

Súmate a la ESTRATEGIA “Más alimento, menos desperdicio”



UNA NAVIDAD LLENA DE RESPONSABILIDAD

La Estrategia “Más alimento, menos desperdicio” del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente te propone este práctico decálogo para reducir el desperdicio de alimentos durante estas Navidades.

1 Planifica tu menú semanal y evita la improvisación.



6 Ajusta las raciones e intenta cocinar sólo lo necesario.



2 Haz una compra responsable: revisa la despensa y el frigorífico. Haz una lista y compra sólo lo que necesites.



7 Aprovecha las sobras con creatividad. ¡Atrévete con nuevas recetas!



3 Ten en cuenta tu presupuesto y recuerda: ¡tirar comida es tirar dinero!



8 A la hora de tirar, deposita en la basura sólo lo que sea imposible aprovechar.



4 Conserva adecuadamente los alimentos, consulta la etiqueta y los soportes informativos y no dudes en preguntar al profesional.



9 Si comes en la oficina lleva tu propio recipiente reutilizable. ¡Te ayudará a ahorrar dinero aprovechando los alimentos sobrantes!



5 Intenta comprar productos de temporada y consume la comida por orden de entrada: la más antigua primero.



10 Si comes en el restaurante, no dudes en pedir que te pongan las sobras en un envase para llevar.



EL MEJOR REGALO ES NO TIRAR

FELICES FIESTAS

Más información en www.menosdesperdicio.es



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE