



## Dicas de redução do desperdício alimentar

ESTABELECIMENTOS DE RESTAURAÇÃO E SIMILARES

1/2

# Numa restauração ecológica, não há lugar para o desperdício alimentar\*.

\*Estima-se que a restauração seja responsável, em Portugal, por 14% do desperdício alimentar.



#1

### Antes de ir às compras:

- Verifique quantidades e existências.
- Disponha os produtos, na despensa e frigorífico, por data de validade: os mais próximos à frente, para garantir que são consumidos em primeiro lugar.
- Planeie e faça refeições adequadas à oferta dos menus.



#2

### Nas compras:

- Procure fornecedores locais, de maior proximidade e com preocupações relacionadas com o combate ao desperdício alimentar.
- Opte pela aquisição de frutas e hortícolas da época e produtos avulso (ou apenas com o embalamento necessário).



#3

### Na confeção:

- Use o máximo possível dos alimentos (caule, talos, cascas, ...).
- Priorize a criação de pratos com produtos a findar o prazo de validade e com eventuais sobras.
- Pondere a quantidade por dose (apenas o quanto baste).





## Dicas de redução do desperdício alimentar

ESTABELECIMENTOS DE RESTAURAÇÃO E SIMILARES

2/2



### No dia-a-dia:

- Utilize pratos mais pequenos para que todo o prato seja consumido.
- Implemente soluções de meia dose ou de menu infantil.
- Monitorize os “restos” mais habituais e as quantidades desperdiçadas.
- Forme os trabalhadores para serem sensíveis e pró-ativos, prevenindo o desperdício.



### Após as refeições:

- Incentive o levar de sobras da refeição para casa.
  - Adira a programas locais de encaminhamento de excedentes.
  - Encaminhe restos da preparação/confeção dos alimentos para alimentação de animais, compostagem ou valorização orgânica\*.
- \* Informe-se sobre projetos de valorização de biorresíduos junto da sua Autarquia

**1/3**  
da comida acaba  
**NO LIXO**  
mas aqui  
**NÃO!**

Saiba mais em  
[poiaresqb.pt](http://poiaresqb.pt)

POIARES MAIS SUSTENTÁVEL  
faça a sua parte