



當我們這樣做時，食物就被浪費了：

買太多

煮太多

存放方法不當

拋棄**剩餘**飯菜

你知道嗎？

- 紐省家庭每年浪費 25 億糧食，平均每戶每年浪費的食物高達 1036 澳元。
- 大多數餐廚浪費都會被送去堆填區。它們在分解過程中會產生甲烷，這種溫室氣體對環境的破壞力比二氧化碳還要高出 25 倍。
- 浪費食物等於浪費能源，水以及用於種植、運輸和銷售過程中所耗用的自然資源。
- 浪費食物往往是由於買太多，煮太多或者飲食安排不當所致。

主要行動

- 安排你每週的飲食，按照清單購物
- 先檢查你的雪櫃及櫥櫃，然後再寫購物清單
- 購買特價貨之前，請三思
- 測量你的食用分量
- 用剩餘的飯菜來創造新菜式
- 謹記查看有效期以及包裝上的正確存放方法

