

MATERIAALIT

Hävikkiruoka-päiväkirja

Seuraa kouluviikon ajan, mitä ruokaa heität pois kotona ja koulussa.

Kirjoita ruokahävikki tähän taulukkoon ja syy miksi heitit ruuan pois.

	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
aamupa -la	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:
lounas	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:
välipala	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:
päivälli -nen	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:
iltapala	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:	Syy:



Itsearviointi

Arvioi omaa työskentelyä asteikolla 1-3. (1=en, 2=jonkin verran, 3= Kyllä)

1. Täytitkö ruokahävikki päiväkirjaa joka ruuan jälkeen

1 2 3

2. Osallistuitko tunneilla yhteisiin keskusteluihin ja ryhmätehtävään

1 2 3

3. Etsitkö tai luitko tietoa ruokahävikistä

1 2 3

4. Juttelitko ruokahävikistä kotona perheesi kanssa

1 2 3

5. Ymmärrätkö ruokahävikin merkityksen ympäristölle

1 2 3

6. Vaikuttiko ruokapäiväkirjan pitäminen sinun omaan ruokahävikin määrään?

1 2 3

Ryhmän yhteenveto viikon aikana syntyneestä ruokahävikistä



Mitä ruokaa heititte viikon aikana pois ja miksi?

Mitä ruokaa oli eniten ja mitä vähiten (esim. lihaa, kalaa, maitotuotteita, viljatuotteita, kasviksia, hedelmiä, jotain muuta.) Olisiko pois heitettyä ruokaa voinut vielä hyödyntää?

Piirrä ja kirjoita ympyrään ryhmän koonti pois heitetystä ruuasta.

