Vilnius, 2025 m. liepos 8 d.

**3 žingsniai, kaip sumažinti maisto švaistymą namuose – naudinga ir gamtai, ir piniginei**

**Remiantis „World Resources Institute“ duomenimis, pasaulyje vis dar iššvaistoma apie trečdalį viso pagaminamo maisto. Nors mokslininkai prognozuoja, kad iki 2030 m. maisto atliekų kiekis gali išaugti dar 30 procentų, sąmoningas vartojimas ir atsakingi sprendimai padeda keisti šią tendenciją. Maisto tausojimas ne tik padeda sutaupyti pinigų, bet ir saugo gamtos išteklius – vandenį, žemę, energiją bei žmonių darbą. „Lidl Lietuva“ tvarumo vadovė Monika Anilionė dalijasi paprastais, bet veiksmingais patarimais, kaip kiekvienas galime prisidėti prie tvaresnės ateities.**

„Kiekvienas mūsų pasirinkimas gali padėti išsaugoti gamtos išteklius, sumažinti poveikį klimatui ir užtikrinti, kad ateities kartos turėtų stabilią ir patikimą maisto grandinę. Rūpindamiesi tuo, ką išmetame, kuriame tvaresnį pasaulį sau ir aplinkiniams. Gera žinia ta, kad kiekvienas iš mūsų gali pradėti pokytį jau dabar – nuo mažų sprendimų savo virtuvėje iki sąmoningo apsipirkimo. Pavyzdžiui, „Lidl Lietuva“ siekiame iki 2030 finansinių metų pabaigos sumažinti maisto atliekų kiekį 50 procentų, lyginant su 2018 finansiniais metais“, – sako M. Anilionė.

M. Anilionė dalijasi 3 naudingais patarimais, kurie padės sutaupyti bei prisidėti prie tvaresnės ateities, švaistant mažiau maisto.

**Planuokite savo apsipirkimus**

Viena pagrindinių maisto švaistymo priežasčių – dažniausiai nusiperkama daugiau nei suvartojama. M. Anilionės teigimu, iš anksto sudarytas sąrašas, prieš keliaujant apsipirkti, gali ne tik padėti nepamiršti svarbiausių produktų, mažinti maisto atliekų kiekį, bet ir sutaupyti.

„Prieš keliaujant į parduotuvę, verta trumpam sustoti virtuvėje – peržiūrėti šaldytuvo ir spintelių turinį, užrašyti, ko tikrai trūksta, ir pagalvoti, ką iš tų produktų gaminsite. Pirkinių planavimas padeda ne tik sutaupyti, nes tokiu būdu išvengsite nereikalingų pirkinių, bet ir geriau išnaudoti tai, ką jau turite“, – primena „Lidl Lietuva“ tvarumo vadovė.

Ji priduria, kad prekybos tinklai taip pat prisideda prie sąmoningesnės ir tvaresnės veiklos: „Pavyzdžiui, „Lidl“ naudojame automatinę prekių užsakymo sistemą, kuri įvertina konkrečios parduotuvės pardavimus, turimą likutį ir užsako optimalų naujų prekių kiekį. Siekiant mažinti produktų nurašymus, likus paskutinėms dienoms iki tinkamumo vartoti termino pabaigos, tiek šviežios, tiek bakalėjos prekės yra nukainojamos, taip paskatinant jų pardavimą“.

**Supraskite galiojimo datas, nurodytas ant pakuočių**

Daugelis žmonių vis dar painioja dvi pagrindines galiojimo datų žymas ant maisto produktų: „Tinka vartoti iki“ ir „Geriausias iki“. Šių žymų supratimas gali padėti išvengti visiškai tinkamo vartoti maisto išmetimo.

„Žyma „Tinka vartoti iki“ nurodo datą, iki kurios produktą saugu vartoti – dažniausiai tai taikoma greitai gendantiems produktams, pavyzdžiui, žuviai, mėsai ar pienui. Pasibaigus šiai datai, net jei produktas atrodo gerai, jo vartoti nerekomenduojama. Tuo tarpu „Geriausias iki“  žyma reiškia, kad produktas iki nurodytos datos išlaikys geriausias skonio, kvapo ar tekstūros savybes. Tai nereiškia, kad po šios datos produktas tampa netinkamas – dažnai jis vis dar yra visiškai saugus vartoti. Pavyzdžiui, sausainiai, makaronai, kruopos ar konservai gali būti geri net ir praėjus kelioms savaitėms ar mėnesiams po „Geriausias iki“ datos, jei jie buvo tinkamai laikomi“, – pasakoja M. Anilionė.

Ji priduria, kad prieš išmetant produktą su „Geriausia iki“ žyma, visada verta jį apžiūrėti, pauostyti ir paragauti. Jei jis atrodo, kvepia ir yra įprasto skonio – greičiausiai jį dar galima vartoti. Toks sąmoningas požiūris ne tik padeda sumažinti maisto švaistymą, bet ir leidžia sutaupyti pinigų bei prisidėti prie tvaresnio gyvenimo būdo.

„Taip pat verta paminėti, kad jei planuojate patiekalą šiandienai ar rytojui, nebūtina rinktis ilgai galiojančių produktų. Dažnai galima rasti puikios kokybės mėsos ar žuvies už mažesnę kainą, o tuo pačiu padaryti paslaugą planetai. Pavyzdžiui, „Lidl“ parduotuvėse rytais pirkėjai gali įsigyti praėjusią dieną kepyklose iškeptą, tačiau kokybišką duoną bei kitus kepinius su 25 proc. nuolaida“, – pasakoja M. Anilionė.

Maisto prekių parduotuvėje ji taip pat pataria atkreipti dėmesį į vaisius ir daržoves: „Pavyzdžiui, „Lidl“ parduotuvėse pirkėjai gali rasti „Geradarių maišelius“, kuriuose siūlomi netobulos išvaizdos, bet puikiai vartojimui tinkami švieži vaisiai ir daržovės. Juos galima ne tik įsigyti už mažesnę kainą ir taip sutaupyti, bet ir prisidėti prie maisto tausojimo.“

**Pasirūpinkite tinkamu produktų laikymu**

Net ir atsakingai apsipirkus, nemaža dalis maisto gali būti išmetama dėl netinkamo laikymo. Per šiltai laikomas pienas, netinkamose sąlygose gendantys vaisiai ar pamirštos daržovės šaldytuvo stalčiuje – kasdienės klaidos, kurios prisideda prie maisto švaistymo.

„Svarbiausia žinoti, kaip elgtis su skirtingomis maisto grupėmis. Pavyzdžiui, bananų nepatartina laikyti šaldytuve, o lapines daržoves būtina suvynioti į drėgną popierių, jei norima, kad jog ilgiau išliktų šviežios. Atidarytus produktus rekomenduojama pažymėti datos lipduku ar tiesiog užrašyti markeriu, kada jie buvo atidaryti. Tai padeda išvengti abejonių ir mažina riziką išmesti naudojimui dar tinkamą produktą“, – akcentuoja M. Anilionė.

Tinkamus vartoti, bet besibaigiančio galiojimo ar su pažeista pakuote, produktus „Lidl Lietuva“ jau nuo pirmųjų veiklos metų atiduoda labdaros ir paramos fondui „Maisto bankas“. Prekybos tinklas reguliariai perduoda duoną, bakalėjos prekes, higienos priemones, vaisius ir daržoves – per 5 metus yra paaukojęs virš 18 tūkst. tonų produktų. Tuo metu produktai, kurie nebetinkami žmonėms, bet dar gali būti sunaudoti gyvūnų pašarui, atiduodami ūkininkams. Likusios maisto atliekos nukeliauja pas biodujų gamintojus, kur virsta žaliąja energija.

Šiuo metu Lietuvoje veikia 81 „Lidl“ parduotuvė 29 šalies miestuose: Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose, Alytuje, Marijampolėje, Kėdainiuose, Telšiuose, Kretingoje, Mažeikiuose, Tauragėje, Jonavoje, Panevėžyje, Ukmergėje, Utenoje, Plungėje, Palangoje, Elektrėnuose, Visagine, Šilutėje, Radviliškyje, Vilkaviškyje, Druskininkuose, Rokiškyje, Kaišiadoryse, Nemenčinėje, Gargžduose, Molėtuose ir Jurbarke.

**Daugiau informacijos:**  
Lina Skersytė  
Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas  
UAB „Lidl Lietuva“   
Mob. tel. +370 680 53556  
[lina.skersyte@lidl.lt](mailto:vaiva.serpkova@lidl.lt)