

Parasta ennen **VAI** viimeinen käyttöpäivä?

Vinkki!

Esimerkiksi kananmunat ja hapanmaitotuotteet ovat yleensä käyttökelpoisia parasta ennen -päiväyksen jälkeenkin, jos ne on säilytetty kylmässä.



Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/hukkaruotuun



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET



PARASTA ENNEN

-merkintä tarkoittaa, että tuote säilyttää ominaisuutensa päiväykseen asti.

Tämän jälkeen tuotetta voi yleensä vielä käyttää, jos se vaikuttaa aistinvaraisesti arvioiden hyvältä.

Haista ja maista!

VIIMEINEN KÄYTTÖPÄIVÄ

-merkintä kertoo, koska tuote on viimeistään käytettävä.

Nämä tuotteet ovat helposti pilaantuvia.

RUOKAHUKKA RUOTUUN

Ruokahukka ruotuun, katse vesistöihin -hanketta rahoittaa ympäristöministeriön ravinteiden kierrätystä edistävä ja Saaristomeren tilaa parantava ohjelma.

Säilytä oikein, säilytät pidempään!

KYLMÄSSÄ

2–6°C (jääkaappi)

salaatit
yrtit (paitsi basilika ja sitruunamelissa)
peruna, kaalit, juurekset, sienet
sipuli, purjo

omena, päärynä, persikka, nektariini,
luumu
sitruushedelmät

tuore liha ja kala
mahdollisimman kylmässä
leikkeleet, lihavalmisteet

maito ja maitotuotteet, juustot
voi, margariini ja muut rasvavitteet

kotiruoka, valmisruoka
avatut säilykkeet ja maustekastikkeet

8–14°C (viileäkaappi)

tomaatti, kurkku, paprika
varhaisperuna
basilika, sitruunamelissa

ananas, melonit, greippi, avokado
pikkusitrukset
(klementiini, satsuma jne.)

kananmunat
ruokaöljy

HUONEENLÄMMÖSSÄ

15–20°C (kuivassa paikassa)

leipä
jauhot, hiutaleet, suurimot
murot, myslit
riisi, pasta

säilykkeet
avaamattomat lastenruokapurkit
UHT-pastöroidut maitotuotteet

banaanit
kuivatut hedelmät

mausteet
kahvi, tee, kaakao

muut kuivaelintarvikkeet

*Kaikki elintarvikkeet viihtyvät
pimeässä. Valo vanhentaa.*

Lue lisää:

www.maajakotitalousnaiset.fi/hukkaruotuun



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET



VESISTÖKUNNOSTUS-
VERKOSTO

RUOKAHUKKA RUOTUUN

Ruokahukka ruotuun, katse vesistöihin -hanketta rahoittaa ympäristöministeriön ravinteiden kierrätystä edistävä ja Saaristomeren tilaa parantava ohjelma.

Tiesitkö, että...

Suomessa KOTITALOUKSIEN RUOKAHÄVIKKI

on vuosittain 120–160 miljoonaa kiloa
eli 20–25 kiloa henkilöä kohden.

Kotona
syntyvä hävikki vie
jokaisen suomalaisen
lompakosta noin
125 €
vuodessa.

JOKA 20.
kaupasta kannettu
kassallinen päätyy
roskikseen.

Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/hukkaruotuun



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET



Lähde: Luke

RUOKAHUKKA RUOTUUN

Ruokahukka ruotuun, katse vesistöihin -hanketta rahoittaa ympäristöministeriön ravinteiden kierrätystä edistävä ja Saaristomeren tilaa parantava ohjelma.

Tiesitkö, että...

Jätteeksi menevä ruoka on ehtinyt kulkea ketjun joka lenkissä ympäristövaikutuksia tuottaen.

Kotitalouksissa syntyy ruokajätettä melkein kaksi kertaa enemmän kuin kaupoissa.

Eriten jätteeksi joutuu vihanneksia ja kotiruokaa.

Syötäväksi kelpaavaa ruokaa heitetään pois päiväyksen vanhentumisen, lautas-tähteeksi jäämisen ja liian suurien ruokamäärien valmistamisen vuoksi.

Suunnitelmallisuus, viitseliäisyys ja ruuanvalmistustaidot auttavat ruokahukan vähentämisessä.

Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/hukkaruotuun



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET



Lähde: Luke

RUOKAHUKKA RUOTUUN

Ruokahukka ruotuun, katse vesistöihin -hanketta rahoittaa ympäristöministeriön ravinteiden kierrätystä edistävä ja Saaristomeren tilaa parantava ohjelma.