

# GREENDISH LEVELKAART

Stap voor stap op weg naar het Menu van de Toekomst

NAAM: \_\_\_\_\_

RESTAURANT/ORGANISATIE

DATUM: \_\_\_\_\_

## INSTRUCTIES

Met behulp van de levelkaart wordt voor de lunch- en/of avondgerechten (zowel voor- als hoofdgerechten) op de menukaart inzichtelijk gemaakt waar nog stappen gezet moeten worden richting een duurzame en gezonde menu-samenstelling. Hoe werkt dit?

1. Eerst dient de verhouding van gerechten op het menu, de verhouding van de verschillende componenten in een gerecht en het percentage producten dat jullie binnen een gerecht duurzaam en lokaal inkopen berekend te worden, bijvoorbeeld door Greendish\*<sup>1</sup>. Check hierbij de aandachtspunten onder aan deze bladzijde.
2. Op basis van de resultaten op alle onderdelen zie je in welke levels je zit.
3. Check waar je staat ten opzichte van de milestones (mijlpalen). Er zijn 3 milestones, namelijk voor het jaar 2025, het jaar 2030 en het jaar 2050. Deze milestones zijn indicatiepunten: ben je in dát jaar in het level van de milestone of heb je deze voor die tijd al bereikt, dan ben je op de goede weg!
4. Check voor welke onderdelen je nog in een lager level zit. Dit zijn de onderdelen waar nog de grootste stappen gezet moeten worden en die jullie dus het beste als eerste kunnen gaan aanpakken.
5. Ga aan de slag. Gebruik de Greendish Academy en Greendish Toolbox\*<sup>1</sup> en vergroen het aanbod!

## AANDACHTSPUNTEN

- \*2 *Gerecht met vegetarische eiwitten? Houd dan de rijen % vegetarisch en de rijen % eiwit aan.  
Gerecht met lam? Houd dan de rijen voor rund/varken aan.  
Gerecht met wild? Houd dan de rij aan die past bij het type vlees (bijvoorbeeld fazant bij gevogelte).*
- \*3 *Vegetarische en veganistische gerechten vallen beide onder de noemer 'vegetarisch'.*
- \*4 *Richtlijn voor een geschikte portiegrootte is 485 gram voor een hoofdgerecht en 303 gram voor een lunchgerecht.*
- \*5 *Gebruik in de berekening het gewicht van vlees zonder bot.*
- \*6 *Heeft het gerecht een mix van verschillende eiwitbronnen? Check in het volgende rijtje welke aanwezige eiwitbron je van links naar rechts het eerste tegenkomt en houd deze aan:  
rund > varken > gevogelte > vis > vegetarisch eiwit.*
- \*7 *% duurzaam ingekocht = % producten met een van de [topkeurmerken](#) van Milieu Centraal, of anders (zonder topkeurmerk) voor vis: VISwijzer groen, voor groente: in het seizoen.*
- \*8 *% lokaal ingekocht = % producten afkomstig uit Nederland met 0 tot 1 schakel(s) tussen voedselproducent en consument.*

\*<sup>1</sup> De Greendish Levelkaart is onderdeel van een reeks producten binnen de Greendish Succesformule waarmee Greendish voedselaanbieders helpt het aanbod duurzamer en gezonder te maken. Graag meer informatie over dit product of een van de andere producten of services van Greendish? Neem dan contact op met Greendish: mail naar [academy@greendish.com](mailto:academy@greendish.com), bel 085 401 2923 of bezoek onze website op [www.greendish.com](http://www.greendish.com)

	LEVEL 1	LEVEL 2	★2025 LEVEL 3	LEVEL 4	LEVEL 5	★2030 LEVEL 6	LEVEL 7	LEVEL 8	LEVEL 9	★2050 LEVEL 10
<b>SAMENSTELLING HOOFDGERECHTEN OP HET MENU</b>										
% rund/varken*2	≥ 57,1%	51,9-57,0%	46,5-51,8%	41,2-46,4%	35,8-41,1%	30,5-35,7%	25,1-30,4%	19,8-25,0%	14,4-19,7%	≤ 14,3%
% gevogelte	> 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%
% vis	> 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%	≤ 14,3%
% vegetarisch*3	≤ 14,3%	14,4-19,6%	19,7-24,9%	25,0-30,3%	30,4-35,6%	35,7-41,0%	41,1-46,3%	46,4-51,7%	51,8-57,0%	≥ 57,1%
<b>VERHOUDINGEN IN EEN HOOFDGERECHT *2,4</b>										
% eiwit (minimum)*5,6	0,0%	0,1-1,4%	1,5-2,8%	2,9-4,3%	4,4-5,8%	5,9-7,3%	7,4-8,7%	8,8-10,2%	10,3-11,7%	≥ 11,8%
% eiwit (maximum)	≥ 57,3%	54,3-57,2%	51,3-54,2%	48,3-51,2%	45,2-48,2%	42,2-45,1%	39,2-42,1%	36,1-39,1%	33,1-36,0%	≤ 33,0%
↳ indien rund/varken dan	≥ 57,3%	52,7-57,2%	48,1-52,6%	43,5-48,0%	38,8-43,4%	34,2-38,7%	29,6-34,1%	25,0-29,5%	20,3-24,9%	≤ 20,2%
↳ indien gevogelte dan	≥ 57,3%	52,7-57,2%	48,1-52,6%	43,5-48,0%	38,8-43,4%	34,2-38,7%	29,6-34,1%	25,0-29,5%	20,3-24,9%	≤ 20,2%
↳ indien vis dan	≥ 57,3%	52,7-57,2%	48,1-52,6%	43,5-48,0%	38,8-43,4%	34,2-38,7%	29,6-34,1%	25,0-29,5%	20,3-24,9%	≤ 20,2%
% groente	≤ 8,7%	8,8-12,6%	12,7-16,7%	16,8-20,8%	20,9-24,9%	25,0-29,0%	29,1-33,0%	33,1-37,1%	37,2-41,2%	≥ 41,3%
% zetmeel	> 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%	≤ 22,6%
% overig	≥ 11,5%	10,5-11,4%	9,5-10,4%	8,4-9,4%	7,4-8,3%	6,3-7,3%	5,3-6,2%	4,2-5,2%	3,2-4,1%	≤ 3,1%
<b>INGREDIËNTKEUZE</b>										
% duurzaam ingekocht*7	≤ 10,0%	10,1-20,0%	20,1-30,0%	30,1-40,0%	40,1-50,0%	50,1-60,0%	60,1-70,0%	70,1-80,0%	80,1-90,0%	90,1-100%
% lokaal ingekocht*8	≤ 10,0%	10,1-20,0%	20,1-30,0%	30,1-40,0%	40,1-50,0%	50,1-60,0%	60,1-70,0%	70,1-80,0%	80,1-90,0%	90,1-100%
<b>OVERIGE DOELEN</b>										

	LEVEL 1	LEVEL 2	★2025 LEVEL 3	LEVEL 4	LEVEL 5	★2030 LEVEL 6	LEVEL 7	LEVEL 8	LEVEL 9	★2050 LEVEL 10
<b>SAMENSTELLING LUNCHGERECHTEN OP HET MENU</b>										
% rund/varken*2	≥ 42,9%	37,6-42,8%	32,3-37,5%	26,9-32,2%	21,6-26,8%	16,2-21,5%	10,9-16,1%	5,5-10,8%	0,1-5,4%	0,0%
% gevogelte	> 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%
% vis	> 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%	≤ 28,6%
% vegetarisch*3	0,0%	0,1-5,3%	5,4-10,6%	10,7-16,0%	16,1-21,3%	21,4-26,7%	26,8-32,0%	32,1-37,4%	37,5-42,8%	≥ 42,9%
<b>VERHOUDINGEN IN EEN LUNCHGERECHT *1,4</b>										
% eiwit (maximum)	≥ 56,3%	54,2-56,2%	52,0-54,1%	49,8-51,9%	47,6-49,7%	45,4-47,5%	43,2-45,3%	41,0-43,1%	38,7-40,9%	≤ 38,6%
↳ indien rund/varken dan	≥ 56,3%	49,4-56,2%	42,3-49,3%	35,3-42,2%	28,3-35,2%	21,2-28,2%	14,2-21,1%	7,1-14,1%	0,1-7,0%	0,0%
↳ indien gevogelte dan	≥ 56,3%	51,5-56,2%	46,6-51,4%	41,7-46,5%	36,9-41,6%	32,0-36,8%	27,1-31,9%	22,2-27,0%	17,3-22,1%	≤ 17,2%
↳ indien vis dan	≥ 56,3%	51,4-56,2%	46,4-51,3%	41,4-46,3%	36,4-41,3%	31,4-36,3%	26,3-31,3%	21,3-26,2%	16,3-21,2%	≤ 16,2%
% groente	≤ 3,2%	3,3-6,8%	6,9-10,6%	10,7-14,3%	14,4-18,0%	18,1-21,8%	21,9-25,5%	25,6-29,3%	29,4-33,0%	≥ 33,1%
% zetmeel	≥ 32,2%	31,2-32,1%	30,1-31,1%	28,9-30,0%	27,8-28,8%	26,7-27,7%	25,6-26,6%	24,5-25,5%	23,4-24,4%	≤ 23,3%
% overig	≥ 8,3%	8,0-8,2%	7,6-7,9%	7,2-7,5%	6,7-7,1%	6,3-6,6%	5,9-6,2%	5,5-5,8%	5,1-5,4%	≤ 5,0%
<b>INGREDIËNTKEUZE</b>										
% duurzaam ingekocht*7	≤ 10,0%	10,1-20,0%	20,1-30,0%	30,1-40,0%	40,1-50,0%	50,1-60,0%	60,1-70,0%	70,1-80,0%	80,1-90,0%	90,1-100%
% lokaal ingekocht*8	≤ 10,0%	10,1-20,0%	20,1-30,0%	30,1-40,0%	40,1-50,0%	50,1-60,0%	60,1-70,0%	70,1-80,0%	80,1-90,0%	90,1-100%
<b>OVERIGE DOELEN</b>										