

V Dic-u ODGOVORNO RAVNAMO S HRANO

Nataša Kuhelj Rožac
Dijaški dom Ivana Cankarja
december 2016

V dijaškem domu Ivana Cankarja dijake:

- Poučujemo o pomenu zdrave hrane za kvalitetno življenje
- Pripravljamo jih za globalno odgovoren način prehranjevanja
- Ozaveščamo o medsebojni odvisnosti lokalnih in prehranjevalnih verig
- Osveščamo o vplivu prehranjevanja na okolje in gospodarstvo v celoti

Zavržena hrana-je pereč problem povsod, kjer je hrane dovolj

Kako smo se te problematike lotili pri nas v
dijaškem domu?

MERJENJE ODPADKOV HRANE NA PLADNJIH

Cilji merjenja:

- ugotoviti dejansko stanje ostajanja hrane
- spoznati vzroke metanja hrane proč
- ozavestiti mlade o posledicah zavržene hrane
- zmanjšati količino odpadne hrane





MIRJANE ODPAKOV HRANE

HVALA KER SI SI VZEL LE
TOLKO HRANE, KOT JO
LAHKO POJEŠ!



56

NEKAJ ZDRAVI
PREDNADLOG



Zakaj mečemo hrano proč?

- nezadovoljni smo z okusom hrane - mladi imajo svoje okuse, ne marajo hrane na žlico
- razlike so tudi zaradi zaradi splošnega, kulturno pogojenega odnosa do hrane: starejši ljudje imajo praviloma spoštljivejši odnos do hrane
- zaradi prenizkega zavedanja glede pomena hrane



KONČNI NAMEN

Zmanjšati količino hrane, ki ostane na pladnjih
in jo zavržemo





INTERPRETACIJA REZULTATOV

Celodnevna merjenja odpadkov hrane, ki ostanejo na pladnjih smo pri enakem jedilniku merili že 6 x in primerjali rezultate.

Šolsko leto	2011/2012	2012/2013	2013/2014	2014/2015	2015/2016	2016/2017
% odpadne hrane - kosilo	20	18	13	15	7,5	8,5
% odpadne hrane - večerja	29	15,5	18	16	8	7,2

AKCIJA MERJENJA OSTANKOV KRUHA, KI OSTANEJO NA PLADNJIH

Šolsko leto	2012/2013	2013/2014	2014/2015	2015/2016
Povprečna količina odpadnega kruha v kg/dan	5,8	4,5	3,8	3,7



- Zavržene hrane je na srečo vse manj
- Hrano, ki ostane, razdelimo Slovenski filantropiji









SLOVENSKA
FILANTROPIJA

Druge aktivnosti, namenjene zmanjševanju odpadkov hrane

- Redni sestanki prehranske komisije z vodjo prehrane, sestanki vzgojnih skupin na temo hrane, sestanki Eko šole
- Anonimni anketni vprašalniki o zadovoljstvu hrane
- Spletna anketa o zadovoljstvu hrane
- Sodelovanje kuhinje in osebja z dijaki in vzgojitelji pri pripravi tematskih, svetovnih kuhinj, ...
- Večja ponudba lokalne in sezonske hrane
- Predavanja o hrani

Spletna anketa o zadovoljstvu s hrano v domu

Če združimo vse tiste, ki so odgovorili, da so s hrano zadovoljni (vedno, pogosto, včasih), ugotavljamo, da je 89% dijakov bolj ali manj zadovoljnih in le 11% s hrano nikakor ni zadovoljnih.

Tematska kosila, svetovne kuhinje, palačinka party

Sodelovanja kuhinje z dijaki ob posebnih dogodkih so pripeljala do boljših medsebojnih odnosov in posledično do spoštljivejšega odnosa do hrane



Palačinka party



Piščančja tortilija (Chimichanga s piščancem)

Sestavine:

Piščančje prsi, olivno olje, sol, poper, tortilije, nacho sir, kislá smetana, rdeča, zelena in rumena paprika.

Priprava:

Kupiš že pripravljene tortilije. Na olivnem olju prepražiš čebulo in dodaš zelo drobno nasekljano papriko (rdečo, zeleno in rumeno) - količinsko toliko kot čebule. To potem nekaj časa dušiš, da se paprika zmehča. Piščančji file narežeš na majhne koščke in ga dodaš papriki in čebuli. Vse skupaj posoliš in dušiš še toliko časa, da je meso "pečeno". S tem nadevaš tortilje in poleg tega pripravljenega nadeva dodaš v tortiljo še nariban sir. Nadevane tortilje položiš na pekač in vsako tortiljo premažeš s posebej pripravljeno belo salso (kislá smetana, jogurt, nacho sir) ter daš v pečico še za nekaj časa (to je potrebno zato, da se sir v tortiljah razpusti).

Pri serviranju pa se ponavadi postreže še rdeča in zelena salsa.

RDEČA SALSA: Prepražiš čebulo na olju, ko postekleni ji dodaš rdečo papriko, ko je paprika mehka dodaš še kečap, pokuhaš vse za par minut in s paličnim mešalnikom zmikšaš, ohladiš in postežeš.

ZELENA SALSA: Na rezance narežeš zeleno papriko, jo na olju rahlo popražiš (podušiš), dodaš mehiške pekoče feferone vse skupaj malo pokuhaš in prav tako s paličnim mešalnikom vse skupaj zmikšaš ter ohladiš.



Večja ponudba lokalne in sezonske hrane



Obisk pri Čebrovih





dicarske
soline



kako v DIC u porabimo hrano
ki je ne razdelimo

KRUH



drobtine
kruhovi omaki
soli
omada.

KROMPIR



svaljki
omaki
solata.

SADJE



kompot
sezona
jogurt s sadjem

ZELENJAVA
iz juhe



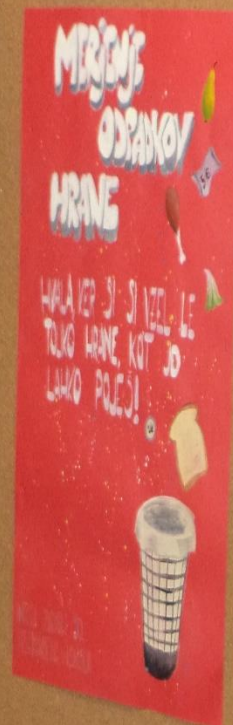
zelenjavna
omaka.

TESTENI-
NE, RIŽ, MESO



solate.

SVETOVNI DAN
HRANE
16. OKTOBER





STOP Food Waste

Save Money