FOOD WASTE DIARY

- A science-based hack a day, keeps food waste away! -

when	what & how much	why	how to avoid it next time
• • • • • • • •			
• • • • • • • •			
• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		
	• • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • •	
• • • • • • • •			• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • •		• • • • • • • • • • •	
	• • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • •	
•••••	• • • • • • • • • • • •		
• • • • • • • •			
		• • • • • • • • • • • •	





MEAL PLAN GROCERY LIST

M O N	
T U E	
W E D	
T H U	
F R I	
S A T	
S U N	

• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •





