

Hållbar mat

på restaurang och café i Sigtuna kommun 2019



Foto: Sigtuna Crêperie

Rapport av Tove Björlin och Linda Fidjeland, oktober 2019.
Ekomatcentrum på uppdrag av Sigtuna kommun.

Tove Björlin
Ekomatcentrum
tove@ekomatcentrum.se

Linda Fidjeland
Ekomatcentrum
linda@ekomatcentrum.se

Helen Ericson
Sigtuna kommun
helen.ericson@sigtuna.se

Inledning

HÅLLBAR MAT

All den mat vi äter och den vi av olika anledningar väljer att slänga påverkar miljö, klimat och djur. Såväl produktion, hantering, transport som beredning orsakar utsläpp av växthusgaser som i sin tur påverkar klimatet. Valet av metoder för att producera livsmedel har stor inverkan på den biologiska mångfalden, tillståndet för hav och sjöar och djurens välfärd. Matsvinn uppkommer i flera led i livsmedelskedjan: vid tillverkning, hos grossister, leverantörer, butiker, restauranger och storkök samt i hushållen. Att producera mat som sedan slängs istället för att konsumeras är ett resursslöseri och har stor negativ påverkan på klimat och miljö.

Vid varje val vi gör kan vi direkt eller indirekt påverka klimatet, miljön, djurvälferden och vår egen hälsa.

Hållbara matval är att välja:

- Mindre men bättre kött
- Mindre mjölk och mejeriprodukter
- Mer frukt och grönt
- Mer baljväxter
- Fisk som är hållbart fiskad eller odlad
- Ekologiska livsmedel
- Säsongsanpassad mat
- Transportsnålt
- Egenodlat
- Mindre matsvinn

Det ska vara lätt att göra rätt. Med ett brett utbud av hållbart producerad mat som kommuniceras tydligt kan konsumenter och restauranggäster enkelt göra val som är positiva för miljön, klimatet och djurvälferden.

UPPDRAGET

På uppdrag av Sigtuna kommun har Ekomatcentrum under hösten 2019 inventerat restauranger och caféer i kommunen för att kartlägga utbudet av hållbart producerad mat. Undersökningen syftade till att ta reda på i vilken utsträckning kommunens restauranger är miljöcertifierade, hur utbudet av ekologiskt, vegetariskt och Fairtrade ser ut och hur väl utbudet kommuniceras till restauranggästerna. Uppdraget omfattade även att undersöka på vilka sätt restauranger och caféer arbetar för att förebygga och minimera matsvinn.

INVENTERINGEN

Inventeringen av restauranger och caféer i Sigtuna, Märsta och Rosersberg genomfördes i augusti och september 2019 av Linda Fidjeland och Tove Björnin, Ekomatcentrum. Idén och underlaget till inventeringen har tagits fram av "Handla miljövänligt-gruppen" inom Naturskyddsföreningen i Sigtunabygden och Ekomatcentrum. Inventeringen är en uppföljning av den inventering som gjordes hösten 2018 (Rapport: Hållbar mat på restaurang och café i Sigtuna kommun 2018, Eva Fröman och Tove Björnin, Ekomatcentrum 2018).

71 restaurang- och café-verksamheter i Sigtuna kommun kontaktades via mejl i juni respektive augusti 2019. Med det senare mejlet följde en webbaserad enkät där de restauranger som ville kunde besvara frågorna i undersökningen. Några restauranger fyllde själva i enkäten, medan merparten av svaren har inhämtats vid personliga besök eller per telefon. 53 restauranger medverkade i undersökningen. Restauranger och caféer på Arlanda Flygplats har, med några få undantag, inte inventerats. Vid inventeringen undersökte vi bland annat hur många ekologiska, vegetariska, veganska och rätter restaurangerna erbjöd på menyn. Vi frågade också efter vilka Fairtrade-märkta produkter man använde och om restaurangerna hade någon miljöcertifiering. Restaurangerna svarade på frågor om hur de upplever efterfrågan på vegetariskt, veganskt, ekologiskt och Fairtrade och hur de bedömer att deras utbud kommer att utvecklas i framtiden. Undersökningen innehöll dessutom frågor kring hur man arbetar för att förebygga och reducera matsvinn.

Ekologiskt och miljömärkt avser samma sak i denna rapport och hänvisar främst till miljömärkningarna KRAV, EU-ekologiskt, Demeter och MSC. Vi frågade även efter rättvisemärkning Fairtrade.



RESULTAT

RESTAURANGERNAS INRIKTNING

Många restauranger lämnade flera svar på frågan om vilken typ av verksamhet de bedriver. Det var till exempel vanligt att man erbjöd både lunch och à la carte. 31 restauranger erbjöd lunch och 30 erbjöd à la carte. 15 av de svarande var caféer, 13 drev hotell, kurs- och konferensanläggningar, och 9 serverade snabbmat och/eller pizza. En verksamhet valde även svarsalternativet "annat" med kommentaren "Afternoon tea samt bar med tilltugg".

Turistmålet Sigtuna stad och Arlandas placering i kommunen gör att Sigtuna kommun har en omfattande besöksnäring. Antalet hotell, kurs- och konferensanläggningar är stort jämfört med andra kommuner i samma storlek.

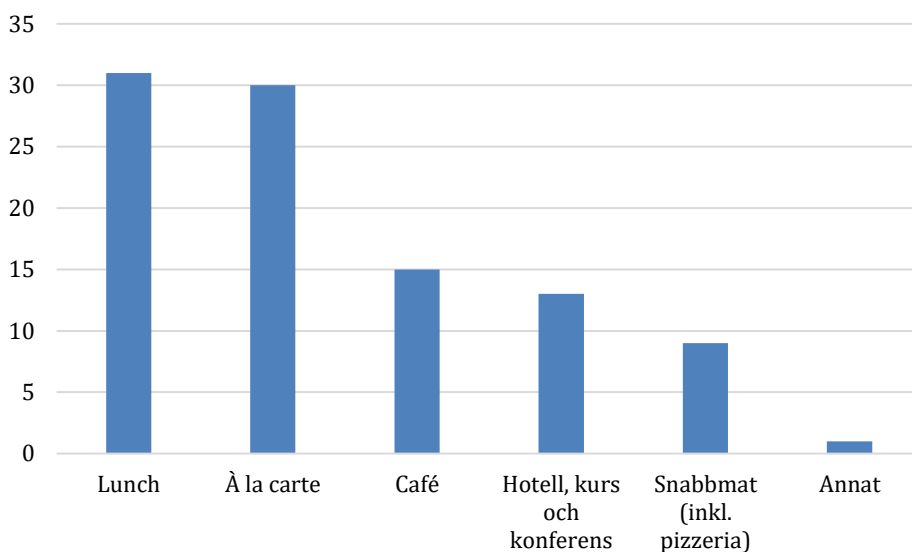


Diagram 1. Restaurangernas inriktning.

LEVERANTÖRER OCH GROSSISTER

Martin & Servera dominerade som huvudleverantör till restaurangerna i kommunen. Drygt hälften av restaurangerna, 27 stycken, hade Martin & Servera som huvudleverantör. Snabbgrossen Axfood levererade till 9 st, Svensk Cater till 4 st och Menigo till 3 st. 6 st uppgav att de hade en annan huvudleverantör än de förvalda.

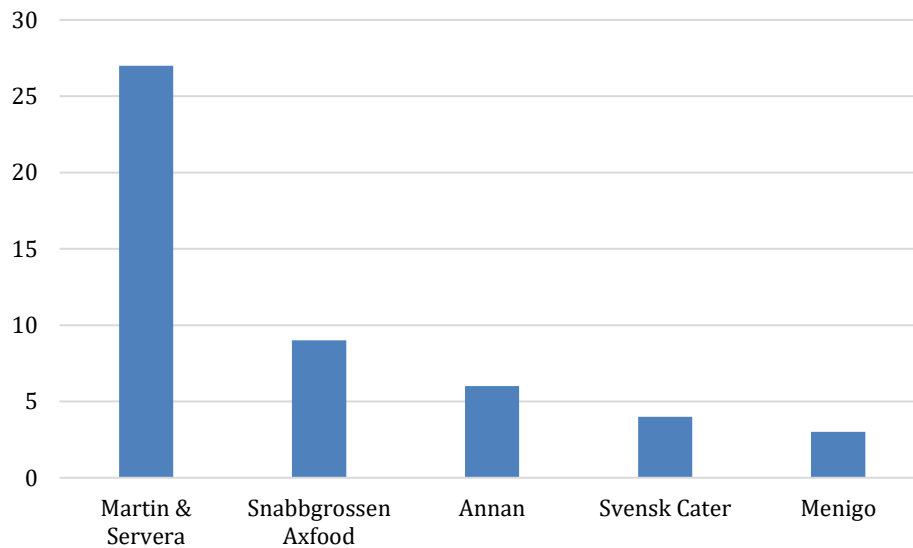


Diagram 2. Grossister och leverantörer.

Övriga leverantörer

Merparten av restaurangerna hade flera leverantörer. Utöver huvudleverantörerna uppgav de Alt Grönt, Arno Holm, Bageriprodukter, Bazar Snabbgross, Bergfalk AB, Dafgård, Enjoy Wine, Estate Coffee, Fisk Idag, Fällmans Kött, Gourmet Food, Grabbarnas Grönt, Gröna Hagars Kött, Grönsakshallen Sorunda, Gäringe gård, Havi, Herr Gurka, IPC inköpsbolag, Johan i Hallen, Kungsholmens kött, Leröy Seafood, Lundbergs, Nordsjö fisk, Spendrups, Vivyitaly, och Werners Gourmetservice.

Flera restauranger uppgav också att de gör inköp i lokala livsmedelsbutiker, framför allt av grönsaker.

Några kommentarer om övriga leverantörer:

- *Frukt och grönsaker köps ofta direkt i olika affärer (ofta bättre kvalitet än beställda varor).*
- *Thai Fong (Thaiaffär i Märsta). Går själv till Valsta grönsakshall 2-3ggr/vecka för att köpa grönsakerna (för att få bättre kvalitet på grönsakerna).*
- *Försöker köpa så mycket som möjligt lokalt, t.ex. vildsvin. Gör egen glass. Vill hitta lokal mjölkleverantör. Hur hittar man lokala producenter? Finns för få, och svårt att hitta.*

MILJÖCERTIFIERADE RESTAURANGER

Det finns flera olika miljömärkningar och certifieringar för restaurang- och hotellverksamhet. KRAV och Svanen är mer kända medan Green Key är mindre vanlig. KRAV-certifieringen fokuserar på livsmedel medan Green Key och Svanen har kriterier för flera områden inom restaurangens eller hotellets miljöarbete. MSC är en certifiering som innebär att fisk som serveras kommer från hållbart fiske, och Fairtrade är en rättvisemärkning för sociala villkor.

Av de medverkande restaurangerna i undersökningen saknade närmare tre fjärdedelar, 39 stycken helt miljömärkning. 7 restauranger var KRAV-certifierade med 1 eller 2 stjärnor, 6 var Svanen-märkta, 2 MSC-certifierade, 2 Green Key-märkta och 1 Fairtrade-märkt. 4 av hotell- och konferensanläggningarna hade både Svanen-märkning och KRAV-certifiering.

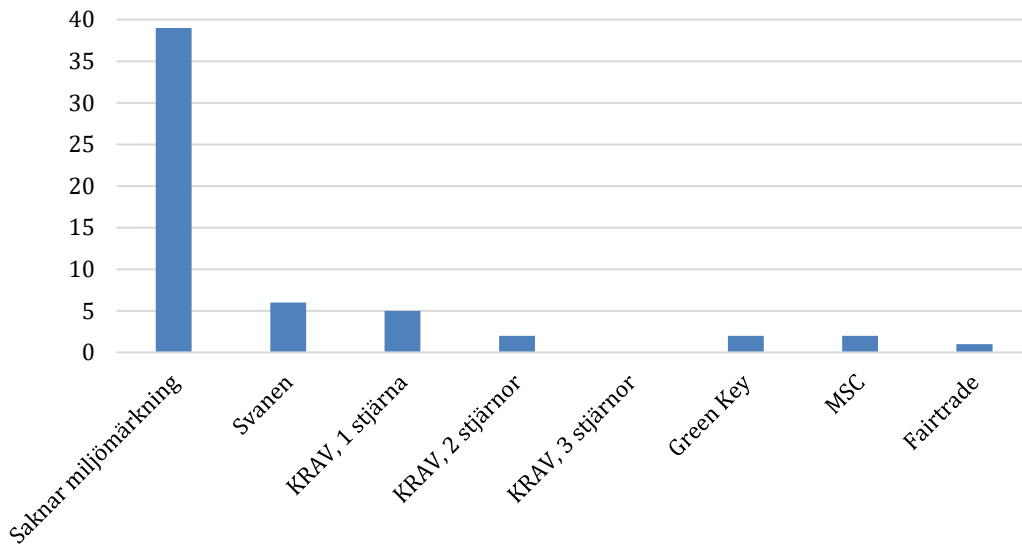


Diagram 3. Miljöcertifieringar av restauranger.

KRAV-certifierade restauranger

Restauranger kan KRAV-certifieras på tre olika nivåer beroende på andel ekologiska inköp. Den högsta nivån markeras av 3 stjärnor och betyder att restaurangen har minst 90 procent ekologiska inköp, medan 2 stjärnor motsvarar minst 50 procent ekologiska inköp. 1 stjärna innebär minst 25 procent ekologiska inköp, alternativt minst 15 ekologiska produkter.



I Sigtuna kommun har såväl Ekomatcentrum som Destination Sigtuna verkat för att fler restauranger ska bli KRAV-certifierade. Av de medverkande i undersökningen var nedanstående 7 restauranger KRAV-certifierade.

Två KRAV-stjärnor, minst 50 procent ekologiska inköp:

Hotell Kristina
32 rum & kök

En KRAV-stjärna, minst 25 procent ekologiska inköp eller minst 15 ekologiska produkter:

Restaurang Skog, Sigtunahöjden
Rosersbergs slottshotell
Sigtunastiftelsens restaurang
Stora Brännbo Konferens och Hotell
Kämpasten

Svanen och Green Key



Svanen-certifieringen bygger på ett poängsystem med obligatoriska krav och valbara poängkrav. Kraven på andel ekologiska livsmedel skiljer sig åt för restauranger respektive hotellverksamhet. Certifieringen innebär även bland annat gränsvärden för el- och vattenförbrukning och minimerad avfallsmängd, krav på vegetariska alternativ och miljömärkta rengöringsmedel.



Green Key-märkningen innebär bland annat att företaget måste köpa minst tre typer av livsmedels-/dryckesprodukter som är ekologiska, miljömärkta, rättvisemärkta och/eller lokalt producerade. Andelen av dessa produkter måste dessutom öka varje år. Företaget ska också ta initiativ till att köpa säsonsprodukter, mindre köttprodukter och inga produkter från utrotningshotade fiskar, skaldjur eller andra arter. I restaurangen ska en alternativ vegetarisk meny föreslås.

EKOLOGISKA PRODUKTER

Närmare 87 procent av alla intervjuade verksamheter uppger att de har åtminstone några ekologiska produkter. Vi bad dem uppskatta andelen ekologiska inköp utifrån av oss givna intervall. Resultatet visar att 40 procent (21 st) av restaurangerna köpte in mellan 1 och 10 procent ekologiskt. 19 procent (10 st) köpte mellan 11 och 30 procent och 4 restauranger köpte 31 till 40 procent ekologiskt. Drygt 11 procent (6 st) av de intervjuade verksamheterna uppskattade sina ekologiska inköp till över 50 procent. En verksamhet anger andelen ekologiskt till över 90 procent. Observera att alla värden som uppgetts är restaurangernas egna uppskattningar av sina ekologiska inköp.

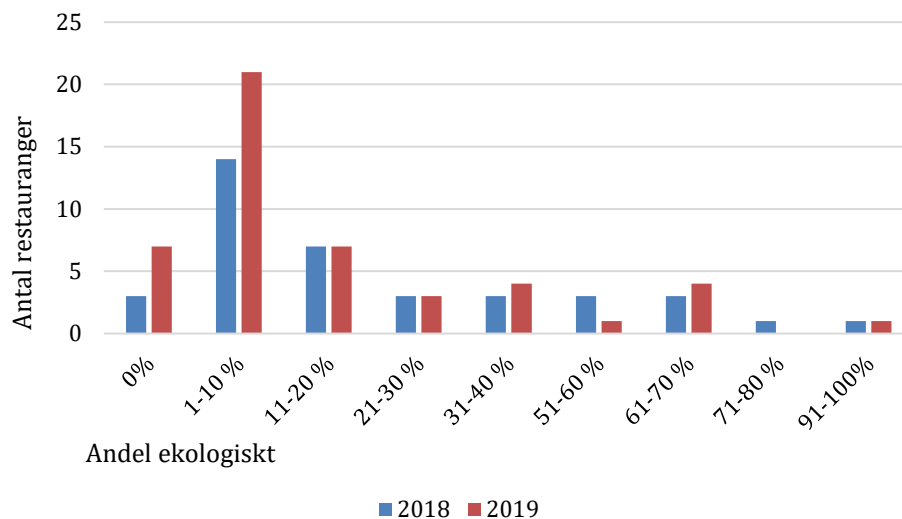


Diagram 4. Restaurangernas egna uppskattningar av verksamheternas andel ekologiska inköp 2018 och 2019.

Restaurangerna har ökat sina ekologiska inköpsandelar jämfört med både 2017 och 2018. Störst ökning är det på antal restauranger som har mellan 1-10 procent ekologiskt i sitt utbud. Där har antalet restauranger dubblats på två år. Man ser även en tydlig uppgång av antalet restauranger med en andel ekologiskt på mellan 31-40 och 61-70 procent.

Antal ekologiska rätter

Även om en majoritet av restaurangerna köper in ekologiska produkter i någon omfattning, är det inte så vanligt att ekologiska rätter finns tydligt uppsatta på menyn. 8 restauranger (16 procent) uppger att de har en eller flera ekologiska rätter. Ytterligare 6 säger att de kan laga ekologiskt om kunden önskar det, men att det inte finns angivet på menyn. På hotell- och konferensanläggningar är det vanligt att man har relativt stort utbud av ekologiska produkter på frukostbuffén och att dessa då även är markerade som ekologiska.

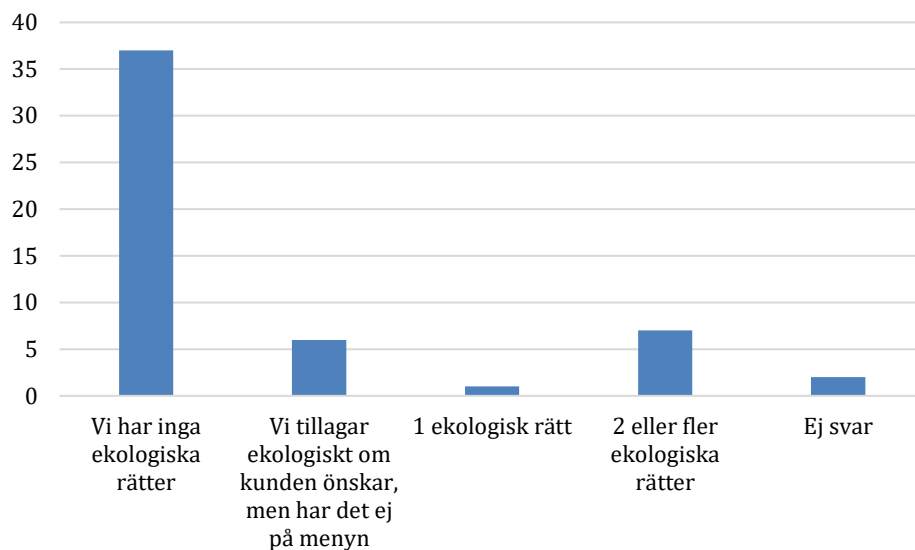


Diagram 5. Restaurangernas utbud av ekologiska maträtter.

Hur kommuniceras restaurangernas utbud av ekologisk mat?

Det är viktigt att restauranger tydligt förmedlar sitt utbud av ekologiskt, för att underlätta för kunder att göra ett aktivt val. Nästan 35 procent uppger att de har tydlig information i restaurangen om sitt utbud av ekologiskt eller om att restaurangen är KRAV-certifierad. Drygt 27 procent uppger att de informerar om ekologiskt på sin hemsida. Övriga har ingen information eller erbjuder inte ekologiskt.

Efterfrågan på ekologiskt

Hälften av de tillfrågade restaurangerna upplever att efterfrågan på ekologisk är obefintlig. 26 procent (14 st) upplever att den är liten. Lika stor andel, 14 restauranger, upplever att efterfrågan är stor eller ökande. Restaurangerna kunde välja flera svarsalternativ på frågan.

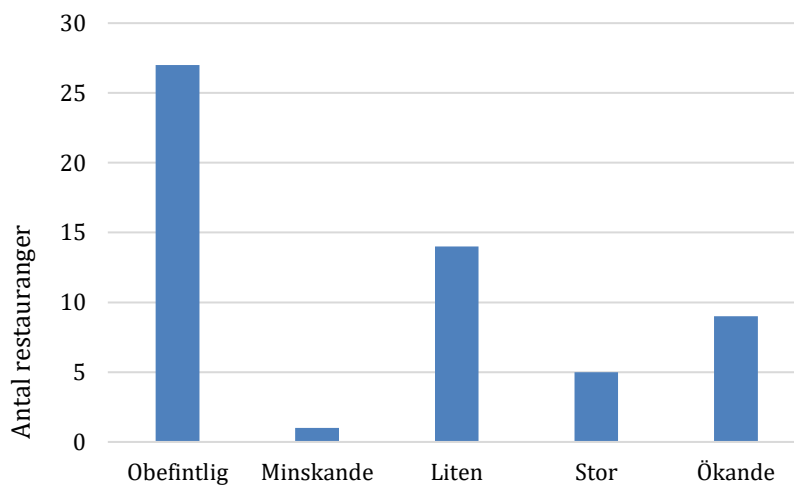


Diagram 6. Efterfrågan på ekologiskt

Ekologiskt i framtiden

Drygt hälften av restaurangerna bedömer att deras utbud av ekologiskt kommer att vara samma som idag om ett år. En tredjedel tror att den kommer att ha ökat. Glädjande är att ingen trodde att det ekologiska utbudet kommer att minska under kommande år.

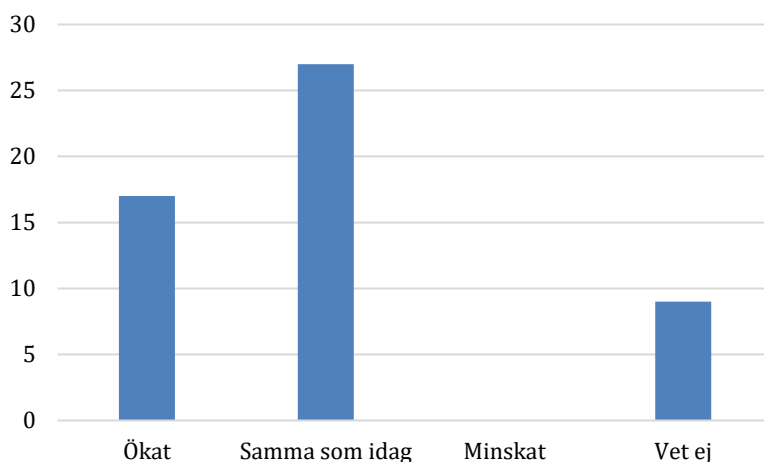


Diagram 7. Restaurangernas bedömning av sitt utbud av ekologiskt om ett år.

RESTAURANGERNAS UTBUDE AV VEGETARISK OCH VEGANSK MAT

Vi äter mer och allt oftare vegetarisk mat. Nästan var tredje svensk äter vegetariskt minst två gånger i veckan, enligt en undersökning från Sifo, 2018 (se sidan 17). Av undersökningen framgår vidare att andelen svenskar som äter vegetariskt minst två gånger i veckan har ökat från 19 till 24 procent mellan 2016 och 2018, samtidigt som andelen som svarar att de aldrig äter vegetariskt har minskat från 21 till 17 procent under samma tid. Andelen vegetarianer ligger kring 10 procent varav 2 - 4 procent är veganer.

Hur ser det då ut i Sigtuna kommun? Möter restaurangerna upp kundernas ökade intresse för attraktiva vegorätter på menyerna? Hur ser utbudet ut för den som vill äta vegetariskt och veganskt på restaurang i kommunen?

Vegetariska och veganska rätter på menyn

I undersökningen avses med vegetariska rätter, växtbaserad mat som tillåter ägg, mjölk och mejeriprodukter. Veganska är helt växtbaserade maträtter, dvs utan ägg, mjölk och mejeriprodukter.

Vi frågade restaurangerna hur många vegetariska respektive veganska rätter de har på meny varje dag. Att rätterna finns uppsatta på meny och inte bara tillagas vid förfrågan bidrar till att lyfta och normalisera den vegetariska och veganska maten. Ingen restaurang hade enbart vegetariska eller veganska rätter på menyn. 7 restauranger hade inga vegetariska rätter alls på menyn och 31 hade inga veganska på menyn.

En klar majoritet av restaurangerna, 46 st (87 procent), erbjuder minst 1 vegetarisk rätt på menyn. Detta är en klar ökning jämfört med förra året, då 27 restauranger erbjöd detsamma. Endast en restaurang angav att de inte har någon vegetarisk rätt och inte heller kan tillaga det om kunden önskar.

Antalet restauranger som erbjuder minst en vegansk rätt på menyn varje dag har sedan förra året ökat från 20 till 22. Det är 31 restauranger som saknar veganska rätter på menyn, av dessa uppger 23 stycken att de kan tillaga vegansk mat om kunden efterfrågar det.

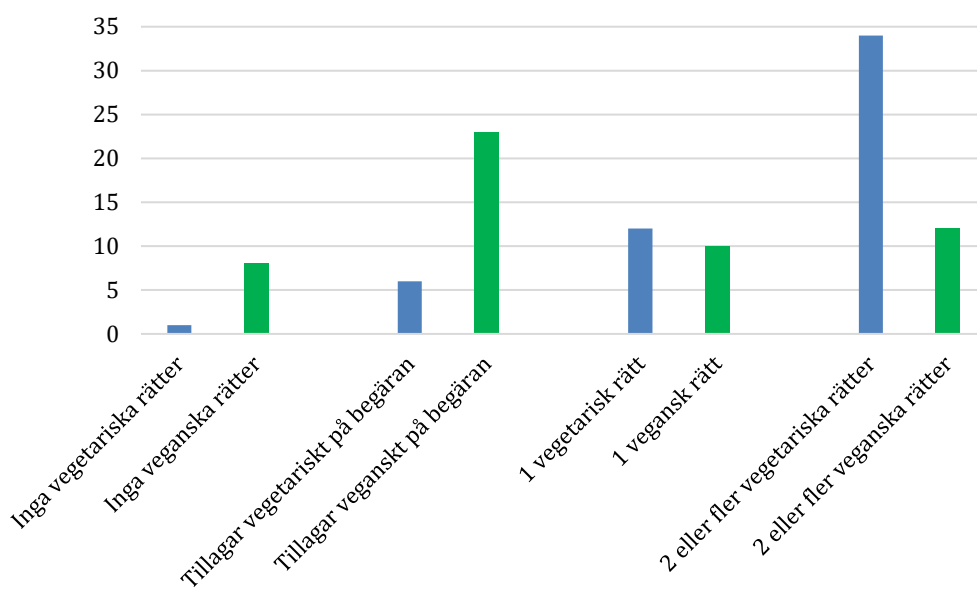


Diagram 8. Restaurangernas utbud av vegetariska och veganska maträtter.

Hur benämns rätterna?

En majoritet av restaurangerna, 72 procent, svarar att de benämner de vegetariska och veganska rätterna utifrån huvudråvaran, såsom rödbetsbiff, broccoligratäng, falafel eller svamprisotto. I övriga fall benämns rätterna på menyn som till exempel vegetarisk gryta, vegetarisk pasta eller som vegetariskt alternativ.

“Nästan alla rätterna på menyn går att få vegetariska eller veganska. Kunderna väljer om de vill ha med tofu, kyckling, eller kött.”

En övervägande andel av restaurangerna säger sig ha tydlig information om att de erbjuder vegetariska eller veganska rätter. 79 procent säger att denna information finns i restaurangen. Drygt 69 procent av de som har en hemsida, uppger att de har information om sitt vegetariska och veganska utbud där.

Hur upplever restaurangerna efterfrågan på vegetarisk och vegansk mat?

Efterfrågan på vegetarisk och vegansk mat ökar generellt i Sverige och det märks även bland restaurangerna i Sigtuna kommun. Hela 73 procent svarar att de upplever att efterfrågan på vegetarisk mat är stor och/eller ökande hos matgästerna. Det är en ökning från förra året, då siffran låg kring 50 procent. Motsvarande siffra för vegansk mat är 47 procent. Intressant att observera är att 17 procent som anger att efterfrågan på vegetarisk mat är liten, samtidigt uppger att efterfrågan ökar. Motsvarande siffra för vegansk mat är 11 procent. Andelen som anger att efterfrågan är obefintlig, ligger på 2 procent för vegetarisk mat och nästan 20 procent för vegansk mat.

“Det är mest unga människor som efterfrågar vegetariskt och veganskt.”

Flera restauranger har upplevt en sådan ökad efterfrågan att de infört en eller flera vegetariska/veganska rätter på menyn under särskild rubrik. Man anger vidare att den vegetariska/veganska maten inte enbart efterfrågas av vegetarianer/veganer. Maten efterfrågas eftersom den ”är så god”. Ett bra exempel är haloumi och vegetariska burgare som blivit vanliga på à la carte restauranger och snabbmatskedjor.

“Nya vegetariska och veganska produkter utvecklas hela tiden. Många som väljer vego, gör det inte för att de är vegetarianer, utan för att det är gott.”

Vegetarisk och vegansk mat i framtiden

På frågan om restaurangernas framtida vegetariska utbud, bedömer en majoritet (52 procent) att det kommer att öka. Nästan 33 procent tror att det kommer att ligga på samma nivå som idag. Endast 2 procent tror att det kommer att minska.

“Vi ser inte så mycket efterfrågan på vegetariskt ännu, men vill hänga med strömmen och testas därför mer vegomat.”

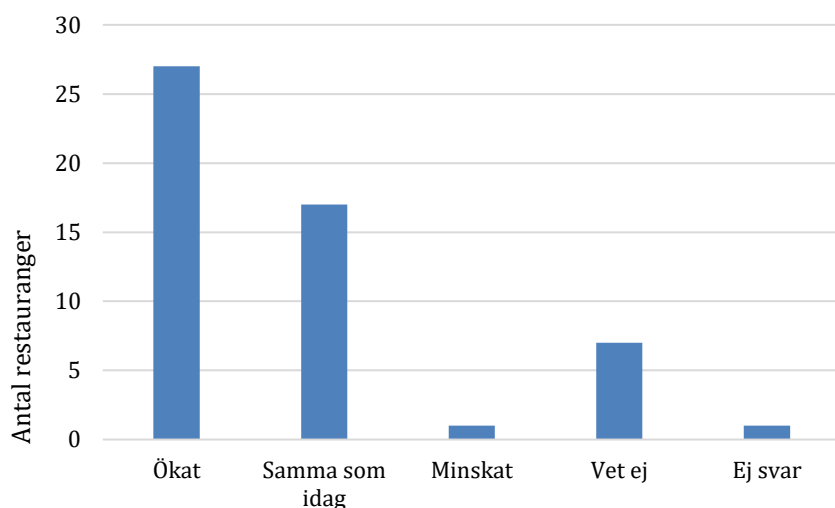


Diagram 9. Restaurangernas bedömning av utvecklingen av vegetariskt och veganskt om ett år.

FAIRTRADE-MÄRKTA PRODUKTER PÅ RESTAURANGERNA

Fairtrade är en oberoende produktmärkning med syfte att förbättra arbets- och levnadsvillkor för odlare och anställda i utvecklingsländer. Kriterierna för Fairtrade baseras på FNs standarder (ILO-konventionerna) för mänskliga rättigheter i arbetslivet samt syftar till ekonomisk utveckling och ökad miljöhänsyn. Nästan nio av tio konsumenter känner idag till Fairtrades certifieringsmärke som sitter på över 2 200 produkter. Många av dessa produkter finns i restauranger, caféer och hotell, i våra matbutiker och på arbetsplatser. Fairtrade-märkningen är vanlig på kaffe, te, socker, kakao, bananer och andra importerade varor.

Vi frågade vilka Fairtrade-märkta produkter restaurangerna har. En majoritet, 70 procent, uppger att de har Fairtrade-märkta produkter. Vanligast är kaffe (57 procent) och te (drygt 41 procent). 30 procent, en betydande ökning från förra året, uppger att de har ytterligare några Fairtrade-märkta produkter såsom bananer, choklad, kakao, socker och honung.

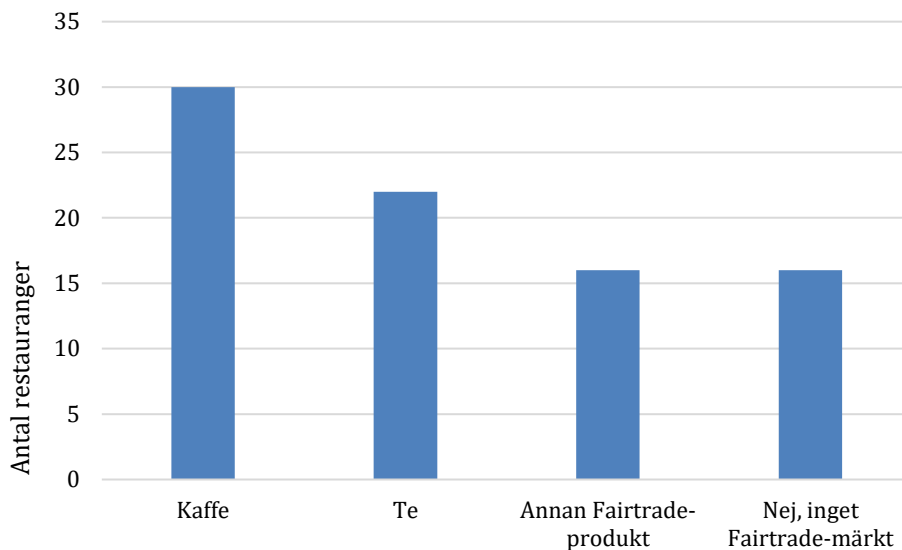


Diagram 10. Fairtrade-märkta produkter på restaurangerna.

Efterfrågan på Fairtrade-märkta produkter

En majoritet av restaurangerna, drygt 88 procent, upplever att efterfrågan på Fairtrade-produkter hos matgästerna är liten eller obefintlig. Det finns ändå en del som uppger att det finns en stor (6 procent) och/eller ökande (4 procent) efterfrågan. Även om det är ovanligt att restauranggäster efterfrågar rättvisemärkta produkter, kan ett bra utbud av sådana vara en viktig del i verksamhetens kvalitetsarbete.

Fairtrade-märkta produkter om ett år

På frågan om hur restaurangerna bedömer att deras utbud av Fairtrade-produkter ser ut om ett år, svarar merparten, drygt 58 procent, att de tror att utbudet kommer att vara samma som idag. 17 procent bedömer att deras utbud kommer att öka framöver, vilket är något förvånande mot bakgrund av att efterfrågan idag är liten. En knapp fjärdedel svarar

”vet ej”, vilket skulle kunna ha ett samband med att kunskapen om Fairtrade är låg i delar av restaurangbranschen.

MATSVINN PÅ RESTAURANG OCH CAFÉ

Nytt för 2019 års undersökning var att uppdraget från Sigtuna kommun även omfattade en kartläggning av hur kommunens restauranger arbetar för att minska matsvinnet.

Matsvinn uppkommer i flera led i livsmedelskedjan; vid tillverkning, hos grossister, leverantörer, butiker, restauranger och storkök samt hos hushållen. Enligt Naturvårdsverket uppgick mängden matavfall i Sverige 2016 till ungefär 1,3 miljoner ton. Då är även primärproduktionen inkluderad. Produktionen av den mängd mat som slängs varje år motsvarar utsläpp på omkring två miljoner ton koldioxid, enligt Naturvårdsverket. På restauranger uppkommer svinn både vid beredning i köket och vid servering. Det är svårt att förutse hur många gäster som kommer och därmed svårt att förbereda rätt mängd mat. Det är särskilt stor risk för matsvinn vid självservering från bufféer.

Att minimera matsvinnet ger stora vinster, såväl miljömässigt som ekonomiskt. I undersökningen fick restaurangerna svara på om de mäter det svinn som uppkommer och hur de arbetar för att förebygga och reducera matsvinnet. De medverkande var väl medvetna om att det lönar sig att minimera svinn, svarsfrekvensen var hög och kommentarerna många.

Väger ni det matsvinn som uppstår i er verksamhet?

Att mäta det matsvinn som uppstår i verksamheten, i kilo, kronor eller förlorad omsättning, kan tyckas vara en självklar utgångspunkt för arbetet med att minimera detsamma. Merparten av restaurangerna i undersökningen svarade nej på frågan om de väger den mat som blir över. En fjärdedel av de svarande väger den mat som slängs, medan tre fjärdedelar svarade nej på frågan.

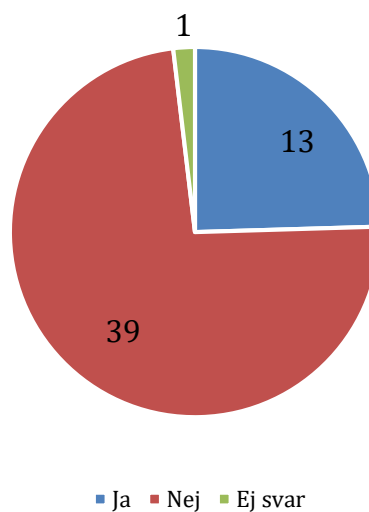


Diagram 11. Restaurangernas svar på frågan om de väger sitt matsvinn.

Arbetar ni för att reducera matsvinnet i er verksamhet?

Något förvånande var svaren omvända jämfört med föregående fråga. Majoriteten av restaurangerna arbetar aktivt för att minska svinnet på något sätt. 43 restauranger svarade ja på frågan om de arbetar för att reducera matsvinnet i sin verksamhet, 9 svarade nej.

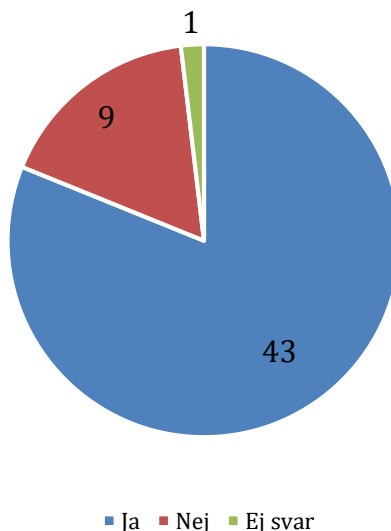


Diagram 12. Restaurangernas svar på frågan om de arbetar för att reducera matsvinnet.

Det praktiska arbetet för att reducera matsvinnet

De svarande hade möjlighet att beskriva hur de arbetar för att reducera svinnet vid tre olika moment; menyplanering, tillagning och servering/buffé.

Hur arbetar ni för att reducera matsvinnet vid menyplanering?

26 av 53 medverkande restauranger beskrev hur de arbetar för att minska svinnet genom menyplanering. Den vanligast förekommande kommentaren handlade om hur man använder råvarorna. Man köper in råvaror som kan användas till flera olika rätter och ser till att använda alla delar av råvaran. Man planerar utifrån att råvaror som blir över kan användas till nya rätter eller till röror och sallader. En restaurang har konceptet "Leftover fridays" och serverar en buffé som bygger på veckans matrester till lunch på fredagar.

För restaurangernas kommentarer, se Bilaga 1.

Hur arbetar ni för att reducera matsvinnet vid tillagning?

35 av 53 medverkande restauranger lämnade kommentarer om hur de arbetar för att minska svinnet vid tillagning. Merparten av svaren handlade om att tillaga rätt mängd mat vid rätt tidpunkt. Att inte laga för mycket och att tillaga tidsmässigt så nära beställningen som möjligt var viktigt för att minska svinnet. Tillagningen hänger förstås nära samman med menyplaneringen, även här framkom vikten av att använda alla delar på råvarorna.

För restaurangernas kommentarer, se Bilaga 1.

Hur arbetar ni för att reducera matsvinnet vid servering/buffé?

20 av 53 medverkande restauranger berättade om hur de arbetar för att minska svinnet i samband med servering eller buffé. Vid bufféer med självservering är risken för svinn stor. Det är lätt hänt att matgästerna tar för sig mer mat än de äter upp. Restaurangerna gav flera exempel på hur de arbetar med att förebygga problemet. Vanligast var att man infört mindre storlekar på tallrikar, assietter och uppläggningsfat. Mindre uppläggningsfat innebär att personalen får fylla på buffén oftare, men resultatet är att matgästerna tar mindre portioner och svinnet minskar. Flera restauranger har skyltar där gästerna uppmanas att hellre ta flera portioner än att ta för mycket. Mindre fat med tätare påfyllning gör också att maten håller bättre.

Restauranger där den varma maten serveras över disk har ofta en salladsbuffé med självservering. Här förekom också att man minskat storleken på uppläggningsfaten. En restaurang nämnde att man minskat svinnet genom att ha övergått från salladsbuffé till att servera individuella salladsportioner. På några restauranger erbjöds gästerna möjligheten att välja mindre portioner till lägre pris. Ytterligare ett positivt exempel är restaurangen som minskat svinnet av potatis betydligt genom att servera pommes frites i små korgar istället för upplagd direkt på tallriken.

För restaurangernas kommentarer, se Bilaga 1.

Hur hanteras eventuella matrester?

46 av 53 medverkande restauranger besvarade frågan om hur de hanterar matrester. De allra flesta arbetar förebyggande för att se till att det inte blir något matavfall. Bland kommentarerna finns flera kreativa sätt att använda de matrester som ändå uppstår. En handfull restauranger svarade att de inte sorterar matresterna, men majoriteten svarade att det sorteras som matavfall och hämtas av kommunen.

För restaurangernas kommentarer, se Bilaga 1.

Andra kommentarer om ert arbete med att reducera matsvinn

De svarande hade möjlighet att komplettera med egna kommentarer om sitt arbete med matsvinn. 25 av 53 restauranger lämnade en kommentar. Några beskrev att de har satt upp mål för att minska svinnet. De som är en del av Destination Sigtunas nätverk Hållbar Destination har mål för svinnhantering genom nätverket. Det är tydligt att de flesta arbetar aktivt med frågan. Många konstaterade i kommentaren att de har väldigt lite svinn. Några passade på att berätta om annat miljöarbete de gör, som att minska på engångsplast.

För restaurangernas kommentarer, se Bilaga 1.

UPPFÖLJNING

EKOUTMANINGEN 2019

Alla restaurangverksamheter som hade en andel ekologiskt på mer än 25 procent och/eller var KRAV-certifierade erbjöds att delta i Sigtunas Ekoutmaning. Totalt var det 11 verksamheter som deltog i Ekoutmaningen och diplomerades i samarbete med Sigtuna kommun i november. Dessutom diplomerades den restaurang som hade ett väsentligt och lättillgängligt utbud av vegetariska och veganska rätter.

Restauranger	Andel ekologiskt
Hotell Kristina	65 % mat och dryck
32 rum & kök	68 % mat
Restaurang Skog, Sigtunahöjden	44 % mat och dryck
Rosersbergs Slottshotell	40 % mat och dryck
Sigtunastiftelsen	37 % mat och dryck
Stora Brännbo konferens och hotell	23 % mat och dryck
Kämpasten	18 % mat och dryck
Caféer	
Herresta Lada	96 % mat och dryck
Märsta Kulturstuga	69 % mat och dryck
RC Chocolat	31 % mat och dryck
Bästa vegetariska utbud	
Indian Paradise	23 % mat

RESTAURANGAPPEN EKOGO!

Under september 2019 lanserade Ekomatcentrum appen EkoGo, som är Sveriges första app för restauranger med ekologisk mat och dryck. EkoGo listar restauranger som är KRAV-certifierade eller har minst 25 procent ekologiska inköp. Appen är kostnadsfri för såväl medverkande restauranger som för användarna. Alla restauranger som medverkat i Sigtunas Ekoutmaning har erbjudits att lista sig i appen.

RAPPORTENS SPRIDNING

Samtliga medverkande restauranger och caféer har fått ta del av resultatet av inventeringen och denna rapport. Rapporten kommer även att finnas tillgänglig på Ekomatcentrums hemsida och spridas genom föreningens kommunikationskanaler samt genom Sigtuna kommun.

FÖR YTTERLIGARE INFORMATION VÄNLIGEN KONTAKTA:

Helen Ericson
Sigtuna kommun
Helen.ericson@sigtuna.se
08-592 260 09

Eva Fröman
Ekomatcentrum
eva@ekomatcentrum.se
070-779 59 90

Tove Björlin
Ekomatcentrum
tove@ekomatcentrum.se
070-496 07 00

RESTAURANGER SOM MEDVERKAT I INVENTERINGEN 2019

Arlanda

Kitchen&Table Arlanda
Airport

Arlandstad

Arlanda hotellby
Connect Hotel
Linas Matsal
Mc Donalds
Quality Airport Hotel

Märsta

Alanya Kolgrill
Café Milou
Espressohouse
Fyra Små Rätter
Herresta Lada
Indian Paradise
Koh Chang
Kulturcaféet
Kulturstugan
Magasinet
Mat Sushi

Max Burgers
Mingel Kök & Bar
O'Learys
Pizzeria Castello
Steninge Bruk
Subway
Sushi Yama
Södergatans Café och
Salladsbar

Rosersberg

Blå Laguna
Burger King
Grekiska kolgrillsbaren
Koppar (Crew Hotel)
Rosersbergs slottshotell
Rubys Steakhouse
Subway
Tre rosor Pensionat &
Konferens

Sigtuna

32 rum & kök
Båthuset Krog & Bar
Cicciotto
Farbror Blå
Hotell Kristina
Kopparkitteln
Kämpasten
Prik Thai
RC Chocolat
Restaurang 1909, Sigtuna
Stadshotell
Restaurang Skog
Restaurang Spejaren, Sigtuna
Folkhögskola
Sigtuna Crêperie
Sigtunastiftelsen
Stora Brännbo
Strandvillans café
Valvet bistro & café
Våfflan hamnkrog & bar
Wenngarns slottscafé
Wenngarns Bageri & Cafe

* Sid 9. Sifo-undersökning på uppdrag av Axfood

<https://www.axfood.se/media-och-opinion/pressmeddelanden/2018/10/vegotrenden-2018-mer-och-allt-oftare/>

BILAGA 1. RESTAURANGERNAS KOMMENTARER OM MATSVINN I URVAL

Hur arbetar ni för att reducera matsvinnet vid menyplanering?

- *Använda samma råvara till flera olika rätter.*
- *Använder till röror, sallader...*
- *Använda alla delar/så mycket det går av råvaran.*
- *Planerar veckans protein så det används senare under veckan.*
- *Försöker beräkna åtgång och återanvända överbliven mat. Ta vara på hela råvaran.*
- *Vi planerar efter att ta tillvara på hela råvaran.*
- *Flera rätter på menyn kan ha samma råvaror, därav slängs inget.*
- *Att vi kan använda ett fåtal råvaror till många olika saker såsom olika rätter olika dagar, koka buljonger och såser på puts och skal, torka, syra, salta, röka och frysa för längre hållbarhet. Sparar det som går till fonder, soppa och annat.*
- *Allt planeras och vägs i gram.*
- *Inte för komplicerade menyer.*
- *Arbetar med färre rätter för att kunna ha bättre kontroll på mat.*
- *Täta leveranser / köper in efter behov.*
- *Har leveranser ofta, vet hur mycket mat som går åt så väldigt lite slängs.*
- *Väljer varor med lång hållbarhet.*
- *Ibland får vissa rätter ta slut i stället för att det blir över.*

Hur arbetar ni för att reducera matsvinnet vid tillagning?

- *Lagar allt efter beställning, så inget görs i förväg. Erbjuder mindre portioner för billigare pris.*
- *Tillagar så nära servering som möjligt för att inte tillaga för mycket.*
- *Använda hela grönsakerna. Tillagar sällan mer än vad som går åt under en dag.*
- *Gör inte så många smörgåsar på en gång utan vartefter. Slänger inte mycket mat. Tar inte fram många färdiga produkter ur frysen samtidigt. Ibland tar personalen med hem.*
- *Använda alla delar av råvaran/livsmedlet.*
- *Återanvänder, t.ex. bröd kan bli krutonger.*
- *Ta vara på hela råvaran. Skalar inte rotsaker.*
- *Använder "överblivna" matrester till att göra nytt, t.ex. tomater från frukosten blir tomatsås, paprika görs till pastasås, gurka till tsatsiki, gör sylt, mm.*
- *Att bara sluttillaga rätter på beställning t.ex. en konferensgrupp som sitter och äter sallad så kan vi räkna av och tillaga rätt antal.*
- *Tillaga mindre mängd fler gånger.*
- *Använda överbliven mat till att göra nytt.*
- *Allt görs på beställning. Använder de grönsaker först som riskerar att bli dåliga.*
- *Använder i princip allt på livsmedlet.*
- *Laga mycket från grunden.*
- *Beräknar portionerna.*
- *Förbereder endast små mängder inför kvällen. Allting lagas på beställning. Om något tar slut, så tar det slut.*

- *Man kan alltid be om en mindre portion (för billigare pris). Vi har börjat tillaga mindre portioner, särskilt mindre potatis och sås. Köpt in mindre skålar. Finns alltid möjlighet att få mer om gästen vill ha.*

Hur arbetar ni för att reducera matsvinnet vid servering/buffé?

- *Uppmana kunderna att ta mindre mat fler gånger för att undvika att kasta mat i onödan.*
- *Plockar fram korrekt mängd livsmedel.*
- *Lagom tilltagna portioner, ingen buffé.*
- *Mindre fat med tät påfyllning.*
- *Lägger upp mindre på fatet. Gästen får äta på mindre tallrikar. Styr gästen vad den ska äta.*
- *Vi använder små fat både till sallad och varm mat. Många byten gör att maten inte står ute så länge och kan användas framöver. Vår personal äter också efter att gästerna har ätit så att det blir så lite svinn som möjligt.*
- *Rester från buffén används till annat.*
- *Mindre tallrikar och uppmanar våra gäster att gå flera gånger istället.*
- *Skyltning, mindre uppläggningsfat, bara en tallrik för buffé med mindre tallrikar, uppbyggnad på buffé.*
- *Det är svårt då vi har buffé till lunch. Det störta matsvinnet är från gästerna.*
- *Små assietter vid salladsbuffén. Normala men inte särskilt stora tallrikar vid matbuffén.*
- *Våra gäster äter oftast upp allt de tagit för sig.*
- *Ställer inte fram så stora mängder i taget på salladsbuffén.*
- *Erbjuder alltid mindre portioner om gästen efterfrågar.*
- *Vi har tagit bort salladsbuffé och serverar individuella sallader still varje gäst. Försöker tänka på att lägga mindre fat på frukostbuffén och fylla på ofta istället, varm frukost går på beställning direkt från köket.*
- *Gårdagens kakor/bullar säljs för halva priset. Märker att det går åt väldigt bra då, blir lite som slängs.*
- *Informerar gästerna om salladsbuffén att de kan hämta flera gånger, så de inte tar för mycket på en gång och sedan slänger.*

Hur hanteras eventuella matrester?

- *Överbliven mat skickas oftast hem med gästen.*
- *Återanvänds i mån det går.*
- *Vi har endast kaffebröd och ibland smörgås, slänger sällan, fryser in om det är möjligt.*
- *Sälja till personal, produktionsrätter tas om hand, skal gör vi råsaft av etc.*
- *Det lilla som blir tar vi hand om och förädlar, tex osten från frukostbuffén blir ostpaj.*
- *Personalmat. Personal får köpa hem. Tar tillvara på det som går att använda.*
- *Det som kommer från gästtallrikar slängs, övrigt som är ok tas om hand och återanvänds.*

- *Fryser in alla kakor. Om det blir mackor över så lämnas de till ett behandlingshem. Annat med utgången datum, om det inte är dåligt, skänks bort. Övrigt svinn kommunal sophantering.*
- *Vi gör extrarätter utöver den annonserade menyn, vi har oftast 5 rätter. En del fryser vi ned för senare användning. Vi har väldigt lite svinn. Våra matgäster äter oftast upp allt, men lämnade matrester går till kommunens sophantering, bruna soptunnan.*
- *Ovanligt med rester, men det händer ibland. Soppa fryses in. Inför helg kan ett fåtal bakverk bli över, dessa skänker vi till gäster.*
- *Beror på råvara, det måste vara foodsafe.*

Andra kommentarer om ert arbete med att reducera matsvinn

- *Blir inte så mycket rester jämfört med andra restauranger i kedjan. Det kastas en del från salladsbuffén.*
- *Matsvinnet väger ca 2-4 kg en vanlig dag. Lite problem med diff och att det glöms vissa dagar att väga matsvinnet, försöker införa bättre rutiner. Vi har en tävling just nu: varje dag skrivs en tavla med hur mycket matsvinnet vägt senaste dagen/veckan/månaden och vi försöker ständigt reducera siffran. Svårt med matsvinnet annars, eftersom vi har främst buffé och gäster tar ofta för mycket vilket gör att det slängs.*
- *Matsvinnet är en nyckelfråga för oss, ingen vinner på att mat kastas så vi arbetar kontinuerligt med både personal och kunder för att reducera matsvinn.*
- *Det mesta matsvinnet är det gästerna lämnar på sina tallrikar. I köket blir det inte mycket svinn. Det är en ekonomisk fråga också - vi vill ha så lite svinn som möjligt eftersom det är smartare ekonomiskt.*
- *Vi vill gärna inte behöva kasta mat, men vi lagar mycket mat för att det aldrig ska vara slut på någonting när gästerna frågar. Speciellt efter lunchen blir det mycket matsvinn.*
- *Försöker minska svinn i köket, men det kastas ganska mycket eftersom vi har buffé. Det måste ställas fram mat hela tiden. Till skillnad från andra snabbmatställen i samma område har vi tagit bort engångsmaterial, serverar med porslin.*
- *I köket tävlar exempelvis kockarna om vem som har minst svinn, bara för att göra det ännu mer utmanande. Sen har vi i Destination Sigtuna mål kring vår svinnhantering.*
- *Vissa varor vägs, som sallat, tomat, lök. Andra produkter måste registreras, man slår t.ex. in burgare. Svinnet får ej vara över 0,8%.*
- *Sedan öppningen har vi alltid arbetat med att inte förbereda för mycket av alla råvaror för att förhindra eventuellt svinn. Det svinn som uppstår är om en gäst inte orkar äta upp, om gästen inte orkar äta upp går det alltid att ta med en take away låda som många uppskattar.*
- *Jobbar för att minska plastlådor, ska istället börja med kartonger för take away.*
- *Har inte mycket svinn, använder produkter som håller på att gå ut.*
- *Inte ha för stora lager hemma.*
- *Skriver in i kassa systemet vilket svinn som blir. Viss del i kg och viss del i sorts vara. Försöker få bort plast. Börjat med en app: karma. Folk kan komma och köpa sådant som är på väg att bli dåligt för 50% av priset.*

- *Alla råvaror vägs och registreras, produkter vägs inte men registreras i systemet, mål att ha max 1,6% svinn av råvaror och produkter. Har mycket lågt råvarusvinn, det som finns är från kunderna.*
- *Jobbar aktivt och kommer att jobba ännu mer. Matsvinn efter frukost, lunch och à la carte vägs och noteras under de olika rubrikerna.*