



Eieren

Maak een keuze










In dit overzicht zie je de keuzemogelijkheden voor het kopen van eieren. De legkippen leven onder verschillende omstandigheden, afhankelijk van het veehouderijsysteem. Op ieder ei staat een code, daarvan kun je aflezen uit welk houderijsysteem het ei afkomstig is.

Sinds 2012 zijn legbatterijen verboden, omdat ze niet meer voldeden aan de wettelijke normen voor dierenwelzijn. De regulier gehouden kippen worden nu gehouden in koloniehuisvesting.

Afhankelijk van het houderijsysteem krijgen de kippen meer of minder gelegenheid om natuurlijk gedrag te vertonen. Denk aan de mogelijkheid om te scharrelen, de gelegenheid om zichzelf een stofbad te geven, of ze op stok kunnen zitten en of ze gelegenheid hebben om naar buiten te gaan.

Eieren

	  					
						
	Koloniehuisvesting	Scharrel	Scharrel+	Vrije uitloop / Graskippen	Rondeel	Biologisch
Selecteer om te bewaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Welke code staat op het ei?	3	2		1	2	0
Hoeveel Beter-Leven sterren heeft dit ei?			*	**	***	
Hoeveel ruimte heeft de kip binnen (m ²)?	0,08 m ²	0,11 m ²		0,11-0,13 m ²	0,15 m ²	0,17 m ²
Kan de kip naar buiten?	kan niet naar buiten		kan overdekt naar buiten	kan naar buiten		
Welke ingrepen worden uitgevoerd?	snavel wordt gekapt	klein gedeelte van de snavel wordt gebrand of geslepen			geen snavelkap	
Welke extra welzijnsmaatregelen zijn getroffen?	kip krijgt strooisel en kan een stofbad nemen					
				Graskip krijgt plantaardig voer		biologisch voer
	er is stro in de stal en er wordt graan gestrooid					



Kalfsvlees

Maak een keuze



In deze tabel vind je de keuzemogelijkheden voor het kopen van kalfsvlees. Er zijn twee soorten kalfsvlees: gangbaar kalfsvlees en rosé kalfsvlees. Dit heeft te maken met de slachtleeftijd: gangbaar kalfsvlees is afkomstig van kalveren met een slachtleeftijd tot 8 maanden, rosé kalfsvlees is afkomstig van kalveren met een slachtleeftijd tussen de 8 en 12 maanden. Gangbaar kalfsvlees staat bij consumenten beter bekend als 'blank' omdat ze een lager ijzergehalte in hun bloed hebben.

De kalveren zijn afkomstig uit de melkveehouderij, een koe moet immers ieder jaar een kalf krijgen om melk te kunnen geven. Stierkalveren en kalveren die niet ingezet worden als melkvee, worden gehouden voor kalfsvlees. Meestal wordt het kalfje als het 14 dagen oud is van zijn moeder gescheiden. Het kalfje verblijft de eerste weken op een kalverhouderij apart in een open eenlingbox, waar de kalveren elkaar kunnen zien en aanraken. De eenlingbox is ter bevordering van een goede gezondheidszorg. Vanaf 8 weken is groepshuisvesting verplicht. De groepsgrootte en ruimte per kalf verschilt per houderijsysteem.

Gangbaar kalfsvlees

Rosé kalfsvlees

	Gangbaar kalfsvlees		Rosé kalfsvlees		
	Gangbaar kalfsvlees	Beter Leven	Gangbaar - rosé	Beter leven - rosé	Biologisch - rosé
Selecteer om te bewaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hoeveel Beter Leven-sterren heeft dit vlees?		*		*	***
Hoeveel ruimte heeft het kalf?	1,8 m ²	1,8 m ² (nieuwe/verbouwde stal 2,0 m ²)	1,8 m ²	1,8 m ² (nieuwe/verbouwde stal 2,0 m ²)	2,5 - 4,0 m ²
Wanneer gaat het kalf naar buiten?	niet				na 15 weken
Wat is het minimale ijzergehalte in het bloed? *	gemiddeld 4,5 mmol/l	minimaal 6,0, gemiddeld 7,0 mmol/l	n.v.t.	minimaal 7,0 mmol/l	
Wat voor vloer heeft de stal?	houten roostervloer		betonnen vloer		50% dichte vloer met strooisel
Wat voor voer krijgt het kalf?	kalvermelk/beperkt ruwvoer	kalvermelk/beperkt ruwvoer (dubbele van gangbaar)	eerst kalvermelk, later ruwvoer	ruw- en krachtvoer	biologisch ruwvoer en strooisel











Kippenvlees

Maak een keuze



In dit overzicht zie je de keuzemogelijkheden voor het kopen van kippenvlees. De meeste kippen worden gangbaar gehouden. Hanen en hennen worden door elkaar gehouden in grote stallen met al dan niet een uitloop naar buiten. Bij snel groeiende rassen komen een aantal welzijnsproblemen voor. Afhankelijk van het houderijsysteem leven de kippen onder verschillende omstandigheden, waarbij zij meer of minder gelegenheid krijgen om natuurlijk gedrag te vertonen. Denk aan de mogelijkheid om te scharrelen, de gelegenheid om zichzelf een stofbad te geven, of ze op stok kunnen zitten en of ze gelegenheid hebben om naar buiten te gaan.

Kippenvlees

	Gangbaar		Kip van Morgen, AH-Kip, Nieuwe Standaard Kip		Scharrel	Scharrel met uitloop	Label Rouge	Biologisch
								
								
Selecteer om te bewaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hoeveel Beter Leven-sterren heeft dit vlees?					*	**	***	
Hoeveel ruimte heeft de kip binnen (m ²)?	0,05 m ²	0,06 - 0,07 m ²	0,08 m ²		0,09 m ²	0,10 m ²		
Kan de kip naar buiten?	nee		overdekt		ja			
Welk soort ras?	snel groeiend		langzaam groeiend					
Welke extra welzijnsmaatregelen zijn getroffen?	er is stro in de stal en er wordt graan gestrooid							



Rundvlees

Maak een keuze


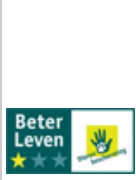





In deze tabel vind je de keuzemogelijkheden voor het kopen van rundvlees.

Vleeskoeien leven meestal 1 tot 2 jaar, totdat de runderen volgroeid zijn.

Voor het aantal m² die een koe ter beschikking heeft bestaan geen Europese richtlijnen. Voor de biologische veehouderij zijn er meer wettelijke eisen over de ruimte; biologische koeien hebben minimaal een halve hectare per beschikking.

Rundvlees

					
	Gangbaar	Beter Leven	Scharrel	France Limousin	Biologisch
Selecteer om te bewaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hoeveel Beter Leven-sterren heeft dit vlees?		*	**		***
Hoeveel ruimte heeft de koe?	2-4 m ²	5,4 m ²	6,6 m ²	6 m ²	8,5 m ²
Kan de koe naar buiten?	vaak wel, niet verplicht	minstens 150 dagen	minstens 180 dagen	grootste deel van het jaar	minstens 210 dagen
Welke ingrepen worden uitgevoerd?		wordt soms onthoord		wordt niet onthoord	wordt soms onthoord (Demeter wordt niet onthoord)
	meestal geen castratie	indien castratie, alleen verdoofd			
Welke extra welzijnsmaatregelen zijn getroffen?		kalf 3 maanden bij moeder	kalf 5 maanden bij moeder	kalf 7 maanden bij moeder	kalf 3 maanden bij moeder
Wat voor vloer heeft de stal?	roostervloer	20% zachte ligplek	34% zachte ligplek	stro	50% zachte ligplek
Van wat voor ras zijn de koeien?		Rassen met veel keizersnedes niet toegestaan.		Limousin	meestal Frisian Holstein



Varkensvlees

Maak een keuze




In deze tabel vind je de mogelijkheden voor het kopen van varkensvlees. De tabel geeft voor de verschillende varkenshouderij-systemen aan hoeveel ruimte de varkens hebben, of het varken naar buiten kan, en welke ingrepen worden uitgevoerd en welke welzijnsmaatregelen worden getroffen.

De meeste varkens in Nederland worden gangbaar gehouden. Bij reguliere varkenshouderij worden bij biggetjes de staarten geknipt en mannelijke biggetjes worden verdoofd gecastreerd.

Vleesvarkens worden meestal geslacht als ze tussen de 170 en 190 dagen oud zijn. Vanaf 2013 is verplicht dat ieder varken minimaal 1m² ruimte heeft. De varkens leven meestal in groepen van 10 tot 14 bij elkaar in één ruimte.

Varkensvlees



	Gangbaar		Milieukeur	Scharrel	Beter Leven	Beter Leven	Biologisch
Selecteer om te bewaren	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hoeveel Beter Leven-sterren heeft dit vlees?			**	*	**	***	
Hoeveel ruimte heeft het varken?	0,7-0,8 m ²	1-1,1 m ²	1,3 m ²	1 m ²	1,1 m ²	1,3 m ²	
Kan het varken naar buiten?	kan niet naar buiten		kan naar buiten	kan niet naar buiten	kan naar buiten		
Welke ingrepen worden uitgevoerd?	wordt verdoofd gecastreerd	wordt niet gecastreerd	wordt verdoofd gecastreerd	wordt niet gecastreerd	wordt verdoofd gecastreerd		
	staart wordt afgeknipt		staart wordt niet geknipt				
Welke extra welzijnsmaatregelen zijn getroffen?	varkens krijgt stro en zaagsel aangeboden						







































VISwijzer[®]

www.goedevis.nl

2011/2012

De VISwijzer[®] is een initiatief van Stichting De Noordzee en het Wereld Natuur Fonds

Soort	 MSC-keurmerk	 Prima keuze	 Tweede keuze	 Liever niet
Oester				
Paling				
Pangasius^{NB}				
Poon, rode				
Roodbaars				
Rivierkreeft				
Sardine	Portugal, Bretagne			
Schelvis	Noorwegen, Noordzee, IJsland			
Schol	Noordzee			
Tarbot				
Tilapia				
Tong	Noordzee			
Tonijn, albacore (witte tonijn)	Stille Oceaan			
Tonijn, geelvin				
Tonijn, skipjack				
Victoriabaars				
Zalm	Alaska			
Zalmforel				
Zeebaars				

Staat jouw vis er niet bij? Kijk op www.goedevis.nl


Waarom deze VISwijzer?
Veel in het wild gevangen vissen worden overbevist. Er zijn vangstechnieken waarbij dieren, zoals haaien en dolfinnen, sterven als bijvangst of waarbij de zeebodem wordt beschadigd. Ook kweek van vis kan leiden tot ernstige milieuproblemen, bijvoorbeeld verspreiding van ziektes en voor het voer is wilde vis nodig.

Gebruik de VISwijzer[®]. Handig voor in je portemonnee. Gebruik hem in een restaurant of wanneer je vis koopt. Kies voor soorten met het MSC-keurmerk of uit de groene kolom en help mee de natuur onder water te beschermen!


Let op het MSC-keurmerk. Producten met dit keurmerk garanderen dat deze vis op duurzame wijze is gevangen. Er is steeds meer MSC gecertificeerde vis te koop. Kijk op www.msc.org/nl.

Let op het etiket. Hierop moet staan waar de vis vandaan komt. Ook zou het beter zijn als de vangstechniek erop staat. Dat is nu soms al het geval. Stel gerust vragen!

Meer weten? Kijk op www.goedevis.nl, www.wnf.nl/oceanen en www.noordzee.nl



6^e editie VISwijzer[®]
Beoordeling vissoorten:
september 2011
Grafisch ontwerp:
www.podiv.nl




VISwijzer voor je mobiel

Marine Stewardship Council (MSC), onafhankelijk keurmerk voor duurzame visserij.

Prima keuze Niet overbevist, zorgvuldig gekweekt, minimale schade aan de natuur.

Tweede keuze Problemen met kweek of visserij.

Liever niet Wordt overbevist of de manier van kweken/vangen is te belastend voor de natuur.

 Gekweekt (aquacultuur) / Wild gevangen.

* Let op: specifieke vangst- of kweektechniek. Meer informatie: www.goedevis.nl/technieken

** Tilapia komt van kwekerij die in lijn is met het nieuwe keurmerk Aquaculture Stewardship Council (ASC).

NB Niet beoordeeld, zit in traject richting ASC-certificering.



vouwwijze



Groente- en fruitkalender

Kies milieubewust in elk seizoen

De milieubelasting die het kost om groente en fruit in de winkel te krijgen, kan gedurende het jaar variëren. Aan het product is dat niet te zien. De Groente- en fruitkalender helpt u bij het maken van een bewuste keuze.

Wanneer uw groente en fruit in het winkelschap ligt, kan het zijn dat er al veel energie en hulpmiddelen in zijn gestoken tijdens de teelt, dat er veel fossiele brandstof is gebruikt voor transport (wanneer producten worden ingevlogen), of dat het landgebruik hoog is (en de opbrengst per hectare laag). In die gevallen hebben groente en fruit een hoge milieubelasting. De milieubelasting per kilogram groente of fruit verschilt per soort en seizoen. U kunt jaarrond een gevarieerde en milieuvriendelijke keuze maken. De Groente- en fruitkalender helpt u hierbij.

Voor deze kalender zijn per maand de veel gegeten groente en fruit geselecteerd met een lage milieubelasting. Kijk voor een volledig overzicht op: www.milieucentraal.nl/groente-en-fruitkalender

Goede keuze het hele jaar rond:

Groente

aardappelen, bleekselderij, bloemkool, broccoli, ijsbergsla, koolrabi, prei, raapjes, radijs, rode biet, rode kool, spitskool, spruiten, tomaat, ui, wortelen, witlof, witte kool

Fruit

ananas, appel, banaan, druif, granaatappel, grapefruit, mandarijn, meloen, nectarine, peer, pruim, sinaasappel

Gebruikte symbolen:

- Geteeld op de akker
- Geteeld in onverwarmde kas
- Geteeld in verwarmde kas
- Vervoerd per boot + vrachtwagen
- Vervoerd per vrachtwagen
- Bewaarproduct: heeft enige maanden in koeling gelegen

Januari

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Spanje		
Aubergine	Spanje		
Boerenkool	Nederland/Spanje		
Courgette	Spanje		
Koolraap	Nederland		
Kropsla	Spanje		
Paprika	Spanje		
	Israël		
Pastinaak	Nederland		
Pompoen	Nederland		
	Zuid-Europa		

Snijboon	Marokko		
	Spanje		
Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	Spanje		
Winterpostelein	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Abrikoos	Zuid-Afrika		
Avocado	Israël		
Kiwi	Italië		
Perzik	Chili/Zuid-Afrika		

Februari

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Spanje		
Aubergine	Spanje		
Boerenkool	Nederland/Spanje		
Courgette	Spanje		
Koolraap	Nederland		
Kropsla	Spanje		
Pastinaak	Nederland		
Pompoen	Nederland		
Rucola	Italië		

Snijboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	Spanje		
Winterpostelein	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Abrikoos	Zuid-Afrika		
Avocado	Israël		
Kiwi	Italië		
Perzik	Chili/Zuid-Afrika		

Maart

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Zuid-Europa		
Boerenkool	Spanje		
Bospeen	Spanje		
Courgette	Spanje		
Koolraap	Nederland		
Kropsla	Spanje		
Paprika	Spanje		
	Israël		
Pastinaak	Nederland		
Pompoen	Nederland		
Raapstelen	Nederland		

Snijboon	Marokko		
	Spanje		
Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	Spanje		
Winterpostelein	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Avocado	Kenia		
Kiwi	Italië		
Perzik	Chili/Zuid-Afrika		

April

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland		
Aubergine	Spanje		
Bospeen	Spanje		
Courgette	Spanje		
Paprika	Spanje		
	Israël		
Raapstelen	Nederland		
Rabarber	Nederland		
Snijboon	Marokko		
	Spanje		

Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	Duitsland/Spanje		
Veldsla	Italië		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Avocado	Kenia		
Kiwi	Chili		
Mango	Brazilië		

Mei

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland/Nederland		
Aubergine	Spanje		
Courgette	België		
	Spanje		
Kropsla	Nederland		
	Spanje		
Paksoi	Nederland		
Postelein	Nederland		
Raapstelen	Nederland		
Rabarber	Nederland		

Snijboon	Marokko		
	Spanje		
Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Veldsla	Italië		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Aardbei	België		
Avocado	Kenia		
Kiwi	Chili/Nieuw-Zeeland		
Perzik	Spanje		

Juni

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland/Nederland		
Courgette	België		
	Spanje		
Doperwt	Duitsland/Nederland		
Kropsla	Nederland		
Paksoi	Nederland		
Postelein	Nederland		
Rabarber	Nederland		
Rucola	Nederland		
Snijboon	Marokko		
	Spanje		

Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	België/Duitsland/Nederland		
Tuinboon	Nederland/Spanje		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Aardbei	België/Nederland		
Abrikoos	Frankrijk		
Avocado	Kenia		
Kersen	Nederland		
Kiwi	Chili/Nieuw-Zeeland		
Mango	Brazilië		

Juli

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland/Nederland		
Courgette	België		
Doperwt	Duitsland/Nederland		
Kropsla	Nederland		
Paksoi	Nederland		
Pompoen	Zuid-Europa		
Postelein	Nederland		
Rabarber	Nederland		
Rucola	Nederland		
Snijboon	Marokko		
	Spanje		

Sperzieboon	Nederland/Spanje		
Spinazie	België/Duitsland/Nederland		
Tuinboon	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Aardbei	België/Nederland		
Abrikoos	Frankrijk/Griekenland		
Avocado	Kenia		
Kersen	Duitsland/Nederland/Turkije		
Kiwi	Chili/Nieuw-Zeeland		
Mango	Brazilië/Mexico		
Perzik	Griekenland/Zuid-Europa		

Augustus

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland/Nederland		
Courgette	België		
	Spanje		
Doperwt	Duitsland		
Kropsla	Nederland		
Paksoi	Nederland		
Pompoen	Nederland/Zuid-Europa		
Postelein	Nederland		
Rucola	Nederland		
Snijboon	Nederland		
	Spanje		

Sperzieboon	Nederland/Spanje		
Spinazie	België/Nederland		
Tuinboon	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Aardbei	België/Nederland		
Abrikoos	Frankrijk/Griekenland		
Kersen	Duitsland		
Kiwi	Chili/Nieuw-Zeeland		
Mango	Brazilië/Mexico		
Perzik	Griekenland/Zuid-Europa		

September

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland		
Boerenkool	Nederland		
Courgette	België		
	Spanje		
Groene kool	Nederland		
Kropsla	Nederland		
Paksoi	Nederland		
Paprika	Spanje		
Pompoen	Nederland/Zuid-Europa		
Postelein	Nederland		
Rucola	Nederland		

Snijboon	Nederland		
	Spanje		
Sperzieboon	Nederland/Spanje		
Spinazie	België/Duitsland		
Veldsla	Italië		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Aardbei	België/Nederland		
Abrikoos	Frankrijk		
Kiwi	Chili/Nieuw-Zeeland		
Mango	Brazilië		
Perzik	Griekenland/Spainje		

Oktober

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland		
Boerenkool	Nederland		
Courgette	Spanje		
Koolraap	Nederland		
Kropsla	Nederland		
	Spanje		
Paksoi	Nederland		
Paprika	Spanje		
Pastinaak	Nederland		
	Zuid-Europa		
Postelein	Nederland		
Rucola	Nederland		

Snijboon	Spanje		
Sperzieboon	Spanje		
Spinazie	België		
Veldsla	Italië		
Winterpostelein	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Aardbei	België		
Abrikoos	Frankrijk		
Avocado	Kenia		
Mango	Brazilië		
Perzik	Griekenland		
	Zuid-Afrika		

November

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Duitsland		
Aubergine	Spanje		
Boerenkool	Nederland		
Courgette	Spanje		
Koolraap	Nederland		
Kropsla	Spanje		
Paprika	Spanje		
	Israël		
Pastinaak	Nederland		
Pompoen	Nederland		
	Zuid-Europa		
Snijboon	Marokko		

Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	Spanje		
Veldsla	Italië		
Winterpostelein	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Avocado	Kenia		
Kiwi	Italië		
Mango	Brazilië		
Perzik	Zuid-Afrika		
Sharonfruit	Spanje		

December

Groente	Herkomst	teelt	transport
Andijvie	Spanje		
Aubergine	Spanje		
Boerenkool	Nederland/Spanje		
Koolraap	Nederland		
Paprika	Spanje		
	Israël		
Pastinaak	Nederland		
Pompoen	Nederland		
	Zuid-Europa		
Rucola	Italië		
Snijboon	Marokko		
	Spanje		

Sperzieboon	Marokko		
	Spanje		
Spinazie	Spanje		
Winterpostelein	Nederland		

Fruit	Herkomst	teelt	transport
Abrikoos	Zuid-Afrika		
Avocado	Kenia		
Kiwi	Italië		
Mango	Brazilië		
Perzik	Zuid-Afrika		
Sharonfruit	Spanje		

Keurmerken

Een keurmerk op de verpakking betekent dat het product voldoet aan de voorschriften van de organisatie die het keurmerk verstrekt. Het is gekeurd door een onafhankelijke partij.

Fabrikanten plaatsen ook zelf logo's, certificaten, kenmerken of andere beeldmerken op producten. Deze zijn niet gecontroleerd door onafhankelijke organisaties. Omdat ze op keurmerken lijken kan dat verwarrend zijn. Keurmerken zijn dan niet gemakkelijk te onderscheiden van reclame-uitingen voor producten.

Dierenwelzijn



Beter leven, een keurmerk van de dierenbescherming dat aangeeft hoe goed er rekening wordt gehouden met dierenwelzijn. Hoe meer sterren, hoe beter voor het dier.



Vlees van scharrelproducten komt van dieren die tijdens hun leven niet opgesloten zijn geweest in kleine hokken, maar konden rondlopen. Koeien en varkens kunnen liggen op stro en zijn een deel van het jaar buiten.



Producten met het Gras Keurmerk zijn afkomstig van dieren die in ruimere stallen hebben geleefd. Ook kunnen ze dagelijks naar buiten. Bij landbouwproducten wordt geen kunstmest gebruikt en weinig chemische bestrijdingsmiddelen.



Weidezuivel betekent dat de koeien in

de zomer minimaal 120 dagen buiten lopen. 's Winters staan ze op stal. Op sommige kazen staat een weidegangszegel.

Milieu en natuurbehoud



EKO, betekent dat dit een biologisch product is en door Stichting Skal is gecontroleerd. Er zijn geen chemische bestrijdingsmiddelen en kunstmest gebruikt. Boeren gebruiken geen genetische modificeerde zaden en veehouders hebben een diervriendelijke werkwijze.



EU bio-logo, staat voor dezelfde strenge controle als het EKO-keurmerk. Moet binnenkort op alle biologische producten in Europa staan.

Ook de aanduiding 'biologisch' mag alleen op de verpakking staan als het product voldoet aan de EKO-eisen.



Bij het Demeter keurmerk is rekening gehouden met dierenwelzijn, milieu en eerlijke handel. Producten worden geteeld zonder kunstmest en bestrijdingsmiddelen. Het product is afkomstig van de biologisch-dynamische landbouw. Ze voldoen

aan de biologische eisen en daarbovenop aan specifiek biologisch-dynamische eisen. In de bv-veehouderij zijn de dierenwelzijnseisen hoger dan in de biologische veehouderij. Het zijn meestal gemengde bedrijven. Zo kunnen ze voorzien in de eis dat het voer voor de dieren voor minimaal 80% van het eigen bedrijf afkomstig moet zijn.



Marine Stewardship Council
Gecertificeerd duurzame visserij

MSC, zet zich in voor een goed beheerde, duurzame visserij. Duurzame visserij wil zeggen dat er zo wordt gevisst dat de visstand en de natuur niet worden aangetast. Er is weinig bijvangst. Het keurmerk houdt geen rekening met dierenwelzijn. Het keurmerk omvat geen gekweekte vis. In Nederland zijn Alaska zalm, Alaska koolvis, kabeljauw, haring, tong, makreel en hoki (vissticks) verkrijgbaar met het MSC-keurmerk. Jaarlijks komen er nieuwe soorten bij.



Milieukeur is een keurmerk op het gebied van milieu. Het staat voor productie waarbij weinig bestrijdingsmiddelen en kunstmest worden gebruikt. Er wordt zuinig omgegaan met energie en er is aandacht voor dierenwelzijn.

Eerlijke handel



Max Havelaar Fair Trade, garandeert dat de producten zijn ingekocht onder eerlijke handelsvoorwaarden bij boerenorganisaties in ontwikkelingslanden. De boeren en

telers hebben een eerlijk loon gekregen en met hun rechten en gezondheid is goed omgegaan. Het keurmerk houdt ook rekening met milieuaspecten.



UTZ staat op producten waarbij gelet is op mens en milieu. Zoals goede loon- en werkomstandigheden, en weinig bestrijdingsmiddelen. De boeren krijgen vaak een betere prijs, maar die is niet gegarandeerd.



Rainforest Alliance is een milieuorganisatie die ecosystemen en mensen en dieren die daarvan afhankelijk zijn, beschermt. Een belangrijk criterium is bescherming van het regenwoud en het welzijn en het inkomen van arbeiders.



Het Erkend Streekproduct is een paraplukenmerk voor verschillende keurmerken. Het betekent dat het product en de grondstoffen uit een bepaalde streek komen. Ook de verwerking vindt plaats in die streek. Bij de productie is aandacht besteed aan het behoud en beheer van het karakteristieke waarden van het landschap en de natuur.

NIBI Boodschappenmand: Groente en fruit productkaarten



Spanje



Spanje



Cox Orange, Holland, € 1,49/kg



Granny Smith, Chili, €1,99/kg



Jazz, Frankrijk, €2,49



Elstar, Holland, €2,49



Jonagold, Holland, €1,69



250 gr €2,49

500 gr €3,99



Nieuw Zeeland, €1,49, 500gr



€1,99



€2,29 / kg



Panama, €1,79/kg



€2,49 p stuk



Panama €1,49 p stuk



Holland, €0,79 /500 gr



€1,99 /500 gr



Holland, €0,79 p stuk



Holland, €1,29 p stuk



Egypte, €1,69 / 500 gr



€1,89

€0,63/kg



€1,59





NIBI boodschappenmand: overig vers en houdbare producten



€1,49 400 gr







€ 0,89 / liter





€1,47 / liter





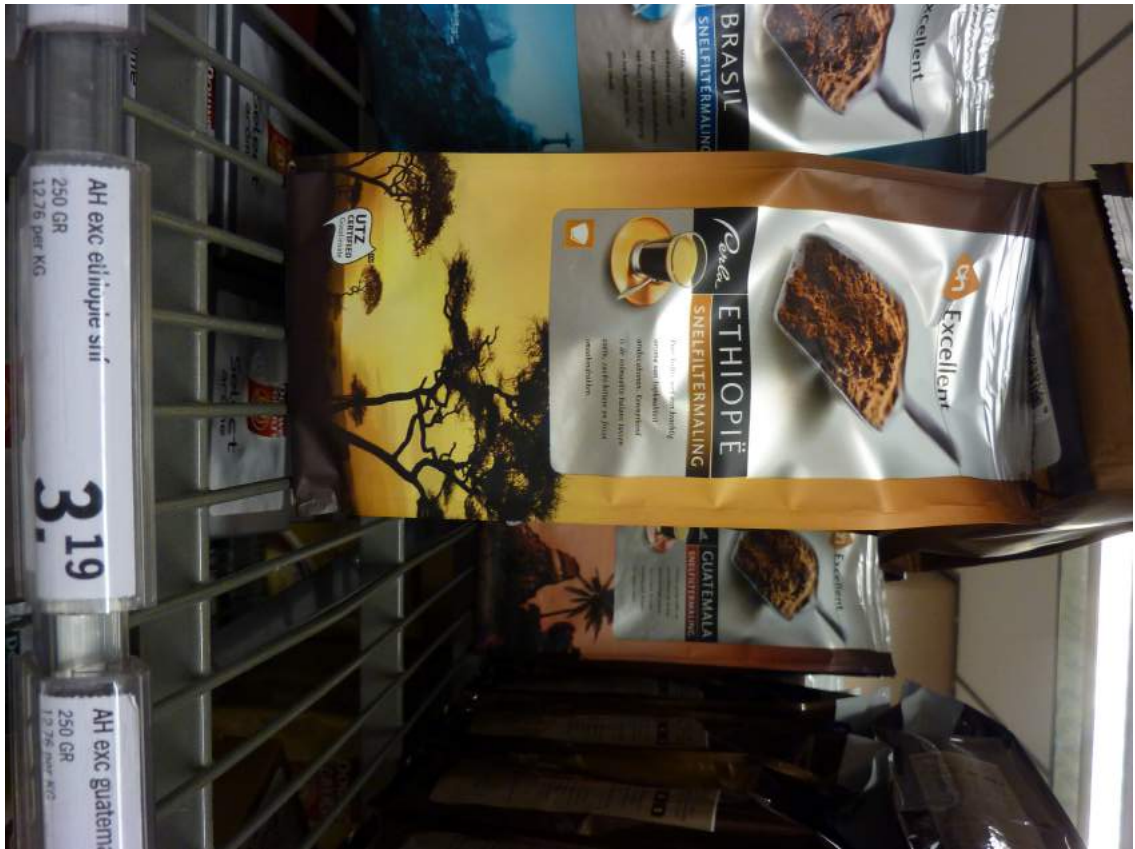


€0,85 / liter









€ 2,09, 600 gram



€2,19, 350 gram



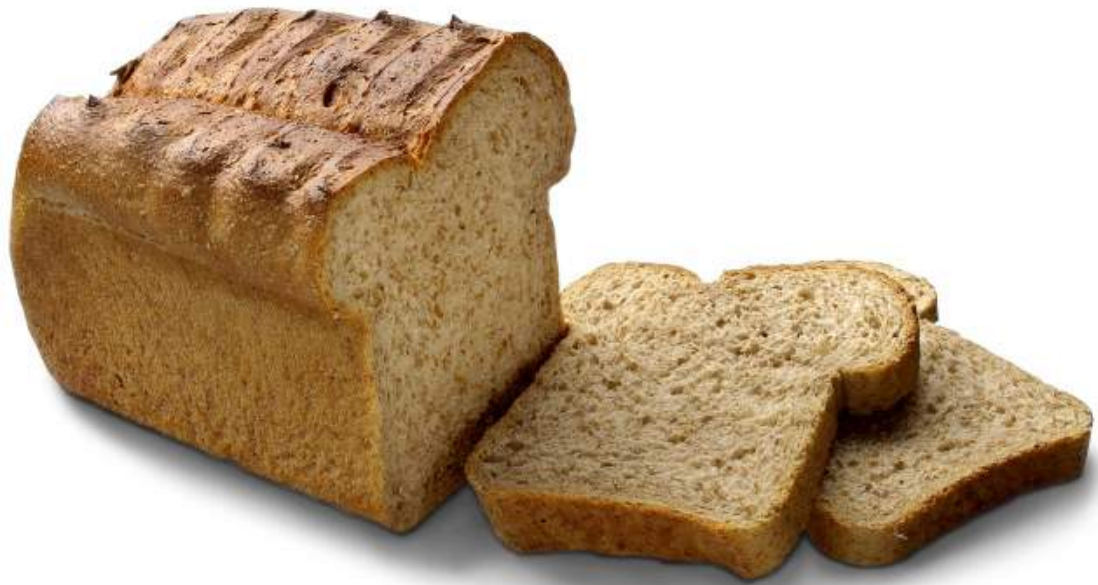
€1,19, 600 gram



Volkorenbrood



Wit brood



Bruin brood

NIBI boodschappenmand: Vlees en vis productkaarten









€ 2,39, 150 gr (€ 15,98/kg)



€2,39, 175 gr (€13,66/kg)









Albert Heijn

ZALMFILET

TE CONSUMEEREN LIETVELIJK VOOR DE VERMELDE DATUM, MITS GEKOELD BEWAARD (MAX. 4°C)



- Speciaal geselecteerd voor Albert Heijn
- Uit een geborgde kwaliteitsketen

Gewicht in kg	Prijs/kg	Bedrag
0,264 kg	22,98€/kg	€ 6,07

Te gebruiken tot en met:
20 11 2011 LOT 11100310605 01 05

Waar komt deze vis vandaan?
Zie www.ah.nl/vis

Boodschappenlijstje:

appels
melk oid
eieren
vruchtensap
vlees/vervanger
aardappels
groente
...

Boodschappenlijstje:

fruit
melk oid
vlees/vervanger
groente
brood
vruchtensap
chocola
...

Boodschappenlijstje:

spierziebonen
yoghurt oid
rijst
sinaasappels
koffie
pindakaas
iets te drinken
...

Boodschappenlijstje:

aardbeien
ander fruit
eieren
koffie
pindakaas
vis/vervanger
chocola
...