



北 区

教えて 食品ロスを どうしたら



賞味期限と消費期限の違いを正しく理解しよう

「賞味期限」は美味しく食べられる期限、

「消費期限」は食べても安全な期限です。

賞味期限が過ぎてもすぐに捨てずに、見た目やにおいなどで
食べられるかどうか個別に判断をすることが大切です。

リデュースクッキングを心がけよう

リデュースクッキングとは、普段の調理で捨ててしまいがちな
部分も活用する、時短になって栄養がとれてごみ捨てが楽になる
良いことづくめの調理法です。

右下のQRコードから、北区と東京家政大学が
作成したリデュースクッキングレシピにアクセスして
美味しく食品ロスを減らしましょう。



北区ホームページ▶
リデュースクッキングレシピ

