

DIÁRIO DE DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS

DATA:

S T Q Q S S D

QUANDO E QUAIS ALIMENTOS?

COMO EVITAR NA PRÓXIMA VEZ?

4:00

5:00

6:00

7:00

8:00

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

23:00

00:00

LISTA DE COMPRAS: