



# 三再模式

1	剩食「全食物料理」：紅蘿蔔果皮有營養價值、紅蘿蔔葉子可以做成青醬
2	食物再利用：食物銀行、剩食 APP、食物分享地圖 eFOOD sharing map。
3	擬定購物計畫：在外出購物前檢查冰箱和存放乾糧的櫥櫃，並寫下採購清單。
4	購買無包裝、小份量的食物習慣：「自備容器，用多少買多少」減少使用一次性包裝的習慣。