

MADSPILDSBATTLE

UNDERVISNINGSMATERIALER OM MADSPILD OG INDKØB
TIL DIG, DER UNDERVISER I MADLAVNING
FOR UNGE I ALDEREN 12-15 ÅR



DREJEBOG MED OPSKRIFTER, INDKØBSLISTE OG ØVELSER

Udarbejdet af Hello Kitchen for Forbrugerrådet Tænk 2021

INDHOLD

1. Intro til materialerne
2. Køreplan til undervisningsgang
3. Indkøbsliste
4. Øvelser, der kan printes og bruges i én undervisning eller hver for sig:
 - Tip en 7'er om madspild
 - Madspilds-freestyle
 - Dialogopgave: "Hvad er et godt tilbud?"
 - Skål-leg med mærker, grønt og frugt
 - Øvelse i supermarked: Få styr på supermarkedets drillerier

1. INTRO TIL MATERIALERNE

Kære underviser

Madspildsbattle er udviklet i forbindelse med Forbrugerrådet Tænks projekt Klar til Indkøb, der har til formål at styrke børns maddannelse i indkøbssituationen, så fremtidens forbrugere træffer kompetente valg, der fremmer deres egen sundhed, mindsker madspild og øger efterspørgslen af lokale kvalitetsråvarer.

Hvem er målgruppen?

Målgruppen er 12-15-årige børn, der går til madlavning eller madaktiviteter i fritiden, fx på en ungdomsskole eller en anden madskole. Materialerne er udviklet til et hold på 16 elever, men det kan tilpasses, så både færre og flere kan være med. Materialerne er testet sammen med elever på Hvidovre Ungdomsskole og derefter rettet til.

Opbygning

Madspildsbattle er bygget op som en samlet undervisningsgang på 2,5-3 timer. Det består af 3-4 opgaver/battles, hvor eleverne dystet mod hinanden i hold. Den ene battle er madlavning, hvor eleverne skal lave mad med madvarer, der ofte ender som madspild. Battlen ender med fællesspisning for hele holdet.

Alt efter hvor meget tid, du som underviser har, kan du vælge øvelser til og fra. Det vil sige, at du også blot kan bruge en eller flere øvelser individuelt i en anden sammenhæng. Derudover er der en separat øvelse, der foregår i supermarkedet, så jer, der har god tid, også kan komme ud og handle ind.

Øvelserne er printbare – se dem bagerst i dokumentet.

Pædagogiske overvejelser

Vi har i udviklingen af materialerne vægtet højt, at undervisningen skal være sjov og praktisk orienteret. Derfor er det bygget op som en konkurrence med øvelser, hvor eleverne skal samarbejde. Der er også en del eksperimenterende elementer.

Sådan kommer du i gang

Kig materialerne igennem og vælg, hvordan du vil gøre. Print øvelserne bagerst, så der er 1 ark af hver øvelse til hvert hold.

Materialerne er udviklet i samarbejde med Hello Kitchen – Foreningen for madglæde og fællesskaber.

Rigtig god fornøjelse i køkkenet!

2. KØREPLAN FOR EN UNDERVISNINGSGANG

Køreplanen her beskriver, hvordan øvelserne kan sættes sammen som et forløb, der varer 2 timer og 45 minutter.

Forberedelse inden undervisningen:

- Køb råvarer – se indkøbslisten på side 8
- Print 1 sæt øvelser til hvert hold
- Medbring 4 stykker papir til at skrive på og minimum 1 kuglepen pr. hold.

Tid	Hvad skal der ske?
5 minutter	<p>Intro til dagens program, og hvad madspildsbattle går ud på</p> <p>I dag skal eleverne blive klogere på madspild og indkøb gennem en battle, hvor de dystet i hold. Det bedste hold vinder Madspildsbattlen, den store ære og de får de overskydende varer med hjem. Som underviser er du dommer.</p> <p>I skal igennem 4 øvelser:</p> <ul style="list-style-type: none">- Tip en 7'er om madspild (Opvarmning)- Madspilds-freestyle (Madlavning)- "Hvad er et godt tilbud?" (Dialog under middagen)- Margretheskåls-leg med mærker, grønt og frugt (Finalen) <p>Har I tid til en tur i et supermarked, så lav øvelsen "Få styr på supermarkedets drillerier" – evt. før de 4 øvelser ovenfor.</p> <p>Inddel eleverne i hold á 3-4 elever.</p>
10 minutter	<p>1. battle: Tip en 7'er omkring madspild</p> <p>Formålet med denne battle er, at eleverne får viden om madspild på en aktiv måde.</p> <p>Hvert hold får udleveret et printet sæt opgaver med Tip en 7'er om madspild på side 9. Underviseren læser først hvert spørgsmål op og derefter de 3 svarmuligheder. Eleverne taler kort sammen i gruppen og sætter kryds ud for det svar, de tror, er rigtigt.</p> <p>Efterfølgende gennemgås de rigtige svar. Holdet med flest rigtige svar får 1 point. Evt. kan du spørge ind til, hvad eleverne synes, var mest overraskende.</p> <p>De rigtige svar er: Spm 1 (1), Spm 2 (X), Spm 3 (X), Spm 4 (1), Spm 5 (X), Spm 6 (2), Spm 7 (1 og X).</p>

<p>80 minutter (inkl. 10 minutters pause)</p>	<p>2. battle: Madspilds-freestyle</p> <p>Formålet med denne battle er, at eleverne får erfaringer med at lave mad med varer, der ofte smides ud.</p> <p>Eleverne skal nu lave mad af nogle af de råvarer, der ofte bliver smidt ud (rugbrød og grøntsager). For at give dem noget at arbejde ud fra, får eleverne nogle opskrifter, som de kan tage udgangspunkt i. De kan vælge at lave retter, som de er beskrevet nedenfor, eller de kan freestyle dem på den måde, at de udskifter ingredienser eller tilføjer noget andet. Eleverne kan også vælge at lave noget helt andet. Det er her, deres kreativitet kan komme i spil.</p> <p>Start med at introducere eleverne til Forbrugerrådet Tænks gratis madspilds- og råvareapp "For resten". I appen kan man skrive den vare, man har tilovers, og så kommer appen med forslag til retter, man kan lave med varen. Her kan eleverne få inspiration.</p> <p>Her er de retter, som vi har lavet opskrifter til. Hvis eleverne vil følge dem, er der købt ind til, at hvert hold på 3-4 elever laver:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 portion tomatsoauce med pasta • 2 rugbrødstoasts til deling • Rugbrødsstænger af 4 skiver rugbrød • 1 portion hummus • Freestyle med resten af varerne <p>Eleverne har 70 minutter til at lave maden og anrette den. Det er meningen, at maden stilles som en buffet, så alle kan smage. Der er også 10 minutter til pause undervejs. Underviseren vurderer retterne ud fra:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Smag • Anretning • Kreativitet <p>Der gives 1 point til hver kategori - for bedste smag, bedste anretning og mest kreative påfund. Lad eleverne præsentere deres retter for hinanden, hvorefter, der er fællesspisning.</p> <p>Det er vigtigt, at tiden bliver holdt, da der ellers ikke er tid til de andre battles.</p> <p>Variation Hvis du vil udfordre dine elever mere, kan du sagtens købe de ingredienser, du har lyst til, og lade eleverne lave mad uden opskrifter.</p>
<p>25 minutter</p>	<p>Fællesspisning og hygge samt dialogopgaven 'Hvad er et godt tilbud?'</p> <p>Under middagen kan du uddele opgaven "Hvad er et godt tilbud?", som hvert hold kan tale om sammen.</p> <p>Formålet med denne opgave er at få eleverne til at reflektere over, om alle tilbud er gode.</p>

	<p>Hjælp gerne eleverne på vej. De vigtigste pointer er:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Det kan være et dårligt tilbud, hvis du ikke får spist al maden, og derfor må smide den ud. - Det kan være et godt tilbud, hvis du når at spise maden – eller fx fryser noget ned og får det brugt senere. - Det kan være et godt tilbud, hvis det er en basisvare med lang holdbarhed, som er god at have på lager i køkkenet, så man kan lave en hurtig middag, fx tomater på dåse, tørret pasta o.l.?
<p>30 minutter (Efter mad – inden oprydning og opvask)</p>	<p>3. battle: Skål-leg med mærker, grønt og frugt</p> <p>Formålet med denne battle er, at eleverne på en sjov måde skal lære de mest almindelige fødevareremærker at kende.</p> <p>Eleverne dyster i at gætte, hvilket mærke, grøntsag eller frugt der står på en seddel, som ligger i en skål. Der skal ligge ca. 25-30 sedler i skålen – heraf 10 fødevareremærker, og resten er sedler med navne på grøntsager eller frugter.</p> <p>Start med at tale om, at der er mærker på madvarer - hvilke mærker kender eleverne?</p> <p>Fortæl kort lidt om de mest kendte mærker – økologi-mærket (både det danske og det europæiske), fuldkornsmærket, nøglehulsmærket, msc-mærket og fairtrade-mærket (se korte beskrivelser under battle 3).</p> <p>Lad hver elev skrive navnene på 1-2 grøntsager eller frugter på et lille stykke papir. De skal derefter krølles sammen og ned i skålen. To hold klipper mærkerne på side 12 ud, folder dem sammen og lægger dem i skålen, så der er 12 mærker i alt.</p> <p>Træk lod om, hvilket hold der starter, og hvem der er på tur derefter.</p> <p>Det hold, der starter, har 45 sekunder til at nå at gætte så mange sedler som muligt. En fra holdet trækker en seddel og prøver at forklare, hvad der er på sedlen. Kun holdkammeraterne gætter. Når tiden er gået, er det næste holds tur. De fortsætter med skålen og de sedler, der ikke er blevet gættet endnu. Underviseren tager tid og tæller point efter hver runde.</p> <p>1. runde: Man må sige alt om det, der står på sedlen – undtagen det ord, der står på sedlen - dvs. selve navnet på grøntsagen eller mærket.</p> <p>2. runde: Man må kun sige 1 ord – og holdkammeraterne skal gætte det.</p> <p>Hvis der er tid: 3. runde: Man må kun mime og lave fagter.</p>
<p>15 minutter</p>	<p>Oprydning og opvask – og herefter kåring af vinderne og tak for i dag.</p> <p>Du kan som underviser vælge, at oprydningen også indgår som en battle og give et point til det hold, der gør det bedst og hurtigst. Det kan sætte mere fart i oprydningen.</p>

	Vinderholdet får æren, en klapsalve og de overskydende varer med hjem.
	EKSTRA OPGAVE
30 minutter	<p>Øvelse i supermarkedet – Få styr på supermarkedets drillerier</p> <p>Denne øvelse kan I lave inden Madspildsbattle, hvis I har tid, eller en anden gang.</p> <p>Formålet med øvelsen er at få eleverne til at reflektere over, hvordan supermarkedet er indrettet, og hvilken betydning det har for, hvad vi vælger at købe.</p> <p>Inddel eleverne i hold á 3-4 elever. Print et eksemplar af opgaven "Få styr på supermarkedets drillerier".</p> <p>Lad eleverne gå i et supermarked. Her skal de besvare spørgsmålene på arket. Det tager ca. 15-20 minutter i butikken.</p> <p>Bagefter skal I samle op på elevernes svar i fællesskab. Gennemgå spørgsmålene og spørg ind til deres svar. Spørg også gerne ind til, hvad de har fået ud af øvelsen og hvad der har overrasket dem.</p>

3. INDKØBSLISTE

Indkøbslisten er lavet til et hold på 16 elever, som inddeles i 4 hold á 4 elever.

Mejerivarer

- 1 pakke ost i skiver (der skal bruges 8 skiver)
- 1-2 pakker skinke/kyllingepålæg (der skal bruges 8 skiver)
- 1 kg skyr

Grønt

- 1 kg løg
- 1 hvidløg
- 1 kg gulerødder
- 1 bundt frisk basilikum
- 1 bundt frisk timian
- 4 citroner

Kolonial

- 2 store pakker rugbrød – ½ pakke til hvert hold
- 4 dåser hakkede tomater
- 4 dåser kikærter
- 1 kg fuldkornspasta
- 1 pakke grøntsagsbouillonterninger
- 1 glas spidskommen
- 1 tube ketchup

Diverse basisvarer som I formentligt har i køkkenet

- Bagepapir
- Olivenolie
- Salt
- Peber
- Forskellige tørrede krydderier – fx oregano, timian og paprika
- Sukker eller honning

Evt. ekstra råvarer til Madspilds-freestyle

- 1 L mælk
- 6 æg
- 1 kg hvedemel

BATTLE 1: TIP EN 7'ER OM MADSPILD

Spørgsmål	1	X	2
1. Hvad er madspild?	Hver gang vi smider mad ud, som kunne være spist, er det madspild.	Det er kun madspild, når vi smider kød ud. Det gælder ikke andre madvarer.	Det er madaffald – fx et æbleskrog og æggeskaller.
2. I Danmark spilder vi i alt 814.000 ton mad hvert år. Det kommer fra forskellige steder, fx private hjem, supermarkeder, restauranter og fødevarerproducenter. Hvor stor en del af madspildet kommer fra private hjem? ¹	Ca. 10 % af madspildet kommer fra private hjem – svarende til 81.000 ton.	Ca. 30 % af madspildet kommer fra private hjem – svarende til 247.000 ton.	Ca. 50 % af madspildet kommer fra private hjem – svarende til 407.000 ton.
3. Hvilke 3 slags madvarer går typisk til spilde? ²	Slik, chips og chokolade	Rester fra aftensmaden, grøntsager og brød	Kød, pølser og mælk
4. Hvad er den maksimale temperatur, du skal opbevare dine madvarer ved i køleskabet, for at holde dem friske længst muligt?	5 grader	8 grader	10 grader
5. Hvad betyder det, når der på en vare står "Bedst før"?	Det betyder, at varen ikke kan spises efter den dato, der står på.	Det betyder, at varen godt kan spises efter den dato, der står. Du skal dog lugte, smage og kigge på varen og vurdere, om den er ok.	Det betyder, at du altid kan spise varen – og du behøver ikke kigge, smage og dufte til den.
6. Hvorfor er det ikke bare lige meget med alt det madspild?	Fordi det er synd for maden – den bliver ked af det, når den bliver smidt ud.	Fordi det er synd for butikkerne, der mister penge, når de smider mad ud i stedet for at sælge det.	Fordi der er blevet brugt en masse ressourcer på at fremstille maden, fx vand, jordareal og energi. Derved udledes CO ₂ , som ikke er godt for klimaet.
7. Hvad kan du selv gøre for at mindske madspild? (Der er to rigtige svar)	Lav en "tøm køleskabet-dag", hvor du bruger de ting, der snart bliver for gamle.	Vær opmærksom når du køber ind. Tilbud kan være fristende. Men hvis du køber 3 for 2's pris og alligevel kun får brugt 1, smider du både mad og penge ud af vinduet.	Spis op! Også selvom du ikke er sulten, så skal du altid spise alt på din tallerken.

¹ <https://indkoeb.taenk.dk/tema-madspild/> - 4.11.2021

² <https://indkoeb.taenk.dk/tema-madspild/> - 4.11.2021

BATTLE 2: MADSPILDS-FREESTYLE

Nu skal I lave mad. I kan følge opskrifterne nedenfor eller freestyle, som I har lyst.

I får disse varer til rådighed: ½ pakke rugbrød, et par skiver ost og skinke, 1 dåse kikærter, 1 dåse hakkede tomater, gulerod, løg, hvidløg, fuldkornspasta – og derudover nogle basisvarer som olie, salt, peber og krydderier m.m.

Hvis I vil følge opskrifterne, er der købt ind til, at I kan lave:

- 1 portion pasta med tomatsoUCE
- 2 rugbrødstoast
- Rugbrødsstænger af 4 skiver rugbrød
- 1 portion hummus

Jeres underviser vurderer retterne og giver jer point ud fra

- Smag
- Anretning
- Kreativitet

Sæt i gang!

OPSKRIFTER

Tomatsauce med pasta

I skal bruge

1 fed hvidløg
1 gulerod
1 løg
1 spsk olie
1 dåse hakkede tomater
1 bouillonterning
3-4 dl vand til at spæde op med
Tilsmagning: Salt, peber, balsamico-eddike og honning
250 g fuldkornspasta



Sådan gør I

1. Vask og skrub eller skræl guleroden, pil løg og hvidløg.
2. Hak gulerod, hvidløg og løg groft.
3. Hæld grøntsagerne i en gryde. Tilsæt olien.
4. Steg grøntsagerne ved middel varme i 3-4 minutter.
5. Tilsæt de hakkede tomater og bouillonterningen.
6. Er saucen for tyk, så hæld lidt vand i.
7. Lad saucen simre i cirka 10-15 minutter. Blend saucen med en stavblender.
8. Kog pasta - følg anvisningen på pakken.
9. Smag til med salt, peber, lidt balsamicoeddike og honning.

Rugbrødstoast

I skal bruge (til 1 toast)

- 2 stykker rugbrød
- 1 skive ost
- 1 skive hamburgerryg eller kyllingepålæg
- ½ spsk ketchup
- Et drys oregano eller andet krydderi



Sådan gør I

1. Tænd toasteren.
2. Smør det ene stykke rugbrød med ketchup.
3. Læg ost og hamburgerryg oven på. Drys med krydderi.
4. Læg det andet stykke brød oven på og toast det hele i toasteren.

Rugbrødsstænger

I skal bruge

- 4 stykker rugbrød
- 1-2 spsk olie
- Krydderier – fx oregano eller hvidløg
- Et drys salt



Sådan gør I

1. Tænd ovnen på 200 grader.
2. Smør lidt olie på hver skive rugbrød med en pensel.
3. Skær hver skive rugbrød i 3-4 stænger, og læg stængerne på en bageplade med bagepapir.
4. Drys med lidt salt og timian – eller dit yndlingskrydderi.
5. Rist rugbrødsstængerne i ovnen i ca. 15-20 minutter, indtil de er sprøde. Servér dem med en lækker dip.

Hummus

I skal bruge

1 dåse kikærter

3-4 spsk skyr

1 fed hvidløg

1 tsk. spidskommen

1 tsk. paprika

Smag til med salt og citronsaft



Sådan gør I

1. Hæld vandet fra kikærterne.
2. Stavblend kikærter, skyr, hvidløg, spidskommen og paprika i en skål. Smag til med salt og citronsaft.

Opgave: Download appen "For resten" og kom med bud på, hvad I ellers kunne have lavet af rugbrød og gulerødder. Skriv ideerne her:

BATTLE 3: SKÅL-LEG MED MÆRKER OG GRØNT

Nu skal I dyste i at gætte forskellige fødevareremærker og grøntsager. Her er nogle af de mest kendte fødevareremærker og lidt om, hvad de betyder:



Økologimærket: Mad, der er produceret efter økologireglerne, kan få det røde Ø-mærke. Det vil sige, at producenten har haft fokus på miljø, dyrevelfærd og mere skånsom forarbejdning med et minimum af tilsætningsstoffer. Varer fra udlandet kan også få det danske økologimærke, men mærket skal sættes på i Danmark.



Reglerne for økologi er de samme for alle medlemslande i EU. Forskellen på det danske Ø-mærke og EU-mærket er, at det er de danske myndigheder, der laver kontrollen med Ø-mærket. Se EU-mærket til venstre.



Fuldkornsmærket: Fuldkornslogoet er det logo, der gør det nemt at vælge fuldkorn. Logoet sikrer dig en vare med masser af fuldkorn. Det betyder, at alle kornets dele er med, også kim og skaldele, hvor de fleste fibre, vitaminer og mineraler sidder. For at få mærket skal produkterne også overholde fastsatte krav til indholdet af fedt, sukker, kostfibre og salt. Produkter som mel, brød, morgenmadsprodukter og pasta kan få mærket.



Nøglehulsmærket: Nøglehulsmærket er et fælles nordisk ernæringsmærke. Madvarer, der er et sundere valg inden for en varegruppe, kan få mærket. 33 fødevarergrupper som for eksempel mælk, brød, færdigretter og fisk kan mærkes med Nøglehullet, hvis produkterne lever op til bestemte krav til indholdet af fedt, sukker, salt eller kostfibre.



MSC-mærket – bæredygtigt: Vildtfangede fisk og skaldyr, der lever op til en række krav for sporbarhed og bæredygtigt fiskeri kan få mærket. Fiskerier skal værne om fiskebestande, bevare økosystemer og drive en effektiv og ansvarlig forvaltning af deres fiskeri. Samtidig skal produktet kunne spores hele vejen tilbage til det bæredygtige fiskeri.



Fairtrade-mærket: Varer som kakao, kaffe, bananer og tøj, der er produceret under bæredygtige handelsforhold kan få Fairtrade-mærket. Mærket skal sikre bedre priser, arbejdsforhold og vilkår for bønder, landmænd og arbejdere blandt verdens fattigste.

FORBRUGERRÅDET TÆNK



Opgaven: I skal hver skrive navnene på 2 grøntsager eller frugter på 2 små sedler. Fold dem sammen og læg dem i skålen. To hold skal også klippe mærkerne på side 12 ud, folde dem sammen og lægge dem i skålen.

Træk lod om, hvilket hold der starter, og hvem der er på tur derefter.

Det hold, der starter, har 1 minut til at nå at gætte så mange sedler som muligt. En fra holdet trækker en seddel og prøver at forklare, hvad der er på sedlen. Kun holdkammeraterne gætter.

Når tiden er gået, er det næste holds tur. De fortsætter med skålen og de sedler, der ikke er blevet gættet endnu.

Underviseren noterer, hvor mange sedler hvert hold får i løbet af legen.

Det hold, der får flest, får 1 point.

1. Runde: Man må sige alt om det, der står på sedlen – undtagen selve navnet på grøntsagen, frugten eller mærket.
2. Runde: Man må sige 1 ord – og holdkammeraterne skal gætte det.
3. Runde: Man må kun mime og lave fagter.

DIALOGOPGAVE: HVAD ER ET GODT TILBUD?

Her ser I to tilbud. Kig godt på dem og drøft disse spørgsmål på jeres hold:

- Hvad er et godt tilbud?
- Hvornår er det ikke et godt tilbud?
- Hvilke ulemper kan der være ved tilbud, hvor du får rabat, hvis du køber flere varer?
- Hvilke fordele kan der være ved tilbud, hvor du får rabat, hvis du køber flere varer?



FORBRUGERRÅDET TÆNK



ØVELSE I SUPERMARKEDET: FÅ STYR PÅ SUPERMARKEDETS DRILLERIER

Intro til øvelsen

I skal nu på tur i et supermarked og undersøge forskellige ting om varer og indretning. I skal besvare spørgsmålene i de 6 emner, der er beskrevet nedenfor. Det eneste, I skal bruge, er noget at skrive med og de følgende sider. Husk I er på besøg i supermarkedet.

1. Vejen til mælken

Gå en tur hen til køleskabene med mælken – fra indgangen til supermarkedet. Notér, hvor mange andre madvaregrupper, I cirka kommer forbi på vejen – fx 1. Grøntsagsafdelingen, 2. Kødafdelingen, 3. Slikafdelingen:

_____ forskellige afdelinger (skriv et tal)

Synes I, at mælkeafdelingen ligger tæt på indgangen eller langt fra indgangen? (Sæt kryds)

1. Tæt på
2. Langt væk

Hvorfor tror I, at mælkeafdelingen ligger der? (Sæt kryds)

1. Så mælken holder sig så kold som muligt, inden kunden er færdig med at købe ind.
2. Så kunden bliver fristet til at købe flere varer på sin vej hen til mælken.

2. Varernes placering

Find en salgsopstilling, dvs. én slags madvare, der er stillet særligt pænt op og ikke står på hylder sammen med lignende varer.

1. Hvorfor tror I, at det er opstillet sådan?
 - a. Store producenter kan købe sig til salgsopstillinger, så kunderne bliver lokket til at vælge dem.
 - b. Det er medarbejderne i supermarkedets yndlingsprodukter, som bliver fremhævet på den måde.

Find krydderihylden. Tæl, hvor mange forskellige slags brands/mærker, der er. Skriv antallet her: _____

Hvilket mærke tilbyder flest forskellige slags krydderier? _____

Hvor på hylderne står mærket, der har flest forskellige slags? (Sæt ring om jeres valg)

1. Øverst på hylderne
2. Nederst på hylderne
3. Midt på hylderne i øjenhøjde

Hvorfor tror I, at det er sådan? (Sæt flere krydser)

1. Fordi krydderier fra det mærke holder sig i længst tid.
2. Fordi det firma, der betaler mest, får de bedste pladser.
3. Fordi det er butikkens eget mærke.
4. Fordi krydderier fra det mærke smager bedst.

3. Mængderabatter

Find en madvare, hvor I kan få den billigere, hvis I køber flere af dem, fx 10 bananer for 30 kroner i stedet for 5 bananer for 20 kroner. Skriv tilbuddet her:

Hvad tænker I? Er det et godt tilbud? (Sæt kryds)

1. Ja - hvis jeg får spist det hele.
2. Nej – for, hvis jeg ikke får spist det hele, smider jeg både mad og penge ud i skraldespanden.

4. Datovarer

De fleste supermarkeder har nogle særlige prismærker – ofte store gule klistermærker – som de sætter på madvarer, som de sælger ekstra billigt. Nogle butikker samler også alle disse varer i en kasse eller på en særlig hylde. Hvorfor tror I, at disse varer er ekstra billige?

Svar: _____

Hint: tjek fx datomærkningen - er det altid et godt tilbud? Fx hvis der er kort tid til sidste anvendelsesdato og man ikke kan nå at spise det, så er det stadig penge ud af vinduet, selvom det er billigt.

5. Kend mærkerne

Gå til **brødafdelingen**.

Find to slags brød, der minder om hinanden, men hvor det ene har det grønne 'Nøglehulsmærket' på. Det kunne fx være to pakker toastbrød eller to pakker krydderboller. Hvad er forskellen på de to typer af brød?



Hvad betyder Nøglehulsmærket? (Brug evt. jeres mobil til at finde ud af det)

Kan I også finde en brødtype, der har Fuldkornsmærket?

Mærket betyder, at der er stillet krav til, hvor stor en andel af hele korn, der skal være i brødet. Men hvorfor er det godt at vælge fx brød, pasta, ris og mel med Fuldkornslogoet?



Gå nu hen til **mælkeafdelingen**. Her finder I både mælk med Det Danske Økologimærke og uden mærket. Hvad betyder det, når Det Danske Økologimærke er på?



Gå hen til køledisken med fisk. Find et af produkterne med MSC-mærket.



Hvad betyder det, når mærket er på (Brug evt. jeres mobil. til at finde ud af det)?

6. Snacks ved kasseområdet

Gå hen til **kasseområdet**, hvor kunderne betaler for varerne. Her vil der med stor sandsynlighed være forskellige snacks, fx slik, chokolade og chips. Hvorfor tror I, at det er sådan?

Afslutning

Så klarede I turen rundt i supermarkedet! Nu skal I mødes med jeres underviser og snakke om jeres svar.