På jagt i varedeklarationerne

Forfattere: Charlotte Vinther Schmidt
Redaktør: Cathrine Terkelsen
Faglige temaer: Tilsætningsstoffer
Kompetenceområder: Fødevarebevidsthed

Introduktion:
I denne aktivitet vil eleverne opnå viden om varedeklarationer, og erfare hvordan man undersøger en fødevare for indhold af tilsætningsstoffer samt tyder det øvrige indhold af informationer på fødevarens indpakning.

Aktivitet med dialogoplæg og billeder

1 Eleverne har på forhånd læst/orienteret sig i uddrag fra Skoleavisen *(udgivet af Turbineforlaget og Metro Express i samarbejde med dansk varefakta nævn)*.

I finder avisen online ved at søge på "Skoleavisen: *Bliv din egen maddetektiv*. Nr. 20. MetroWpress og Turbine Forlaget" eller benyt linket her:

https://madkundskabsforum.dk/~/media/madkundskabsforum/om-foedevarer/avisen--bliv-din-egen-maddetektiv

Læseguide: Eleverne skal særligt læse informationen på siderne 4 og 10, hvor de kan opnå viden om, hvordan man læser en varedeklaration, og hvad tilsætningsstoffer er. Oplist gerne følgende fokuspunkter for elevernes læsning:

- *Hvad er en varedeklaration?*
- *Hvordan læser man en varedeklaration?*
- *Hvad kan man finde informationer om på en varedeklaration?*
- *Hvad er tilsætningsstoffer?*
- *Hvordan ser oplysninger om tilsætningsstoffer ud på varen?*

Forud for undervisningen skal der købes 8-10 fødevarer, som eleverne kan arbejde med. Se forslag til fødevarer under forberedelse.

2 Plenum: Klassen inddeles i grupper på 3 elever. De introduceres til maddetektiv-øvelsen:

Læreren lader hver gruppe vælge én fødevare at arbejde med (indkøbes af underviseren på forhånd – der kan med fordel tages udgangspunkt i de fødevarer, som allerede er tilgængelige i madkundskabslokalet).

	Eleverne kan tage udgangspunkt i spørgsmålene på arket, når de undersøger fødevaren.
3	Eleverne skal i grupper finde frem til de tre mest interessante opdagelser/informationer om deres fødevare, som de skal forberede sig på at kunne præsentere for klassen. Hver elev skal præsentere ét af fundene.
4	Plenum. Grupperne præsenterer deres fund. Når hver gruppe har præsenteret deres fund, smager de øvrige elever på den vare, som præsenteres. Eleverne opfordres til at undersøge fødevaren med alle sanser og foretage en vurdering af følgende spørgsmål: • Kan tilsætningsstofferne som fremgår af ingredienslisten smages, ses, høres, føles eller lugtes? Hvorfor, hvorfor ikke? • Har tilsætningsstofferne indflydelse på en eller flere af de følgende elementer: *smag, duft, tekstur?* • Påvirker det jeres smagsoplevelse og jeres holdning til varen, at I kender til varens ingredienser? Begrund.
5	Individuelt/i plenum: Reflektér over følgende: • Har opgaven sat nogle tanker i gang i forhold til, hvordan I vil forholde jer til fødevarevalg fremadrettet? • Har I lært nogle nye begreber at kende, som skal tilføjes til begrebslisten? (præsenteret i forløbets første aktivitet)
6	Gå videre til aktivitet 4: Find e-nummeret!

Forberedelser

- Læs og print elevarket
- Indkøb 8-10 forskellige forarbejdede fødevarer (her i blandt et par light produkter) fra forskellige fødevarekategorier (morgenmadsprodukter, slik, pålæg, osv.), så der vil være forskellige produktkarakteristika at identificere på tværs af grupperne.
  Sørg for at købe "sammensatte" fødevarer, så der er en spændende varedeklaration og ingrediensliste at kigge på! Køb f.eks. "Kellogg's All Bran Red Berries" i stedet for havregryn, vegansk plantepålæg i stedet for fersk røget laks, marmelade i stedet for honning.
  Inkludér gerne fødevarer med mærkninger på (ø-mærket, Fair Trade mærket, nøglehulsmærket) og/eller anprisninger (dansk produceret, højt fiberindhold, højt proteinindhold, ingen tilsat sukker), så der er noget for eleverne at identificere jævnfør spørgsmålene i elevarket.

Køb fødevarer, der kan smages på (og derfor ikke kræver tilberedning).

Læringsmål

I dette undervisningsforløb sigtes mod følgende læringsmål:

- *At du opnår kendskab til tilsætningsstoffer*
- *At du kan redegøre for almindelige grupper af tilsætningsstoffer*
- *At du opnår viden om tilsætningsstoffer, deres oprindelse samt anvendelse*
- *At du opnår viden om, hvor man kan finde information om tilsætningsstoffer og være kildekritisk overfor den afsender og information, der er tilgængelig på internettet.*
- *Du kan forklare, hvordan man undersøger en fødevare for indhold af tilsætningsstoffer samt tyder det øvrige indhold af informationer på fødevarens indpakning*
- *At du mundtlig og skriftligt kan formidle din viden om forskellige grupper af tilsætningsstoffer, deres anvendelse i fødevareindustrien og anvende denne viden til at træffe reflekterede, kritiske og begrundede madvalg.*

Fra Fælles Mål sigtes mod i hvert fald følgende færdigheds- og vidensmål (2019):

Madkundskab 4.-7. klassetrin:

Fra kompetenceområdet Fødevarebevidsthed - Madvaredeklarationer og fødevaremærkninger (obligatorisk):

- Eleven kan aflæse madvaredeklarationer og fødevaremærkninger (vejledende)
- Eleven har viden om fagord og begreber og maddeklarationers og mærkningsordningers formål og struktur (vejledende)
- Eleven kan vurdere næringsindhold og tilsætningsstoffer, herunder med digitale værktøjer (vejledende)
- Eleven har viden om næringsdeklarationer og tilsætningsstoffer (vejledende)

Madkundskab – valgfag 7.-9. klasse:

Fra kompetenceområdet Fødevarebevidsthed - Fødevarekendskab og kvalitetsforståelse (obligatorisk):

- Eleven kan vurdere kvalitet af industrielt fremstillede fødevarer
- Eleven har viden om kvalitetskriterier og produktionsforhold

Fra kompetenceområdet Mad og sundhed – kommunikation og samfund (obligatorisk):

- Eleven kan analysere interessebåret mad- og sundhedskommunikation
- Eleven har viden om digitale virkemidler i kommunikation om mad og sundhed

Kopiark

Kopiark:
C2 På jagt i varedeklarationen.pdf

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

Vær en mad-detektiv, og gå på jagt i varedeklarationen



Det er ikke altid lige til at finde hoved og hale i en varedeklaration. Informationerne er spredt vidt omkring på varens emballage, og mængden af information, der gives, kan variere fra producent til producent. En varedeklaration er de informationer, der samlet gives på hele fødevarens indpakning.
I denne øvelse skal I være mad-detektiver, der undersøge både for- og bagside af indpakningen af en udvalgt fødevare.

Udvælg den fødevare, I vil undersøge nærmere, og besvar følgende spørgsmål:

1. Hvad er varens navn? Er navnet vildledende?
   Hvis ja, hvordan? Hvis nej, så prøv selv at give et eksempel, hvor varens navn kunne blive vildledende.

2. Hvilke mærker findes på varens indpakning? (fx producentmærke, ø-mærke, nøglehulsmærket, osv.) Hvad betyder mærkerne?

3. Hvad er varens oprindelsesland? Er dette mon gældende for alle varens del-komponenter?

4. Er der anprisninger/rekommandationer på varen? *Med dette menes, om producenten roser sin egen vare ved at fremhæve noget, de tror, kan være med til at sælge varen F.eks. "Uden tilsat sukker", "Lavt saltindhold" eller "Højt fiberindhold".* Er det tilladt at anprise sin fødevare for en gavnlig effekt på sundheden? Find evt. hjælp på Fødevarestyrelsens hjemmeside under "Ernærings- og sundhedsanprisninger".

5. Hvad er holdbarhedsdatoen? Hvor lang tid kan denne vare holde sig fra den er blevet produceret, til den skal smides ud? Hvor lang tid kan varen holde sig efter den er åben? Er der forskel? Hvorfor er der det?

6. Hvordan skal fødevaren opbevares? Er der forskel på om den er uåbnet eller åbnet? Hvad er forskellen på "sidste anvendelsesdato", "mindst holdbar til/bedst før", "ofte god efter" og "sidste anvendelsesdato"?

7. Hvad er næringsindholdet? Tror I, at varen er sund? Hvis ikke, hvilke makronæringsstoffer *(også kaldet energigivende næringsstoffer - disse er hhv. fedt, kulhydrat, protein og alkohol)* kunne der havde været mere eller mindre af?

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv

8. Hvem er producenten bag varen? Hvad gør man, hvis der er noget galt med den vare, man har købt? Hvornår er den opbevaret forkert af butikken, og hvornår er der sket en produktionsfejl? Kom med et eksempel, det må gerne være på andre fødevarer end den aktuelle foran jer.

9. Hvad er varens vægt? Er der både en drænet- og en nettovægt? Hvad er forskellen på de to?

10. Hvad fortæller ingredienslisten? Hvilke ingredienser består varen af? Er der samme regler for, hvordan ingredienslisten skrives på varer solgt i Danmark som i udlandet? Hvorfor er nogen ingredienser, som er fremhævet med fed skrift?

11. Hvad er forskellen på "teknologiske tilsætningsstoffer" (e-numre) og "tilsætninger til fødevarer" (tekniske hjælpestoffer (som f.eks. skumdæmpningsmiddel), aromaer og enzymer)? Står de opgivet på fødevarens indpakning?

12. Står det nævnt, hvordan varen/ingredienserne i varen er behandlet? Hvor står det?

13. Nogle fødevare kan man sætte tænderne i med det samme, andre skal først tilberedes. Hvad er gældende for jeres fødevare? Hvordan skal/kan den evt. tilberedes?

14. Indeholder fødevaren tilsætningsstoffer? Hvis ja, hvilke? Hvad er deres funktion i denne fødevare? Prøv at undersøge fødevaren med jeres sanser. Kan man egentlig lugte, føle, smage tilsætningsstofferne?

15. Indeholder varen "spor af"? Hvad vil det sige, hvis en fødevare f.eks. indeholder "spor af nødder"?

16. Prisen er ikke en del af varedeklarationen, den er dog stadig væsentlig. Hvordan sammenligner man bedst muligt priser på flere forskellige fødevarer af samme slags?

17. Hvilke retter anvender I varen til? Kom med eksempler.

18. Forbered en præsentation af jeres fødevare for klassen, hvor I hver især fortæller om nogle af de fund, I har gjort jer som mad-detektiver. I skal ikke gennemgå undersøgelsen punkt for punkt, men udvælge de fund, som I vurderer, er de mest interessante, tankevækkende, lærerige og/eller andet.

NORDEA FONDEN
Vi støtter gode liv