skolmåltider varje dag i Sverige, så tillsammans kan vi göra en stor skillnad för vår jord.

Under kommande temavecka (vecka 38) är menyn sammansatt så att vi når vår klimatbudget för veckan i enlighet med klimatmålen. Självklart strävar vi efter att nå klimatmålen varje vecka, men det kräver att vi gör en gemensam förändring och är nytänkande tillsammans. Det viktigaste är att maten hamnar i magen och ger eleverna välbehövlig energi, men vi har inte råd att låta vårt enda jordklot fortsätta att ta notan för vår konsumtion.

Måltidsservice
Samhällsbyggnads- och serviceförvaltningen
Sundbybergs stad



Veckans matsedel (v 38)

Måndag: Falafel, rostade rotfrukter, picklad rödlök, vitlökssås (0,24kg CO₂e)

Falafel gjord på svenska ärtor serverad med svenska ekologiska rotfrukter i säsong

Tisdag: Korvstroganoff på kycklingkorv med havreris (0,22kg CO₂e)

En korvstroganoff gjord på kycklingkorv i stället för fläsk för att minska klimatutsläppet. Serveras med svenskt ekologiskt havreris. Bland de kolhydrater vi serverar i skolan har ris den högsta klimatpåverkan, delvis pga längre frakt, men även för att det går åt mycket vatten i produktionen av ris.

Onsdag: Skärgårdstorsk eller stekt sill, potatis (0,60kg CO₂e)

Vi serverar miljömärkt fisk, antingen torsk eller sill för den som vågar smaka. Sill är ett väldigt hållbart val av fisk, då den ger oss god näring och kommer från stabila bestånd som fiskas på sätt som påverkar miljön så lite som möjligt. Vågar du prova?

Torsdag: Linsoppa med rotfrukter, hembakat bröd

(0,27kg CO₂e)

Den här soppan är lagad på svenskodlade linser och rotfrukter. Ju fler ekologiska grödor vi har på tallriken ju mer mångfald får vi på fälten. Till soppan serveras bröd bakad på ekologiskt mjöl från svenska åkrar.

Fredag: Lasagne på hönsfärs (0,43kg CO₂e)

Vi avslutar veckan med en god lasagne som den här veckan lagas på hönsfärs i stället för nötfärs, på så sätt sänker vi klimatpåverkan med 80%. Hönsfärsen är lika proteinrik som nötfärsen, men innehåller mindre av det omättade fett, så den här rätten är bra för både dig och jorden.