

【記録シート】

①バラ売り (量り売り含む) ②まとめ売り (紙・バック入り セット売り) ③もらいもの ④自家製	①安いので、つい 買った ②値引き品だった ③買い物に行く前か ら計画していたもの だった ④もらった	①品質の劣化 ②期限切れ ③飽きた ④処分しなかった ⑤その他	①在庫の管理 ②期限の確認 ③少量購入 ④保存法の工夫 ⑤使い切りの実践 ⑥買いすぎ注意 ⑦その他
---------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------

①家で調理 ②購入したもの ③テイクアウト、デ リバリー等 ④収穫、もらいも の、その他	①作りすぎ、量が多 い ②放置して忘れて た ③子どもの食べ残し ④おいしくない、味 が合わなかった ⑤その他
-------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------

1週目  
10/4(日)~10(土)

日付	曜日	未使用のまま捨てたもの					食べ残した食品				・食べ残した理由 ・どうすれば良かったか ・良かったこと、工夫したこと	
		食品名	重量、数量	入手方法	入手理由	捨てた理由	どうすれば捨て ずに済んだ?	料理名	重量、数量	調理方法		食べ残しが発生 した理由
10/4	日											
10/5	月											
10/6	火											
10/7	水											
10/8	木											
10/9	金											
10/10	土											

	回	人	完食できなかった理由
この週の外出回数・人数			
その内、完食した回数・人数			
その内、残りを持ち帰った回数・人数			

※ 残りを持ち帰った容器は、自分で持って行った? はい いいえ

	回	人	残りを捨てた理由
この週のテイクアウトやデリバリーを利用した回数・人数			
その内、完食した回数・人数			
その内、残りを捨てた回数・人数			

※ 容器は使い捨てのものだった? はい いいえ