

① 食ロス実験 | week イッセイ

2023
6/9~15

あば家
2人暮らし
ルームシェア

私
あば

同居

集合住宅

一緒に住んで
いるけども
会わない
日もある

めっちゃ
気を付けて
食品を
購入!!

今回は
お買い物も
「地産地消」
「消費期限」を

本当は
シイタケが
欲しかった…!!

購入後
WEEK分

夜
肉
やさい
卵(あば)

朝
肉
やさい
卵

メニューを考え
同居人に
食ロス対策
するよと
伝えた所:

あば家は
基本土日
外食なのである

土日は
どうすんの?



翌10日(土)

失敗した…

↑ エッがバネデク
ねなかつた



じゃあ
自分は
コンビニ弁当
エシカルで!

一週間だけだし
自分で
作ろうかな

ネコちゃんは
どうする?

*エシカルは環境や社会に配慮した商品のこと。116品目の消費期限切れは厳禁。



疲れてる

これが嫌で
外食だったの
忘れてた!!



結局土日は
2人でご飯を
買って来た

ズズズ…

ズズズ…



夕食
どうしようか
考えていたら

あばちゃん

夕食買って
来たよー

おいしい。エシカルごも美味しい!!

12
日
(月)

ワ…

昨日・一昨日

メニュー通り
作ってないので
食ロス(仮)発生!?

ガビーン...



たくさん
作っても

そんな
食べられ
ないし…

困ったな

コンボは
どきないのど
木根のどる葉どから



あばちゃん

サドンデス
すれば…?

アホか…

天才!!

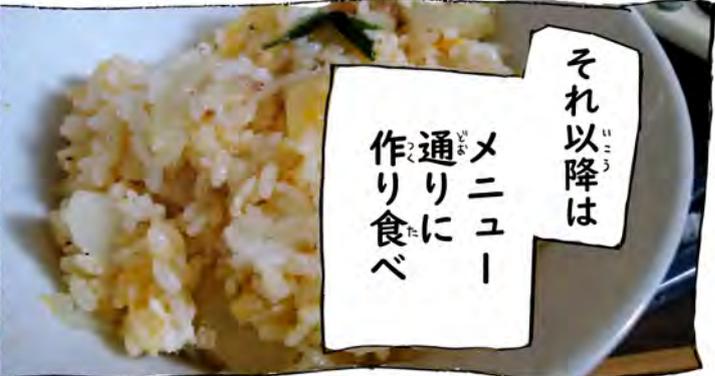


それ以降は

メニュー
通りに
作り食ベ

2日分

サドン
デスした



結果

予定通りにやらない
ズリかあ週1、食品使い切れないよな…

追加資料



長をつけたこと

◦ 使いまわし「ニューズ」
 使うものをなるべく
 買うようにする。
 ◦ 毎日はお茶碗おし、このころ

予算 3,000 円

＜実際買ったもの＞



上記と変更にあたる点

- ・地産地消でしいたけが
- まいたけへ...
- ・ねぎが青ねぎへ
(半客員のため)
- ・茶わんおし (20%引き)

実際 2300 円

やす!!

＜あまったもの＞



お親子丼 お茶碗

食品名

卵、とり肉、ハム2枚

↳ がっつり 2日分
あまった...

問題点

... 買った食料は分、食材があまり。
 ↳ 足の早い葉ものかられる(割引とか)
 ↳ 食ロス!!
 ↓
 干せる、冷凍、つけられる!...の
 半客員商品をかえればよかった...

