

# 「食べきる」こと 地球に助け 手助け

食品ロスの削減にご協力お願いいたします。

「食材を無駄にしないレシピ」に  
取り組みませんか

調理の工夫3つのコツ

1

食品の特徴を  
知って  
無駄なく使う

2

予定や体調を  
把握して  
作りすぎない

3

残った料理は  
リメイクする

下記サイトで、野菜を丸ごと使ったレシピや余った料理  
をアレンジしたリメイクレシピが紹介されています！

★①栗東市健康づくり推進協議会（健康増進課）

プロジェクトW「野菜たっぷりレシピ」

～健康情報チラシ～

★②料理レシピサイトクックパッド

「消費者庁のキッチン」

野菜たっぷり  
レシピ

消費者庁の  
キッチン

