

Parasta ennen **VAI** viimeinen käyttöpäivä?

Vinkki!

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



PARASTA ENNEN

-merkintä tarkoittaa, että tuote säilyttää
ominaisuutensa päiväkseen 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.



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/
alaruokihukkaa

ÄLÄ RUOKI
HUKKAA



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
sitruhedelmät

tuore liha ja kala
mahdollisimman kylmässä
leikkeleet, lihavalmistet

maito ja maitotuotteet, juustot
voi, margariini ja muut rasvavevitteet

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

Lähde: Luke

**Kaikki elintarvikkeet
viihtyvät pimeässä.
Valo vanhentaa.**

**ÄLÄ RUOKI
HUKKAA**



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/
alaruokihukkaa



Suomen
Luokanopettajat ry



KtaoL
KOTITALOUSOPETTAJIEN LIITO - HÄMÄLÄKÄNNÄKI ÖRNÄNEN FI



Luke
LUONNONVARAINKESKUS

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
100 €
vuodessa.

Joka 20.
kaupasta kannettu
kassallinen päätyy
roskikseen.

Lähde: Luke



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/
alaruokihukkaa

ÄLÄ RUOKI
HUKKAA



Tiesitkö, että...

Jätteeksi

menevä ruoka on ehtinyt kulkea ketjun joka lenkissä ympäristövaikutuksia tuottaen.

Eniten

jätteeksi joutuu kasviksia ja kotiruokaa.

Koti- talouksissa

syntyy ruoka-
hävikkiä melkein
kaksi kertaa
enemmän kuin
kaupoissa.

Syötäväksi

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

Suunnitelmallisuus, viitseliäisyys ja ruuanvalmistustaidot

auttavat ruokahukan vähentämisessä.

Lähde: Luke



MAA- JA
KOTITALOUSNAISET

Lue lisää:
www.maajakotitalousnaiset.fi/
alaruokihukkaa

ÄLÄ RUOKI
HUKKAA

