



رستوران سبز



نحوه اجرای بهترین اقدامات سبز BEP

چک لیستهای رستوران های سبز

به کمک چک لیست می توان معیارها و حوزه های مدیریت منابع را بر حسب اولویت شناسایی کرد. اینها عمدتاً گرچه لیست جامعی نیستند اما می توان با هم فکری و کارهای گروهی آنها را تقویت و تکمیل کرده و معیارهای اصلاحی را به درستی تدوین و اجرا نمود.

حوزه های زیست سبز

راهنمای BEP، حاوی ۶ چک لیست است که هر کدام از آنها به حوزه ویژه ای اختصاص داده شده است.

۱- آب	- محاسبه مصرف آب و توجیه اقتصادی آن، - صرفه جویی و حفاظت از منابع محلی
۲- انرژی	- کنترل استفاده از انرژی و محاسبه مصرف آن - صرفه جویی در انرژی و کاهش آلودگی جوی
۳- پسماند	- کاهش پسماند از ابتدا و بهبود مدیریت آن - اجرای استراتژی بهبود و بازیافت
۴- خط مشی	- کاهش اثرات مصرف بر محیط زیست - ارتقاء اجتماعی
۵- تدارکات	- خرید سبز - مدیریت صحیح بر خطوط تدارکاتی رستوران
۶- کیفیت هوا	- کاهش آلودگی صدا - بهبود کیفیت هوای داخلی رستوران

شناسایی اقدامات اولویت دار

طبق معیارهای پیشنهاد شده در چک لیست می بایست اقداماتی را که فکر می کنید برای (فعالیت های) رستوران ها و تالارهای شما مناسب و قابل اجراست را انتخاب کرده و سپس برای استفاده از چک لیست به موارد زیر عمل کنید:

اولین ستون:	در این قسمت کافیست رو به روی اقدامی که باید صورت بگیرد علامت بزنید.
دومین ستون:	نشان دادن میزان اهمیت هر کدام از اولویتها را نشان می دهد (به طور مثال، از مقیاس ۱ تا ۳ استفاده کنید، ۱- کم اهمیت ۲- نسبتاً مهم ۳- خیلی مهم)
سومین ستون:	انتصاب یک نفر مسئول جهت اجرا و نظارت بر معیارهای انتخابی اصلاحی بالا
چهارمین ستون:	تعیین یک دوره زمانی و مهلت معقول جهت انجام و تکمیل اقدامات

اقدامات انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
نظارت بر مصرف آب			
☐ نصب کنتور آب در هر واحد	۱	آقای	یک ماه
☐ تعیین مصرف و هزینه ماهیانه آب			
☐ شناسایی مراحل و مکانهایی که مصرف آنها بالاست	۳	خانم.....	یک هفته
☐ تعیین هزینه های مصرفی آب برای هر واحد			

چک لیستها - مدیریت منابع

۱- آب / مدیریت و بهینه سازی آن:

خود ارزیابی

- ☐ هزینه کلی مصرف آب رستوران و تالارچقدر است؟
- ☐ منبع استفاده از آب در رستوران و تالار شما چیست؟ (شبکه عمومی یا چاه)
- ☐ مصرف کل آب رستوران و تالار شما چقدر است؟
- ☐ آیا می دانید میزان مصرف آب در هر واحد از رستوران و تالار شما چقدر است؟
- ☐ آیا اقدامات لازم جهت صرفه جویی در آب در رستوران و تالار شما اجرا می شود؟

اگر نتوانستید به سوالات بالا پاسخ دهید ضروری است تا بر مصرف آب رستوران و تالار نظارت لازم را صورت دهید.

- اتلاف شیر آب به طور کلی / ۰.۱ لیتر در ساعت / ۱ متر مکعب در سال
- اتلاف آب / چکه های اتفاقی / ۰.۵ لیتر در ساعت / ۵ مترمکعب در سال
- اتلاف آب / چکه های ممتد / ۱.۵ لیتر در ساعت / ۱۵ مترمکعب در سال
- عدم کارکرد صحیح فلوتر فلش تانک / ۳ لیتر در ساعت / ۳۰ مترمکعب در سال
- نشت آب به مقدار کم / ۱۰ لیتر در ساعت / ۹۰ مترمکعب در سال
- نشت آب به مقدار زیاد از فلوتر فلش تانک / ۳۰ لیتر در ساعت / ۳۰۰ مترمکعب در سال

چک لیست آب

هدف : کاهش مصرف آب			
اقدامات انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
موارد کلی			
نظارت بر مصرف آب			
☐ نصب کنتور آب در هر بخش			
☐ تعیین میزان مصرف ماهیانه آب و هزینه های آن			

☐	شناسایی فعالیتها و نقاطی که مصرف بالایی دارد		
به حداقل رسانی اتلاف آب			
☐	نصب وسایلی جهت صرفه جویی در آب در مکان های مناسب (تنظیم کننده های جریان آب، سنسورها، شیر فلکه های خودکار، توالتهایی با فلش تانک های کم حجم و نظایر آن...)		
☐	اجتناب از بازگذاشتن شیرآب مگر در مواقع ضروری		
☐	اجتناب از شستشو با فشار زیاد		
رفع نشتی			
☐	بررسی مرتب تجهیزات لوله کشی به جهت جلوگیری از نشتی		
☐	تعویض مرتب واشرهای معیوب و تعمیر لوله های آسیب دیده		
آشپزخانه			
☐	تنظیم جریان آب مطابق با نوع شستشو		
☐	بازنگاه نداشتن مدام شیرآب به هنگام شستشو		
☐	خیساندن ظروف کثیف قبل از قراردادن آنها در ماشین ظرفشویی جهت کوتاه کردن زمان پيش از شستشو		
☐	پرکردن ماشین ظرفشویی با حداکثر ظرفیت جهت به حداقل رساندن دفعات شستشو		
☐	باز نکردن یخ غذا با آب		
باغچه / برای تالارها			
☐	انتخاب گیاهانی که با شرایط اقلیمی و میزان بارندگی منطقه سازگار است		
☐	عدم ایجاد باغچه هایی که به سرعت خشک شده و به بی آبی حساسند		
☐	آبیاری چمن ها صبح های زود و دیر، هنگام شب برای کاهش میزان تبخیر		
☐	نصب سیستم خودکار بارنده و تجهیزات خاص (بارنده ریزو آبیاری قطره ای ریشه ها، ..)		
☐	تعبیه شیب مناسب جهت نفوذ تدریجی آب به خاک بدون باقی گذاشتن اثر فرسایش بر آن		
☐	استفاده مجدد از آب شستشوی میوه ها و سبزیجات برای آبیاری چمن ها		
☐	جمع آوری آب باران برای آبیاری چمن ها		

خودارزیابی

- ☐ کل میزان انرژی مصرفی یک رستوران و تالار چقدر است؟
- ☐ میزان مصرف انرژی رستوران و تالار شما چقدر است؟
- ☐ آیا شما از میزان مصرف هر بخش رستوران و تالارتان آگاهی دارید؟
- ☐ آیا از منابع مختلف انرژی و طبقه بندی انرژی های پاک آگاهی دارید؟
- ☐ آیا از فرآیندهای بهینه سازی مصرف انرژی استفاده می کنید؟

اگر نتوانستید به سوالات بالا پاسخ دهید لازم است نسبت به نحوه استفاده از انرژی مصرفی توجه بیشتری بخرج دهید.

چک لیست انرژی

هدف : کاهش استفاده از انرژی و بهینه سازی مصرف			
اقداماتی که باید انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
موارد کلی			
کنترل مرتب مصرف انرژی			
☐ بررسی حداقل ماهی یکبار کنتور برق، گاز			
☐ نصب کنتور در هر واحد برای کنترل مصرف انرژی			
☐ کنترل مصرف آب گرم تا حد ممکن			
☐ محاسبه هزینه های مصرفی انرژی رستوران و تالار و هر واحد آن			
☐ مشخص کردن مکان های پرمصرف			
بهبود سیستم روشنایی			
☐ بررسی روزانه وضعیت روشنایی رستوران و تالار و مشاهده دقیق مدت زمان روشن بودن چراغهای مختلف هر بخش			
☐ استفاده از لامپهای کم مصرف بویژه در مکان هایی که مصرف بالاست (یک لامپ فلورسنتی ۶۰ وات و یک لامپ کم مصرف ۱۱ وات برق مصرف می کند)			
☐ نصب تایمر و نمایشگرهای متحرک جهت کاهش زمان روشنایی در مکان های خاص (مثل سرویس های بهداشتی، راهروها، پارکینگ ها و...)			
☐ کدگذاری کلید های برق با استفاده از برچسب یا کدهای رنگی تا فقط چراغهایی را که نیاز دارید روشن کنید			
☐ کاهش روشنایی در طی روز و اطمینان از روشن بودن چراغهای بیرونی فقط هنگام شب (در این حالت برای مثال می توانید از صفحات فتوالکتریک (پیل نوری) استفاده کنید)			
☐ به کار انداختن ماشینها مطابق با دستورالعمل های تولید کننده اش برای استفاده بهینه از انرژی			
☐ انتخاب مناسب سیستمهای عایق بندی با دوام برای به حداقل رساندن حرارت (با کنترل ورود و خروج آن)			

			☐ کاهش تعداد آسانسورها در ساعات مصرف کم
			☐ آموزش کارکنان برای انجام درست کارها از یک سو و درخواست از میهمانان جهت صرفه جویی در مصرف انرژی از سوی دیگر
			☐ تعمیر یا تعویض تجهیزات معیوب با تجهیزات پربازده و مقرون به صرفه
			☐ استفاده از صفحات خورشیدی برای گرم کردن آب
به حداقل رساندن اتلاف انرژی			
			☐ ساماندهی روش های پیشگیری و نگهداری شبکه برق ، تجهیزات گرماده و سیستم های تهویه مطبوع
			☐ نصب هواده برای کاهش مصرف آب گرم
			☐ بررسی عایق بندی لوله های آب گرم برای کاهش اتلاف انرژی
			☐ نصب شیشه های دوجداره
			☐ گذاشتن سایه بان برای جلوگیری از نفوذ نور آفتاب جهت کاهش استفاده از دستگاه های تهویه مطبوع (انواع مختلف پرده ها، کرکره ها، حفاظ، صفحات بازتابش گر گرما و نظایر آن ...)
			☐ نصب درهای گردان، هنگام بازسازی ساختمان برای کاهش اتلاف انرژی
بازیابی انرژی (احیاء انرژی)			
			☐ استفاده از مدار بسته (closed loops) برای استفاده مجدد از بخار آب
			☐ استفاده از گرمای تولید شده از دستگاه های سرماساز به منظور گرم کردن آب
آشپزخانه			
			☐ اجتناب از روشن گذاشتن تجهیزات آشپز خانه بدون توجه به شروع زمان کار (تاکید اکید به ترک این عادت)
			☐ توجه به دمای آشپزخانه، به هنگام نصب یا تغییر محل یخچال و فریزر (افزایش بیش از ۵ درجه سانتی گراد دمای اتاق افزایش ۳۰ درصدی مصرف انرژی را برای فریزر در پی دارد)
			☐ ایجاد عادت به خاموش کردن وسایل پس از استفاده از آنها (خصوصا بعد از زمانی که خیلی کار کرده اند)
			☐ کنترل زمان پیش از پخت (در حد لزوم)
			☐ استفاده از ظروف آشپزی که ضخامت و قطرشان با اجاق گاز یا سرخ کن متناسب است
			☐ گذاشتن در ظروف در حال پخت (برای مثال جوشاندن یک لیتر آب در یک ظرف در بسته تنها به ۲۵٪ از کل انرژی مورد نیاز برای یک ظرف بدون در است)
			☐ اقدام به خرید وسایل آشپزخانه با کارکرد بالا هنگام تعویض آنها
			☐ بازکردن درب یخچال و فریزر صرفا در مواقع ضروری
			☐ یخ زدایی و تمیز کردن لاستیک دور در یخچال بطور ماهیانه
امور اداری			
			☐ اجتناب از روشن گذاشتن کامپیوترها و عدم استفاده از آنها حتی به مدت ۳۰ دقیقه عدم استفاده (چراکه در حالت standby هم یک کامپیوتر ۹۵ وات برق مصرف می کند)

			☐ خاموش کردن وسایل برقی زمانیکه استفاده ای از آنها نمی شود (دستگاه کپی در حالت standby می تواند بیش از ۸۰٪ از انرژی که در وضعیت فعال استفاده می کند را مصرف نماید).
			☐ استفاده از نور طبیعی به جای نور مصنوعی تا حد امکان
			☐ بازآرایی محل کار به جهت استفاده بهینه از نور
			☐ اجتناب از بازگذاشتن در و پنجره ها برای به حداقل رساندن مصرف انرژی دستگاههای تهویه مطبوع و گرماده
			☐ خاموش کردن قهوه جوش بعد از هر بار استفاده، (قهوه جوشی که تمام روز بدون استفاده روشن می ماند انرژی مورد نیاز برای تهیه ۱۲ فنجان قهوه را به هدر می دهد)

۳- پسماند و بازیافت آن

انواع پسماند		
پسماند های بی خطر	ترکیبات	منابع
پسماند های خانگی	ضایعات آشپزخانه/غذا، کاغذ و بسته بندیهای کثیف یا استفاده شده، کیف یا ورقه های پلاستیکی، روکش های (کاغذی و پلاستیکی)	تمامی واحدهای مختلف
مقوا	انواع بسته بندی ها	اموراداری ، رستوران
کاغذ	اسناد چاپی، بروشورها، منوها، نقشه ها، مجلات، روزنامه ها	آشپزخانه رستوران
پلاستیک	کیف، بطری (حاوی مواد بی خطر)، کالاهای خانگی، روکش های مخصوص بسته بندی	آشپزخانه، رستوران ، اموراداری
فلز	قوطی ها، درب فلزی ظروف، ظروف غذایی حاوی مایونز، خردل و رب گوجه فرنگی، بسته بندیهای آلومینیومی	آشپزخانه، رستوران
شیشه	بطری، ظروف شیشه ای، فلاسک چاپی	آشپزخانه، رستوران ، سرویس بهداشتی
پارچه	رومیزی، دستمال سفره، لباس	آشپزخانه، رستوران سرویس بهداشتی
چوب	بسته بندیهای چوبی، الوار	واحد خرید
مواد آلی زائد	پوست میوه و سبزیجات، گل و گیاه، شاخه، برگ و علف	آشپزخانه، رستوران، باغ

نکته : موارد ذکر شده در جدول بالا کامل نبوده و فقط به بخشی از مواد مصرفی رستوران ها و تالارها اشاره کرده است.

از یک بسته ۳۰۰ گرمی غذا، ۸۳۵ گرم پسماند تولید که حدود ۷۸۰ گرم آن در حین آماده سازی غذا و ۵۵ گرم به هنگام مصرف ایجاد می شود.

یک لیتر نفت به تنهایی می تواند یک میلیون لیتر آب را در سطح ۲۰۰۰ مترمربعی، آلوده کند.

- گاهی رستوران ها انواع دیگری از ضایعات را ایجاد می کنند مثل:
- ضایعات حجیم (مبلمان، میز، صندلی، نیمکت و...)
 - نخاله های ناشی از تخریب یا نوسازی (بتون، سنگ، آجر، گچ، پشم شیشه، سفال پشت بام، مواد سرامیکی، سفال، شیشه پنجره، لوله و ...)
 - مواد بی مصرف (چینی شکسته، شیشه شکسته و...)
 - وسایل برقی، خانگی، اداری و مستعمل
 - وسایل سرماساز از رده خارج (مثل یخچال و فریزر)

منبع	ضایعات خطرناک
آشپزخانه، رستوران	روغن سوخته
تأسیسات، واحد نگهداری و تعمیرات	نفت
تأسیسات، واحد نگهداری و تعمیرات	پسماندهای رنگ و حلال ها
آشپزخانه، باغ، واحد نگهداری و تعمیرات	مواد قابل اشتغال (گاز، بنزین و ...)
باغ	کود و مواد شیمیایی (حشره کش، قارچ کش، علف کش)
واحد نگهداری و تعمیرات	مواد شیمیایی پاک کننده
امور اداری	جوهر کارتریج
امور اداری،	فلای و CD خوان
واحد نگهداری و تعمیرات ، امور اداری،	باتری
	مواد شیمیایی و حلالهایی که در خشکشویی استفاده می شود.
واحد نگهداری و تعمیرات	چراغهای نئون فلورسنت، و لامپهای با دوام

خود ارزیابی

- ☐ چه مقدار هزینه صرف دفع پسماند می کنید؟
- ☐ آیا می دانید چه میزان ضایعات توسط رستوران و تالار شما ایجاد می شود؟
- ☐ آیا می دانید ضایعات از چه نوع و به چه حجمی تولید شده اند؟
- ☐ چگونه پسماند های رستوران و تالارتان را دفع می کنید؟ و چه نسبت از ضایعات رستوران ها و تالارها بازیافت شده است؟

اگر نتوانستید به سوالات بالا پاسخ دقیقی دهید برای چگونگی بر خورد با پسماند ضایعات رستوران ها و تالارهای خود به مدیریت کارآمدتری نیاز دارید.

چک لیست پسماند ها

هدف : کاهش ، استفاده مجدد و بازیافت پسماند			
زمان	مسئول	الویت (۱-۳)	اقدامات انجام شده
موارد کلی			
بررسی منابع اصلی تولید پسماند			
			☐ شناخت منابع مهم تولید کننده ضایعات
			☐ تعیین مقدار و میزان ترکیبات پسماند
			☐ تعیین هزینه دفع ضایعات هر واحد
			☐ بررسی اقدامات رستوران و تالارهم راستا با قوانین موجود

تفکیک ضایعات از مبدأ			
			☐ ساماندهی تفکیک پسماند از مبدأ (توسط شبکه های بازیافت محلی)
			☐ ساماندهی فضای کار جهت تفکیک پسماند
			☐ تشخیص ظروف از روی رنگ، برچسب یا علامت (pictogram) برای هر نوع پسماند
			☐ آموزش کارکنان برای استفاده از ظروف مختلف
			☐ کنترل مرتب تفکیک پسماند
کاهش کلی ضایعات			
			☐ سفارش مواد مطابق با نیاز رستوران ها و تالارها به جهت حداقل رساندن میزان پسماند
			☐ اولویت به نگهداری و تعمیر تجهیزات تا تعویض قطعات آن
			☐ انتخاب محصولات با دوام و استفاده صحیح به منظور افزایش طول عمر مصرف آنها
			☐ استفاده از محصولات قابل استفاده مجدد به جای انواع دورریختنی آن
			☐ محدود کردن استفاده از محصولاتی که برای یک نفر بسته بندی می شوند
تدابیر لازم برای مواد زائد غیر قابل بازیافت			
			☐ با احتیاط دور ریختن پسماند های مایع با رعایت قوانین موجود
			☐ دفع مواد زائد غیر قابل بازیافت و قابل استفاده مجدد با بکارگیری روشهای مناسب (مطابق با قوانین موجود)
			☐ تفکیک مواد زائد خطرناک از بی خطر آن برای جلوگیری از آلودگی و سهولت انجام کار
			☐ احتیاط لازم برای دفع پسماند های خطرناک
			☐ دور نیانداختن باتریها و انباره ها به همراه ضایعات خانگی
کاهش ضایعات بسته بندی			
			☐ خرید موادی که حداقل میزان بسته بندی را دارند
			☐ بهینه سازی خرید با پرهیز از سفارش مواد کم یا بی کیفیت
			☐ اولویت دادن به فروشندگانی که بسته بندیهای خود را پس می گیرند
			☐ بررسی امکان فروش برخی از ضایعات به بازیافت کنندگان (کاغذ، مقوا، پلاستیک، فلزات، شیشه، مواد زائد آلی)
کاهش اثرات سو پسماند ها بر محیط زیست			
			☐ یافتن راههای مناسب محلی جهت دفع پسماند طبق قوانین موجود
			☐ نسوزاندن یا دفع پسماند در فضای باز و پراکنده نکردن آنها در طبیعت
			☐ انتخاب محصولاتی که آلودگی کمتر و دوام بیشتری را دارند
			☐ بازیافت وسایل برقی و الکترونیکی و اهداء وسائل غیر ضروری رستوران ها و تالارها به افراد بومی آن منطقه (در صورت نیازشان)
آشپزخانه			

			☐ توجه کامل به تاریخ انقضاء مواد غذایی و استفاده از مواد خوراکی که قبلاً تهیه کرده اید(تازه بخريدوتازه مصرف كنيد)
			☐ اطمینان از اینکه مواد تازه و فاسد شدنی در دمای مناسب و به صورت صحیح نگهداری می شوند
			☐ قرار دادن پسماند ها در ظروف مخصوص از ابتدا جهت ارتقاء سطح تلفیک آنها
			☐ جمع آوری مواد زائد آلی، به طور جداگانه به منظور تهیه کود یا استفاده از آنها بعنوان غذای حیوانات
			☐ بازیافت بطریهای (PET) و شیشه ای (بازیافت یک تن شیشه در ۱۰۰ کیلو گرم سوخت نفتی صرفه جویی می کند) و نیز بسته های فلزی (قلع و آلومینیوم)
			☐ عدم تخلیه روغن به داخل سینک ظرفشویی یا توالت ها برای جلوگیری از مسدود شدن لوله ها و اختلال در سیستم فاضلاب
			☐ جمع آوری روغن استفاده شده ودفع آن از طریق روش های متناسب بامحیط زیست
			☐ ریختن ضایعات مایع در ظروف مناسب به جهت دفع صحیح آنها
			☐ عدم استفاده از ظروف غذایی یکبار مصرف تا سر حد امکان
			☐ کاهش استفاده از بسته بندی های انفرادی (مانند کره ، مربو ...) بارعايت مسائل بهداشتی
اموراداری			
			☐ کاهش استفاده از پرینت اسناد و استفاده از پست الکترونیکی تا سر حد امکان
			☐ استفاده از قسمتهای سفید کاغذهای استفاده شده
			☐ استفاده از روش های چاپ از دوطرف توسط دستگاه کپی و پرینتر تاحدامکان
			☐ درصورت امکان، استفاده از کاغذهای بازیافتی
			☐ جمع آوری جداگانه ضایعات کاغذ و مقوا
			☐ محدود کردن استفاده از کپی و پرینت های رنگی
			☐ عودت تونر و کارتریج جوهر چاپگرها و دستگاه کپی به تأمین کنندگان آنها
			☐ عدم استفاده از ظروف یکبار مصرف (فنجان و لیوان های پلاستیکی)

۴- نحوه خرید / سیمای اکولوژی / خرید سبز

خود ارزیابی

- ☐ آیا حتی الامکان از اجناس محلی استفاده می کنید ؟
- ☐ آیا طرفدار محصولات قابل بازیافت و قابل استفاده مجدد هستید ؟
- ☐ آیا از چگونگی روند تهیه و خرید اجناس آگاهی دارید؟
- ☐ آیا اسباب و تجهیزاتی که برای به حداقل رساندن مصرف آب و انرژی طراحی شده اند را خریداری می کنید؟
- ☐ آیا در راستای حفظ هرچه بهتر از محیط زیست هزینه می کنید؟
- ☐ آیا از تأمین کنندگان مواد اولیه رستوران و تالارتان و اقداماتی که در جهت حفظ محیط زیست انجام داده اند مطلع اید؟

اگر بیشتر پاسخهای شما منفی است لازم است تادر نحوه خرید خود تغییرات لازم را صورت دهید.

رستوران ها و تالارهایی توانند از محصولات برچسب داری که اثرات سو کمتری روی محیط زیست دارند مانند محصولات انرژی زای طبیعی که حاوی برچسب Energy Star است استفاده کنند. علاوه بر سود اکولوژیکی، این محصولات به لحاظ اقتصادی بسیار مقرون به صرفه نیز هستند به گونه ایی که با استفاده از چنین وسایل برقی می توان ۲۰ تا ۵۰٪ در مصرف انرژی صرفه جویی کرد.

چک لیست نحوه خرید

هدف : مصرف بهتر و خرید سبز			
اقدامات انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
عمومی			
☐ خرید مایحتاج صرفا ضروری			
☐ خرید محصولات محلی برای کاهش آلودگی های ناشی از حمل و نقل			
☐ در صورت امکان خرید محصولات قابل بازیافت/استفاده مجدد/ تعمیر و یاداری برچسب زیست محیطی (مانند محصولاتی که نباید از مسافتهای طولانی وارد شده باشند چراکه در این حمل و نقل ها مزیت های اکولوژیکی آنها از بین خواهد رفت)			
☐ استفاد بهینه از محصولات و تجهیزات رستوران و تالار			
☐ در نظر گرفتن میزان مصرف آب و انرژی تجهیزات در هنگام خرید			
☐ ترجیح دادن محصولاتی با حداقل بسته بندی و یا اینکه صرفاً از یک نوع ماده در بسته بندی آن استفاده شده باشد (مواد همگن و پلی استری)			
☐ پرهیز از محصولات یکبار مصرف			
☐ شناسایی و انتخاب تامین کنندگانی که قبلا معیارهای بهره وری سبز را اجرا کرده و با بازگشت بسته بندی ها و استفاده صحیح از آن ها موافق اند			
☐ جایگزینی کاغذ توال در دستشویی ها با دمنده هوای گرم برای صرفه جویی در انرژی			
☐ علاقه مند کردن میهمانان به انتخاب محصولات سبز			
☐ اجاره تجهیزاتی که به ندرت در رستوران ها و تالارها استفاده می شوند به جای خریدن آنها			

☐	خرید جیوه و کادمیوم مناسب برای باتری و باتریهای قابل شارژ جهت استفاده مجدد از آنها		
آشپزخانه			
☐	در صورت امکان، انتخاب محصولات آلی		
☐	انتخاب میوه ها و سبزیجات فصلی		
☐	استفاده از محصولات تازه با مقدار کم یا بدون مواد افزودنی و نگهدارنده و یا رنگ دهنده با بسته بندیهای کوچک		
☐	خریدن بسته های بزرگ به جای بسته های کوچک یک نفره		
☐	توجه به مبدأ ماده خوراکی		
☐	مجهز کردن آشپزخانه به وسایلی با راندمان بالا		
☐	انتخاب پاک کننده هایی با حداقل میزان آلودگی		
رستوران			
☐	پرهیز از استفاده از دستمالهای کاغذی		
☐	استفاده از رومیزیهای ساخته شده از مواد دوستدار محیط زیست، رنگهای بی خطر، فلزات سنگین وفرمالیدها		
☐	انتخاب البسه مقاوم به شستشو		
☐	استفاده از نوشیدنی های طبیعی ویا خرید نوشیدنی هایی بابطری های قابل بازیافت		
☐	اجتناب از فنجانهای پلاستیکی یا ظروف یکبار مصرف		
امور اداری			
☐	خریدنکارتریج و تونر جوهر قابل استفاده مجدد		
☐	خریدن کاغذی که حداقل ۵۰٪ فیبر قابل بازیافت داشته و از مواد سفید کننده نیزدر آن استفاده نشده باشد		
☐	استفاده اذوسایل بادوام،بامصرف پائین انرژی و قابل بازیافت		
☐	استفاده از شیوه های صرفه جویی در مصرف انرژی مثل خاموش کردن وسایل در صورت عدم استفاده از آنها		
☐	استفاده از باتریهای قابل شارژ		
باغ			
☐	استفاده از کودهای آلی یا بیولوژیکی برای محصولات کشاورزی		

۵-تدارکات / مدیریت پربازده

خودارزیابی

- ☐ آیا آمار مربوط به انبار را به روز ثبت می کنید؟
- ☐ آیا روشهای خاصی را در ارتباط با مدیریت و ذخیره سازی کالاها به کار می برید؟
- ☐ آیا اطلاعات یا آموزش خاصی در مورد شیوه های صحیح مصرف به کارکنان می دهید؟
- ☐ آیا معمولاً به طور مرتب انبارهایتان را بررسی می کنید؟

اگر بیشتر پاسخهای شما منفی است، بازبینی روش تدارکات و انبارداری را در الویت کار خود قرار دهید.

استفاده از مواد با کیفیت و شیوه صحیح نگهداری آنها سبب کاهش ضایعات می شود.

چک لیست تدارکات

هدف : مدیریت، بررسی و کنترل موجودی انبار			
زمان	مسئول	الویت (۱-۳)	اقدامات انجام شده
موارد کلی			
کیفیت کالاهای تحویل داده شده به انبار			
			☐ بررسی وضعیت بسته بندی محصولات تحویل داده شده به رستوران و تالار
			☐ بررسی محتویات داخل بسته بندی ها و اطمینان از سالم بودن آنها
			☐ برگرداندن اجناس معیوب به تأمین کنندگان آن
شرایط انبار			
			☐ ساماندهی سیستماتیک انبار
			☐ عمل به مقررات انبار طبق دستور سرپرست یا هر فرد مسئول دیگر
			☐ بررسی بسته بندیها بطور مستمر و اطمینان از سالم بودن آنها در طول مدت نگهداری در انبار
			☐ تهیه برنامه زمان بندی حفاظت انبار و فروشگاههای عمده فروش
			☐ به روز کردن لیست اجناس انبار
			☐ مستند سازی عدم نگهداری صحیح یا مشکلات موجود در انبار
ذخیره مواد شیمیایی			
			☐ بررسی بسته بندی محصولات تحویل گرفته شده
			☐ نگهداری تمام مواد شیمیایی (بوژه انواع خطرناک آنها) در مکانی مطمئن و مشخص
			☐ رعایت دستورالعمل های تهیه شده توسط شرکت سازنده این مواد
			☐ برچسب گذاری روی مواد پرخطر

			☐ پرهیز از نگهداری موادی که می توانند فعل و انفعالاتی داشته باشند
			☐ اطمینان از مناسب بودن شیوه های نگهداری به گونه ایی که سبب بروز حادثه ای نشوند(مثل رعایت دمای مناسب تهویه مطبوع و)
			☐ اجتناب از قرار دادن مواد قابل اشتعال در معرض نور خورشید یا گرما
			☐ محدود کردن دسترسی به مواد پرخطر وعدم استفاده زیاداز آنها
بهینه سازی مصرف			
			☐ پرهیز از خریدهای بی رویه و بدون برنامه برای محدود کردن ضایعات و اتلاف مواد
			☐ بررسی ذخایرانبار و ثبت مرتب آنها
			☐ آموزش کارکنان به رعایت این قانون که "اول اجناسی که قبلا خریداری شده اند راصرف نمایید"
ضایعات و نشت			
			☐ اجتناب از بروز حادثه و آلودگی با استفاده از تجهیزات مناسب
			☐ اطمینان ازکامل بسته بودن درب اجناس جهت کاهش نشتی و اتلاف محتویات داخل آن

۶- صدا، کیفیت هوا و هماهنگی با چشم انداز پیرامون

۱-۶ صدا

خود ارزیابی

- ☐ آیا میدانید در کدام بخش رستوران و تالار شما سروصدا زیاد است تا بتوان سطح صدا را در آنجا محدود کرد؟
- ☐ آیا میدانید چه تعداد از کارکنان رستوران و تالار در معرض صدای بلند قرار دارند؟
- ☐ آیا تابه حال میهمانان یا همسایگان رستوران و تالار شما از سروصدا شکایت داشته اند؟

شکایت میهمانان از سروصدا ممکن است بدلیل عدم عایق کاری صوتی و یا به دلیل عدم رعایت موارد آن به صورت صحیح و اصولی باشد.

چک لیست صدا

هدف : تامین آسایش میهمانان و کارکنان از اثرات سو صدا			
اقدامات انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
موارد کلی			
ارزیابی خطر			
☐ اندازه گیری سطح صوت و ثبت آن			
☐ بازرسی تغییرات سطح صوت در مکانهای پرسروصدا			
اثر روی محیط زیست			
☐ کاهش صدا از مبدأ			
☐ نصب عایق های صوتی و سایر روشهای جهت کاهش صدا			
تغییرات اصولی در مجموعه رستوران			
☐ پذیرش اجناس در ساعات مورد توافق			
☐ انتقال ماشینهای پرسروصدا به مکانهایی با عایق بندی های صوتی یا به جای دیگری دور از رستوران ها و تالارها			
حفاظت از کارکنان			
☐ آگاه کردن کارکنان از تاثیرات مخرب صدا بر سلامتی آنان در بلند مدت			
☐ فراهم کردن تجهیزات برای (محافظت از گوش های) افرادی که در معرض صدای بلند قرار دارند			
مراقبت از سلامت میهمانان و کیفیت محیط زیست			
☐ انجام فعالیتهای پرسروصدا در زمانهاییکه حداقل مزاحمت را برای میهمانان و اطرافیان باعث شود			
☐ نمایش پوسترهایی در معرض دید کارکنان جهت ارتقاء آگاهی آنان			

خود ارزیابی

- ☐ آیا به طور مرتب تجهیزات سوختی و تهویه هوای رستوران و تالار را بررسی می کنید؟
- ☐ چگونه مایعات سرمازای یخچال ها را در هنگام تعویض آنها مدیریت کرده وازبین می برید؟
- ☐ آیا در رستوران و تالار خود مکان هایی به افراد سیگاری اختصاص داده و به حد کافی به تهویه مطبوع آن اهمیت می دهید؟
- ☐ آیا از سیستم آب گرم بطور مرتب نگهداری می کنید؟
- ☐ آیا برای کاهش تکثیر مواد آلرژیک زا گامی برداشته اید؟
- اگر اکثریت پاسخهای شما منفی است، باید توجه بیشتری به کیفیت هوای رستوران و تالار خود داشته باشید.

چک لیست هوا

هدف : بهبود کیفیت هوای رستوران ها و تالارها و مراقبت از میهمانان و کارکنان			
اقدامات انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
مواد آلرژیک زا			
☐ اطمینان از نگهداری اصولی شبکه ها و مخازن آب گرم (و حتی الامکان ثابت نگهداشتن دما در ۵۵ درجه سانتی گراد)			
☐ پاکسازی مخازن و شیرهای آن در زمان های عدم استفاده در طولانی مدت			
☐ پاکسازی مکانهای کپک زده باموادسفید کننده و تهویه این مکان ها جهت کاهش میزان رطوبت			
☐ جلوگیری از رشدشپش ها بامحدود کردن استفاده از فرش،قالیچه و آویزهای دیواری .			
کیفیت هوای بیرون			
☐ بررسی و نگهداری مرتب از دیگهای بخار و تجهیزات سرماساز			
☐ تعویض مرتب فیلتر تجهیزات تهویه هوا			
☐ جایگزینی کوره های قدیمی با سوخت های نفتی و یا انواع گاز سوز			
☐ استفاده از سوخت های با سولفور کم،تنهادر صورت نیازمبرم به استفاده از نفت			
☐ تنظیم لیستی از کلیه تجهیزات سرماساز(تهویه هوا،یخچال و فریزرها)، بررسی محفظه هوای آنها جهت کاهش یا دفع موادسرمازای CFC که باعث تخریب لایه ازن می شوند.			
☐ کنترل نشتی ها در سیستم های سرماساز			
☐ استفاده از سیستم مهارآتش باکپسولهای آتش نشانی که فاقد مواد هالوژنه اند (چرا که مواد هالوژنه مخرب لایه ازن هستند)			
☐ درخواست از رانندگان جهت خاموش کردن وسائط نقلیه شان هنگام تحویل اجناس			
کیفیت هوای درونی			
☐ خرید سیستم تهویه مطبوع یا کارکرد بالا			
☐ شناسایی منابع آلوده کننده ،حذف یا کاهش اثرات سوانها			

			☐ تعیین مکانهایی که سیگار کشیدن در آن ممنوع است
			☐ تعیین مکانهایی مخصوص سیگاری ها
			☐ انتخاب اسپری هایی که از گازهای محرک در ترکیبات آن ها استفاده نشده
			☐ اطمینان از رعایت دستورالعمل مواد شوینده ("درفضای بسته نگهداری نشود "بخارها استنشاق نشوند" و.. نظایر آن)
			☐ استفاده از محصولاتی که فاقد حلال ها برای جلوگیری از انتشار ترکیبات فرار
			☐ استفاده از مواد پاک کننده طبیعی (دوست با محیط زیست)
			☐ عدم استفاده مواد پاک کننده باهم (واکنش بین مواد می تواند مسمومیت را افزایش دهد)

هماهنگی با محیط پیرامون

۳-۶ یکپارچگی چشم انداز و حفاظت از منابع طبیعی

خود ارزیابی

- ☐ آیا ظاهر رستوران و تالار شامتناسب بامحیط پیرامونش از لحاظ رنگ، شکل و اندازه می باشد؟
- ☐ آیا شما از مهندس معمار جهت طراحی فضای بیرونی در طول روند ساخت و ساز رستوران و تالار خود استفاده کرده اید؟
- ☐ آیا مصالح ساختمانی به کار رفته در ساختمان رستوران و تالار شما از محصولات بومی و یا سازگار با منطقه است؟
- ☐ آیا از وجود استادکارهای ماهربه هنگام ساخت و ساز بهره لازم را گرفته اید؟
- ☐ آیا باغ و باغچه تعبیه و طراحی کرده یابه سنگفرش کردن فضای بیرونی بسنده کرده اید؟

اگر اکثر پاسخهای شما منفی است، بهتر است برای بهبود چشم انداز رستوران و تالار حتما اقداماتی صورت دهید.

چک لیست هماهنگی رستوران ها و تالارها با چشم انداز و حفاظت از منابع طبیعی پیرامون

هدف : بهبود کیفیت هوا و حفاظت از میهمانان و کارکنان			
اقدامات انجام شده	الویت (۱-۳)	مسئول	زمان
☐ رعایت موارد زیست محیطی در طراحی			
☐ ارزیابی مستمر معماری محیط پیرامون			
☐ حفاظت از میراث طبیعی و هویت بومی منطقه			
☐ استفاده از مصالح بادوام بومی			
☐ طراحی باغ و باغچه های رستوران و تالار جهت ایجاد محیطی سبز و دلپذیر (ترجیحاً استفاده از گیاهان بومی سازگار با منطقه)			
☐ انتقال پارکینگ به مناطقی که در معرض دید عموم نباشد			
☐ انتخاب مصالح محلی و یا استفاده از مصالحی که با شرایط بومی آن منطقه سازگار باشد			

اقدام	نتیجه
بکار بردن مصالحی که قبلاً امتحان شده اند	بررسی توازن زیستی مصالح استفاده شده با محیط پیرامون
استفاده از مصالح خام قابل تجزیه	تضمین توسعه پایدار
ترجیح دادن تنوع به یکنواختی	استفاده از مصالح مختلف برای عملکردهای متفاوت
ارجح دانستن مصالح منطقه ای	به کارگیری مصالح بومی با رعایت مسائل فرهنگی و منطقه ای
حفاظت از منابع طبیعی	تخمین و برآورد نیاز هادر حد لزوم و پرهیز از هزینه های اضافی
استفاده از انرژیهای طبیعی	استفاده بهینه از طبیعت و جلوگیری از آسیب به آن