

WWW.ZERODESPILFARRO.EUS



EGIZU ZURE MENUEN PLANGINTZA

Begiratu zer daukazu eta egizu erosketa-zerrenda



EGIN EROSKETA ARDURATSUAK

Ez jarraitu beti eskaintzei



EZ BEGIRATU SOILIK ITXURARI

Elikagai "itsusiak" besteak bezain nutritiboak dira



ULERTU ONDO ETIKETAK

Iraungitze-data eta kontsumo lehenetsiarena EZ dira gauza bera



EROSI TOKIKO ELIKAGAIK

Babestu tokiko ekonomia eta ingurumena



ONDO KALKULATU ANOAK

Zenbat eta soberakin gutxiago sortu, orduan eta xahuketa txikiagoa eragingo dugu



IZAN ZAITEZ BERRITZAILEA SOBERAKINEKIN

Soberakinekin errezeta berriak sor daitezke



ONDO GORDE SOBERAKINAK

Hozkailua eta izozkailua dira aukerarik onenak



GORDE PRODUKTUAK BEHAR BEZALA

Irakurri arretaz etiketako kontserbazio-aholkuak



ERAMAN ETXERA SOBERAKINAK

Jatetxeetan eskatu justukoa, eta, soberakinak geratzen badira, eraman etxera



MURRIZTU HONDAKINAK

Murriztu > Berrerabili > Birbanatu > Birziklatu, hau da ordena egokia

