



 Na minha casa não desperdiçamos alimentos!

|  |
| --- |
|  Tabela de registos  |
| Dia 1 | PESO DO DESPERDÍCIO DIA 1 |
| **Registo em peso** de alimentos desperdiçados durante a preparação das refeições (ex: quando preparam uma sopa, pesar o as partes dos legumes descartados, cascas, raízes, etc.) | 102g |
| Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. **Registo em peso.** | 30g |
| Dia 2 | PESO DO DESPERDÍCIO DIA 2 |
| **Registo em peso** de alimentos desperdiçados durante a preparação das refeições (ex: quando preparam uma sopa, pesar o as partes dos legumes descartados, cascas, raízes, etc.) | 90g |
| Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. **Registo em peso.** | 22g |
| Dia 3 | PESO DO DESPERDÍCIO DIA 3 |
| **Registo em peso** de alimentos desperdiçados durante a preparação das refeições (ex: quando preparam uma sopa, pesar o as partes dos legumes descartados, cascas, raízes, etc.) | 40g (frango assado) |
| Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. **Registo em peso.** | 200g |

**Mário Costa, 9ºD**