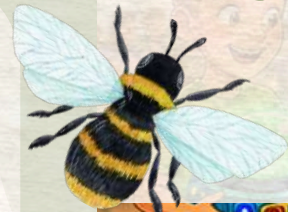




ZÖLD TÁNYÉR NYOMOZÓK



Zöld Tányér Nyomozók Kézikönyv:  
Hat lépés a Föld megmentéséért

mevid

## Kedves Zöld Tányér Nyomozók és Pedagógusok!

Az elmúlt hónapokban igyekeztünk érdekes nyomozásokra invitálni titeket, amiben Levente és Zsófi különböző rejtélyekre derített fényt.

Ebben a zsebkönyvben ezeket szerettük volna összefoglalni a számotokra.  
Vágjunk is bele!

A Zöld Tányér Nyomozók® kampány  
a Mevid Zrt. szellemi tulajdona

Copyright © 2026 Mevid Zrt. Minden jog fenntartva.

mevid



mevid



Zsófi és Levente visszaért az iskolabusszal Kati néni biokertjéből az iskolába. Kicsit fáradtan, de élményekkel telve ültek le az iskolaudvar egyik padjára. Zsófi titokzatos mosollyal nyúlt a táskájába, és előhúzott egy színes füzetet. – **Nézd, Levente!** – mondta büszkén. – **Összeállítottam egy zsebkönyvet az eddigi összes nyomozásunkról, hogy mindenki lássa, mit tanultunk az elmúlt hónapokban.**

Levente lelkesen lapozni kezdett.



November:

## A Két Alma Titka – Helyi termékek és a távoli országokból érkező áruk

A nyomozók összehasonlították a "Helyi Hős" almát a messziről érkezett "Utazó Vándorral".

Megállapították, hogy a helyi gyümölcs frissebb, ízletesebb és sokkal kisebb környezeti lábnyommal bír, mivel nem kell kamionokkal és hajókkal szállítani.

**A tanulság:** Ne a külső alapján ítéljünk. A helyi ételek választásával a környezetünket és a helyi gazdákat is támogatjuk.

Kérdések:

1. **Melyik alma volt frissebb a nyomozás szerint?**

A) Az "Utazó Vándor"

B) A "Helyi Hős"

C) Mindkettő egyforma volt.

2. **Miért környezetbarátabb a helyi alma?**

A) Mert kevesebbet utazik és kevesebb üzemanyag kell a szállításához.

B) Mert fényesebb a héja.

C) Mert kék autóval hozzák.

3. **Igaz vagy hamis:** A legszebb, legfényesebb alma mindig a legegészségesebb és legfinomabb.



Legyél Te is nyomozó:

+  
Amikor legközelebb vásárolni mész a szüleiddel, keresd az árukon a származási helyet, és próbálj minél közelebbi terméket választani!



December:

Az ételmaradékok rejtélye – Ételpazarlás a háztartásokban

A gyerekek rájöttek, hogy a legtöbb étel nem az iskolában, hanem az otthoni konyhákban vész kárba. Egy átlagos magyar család évente 45 kg ételt is kidobhat, ami közel 200.000 forintos veszteséget jelent.

**A tanulság:** Bevásárlólistával, tudatos hűtőhasználattal és a maradékok újrahasznosításával rengeteg ételt és pénzt menthetünk meg.



mevid

Kérdések:

4. **Hol keletkezik a legnagyobb ételpazarlás?**

- A) Az iskolai konyhán
- B) Az éttermekben
- C) A háztartásokban (otthon)



5. **Mire lenne elég az az összeg, amit egy család évente ételpazarlással kidob?**

- A) Egy gombóc fagyira
- B) Akár egy új biciklire vagy legóra is
- C) Semmire.



6. **Igaz vagy hamis:** A bevásárlólista felesleges, mert az a jó, ha mindent megveszünk, amit megkívánunk.



Légy megmentő:

Ha legközelebb egy nagy családi étkezésnél a maradékot a kukába szeretnétek dobni, gondold végig, hogy nem-e lehetne megmenteni az ételt.



Január:

## A Fénylő Tányér Titka – A húsmentes étkezés előnyei a Bolygóra nézve.

A nyomozók kiderítették, hogy a húsmentes ételek (például a zöldséges lecsó), azért kapnak "zöld jelzést", mert előállításukhoz sokkal kevesebb termőföldre és energiára van szükség, mint a húshoz.

**A tanulság:** Ha néha zöldséges-gyümölcsös ételt választunk, azzal vitamint adunk magunknak és pihenőt a Földnek.

Kérdések:

7. **Mivel jár a hús előállítása a növényekhez képest?**

A) Kevesebb energiát használ

B) Több földterületet és erőforrást igényel

C) Tisztítja a levegőt



8. **Milyen "szupererőt" adnak a zöldségek a testünknek?**

A) Semmilyen

B) Életerő Pontokat és vitaminokat

C) Csak vizet



9. **Igaz vagy hamis:** A húsmentes napokon mi is a Föld "Szuperhőseivé" válhatunk.



Légy zöldebb:

Jelöljétek ki otthon egy napot a hónapban, amikor csak növényi alapú, húsmentes ételeket esztek!



Február:

A Kamra Titka – Szezonális és a tartósított ételek (befőttek, savanyúságok)

Télen a természet alszik, de a kamra polcain ott sorakoznak a "nyári időkapszulák": a befőttek és a savanyú káposzta. Ezek az ételek nem utaznak messziről, mégis tele vannak vitaminnal.

**A tanulság:** télen érdemes a hazai tartósított ételeket választani a messziről szállított, környezetszennyező friss gyümölcsök helyett.



mevid

## Kérdések:

10. Melyik étel igazi C-vitamin bomba télen?

- A) A savanyú káposzta
- B) A messziről hozott eper
- C) A bolti cukorka



11. Miért hívjuk a befőtteket "időkapszuláknak"?

- A) Mert elromlott az órájuk
- B) Mert a nyári napfényt és vitaminokat őrzik meg télre
- C) Mert úrhajóval jönnek

12. **Igaz vagy hamis:** A helyi, eltett ételek fogyasztásával védjük a Bolygót a szállítás okozta szennyezéstől.

## Légy kísérletező:

Kóstolj meg ma egy kis savanyú káposztát vagy egy finom házi gyümölcsbefőttet uzsonnára!



## Március:

### A Színes Kukák Rejtélye – Szelektív hulladékgyűjtés és újrahasznosítás

Kati néni megtanította a gyerekeknek a kukák színkódját: kék a papírnak, sárga a műanyagnak/fémnek, zöld pedig a színes üvegnek. A megfelelően válogatott hulladékból új tárgyak készülhetnek, így nem a szeméttelen végzik.

**A tanulság:** A szelektálás tudatos döntés, amivel csökkentjük a környezetünk terhelését.



13. **Melyik kukába dobjuk a műanyag joghurtos dobozt (kimosva)?**

A) Kék

B) Sárga

C) Zöld.

14. **Mi történik a szelektíven gyűjtött szeméttel?**

A) Mindent elégetnek

B) Új dolgokat (pl. kulacsot, dobozt) készíthetnek belőle

C) Semmi

15. **Igaz vagy hamis:** A papír hulladékot a sárga színű kukába kell dobni.

Kérdések:



Április:

Légy lelkes szelektáló:

+  
Keress otthon három olyan dolgot, amit külön kukába dobnál, és válogasd szét őket a megfelelő helyre!



**A Furcsa Paradicsomok Rejtélye – Biogazdálkodás és a vegyszerek elhagyása**  
A nyomozók megtudták, hogy a nagyüzemi gazdaságokban használt vegyszerek bekerülhetnek a földbe és a vízbe, ezzel is mérgezve a természetet és a hasznos rovarokat. Míg a biogazdálkodás természetes komposztot használ, védi a talajt és ízletesebb termést ad.  
**A tanulság:** A vegyszermentes termesztés óvja a bolygónk vizeit, földjét és a saját egészségünket is.



Kérdések:

16. **Miért károsak a mesterséges permetezőszerek?**

A) Mert túl finom lesz tőlük az étel

B) Mert piros lesz tőlük a paradicsom

C) Mert bekerülnek a talajvízbe és mérgezik a természetet

17. **Mit használnak a biogazdálkodásban a tápanyagok pótlására?**

A) Vegyszereket

B) Semmit

C) Komposztot (levágott fűből, zöldségmaradékból)

18. **Igaz vagy hamis:** A vegyszermentesen termesztett növények általában egészségesebbek és ízletesebbek.



Légy teremtmény!

**Próbáld meg elültetni egy kis magot vagy palántát otthon egy cserépbe, és figyeld meg a természetes növekedés csodáját!**



mevid

## Keresztrejtvény – Mit tanult Zsófi és Levente?

Egészítsd ki a mondatokat, majd írd be a kiemelt szavakat a rejtvénybe!

1.								
2.	E							
3.		N						
4.								
5.		T						
6.								
7.	K							
8.								
9.								
10.								
12.								
13.								
14.	T							
15.								

1. Felelősségteljes döntéseinkkel (például ha húsmentes napot tartunk) a **bolygót**, más nevén a \_\_\_\_\_ is óvjuk.
2. A hús előállítása sokkal többet emészt fel **ebből az erőforrásból**, mint a zöldségek termesztése.
3. **Ilyen alapú**, húsmentes ételt érdemes havonta többször választani, ha pihenőt akarunk adni a Földnek.
4. **Ebben az iskolai helyiségben** vették észre a gyerekek a novemberi "Két Alma" rejtélyt.
5. A biogazdálkodás nagy előnye, hogy **tiszteletben tartja a \_\_\_\_\_-et**, hiszen a növények saját tempójukban nőnek.
6. Ezt a káros szokást (**a felesleges ételek kidobását**) kell csökkentenünk a háztartásokban egy jó bevásárlólistával.
7. A helyes szelektív hulladékgyűjtéssel és tudatos választásainkkal a \_\_\_\_\_-et óvjuk meg a szennyezéstől.
8. Ez a **konyhai eszköz** szerepel Zsófi és Levente kalandjainak a címében.
9. Milyen termékeket (almát, zöldséget) érdemes vásárolni a "**nagy utazó**", messziről érkező ételek **helyett** a kisebb lábnyom érdekében?
10. A szelektív hulladékgyűjtés szabályai szerint az ebből az anyagból készült szemetet kell a **sárga kukába dobni**.
11. A káros mesterséges vegyszerek helyett ebből a **természetes keverékből** forgatják vissza a tápanyagot a biogazdaságokban.
12. Ez a gazdag, **pirosuló, zöldséges étel** világított halvány zöld fénnel a januári rejtélyben.
13. Ő a történetek **egyik főszereplője**, a kislány, aki Leventével együtt nyomoz.
14. Minél kisebb a szállítási \_\_\_\_\_, annál kevesebb az üzemanyag, és annál jobban védjük a levegőt!
15. Ezt az **apróságot érdemes elültetni** egy cserépbe áprilisban, hogy saját szemünkkel lássuk a növekedés csodáját.



Megoldókulcs:

**Keresd a korábbi  
mesekönyvekben!**

**Büszkék vagyunk rátok Nyomozók!**

A sok hónapnyi nyomozás meghozta a gyümölcsét.  
Bebizonyítottátok, hogy Ti is igazi  
Zöld Tányér Nyomozók vagytok!

Köszönjük, hogy velünk tartottatok az elmúlt hónapok  
kalandozásain!

