

Vad menas med hållbar mat?



TEMA: Hållbara och smarta matval

ÅRSKURS 1-3

För att du och din kropp ska må bra behöver du äta bra mat. Bäst är att äta mat som är hållbar både för dig och för planeten. Men vad menas med hållbart och hur kan du göra hållbara val? Det ska vi titta närmare på i den här uppgiften.

UPPGIFT I SKOLAN

HÅLLBAR MAT

I den här lektionen får du lära dig lite om vad som menas med hållbar mat. Med hållbar mat menar vi mat som är:

- Bra och nyttig för dig som äter den.
- Bra för planeten, djuren och naturen.

FYLL I ORDEN SOM SAKNAS

Hållbar mat är mat som är _____ för dig.

Hållbar mat är bra för planeten, _____ och naturen.

RITUPPGIFT

Frukt, bär och grönsaker som är odlade i Sverige och som finns mogna att äta just nu, den här tiden på året är en av sakerna som är hållbara och bra att äta.

Rita din favoritfrukt eller favoritgrönsak som du tror växer i Sverige.

A large, empty rounded rectangular box with a thin black border, intended for drawing a favorite fruit or vegetable that grows in Sweden.