



THỰC PHẨM bị lãng phí khi chúng ta:

Mua nhiều hơn mức cần thiết.

Nấu nhiều quá.

Bảo Quản thực phẩm không đúng cách

Đem bỏ **thực phẩm thừa**

Bạn có biết rằng ...

- Trung bình mỗi năm các gia đình đem bỏ đi khoảng \$1,036 giá trị thực phẩm, trên toàn NSW tổng số tiền lên đến \$2.5 tỉ đô.
- Hầu hết số thực phẩm lãng phí này được đưa đến các bãi rác. Khi bị phân hủy số thực phẩm này tạo ra khí methane – một loại khí nhà kính gây hại cho môi trường gấp 25 lần so với khí carbon dioxide.
- Lãng phí thực phẩm nghĩa là lãng phí nguồn năng lượng, nước và các tài nguyên thiên nhiên dùng để trồng trọt, chuyên chở, và đem bán các thực phẩm đó.
- Thực phẩm lãng phí do bởi mua quá nhiều, nấu quá nhiều, và thiếu kế hoạch hóa các bữa ăn.

Các Hành Động chính

- Lập danh sách các bữa ăn trong tuần và những thứ cần mua.
- Kiểm tra lại tủ lạnh và tủ chén trước khi ghi xuống những thứ cần mua.
- Hãy suy nghĩ cẩn thận trước khi mua các món đặc biệt và rẻ.
- Hãy đo lường số thực phẩm dùng.
- Hãy dùng lại số thực phẩm thừa để làm thành món mới.
- Luôn xem kỹ thời hạn dùng và kiểm tra bao bì để bảo quản đúng cách.

