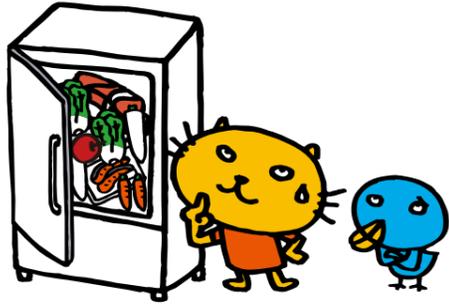


食品ロスダイアリー

1. 未使用のまま捨てた食品



- ①冷蔵庫等の整理・在庫確認
- ②期限を早めに確認
- ③量り売り・少量販売
- ④長持ち保存法の実践
- ⑤使い切りレシピの実践
- ⑥買い過ぎに注意
- ⑦その他(内容を記入)

↑ 選択肢の番号を記入

	日付	捨てたもの	捨てた量 g,本,個,枚	どうすれば捨てずにすんだ?
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

2. 食べ残した食品



- ①作りすぎ・量が多い
- ②放置して忘れてた
- ③子どもの食べ残し
- ④おいしくない
- ⑤その他(内容を記入)

↑ 選択肢の番号を記入

	日付	食品 料理の名前	捨てた量 g,本,個,枚	食べ残しが発生した理由
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				