

今日から
実践!

食品ロス削減

外食
宴会
編

適量を注文して、

おいしく「食べきる」ことが削減のポイントです。

外食

食品ロス削減に積極的に取り組むお店を選ぶ

- ▶ 料理の量を選べる、食べきれない料理を持ち帰りできるお店を選択



食べられる量を注文する

- ▶ 店員さんとコミュニケーションをとり、食べきれる量を注文
- ▶ 小盛りやハーフサイズを選ぶ
- ▶ ビュッフェなどは食べられる量を皿に盛る



おいしく食べきる

- ▶ 家族やグループで食事の際は、シェアすることも一案

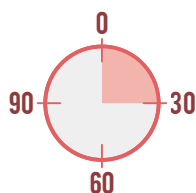
予想外に多かった・食べきれなかった

- ▶ お店と相談して持ち帰ることも検討する。
- ▶ 持ち帰る際は、自己責任で。 ※食中毒に注意!



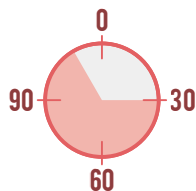
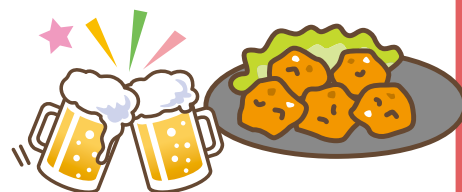
宴会やパーティのときは30・10

宴会



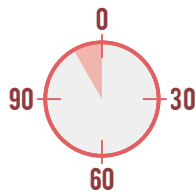
① 開始30分間は味わいタイム

- ▶ 乾杯後30分間は、出来立ての料理を楽しみましょう



② 楽しみタイム

- ▶ 料理を食べることも忘れず、全員で親睦を深める



③ お開き前10分間は食べきりタイム

- ▶ お開き前の10分間は、もう一度料理を楽しむ
- ▶ 幹事は「食べきり」を呼び掛ける

