

Datos cálculo*

HUELLA DE CARBONO

Productos	Huella (kg CO2)
Ordenador	240 kg
Vaqueros	13 kg
Camiseta algodón	3,87 kg
Gasolina (1 litro)	2,196 kg
Diesel (1 litro)	2,47 kg
1 kwh	0,37 kg

Alimentación y bebidas	Huella (kg CO2)
Carne de cordero ¹ (1 kg)	39,2 kg
Carne de ternera (1 kg)	27 kg
Queso (1 kg)	13,5 kg
Cerdo (1 kg)	12,1 kg
Pavo (1 kg)	10,9 kg
Pollo (1 kg)	6,9 kg
Atún en lata	6,1 kg
Pescado (1 kg)	4,27 kg
Huevo (1 kg)	4,8 kg
Patatas (1 kg)	2,9 kg
Arroz (1 kg)	2,7 kg
Yogur (1 kg)	2,2 kg
Brócoli (1 kg)	2 kg
Tofu (1 kg)	2 kg
Tomates (1 kg)	1,1 kg
Lentejas (1 kg)	0,9 kg
Mantequilla (1 kg)	8,8 kg
Galletas (1 kg)	2,3 kg
Dulces (1 kg)	3,7 kg
Azúcar (1 kg)	0,47 kg
Pan (1 kg)	0,9 kg
Pasta (1 kg)	1,9 kg
Legumbres (1 kg)	1,5 kg
Verduras temporada (1 kg)	0,7 kg
Verduras invernadero (1 kg)	4,4 kg

NOTA:
1 kg de cordero
equivale a conducir
145 km un coche



Sostenibilidad y Proyectos Ambientales

Datos cálculo* HUELLA HÍDRICA

Productos	Huella
Camiseta de algodón	2.000 litros
Zapatos de piel	8.000 litros
Vaqueros	10.000 litros
Móvil	23.200 litros
Televisión	136.000 litros
Combustible (1 litro)	2,8 litros
Papel (1 kg)	3.000 litros
1 noche de hotel	760 litros
Bastoncillo de algodón	4 litros
1 kwk	180 litros

Actividades cotidianas	Gasto
Lavar dientes grifo abierto	20 litros
Lavar dientes grifo cerrado	1,5 litros
Cisterna	10 litros
Cisterna con botella	8 litros
Lamas las manos (día)	4 litros
Beber agua	200 ml
Lavar los platos a mano	23 litros
Lavadora	60 litros
Descongelar alimentos bajo el grifo	15-25 litros
Lavar el coche con manguera	200-500 litros
Lavar el coche con cubo	80 litros
Riego manguera	40 litros
Riego regadera	20 litros
Ducha 5 min	100L
Bañera	200L
Grifo con fuga	5L/día

Alimentación y bebidas	Huella
Zumo de naranja natural (200 ml)	50 litros
Zumo de naranja envasado (200 ml)	170 litros
Patata (100 gr)	25 litros
Bolsa de patatas (100 gr)	185 litros
Maíz (1 kg)	900 litros
Trigo (1 kg)	1.200 litros
Carne de pollo (1 kg)	3.200 litros
Carne de cerdo (1 kg)	6.300 litros
Carne de ternera (1 kg)	15.000 litros
Hamburguesa	2.400 litros
Tomate (unidad)	13 litros
Patata (unidad)	25 litros
Rebanada de pan (unidad)	40 litros
Huevo (unidad)	135 litros
Rebanada de pan con queso (unidad)	90 litros
Té (250 ml)	35 litros
Café (250 ml)	140 litros
Leche (200 ml)	200 litros
Agua embotellada (1 litro)	3 litros
Refresco (1/2 litros)	175 litros
Zumo manzana envasado (250 ML)	190 litros
Manzanas (1 kg)	700 litros
Plátanos (1 kg)	860 litros
Queso (1 kg)	5.000 litros
Chocolate (1 kg)	2.4000 litros
Pepinos (1 kg)	2.40 litros
Lechuga (1 kg)	3.100 litros
Aceitunas (1 kg)	4.400 litros
Melocotón (1 kg)	1.200 litros
Arroz (1 kg)	3.400 litros
Azúcar (1 kg)	1.500 litros
Pasta (1/2 kg)	500 litros

