



## 음식물 쓰레기 다이어트 실천하기!

### 음식물 쓰레기 ZERO에 도전!

#### 구매, 보관

- 필요한 제품만 구입
- 식품 기초 손질 후 보관
- 냉장고 정리 및 냉장고 수납목록표 작성

#### 조리, 섭취

- 먹을 만큼만 조리
- 조리한 음식 모두 섭취
- 남거나 버리는 식재료 재사용

#### 배출

- 쓰레기의 수분 제거
- 쓰레기를 이용하여 퇴비 만들기



“조금만 줄이면  
깨끗하고  
풍성해집니다”

