

PREISE

1 Erster Preis:
Gutschein über 100 Franken für ein Essen im Restaurant Hiltl in Zürich

2 Zweiter Preis:
Gutschein über 50 Franken für einen Einkauf im Bio-Geschäft Egli in Zürich

3 Dritter Preis:
Kochbuch «Klimafreundlich einkaufen, kochen und geniessen»

Name _____

E-Mail _____

Mein Feedback zu den Genusswochen mit *Menu Plus*:

Bitte werfen Sie den Talon bis am 9. Dezember in die gelbe Infobox in Ihrer Cafeteria ein. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die GewinnerInnen werden per E-Mail benachrichtigt.

Die Klimabilanz von Cheeseburger, Fondue und Co.

| | pro Menu: |
|------------------------------|--------------------------|
| Zürcher Geschnetzeltes | 3700 g CO ₂ e |
| Käsefondue | 2300 g CO ₂ e |
| Bratwurst mit Pommes | 2040 g CO ₂ e |
| Cheeseburger | 1800 g CO ₂ e |
| Spaghetti Bolognese | 1300 g CO ₂ e |
| Bratwurst mit Kartoffelsalat | 1000 g CO ₂ e |
| Pilz-Risotto mit Kürbis | 590 g CO ₂ e |
| Gemüse Lasagne | 430 g CO ₂ e |

Berechnung: 

Was bedeutet CO₂e? Nicht alle Treibhausgase belasten das Klima gleich stark. Methan, Lachgas oder Ammoniak haben zum Beispiel eine stärkere Treibhaus-Wirkung als CO₂. Da ein Produkt verschiedene Arten von Treibhausgasen verursachen kann, wird die gesamte Belastung in **CO₂-Äquivalente** umgerechnet. Die angegebenen Werte berücksichtigen die gesamten Treibhausgas-Emissionen eines Produktes oder Menus – von der Herstellung über den Transport bis zum Verkauf.



Der grüne Smiley auf dem übrigen Angebot in der Cafeteria zeigt weitere klimafreundliche Produkte.

Mehr Informationen: www.stadt-zuerich.ch/menu-plus
Berechnen Sie die Klimabilanz Ihres Lieblingsgerichts: www.eaternity.ch

Klimafreundlich optimiert wurde das *Menu Plus* vom Verein eaternity, der den Zusammenhang zwischen Ernährung und Klimawandel aufzeigt.

Menu Plus

**Gut für mich.
Gut fürs Klima.**

Genusswochen

in den Cafeterias Walche, Amtshaus IV, Amtshaus V und Stadthaus.

26. September bis
23. Dezember 2011

LIEBE MITARBEITERIN, LIEBER MITARBEITER



Essen – das ist Genuss, Wohlbefinden und Geselligkeit. Was wir essen, hat aber auch Auswirkungen auf die Umwelt. Wussten Sie, dass die Ernährung ein Drittel der Umweltbelastung verursacht? Um diesen Zusammenhang aufzuzeigen, startet die Stadt Zürich ihre *Menu Plus*-Genusswochen. Damit möchten wir Sie inspirieren, gesund und fein zu essen – und klimafreundlich noch dazu.

Bis Ende Jahr gibt es in den Cafeterias der Sozialen Einrichtungen und Betriebe SEB das *Menu Plus*. Komponiert aus frischen, regionalen Zutaten, bietet es ein dreifaches Plus: Es garantiert erstens hochwertigen

Genuss. Zweitens verursacht das *Menu Plus* nicht einmal halb so viele Treibhausgase wie vergleichbare Mahlzeiten. Und drittens erhalten Sie zu jedem *Menu Plus* eine Frucht als Dankeschön.

Kommen Sie einen Schritt Richtung 2000-Watt-Gesellschaft mit und geniessen das *Menu Plus*! En Guete!

Claudia Nielsen

Vorsteherin Gesundheits- und Umweltschutz

TIPPS FÜR UMWELTFREUNDLICHES UND GESUNDES EINKAUFEN



Frisches Gemüse wählt man am besten **saisonal und in Bio-Qualität**: So braucht es keine beheizten Gewächshäuser, die viel Energie benötigen.



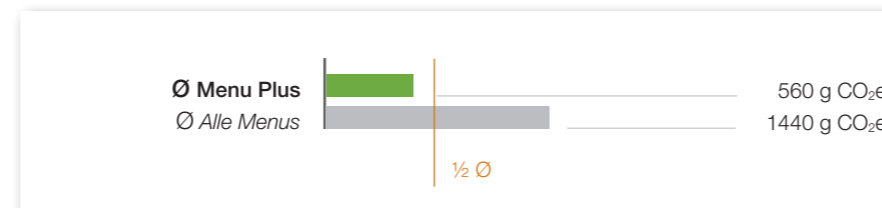
Bezieht man **regionale Lebensmittel**, hat man kurze Transportwege und fördert die Produkte aus der Region. Am stärksten ins Gewicht fallen die Flugtransporte.



Besser **pflanzlich statt tierisch**: Obst, Gemüse und Getreide haben die bessere Klimabilanz. Tierhaltung braucht deutlich mehr Ressourcen und verursacht viel mehr Treibhausgas-Emissionen.

Das Menu Plus | Gesund und klimafreundlich.

Das *Menu Plus* garantiert gesunden Genuss. Und nicht nur das: Es schont das Klima, indem es rund 60 Prozent weniger Treibhausgase verursacht als ein herkömmliches Gericht.



Berechnung: eaternity

WETTBEWERB

TESTEN SIE IHR WISSEN UND GEWINNEN SIE EIN ABENDESSEN FÜR ZWEI PERSONEN!

Das *Menu Plus* ist nicht nur gesund und lecker, sondern auch klimafreundlich. Wie viel weniger Treibhausgase als ein herkömmliches Menu verursacht das *Menu Plus* im Durchschnitt?

- 20 Prozent 40 Prozent 60 Prozent

Dunkle Schokolade ist 40 Prozent klimafreundlicher als Milkschokolade. Warum?

- Sie wird in der Schweiz produziert. Sie enthält weniger Milch.
 Sie enthält weniger Zucker.

Wie viel Wasser braucht es für die Produktion von einem Kilo Rindfleisch?

- 10 850 Liter (=70 Badewannen) 15 500 Liter (=100 Badewannen)
 18 600 Liter (=120 Badewannen)

Wie viel mal mehr Treibhausgase verursachen Spargeln aus Peru (Flugimport) als Schweizer Spargeln?

- 3 x mehr 8 x mehr 15 x mehr

Für die Produktion von einem Kilo Rindfleisch braucht es 21 Quadratmeter Land. Welche Menge Kartoffeln wächst auf der gleichen Fläche?

- 3 Kilogramm 14 Kilogramm 105 Kilogramm