



Na minha casa não desperdiçamos alimentos!

Tabela de registos

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.) Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	PESO DO DESPERDÍCIO DIA 1 <i>Casca tomate / abóbalo / alho 100g</i>
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.) Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	PESO DO DESPERDÍCIO DIA 2 <i>0</i>
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.) Após a refeição verificar se a mesma foi consumida na sua totalidade. Registo em peso.	PESO DO DESPERDÍCIO DIA 3 <i>330g desperdiçado (sopa)</i>
Registo em peso.	<i>0</i>