



Did you know, you can help #SavetheFoodAVL

¿Sabía que puede ayudar a salvar alimentos #SavetheFoodAVL?

1. Date labels on food can be tricky!

- Best/use by dates are intended to predict peak quality, not food safety
- Exception: dates on baby formula are regulated and should be followed
- Your nose knows! Sight, taste and smell are the best indicators of food safety.

2. Plan your grocery trips!

- Have a good list and recipes in mind before you shop to avoid over-purchasing items that might go bad in your fridge

3. Freeze it!

- Freezing food is a great way to extend shelf life on items like bread, eggs, meats, fruits, veggies, and dairy products... even butter!

4. Compost food scraps!

- Food waste is the largest part of our landfills & creates methane
- Composted food scraps create beautiful soil!

Learn how to compost:

www.ashevillegreenworks.org/composting-information

For more information visit:

wncfoodwaste.org | [@wncfoodwaste](https://twitter.com/wncfoodwaste) | [#savethefoodAVL](https://www.facebook.com/savethefoodAVL)

1. La fecha de caducidad en las etiquetas de los alimentos puede ser engañosa

- Las fechas de consumo preferente y de caducidad sirven para predecir la calidad máxima, no la seguridad de consumir los alimentos
- Excepción: las fechas indicadas en la fórmula para bebés están reguladas y deben respetarse
- ¡Su nariz sabe! La vista, el gusto y el olfato son los mejores indicadores de la seguridad de consumir alimentos

2. Planifique sus viajes a la tienda de comestibles

- Tenga una buena lista y recetas en mente antes de comprar para evitar llevar artículos que no necesita y que pueden echarse a perder en el refrigerador

3. ¡Congele!

- Congelar los alimentos es una buena manera de prolongar la duración de los artículos, como pan, huevos, carnes, frutas, verduras y cualquier producto lácteo, incluso la mantequilla

4. ¡Use los restos de comida como abono!

- Los desperdicios de alimentos son lo que abarca más lugar en nuestro basural y crean gas metano
- ¡Los restos de comida convertidos en abono crean una tierra estupenda!

Aprenda cómo hacer abono en:

www.ashevillegreenworks.org/composting-information

Para más información visite:

wncfoodwaste.org | [@wncfoodwaste](https://twitter.com/wncfoodwaste) | [#savethefoodAVL](https://www.facebook.com/savethefoodAVL)



Знаете ли вы, что вы можете помочь #SaveTheFoodAVL



1. Этикетки с датами на упаковке могут быть обманчивы!

- Срок годности обычно означает период наивысшего качества продукта, а не годность к употреблению
- Исключение: даты на смесях детского питания регулируются законом, и их обязательно нужно учитывать
- Доверьтесь носу! Вид, вкус и запах - это лучшие показатели безопасности еды!

2. Составляйте план похода за продуктами

- Перед походом в магазин подготовьте мысленный план покупок и рецептов, чтобы лишние продукты не портились в холодильнике

3. Помните про заморозку!

- Хранение еды в морозильной камере — это отличный способ продлить срок годности хлеба, яиц, мяса, фруктов, овощей, молочных продуктов... и даже сливочного масла!

4. ¡Use los restos de comida como abono!

- Самая большая часть мусорных свалок приходится на пищевые отходы, создающие метан
- Компост используется для создания плодородной почвы!

Узнайте о том, как делать компост:

www.ashevillegreenworks.org/composting-information

Для получения дополнительной информации посетите:

wncfoodwaste.org | [@wncfoodwaste](https://twitter.com/wncfoodwaste) | [#savethefoodAVL](https://hashtage.com/#savethefoodAVL)

For more information visit:

wncfoodwaste.org @wncfoodwaste #savethefoodAVL

Para obtener más información:

wncfoodwaste.org @wncfoodwaste #savethefoodAVL

Чтобы узнать больше, см:

wncfoodwaste.org @wncfoodwaste #savethefoodAVL

SAVE *the*
FOOD AVL



● WNCFOODWASTE.ORG ●



THE CITY OF
ASHEVILLE