



ekomatsedeln

Vad är Ekomatsedeln?

Ekomatsedeln är ett internetbaserat redskap som underlättar för storhushållen att förändra sina maträtter och menyer till att bli mer miljöanpassade och ekologiska.

Ekomatsedeln bidrar till att öka användningen av ekologiska livsmedel i hälsosamma måltider i den offentliga måltidsverksamheten.

Ekomatsedeln bygger på konceptet "Ät S.M.A.R.T." '



Mer ekologiskt med bibehållen budget



Kommuner och landsting är intresserade av att öka sina inköp av ekologiskt till den offentliga måltidsverksamheten. Ett problem är att ekologiskt kostar mer än konventionellt. Kostnaderna för att öka inköpen av ekologiska livsmedel bör därför hållas nere.

Man kan införa mer ekologiskt med så gott som bibehållen budget genom att förändra menyerna. Genom att minska på de "dyra" livsmedlen och öka på de "billiga" och mer "nyttiga" kan man kringgå budgetproblemet och samtidigt servera hälsosamma eller till och med hälsosammare maträtter.

Tjänster i ekomatsedel.n.se

Syftet med ekomatsedeln är att vara ett lättillgängligt Internet baserat verktyg för de storhushåll som vill lägga om sina menyer till mer ekologiskt. Med Ekomatsedeln kan man få förslag på alternativa ekologiska lunchrätter, tips på var man hittar ekologiska livsmedel/leverantörer och förslag på miljöanpassade och ekologiska veckomenyer. Det finns fem tjänster i Ekomatsedeln;

1. Miljö-anpassa

Tjänsten *Miljö-anpassa* lär dig hur du gör recept mer miljöanpassade, ekologiska och näringsriktiga med bibehållen budget. Du får förslag på "nya" recept som är mer miljö-anpassade än det ursprungliga. Dessa "nya recept" kan näringsberäknas så att de blir rätt balanserade även efter egna ändringar av ingredienserna. Tjänsten fungerar även som receptbank.

2. Sök recept

En funktion där man kan söka recept i vår ekologiska S.M.A.R.T.-anpassade receptbank och hitta recept utifrån önskade måltidskomponenter och storkökstyp.

3. Näringsberäkna

I tjänsten "näringsberäkna" kan man näringsberäkna sina egna recept och få information om hur bra receptet är ur miljö- och näringsynpunkt.

4. Veckomatsedel

Här får man förslag på ekologiska och näringsanpassade veckomenyer, komponerade av vår dietist. Det finns förslag på en 4-veckors matsedel för varje enskild målgrupp.

5. Recept A-Ö

I receptbanken finns alla våra recept i bokstavsordning uppdelat efter storköksinriktning. I dagsläget finns 100 recept för varje enskild målgrupp (personalrestaurang, skola, förskola). Varje enskilt recept är S.M.A.R.T.-anpassat. Det innebär ett bra miljöval av ingående råvaror, en hög andel ekologiskt och dessutom näringsberäknat enligt Livsmedelsverkets rekommendationer för varje enskild målgrupp.

Prenumerera på Ekomatsedeln

Ekomatsedeln ligger ständig på nätet. Den är lätt tillgängligt för varje enskild användare. Genom att prenumerera på tjänsten kan kommunens eller landstingets alla kök eller restaurangföretagets alla restauranger eller restaurangskolans alla elever få tillgång till tjänsten.

Prislista

Huvudprenumerant, årsavgift	3 000 SEK
+ antal användare, pris/användare och år	500 SEK
Huvudprenumerant, årsavgift (inklusive 5 användare)	5 000 SEK
Huvudprenumerant, årsavgift (inkl. 100 användare)	30 000 SEK

Moms 25 % tillkommer på samtliga avgifter



EKO CENTRUM



Ekocentrum – Informationscentrum för Ekologiska Produkter

är en ideell förening med syfte att verka för en bättre miljö och hållbara produktionsmetoder. Föreningen verkar genom att sprida information om ekologiska produkter och ekologisk produktion och därmed bidra till en ökad konsumtion av ekologiska livsmedel, godkända av KRAV, Demeter, MSC och EU. Föreningen vill verka för att små och stora företag samt konsumenterna ställer höga miljökrav vid köp och handel med livsmedel.

Våra hemsidor;

www.ekocentrum.info

www.sortimentsguiden.se

www.ekomatsedeln.se

www.ekokrogar.se

www.miljomat.se

www.koreko.se

Ekocentrum - Informationscentrum för Ekologiska Produkter

Håven 2

193 41 Sigtuna

Tel & fax 08 779 59 29

E-mail: info@ekocentrum.info