



KAUFENTSCHEIDUNG

DIY Supermarkt-Check

1. SELBSTANALYSE

Magst du Milch und/oder Milchprodukte?

☐ Ja. Welche magst du besonders gerne?

☐ Nein. Warum nicht?



Worauf achtest du beim Einkauf?

Kreise maximal drei Antwortmöglichkeiten ein.



<input type="checkbox"/> Regionalität	<input type="checkbox"/> Preis	<input type="checkbox"/> Fütterung
<input type="checkbox"/> Haltbarkeit	<input type="checkbox"/> Bio	<input type="checkbox"/> Fettgehalt

Entscheidest du dich bewusst für Milch-Alternativen (z. B. Pflanzendrinks)?

☐ Ja. Für welche und warum?

☐ Nein. Warum nicht?



2. SUPERMARKT-CHECK

Nimm den Zettel gerne in den Supermarkt mit und begib dich zum Kühlregal zur Milch und zur Abteilung mit ungekühlter Milch (H-Milch).

→ Mach ein Foto von dem Regal. In welchem Supermarkt bist du? _____

→ Findest du alle Milcharten? Male die Milchpackungen blau an.

UNTERSCHIEDUNG VON MILCH IM REGAL

HERSTELLUNG



Bio-Milch



konventionelle Milch

VERARBEITUNG, HALTBARKEIT



Rohmilch



Frischmilch



Länger-Frisch-Milch



Länger-Haltbar-Milch



Haltbar-milch

FETTGEHALT



Vollmilch Extra



natürlicher Fettgehalt



Vollmilch



fettarme Milch



Magermilch

FÜTTERUNG*



Bio-Milch



Wiesenmilch



Heumilch



keine Angabe

Land
schafft
Leben

WISSEN ZUM ESSEN

*Fütterung in der gesamten österreichischen Milchproduktion „gentechnikfrei“ laut Definition des Österreichischen Lebensmittelkodex; Quelle: eigene Darstellung; Stand 03/2026



Alle Milchsorten solltest du nach dem Öffnen innerhalb von drei bis fünf Tagen verbrauchen. Entscheide dich beim Kauf daher nicht nur nach dem Mindesthaltbarkeitsdatum, sondern danach, ob du die Milch bald verwenden oder erst in einigen Wochen öffnen möchtest.

→ Für welche Milch würdest du dich mit deinem neu gewonnen Milch-Wissen entscheiden? Begründe.

