



## **Checklista för effektiv energianvändning i kök**

Den här checklisten är en bra hjälp för er när ni ska gå igenom energianvändningen i köket. Syftet är att minska miljöbelastningen och hålla nere energikostnaderna.

Checklistan fokuserar i första hand på att minska energianvändningen. Energibesparingar ska göras utan att äventyra livsmedelssäkerheten och inomhusklimatet. Detta säkerställer ni med en fungerande egenkontroll.

### **Så här använder ni checklisten**

Gör genomgången en till två gånger per år under uppvärmningssäsongen. Förslagsvis vår och höst. Det finns även punkter på listan som behöver kontrolleras mer regelbundet. *Bortse från de punkter som inte berör er verksamhet.*

Upptäcker ni fel, skador eller brister i kontrollen; anmäl detta till fastighetsägaren eller åtgärda inom den egna organisationen, beroende på ansvar.

Samla ihop de åtgärder och förbättringsförslag ni kommit fram till i listan sist i dokumentet. Informera och låt ledningen besluta om de åtgärder som ska genomföras. Notera vem som är ansvarig för att åtgärda och när det ska vara klart. Se också till att informera alla som berörs av åtgärder och förbättringsförslag.

Datum:	Arbetsplats:
Deltagare:	



<b>Kylförvaring</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Åtgärd/förbättring/kommentar</b> <i>Vad gör vi för att åtgärda eller förbättra?</i> <i>Andra kommentarer</i>
Vi kontrollerar varje dag att kyl och frys håller rekommenderade temperaturer. <i>Se sid. 6</i>			
Vi låter maten svalna innan den ställs in i kyl eller frys.			
Vi öppnar inte kyl och frys i onödan och är snabba med att stänga igen.			
Vi undviker att lamporna står tända i kyl- och frysrum.			
Vi har ersatt glödlampor i kyl- och frysrum med LED-lampor.			
Kyl- och frysutrymme är anpassade i storlek efter vårt faktiska behov. Vi håller kylar eller frysar som sällan används avstängda eller gör oss av med dem.			
Vi stänger av de kyl- och frysskåp vi kan över sommarsemestern.			
Vi undviker att överbelasta frysen med exempelvis stora kartonger.			
Dörrar till kylar och frysar är täta. Listerna är i gott skick. <i>Se sid. 6</i>			
Vi kontrollerar regelbundet att inte onormal isbildning sker på kylelement eller tövattenrör i frysrum.			
Vi frostar av kyl och frys regelbundet.			
Vi håller kondensorelement på baksidan av kyl- och frysskåp rena.			
Kylen och frysen är placerade på annat ställe än bredvid spisen.			



<b>Tillagning</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Åtgärd/förbättring/kommentar</b> <i>Vad gör vi för att åtgärda eller förbättra?</i> <i>Andra kommentarer</i>
Vi anpassar föruppvärmningstiden till värmeri, kokeri och ugn för att undvika onödig uppvärmning.			
Vi håller maskiner avstängda som inte ska användas under dagen.			
Vi kopplar in värmevagn och värmeskåp i eluttaget i lagom tid innan de ska användas och undviker onödig varmhållning.			
Vi kör köksfläkten vid matlagning, inte annars.			
Vi väljer kastrull efter plattans storlek och kokar med lock.			
Vi undviker att öppna ugnen i onödan och är snabba med att stänga den igen.			
Gummilisterna runt ugnsluckan är hela.			
Vi tinar upp mat i mikron, eller genom att ställa den några timmar i kylan.			
Vi slår av huvudströmbrytaren för samtliga köksmaskiner vid dagens slut.			
<b>Disk</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Åtgärd/förbättring/kommentar</b> <i>Vad gör vi för att åtgärda eller förbättra?</i> <i>Andra kommentarer</i>
Vi har tagit reda på hur lång tid diskmaskinen behöver för att uppnå rätt arbetstemperatur. Vi anpassar föruppvärmningstiden till detta och undviker onödig varmhållning.			
Vi använder handdusch och sköljer i första hand med kallt vatten när vi fördiskar för hand.			
Vi väljer diskprogram efter hur smutsig disken är.			
Vi kör alltid diskmaskinen full.			
Vi kontrollerar regelbundet att kranarna är täta (inte läcker).			
Vi stänger av vattnet till diskmaskin, handdusch och spolslang med huvudventilen, vid dagens slut.			



<b>Matsal</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Åtgärd/förbättring/kommentar</b> <i>Vad gör vi för att åtgärda eller förbättra?</i> <i>Andra kommentarer</i>
Vi sätter igång kyldiskar för dricka, salladsbuffé med mera i anpassad tid så att de inte står på onödigt länge.			
Vi sätter på tallriksvärmare lagom till att det är dags att servera maten.			
Vi släcker lamporna i matsalen när ingen är där.			
Vi släcker lamporna i kylar som har fönsterdörrar.			
Vi byter ut glödlampor och halogenlampor mot LED-lampor.			
<b>Personalutrymmen</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Åtgärd/förbättring/kommentar</b> <i>Vad gör vi för att åtgärda eller förbättra?</i> <i>Andra kommentarer</i>
Vi använder vattenkokare i stället för att koka vatten på spisen.			
Vi håller kaffet på termosar när det är bryggt och stänger av kaffebryggaren.			
Vi släcker lampan i utrymmen vi inte vistas i för tillfället till exempel omklädningsrum och kontorsrum.			
Vi byter ut halogen- och glödlampor mot LED-lampor.			
Vi stänger av datorer, skrivare och andra apparater, när de inte används.			
Vi undviker standbyförluster och minskar brandrisken för datorer, skrivare och liknande genom att bryta strömmen helt när vi går hem för dagen. Till exempel genom att apparater är kopplade till grenuttag med strömbrytare eller genom att strömmen automatiskt bryts då lokalerna larmas på.			
Där datorn måste stå på slår vi av skärmen när den inte används.			



<b>Uppvärmning och ventilation</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Kommentar</b> <i>(Var finns avvikelsen? Vad gör vi för att åtgärda?)</i>
Vi håller dörrarna stängda under uppvärmningssäsongen.			
Vid vädring under uppvärmningssäsongen vädrar vi med fullt öppet fönster, under kort tid.			
Dörrar och fönster är täta och går att stänga ordentligt.			
Vi aktiverar bara timrar för köksfläkt, diskfläkt eller forcerad ventilation vid behov och slår av dem när arbetet är utfört.			
Drifttiden för fläktar som styrs med tidur är anpassad efter våra verksamhetstider.			
Vi rengör regelbundet till- och frånluftsdonen till ventilationen.			
Vi ser till att filtret till köksfläkten alltid är på plats och rengör det regelbundet.			
<b>Kommunikation, rutiner och inköp</b>	<b>Ja</b>	<b>Nej</b>	<b>Kommentarer</b> <i>(Var finns avvikelsen? Vad gör vi för att åtgärda?)</i>
Vi har en fungerande kommunikation med ledning och medarbetare kring miljö-/energifrågor.			
Vi har en fungerande kommunikation med fastighetsägaren kring energifrågor.			
Skriftliga instruktioner eller rutiner som styr mot låg energianvändning finns på arbetsplatsen.			
Vi ställer krav på låg energi- och vattenanvändning när vi köper in ny utrustning. Ett högre inköpspris betalar sig ofta genom en låg kostnad för energi och varmvatten.			
När ny köksutrustning köps in ser vi till att personalen får utbildning i drift och skötsel för lägsta energi- och vattenanvändning.			
Vi jobbar med ständiga förbättringar inom energiområdet.			

