惜食好習慣 一起來培養

珍惜食物 從生活做起

食物從生產到餐桌，經歷許多努力與資源。
培養惜食好習慣，不只是節約，更是對環境與他人勞動的尊重。

惜食好習慣 你可以這樣做

1



吃多少、拿多少，不浪費

2



餐點確實吃完 不隨意丟棄

3



不挑食 嘗試多元食材

4



尊重農、漁民的辛勞付出

惜食小提醒

食物得來不易，
請珍惜每一口。

惜食行動，
從你我開始。