ផែនការណ៍អាហារ

អាហារសម្រាប់សប្តាហ៍ _____

អាហារដែលខ្ញុំត្រូវប្រើ	អាហារដែលខ្ញុំអាចប្រើជាមួយ	គ្រឿងផ្សំដែលខ្ញុំត្រូវការដើម្បីបានជាមួយ

	អាហារពេលព្រឹក	អាហារថ្ងៃត្រង់	អាហារពេលល្ងាច	អាហារសម្រន់
ថ្ងៃចន្ទ				
ថ្ងៃអង្គារ				
ថ្ងៃពុធ				
ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍				
ថ្ងៃសុក្រ				
ថ្ងៃសៅរ៍				
ថ្ងៃអាទិត្យ				

LOVE FOOD STOP WASTE

Seattle Public Utilities

សម្រាប់ពត៌មានដើម្បីជួយឱ្យអ្នកកាត់បន្ថយកាកសំណល់អាហារ សូមចូលមើល
seattle.gov/util/stopfoodwaste

បញ្ជីរទិញតវ៉ាន់

ផ្លែឈើនិងបន្លែ

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

អាហារបង្ករ

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

សាច់ & ប្រូតេអ៊ីន

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

ទឹកដោះគោនិងស៊ីត

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

ធំប៉ុង

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

អាហារកញ្ចប់ / កំប៉ុង / អាហារទិញដុំ

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

ភេសជ្ជៈនិងអាហារសម្រន់

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ

ផ្សេងៗ

គ្រឿងផ្សំ	បរិមាណ