

CÓMO APROVECHAR LAS SOBRAS DE NAVIDAD

30% de la comida se desperdicia



Hogares



Industria



Restaurantes



Distribución



Ajusta las raciones

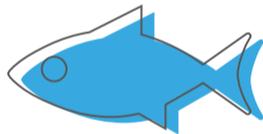
Aprovecha las sobras

Verduras y hortalizas
150 - 200 g



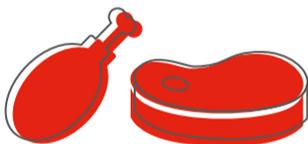
Purés y cremas

Pescados
125 - 150 g



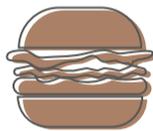
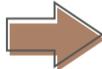
Empanadillas, pudin, pimientos rellenos, etc.

Carnes
100 - 125 g



Croquetas, estofados, ensaladas, bocadillos y sándwiches

Legumbres
60 - 80 g



Cremas, patés y hamburguesas vegetales

Pasta y Arroz
60 - 80 g



Ensaladas y guarniciones



Instituto
Tomás Pascual Sanz

www.institutotomas Pascual sanz.com