



BLANDKOST

nötkött



För att beräkna utsläppen från denna "diet" har vi utgått från kortet "Blandkost svenskt genomsnitt" och ersatt allt fläsk- och kycklingkött mot nötkött (konsumtionen av fisk lät vi vara oförändrad). Den totala köttkonsumtionen är alltså samma som i en genomsnittlig svensk diet (52 kg benfritt kött per person och år).

Dieten innehåller 2 280 kcal per dag och uppfyller Livsmedelsverkets krav på näringsinnehåll – detsamma gäller alla övriga dieter som ingår i spelet (blandkost svenskt genomsnitt, blandkost kyckling, vegetarisk diet och vegansk diet). Dieten är baserad på en forskningsstudie om olika dieters klimatpåverkan (Bryngelsson m. fl. 2016a).

Utsläppen har beräknats genom att multiplicera den totala mängden livsmedel som behöver produceras, med utsläppsfaktorerna per kg livsmedel, för alla livsmedel som ingår i dieten under ett år. (Klimatkolls beräkningsmodell innehåller närmare 100 olika livsmedelskategorier, varför det inte finns utrymme att redogöra för alla data här.)

Mer information om forskningen som ligger till grund för de utsläppsfaktorer för livsmedel som vi använder finns i Wirsenius (2019).

Se vår referenslista på www.kortspeletklimatkoll.se/berakningar/referenslista