Ile kilometrów ma mój obiad?

ZESTAW OBIADOWY | **GRUPA 1 / 5**

ZADANIE Sprawdź pochodzenie składników, oszacuj przebyte przez nie kilometry i zsumuj wyniki.

01 ZUPA · Krem z batatów

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
bataty	Egipt	_____
cebula	Hiszpania	_____
czosnek	Chiny	_____
oliwa	Włochy	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

02 DANIE GŁÓWNE · Curry z ziemniaków i fasoli

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
ziemniaki	Maroko	_____
czerwona fasola	Kenia	_____
pomidory	Maroko	_____
papryka	Hiszpania	_____
przyprawa curry	Indie	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

03 SAŁATKA · Sałatka z awokado i mango

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
awokado	Peru	_____
mango	Brazylia	_____
limonka	Meksyk	_____
kolendra	Izrael	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

04 NAPÓJ · Czarna herbata

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
herbata	Chiny	_____
cukier z trzciny cukrowej	Nowa Gwinea	_____
cytryna	Turcja	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

ŁĄCZNIE DLA CAŁEGO ZESTAWU _____ km

OTWARTY PLAN
REBOOT FOOD
Co-funded by the European Union

Ile kilometrów ma mój obiad?

ZESTAW OBIADOWY | **GRUPA 2 / 5**

ZADANIE Sprawdź pochodzenie składników, oszacuj przebyte przez nie kilometry i zsumuj wyniki.

01 ZUPA · Pomidorowa

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
pomidory	Hiszpania	_____
marchew	Włochy	_____
seler	Holandia	_____
cebula	Egipt	_____
makaron	Włochy	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

02 DANIE GŁÓWNE · Pieczone ziemniaki

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
ziemniaki	Cypr	_____
olej rzepakowy	Węgry	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

03 SAŁATKA · Sałatka z kapusty, marchewki i jabłka

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
kapusta	Niemcy	_____
marchew	Francja	_____
jabłko	Włochy	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

04 NAPÓJ · Sok jabłkowy

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
jabłka	Chile	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

ŁĄCZNIE DLA CAŁEGO ZESTAWU _____ km

OTWARTY PLAN
REBOOT FOOD
Co-funded by the European Union

Ile kilometrów ma mój obiad?

ZESTAW OBIADOWY | **GRUPA 3 / 5**

ZADANIE Sprawdź pochodzenie składników, oszacuj przebyte przez nie kilometry i zsumuj wyniki.

01 ZUPA · Krem z dyni

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
dynia	Kalisz (Wielkopolska)	_____
cebula	Sochaczew (Mazowsze)	_____
imbir	Chiny	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

02 DANIE GŁÓWNE · Leczo z cukinii i papryki

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
cukinia	Grójec (Mazowsze)	_____
papryka	Hiszpania	_____
pomidory	Złotniki Kujawskie (Kujawsko-Pomorskie)	_____
cebula	Piaski (Lubelszczyzna)	_____
natka pietruszki	Bibice (Małopolska)	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

03 SAŁATKA · Sałatka z rukolą i pomidorkami

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
rukola	Włochy	_____
pomidorki koktajlowe	Poznań (Wielkopolska)	_____
olej lniany	Wielkopolska	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

04 NAPÓJ · Woda z cytryną i miętą

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
cytryna	Hiszpania	_____
mięta	Bibice (Małopolska)	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

ŁĄCZNIE DLA CAŁEGO ZESTAWU _____ km

OTWARTY PLAN
REBOOT FOOD
Co-funded by the European Union

Ile kilometrów ma mój obiad?

ZESTAW OBIADOWY | **GRUPA 4 / 5**

ZADANIE Sprawdź pochodzenie składników, oszacuj przebyte przez nie kilometry i zsumuj wyniki.

01 ZUPA · Chłodnik ogórkowy

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
ogórki	Charsznica (Małopolska)	_____
rzodkiewka	Igołomia (Małopolska)	_____
koperek	ogród działkowy Kraków	_____
jogurt naturalny	Olkusz (Małopolska)	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

02 DANIE GŁÓWNE · Placki ziemniaczane

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
ziemniaki	Trzebinia (Małopolska)	_____
cebula	Piaski (Lubelszczyzna)	_____
jajko	Miechów (Małopolska)	_____
mąka	Łomża (Podlasie)	_____
olej rzepakowy	Grodzisk Wielkopolski (Wielkopolska)	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

03 SAŁATKA · Sałatka z marchewką i jabłkiem

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
marchew	Czernichów (Małopolska)	_____
jabłko	Warka (Mazowsze)	_____
sok z cytryny	Hiszpania	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

04 NAPÓJ · Kompot z jabłek

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
jabłka	Warka (Mazowsze)	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

ŁĄCZNIE DLA CAŁEGO ZESTAWU _____ km

OTWARTY PLAN
REBOOT FOOD
Co-funded by the European Union

Ile kilometrów ma mój obiad?

ZESTAW OBIADOWY | **GRUPA 5 / 5**

ZADANIE Sprawdź pochodzenie składników, oszacuj przebyte przez nie kilometry i zsumuj wyniki.

Dla każdego produktu wpisz najpierw nazwę pobliskiej miejscowości, w której może być uprawiany lub wytwarzany. Następnie oblicz odległość.

01 ZUPA · Zupa z młodej kapusty

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
kapusta	.....	_____
marchew	.....	_____
koperek	.....	_____
ziemniaki	.....	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

02 DANIE GŁÓWNE · Pieczone buraki z ziemniakami i marchewką

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
ziemniaki	.....	_____
cebula	.....	_____
jajko	.....	_____
mąka	.....	_____
olej rzepakowy	.....	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

03 SAŁATKA · Sałatka z ogórków małosolnych

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
ogórki	.....	_____
czosnek	.....	_____
koper	.....	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

04 NAPÓJ · Woda z miętą

SKŁADNIK	POCHODZENIE	ODLEGŁOŚĆ / KM
mięta	.....	_____

SUMA DLA TEJ POTRAWY _____ km

ŁĄCZNIE DLA CAŁEGO ZESTAWU _____ km

OTWARTY PLAN
REBOOT FOOD
Co-funded by the European Union