



Ken jij Becky al?

Becky helpt jou om minder eten te verspillen.

Eten is met veel liefde gemaakt en het kost ook energie. Zonde dus om het niet op eten.

Minder eten verspillen is goed voor het milieu én je bespaart geld. Bekijk hiernaast de [#verspillingsvrij](#) tips van Becky!

Tips om minder te verspillen:

1. **Kijk in de koelkast. Wat moet eerst op?**
2. **Maak een boodschappenlijstje.**
3. **Bewaar eten op de goede plek.**
4. **Is een pak melk over de datum? Geen nood! Kijk, ruik en proef om te testen of het nog lekker smaakt.**
5. **Bekijk of jullie koelkast op 4 °C staat.**
6. **Kook niet te veel. Dus kleine porties voor kinderen en iets grotere voor volwassenen.**

SAMEN TEGEN
VOEDSELVERSPIJLING

Meer tips op [verspillingsvrij.nl](#)