

IMPATTO MENU CARNE

IMPATTO MENU CON CARNE



30,9 global m²



5803 g CO₂ eq



4672 litri

MENU CON CARNE

2031 kcal totali



PROTEINE
15%



GRASSI
27%



CARBOIDRATI
58%

Colazione

1 Bicchiere di latte
5 Fette biscottate
Marmellata

2,2 global m²
338 g CO₂ eq
348 litri

Spuntino

1 Frutta

0,5 global m²
74 g CO₂ eq
140 litri

Pranzo

1 Pizza pomodoro
e mozzarella
1 Porzione di
ortaggi crudi
Olio

6,6 global m²
1.129 g CO₂ eq
697 litri

Spuntino

1 Frutto

0,5 global m²
74 g CO₂ eq
140 litri

Cena

1 Filetto di manzo
Olio
1 Porzione di
insalata rucola e
pomodori
1 Frutto
Pane

21 global m²
4.187 g CO₂ eq
3349 litri

Fonte: Doppia Piramide 2015. Le raccomandazioni per un'alimentazione sostenibile, BCFN 2015

#YesShareEat

