



## Das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)

Es ist nicht mit dem Verbrauchsdatum zu verwechseln. Ein Lebensmittel kann häufig nach Ablauf des MHD noch genießbar sein. Doch dies sollte zuvor mit einem Sinnes-Check – anschauen, riechen und dann schmecken – überprüft werden. Sind aber Aussehen, Geruch, Konsistenz oder Geschmack untypisch, gilt es zu entscheiden, ob das Produkt in den Abfall gehört. Wichtig: Das MHD ist nur gültig für ungeöffnete Verpackungen.

Nach Ablauf des Verbrauchsdatums (Verzehrdatum) sind Lebensmittel allerdings nicht mehr zum Essen geeignet. Es wird bei leicht verderblichen Speisen angegeben und nennt ein genaues Verfallsdatum.

Weitere Infos unter  
[www.naturfreunde-sh.de](http://www.naturfreunde-sh.de)

**NaturFreunde**  
DEUTSCHLANDS

Landesverband Schleswig-Holstein e.V.



## Haben Sie noch Fragen?

### Kontaktadresse:

NaturFreunde Schleswig-Holstein e. V.  
Lorentzendam 16  
24103 Kiel

Tel. 0431-98282995  
mobil 0176 2050 8116

Die NaturFreunde sind ein politischer Freizeitverband für Umweltschutz, sanften Tourismus, Sport und Kultur mit bundesweit mehr als 70.000 Mitgliedern in über 600 Ortsgruppen und mehr als 400 Naturfreundegehäusern.

## Wollen Sie unsere Arbeit für den Umwelt- und Naturschutz unterstützen?

### Spendenkonto

Sparkasse Mittelholstein  
IBAN: DE DE44 2145 0000 0105 3223 58  
BIC: NOLADE21RDB

Oder werden Sie Mitglied:  
[www.naturfreunde-sh.de](http://www.naturfreunde-sh.de)



Gefördert von  
**BINGO** - Die Projektförderung!

**NaturFreunde**  
DEUTSCHLANDS

Landesverband Schleswig-Holstein e.V.



## Weniger Essen im Müll



**Die Umwelt schonen,  
Ressourcen und Geld sparen**

## Weniger Essen im Müll

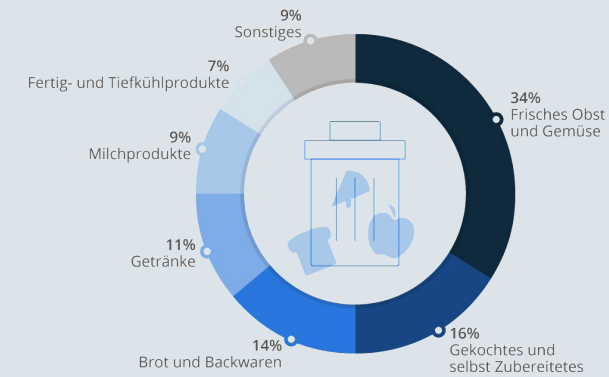
Etwa ein Drittel aller Lebensmittel landet im Müll. Das ist nicht nur moralisch fragwürdig, sondern belastet die Umwelt und unsere Ressourcen. Für jedes weggeworfene Lebensmittel wurden Fläche, Wasser und Energie verbraucht. Weniger wegzwerfen, ist daher ein Beitrag zum Klimaschutz. Dazu verursacht das Verschwenden von Nahrungsmitteln Hunger anderswo auf der Welt.

Eine Überproduktion und die damit entstehenden Lebensmittelverluste erhöhen die globale Nachfrage nach Rohstoffen wie Getreide. Dadurch wiederum steigen die Preise für wichtige Grundnahrungsmittel, wovon arme Länder besonders betroffen sind. Für die Menge der weggeworfenen Lebensmittel werden knapp 30 Prozent der weltweit verfügbaren Anbauflächen unnötig genutzt. Diese Zusammenhänge sind offensichtlich nicht bekannt oder noch nicht im Bewusstsein vieler Menschen angekommen.



## Diese Lebensmittel landen am häufigsten im Müll

Anteil der Befragten, die folgende Lebensmittel trotz genießbarkeit wegwerfen

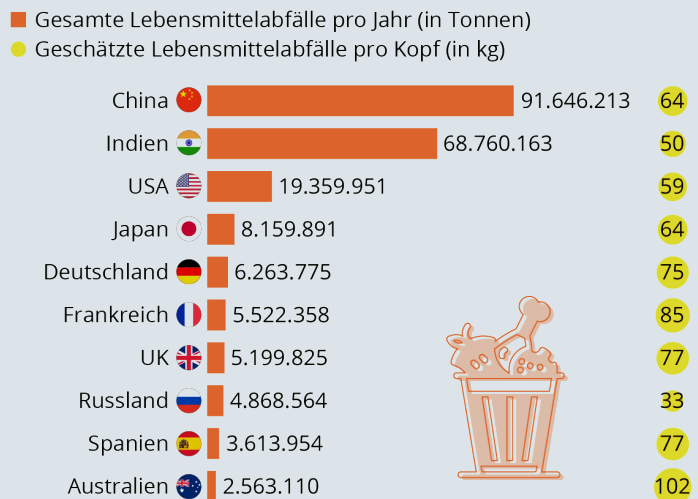


Basis: 1.000 Befragte in Deutschland ab 14 Jahren, Okt. 2018  
Quelle: BMEL



## Das Ausmaß der weltweiten Lebensmittelverschwendung

Jährliche Menge der Lebensmittelabfälle privater Haushalte\*



\* zum Verzehr geeignete Lebensmittel, die jedoch wegen Überangebot, Unkonformität oder Überschreitung der Mindesthaltbarkeit weggeworfen werden  
Quelle: UNEP Food Waste Index Report 2021



## Was ist zu tun?

Den Einkauf planen und vorher überlegen, was auf den Tisch kommt, hilft. Und wenn das Gekaufte sowieso für den gleichen oder kommenden Tag gedacht ist, bewusst zu den Produkten mit kurzem Mindesthaltbarkeitsdatum greifen. Beim gemeinsamen Kochen mit Freunden können alle ihre Reste mitbringen und kreative Menüs kreieren. Geht es in den Urlaub und der Kühlschrank ist noch voll, einfach mal bei Nachbarn klingeln und Reste anbieten. Insbesondere das Einkochen rettet Obst und Gemüse vor der Tonne. Die Ergebnisse sind köstlich und eignen sich auch noch gut als kleine Geschenke. Ist der Teller am Ende eines Restaurantbesuchs nicht leer, einfach die Reste mit nach Hause nehmen. Um weniger noch genießbares Essen wegzwerfen, sind Ideen gefragt. Doch ein umsichtiger Umgang mit Lebensmitteln kann zur Ressourceneinsparung, Ernährungssicherheit und zum Umwelt- und Klimaschutz beitragen und hilft zudem, Geld zu sparen.

Durch einen bedarfsgerechten Einkauf und optimale Lagerung könnten im Jahr bis zu 200 Euro pro Person Haushaltsgeld gespart und zugleich Ressourcen geschützt werden.

Weitere Infos unter [www.naturfreunde-sh.de](http://www.naturfreunde-sh.de)