

Odkljuknica

Dan za jedilnik

Dan za nakup
z nakupovalnim
lističem

Dan za pregled
hladilnika in
shrambe

Kdo danes
kuha

Koliko obrokov



Ponedeljek



Torek



Sreda



Četrtek



Petek



Sobota



Nedelja



Zavržena hrana v gospodinjstvu nastaja v različnih fazah našega prehranskega kroga.

Začnemo ga z jedilnikom. Z odločitvijo, kaj bomo v prihodnosti jedli.

Pripravimo si nakupovalni listič in se odpravimo na tržnico ali trgovino po nakupih.

Kupljena sveža in predelana živila prinesemo domov in jih shranimo.

Nekateri kuhamo vsak obrok posebej, drugi tako, da imajo še za kasneje.

Odkljuknica naj vam bo v pomoč pri organiziranju vaše kuhinje.

