COMPRAS ECONÓMICAS:

Piense en sus Comidas Mientras Compre Alimentos

- Calcule cuantas comidas se consumirán en casa esta semana y ¿cuándo saldrá Ud. de nuevo al mandado?
- En su lista de compras, junto a los alimentos frescos, anote la cantidad que necesitará.
- Ante todo, revise y anote los alimentos que ya tiene almacenados en casa.

ALIMENTO	CANTIDAD QUE NECESITO	YA TENGO
Verduras para ensalada	Almuerzos para una semana	Suficiente para un almuerzo
Leche 2% de grasa	Galón	ME FALTA

NO FOOD LEFT BEHIND - CORVALLIS -

(Ya No Desperdiciemos Alimentos)

CORVALLIS sustainability COALITION

https://NoFoodLeftBehindCorvallis.org/