



# Alimentarios Desperdiciada

- El 20% de todas las frutas y verduras producidas se comen y se descartan en los hogares.
- La familia promedio gasta entre \$1500 - \$2000 al año en alimentos que nunca se comen.
- Cada año, alrededor de 2.9 trillones de libras de alimentos en todo el mundo nunca se consumen. En el condado de Riverside, se estima que cada año se envían más de 400,000 toneladas de alimentos al vertedero.

## Consejos en Casa

**VERIFIQUE las etiquetas de fecha** Los consumidores deben prestar atención a la fecha de uso o congelación. Sell By es para fines de rotación de stock. Best If Used By es por calidad, no por vencimiento.

**USE recetas**  
Ten un plan, haga una lista de compras.

**COMANSE las sobras**  
Para el almuerzo o para una cena rápida.



**COMANSE lo feo**  
Compre comida imperfecta por menos costo, cocínelo o mézclelo.

**CONGELO o ponga en latas**  
Conservar la comida antes de que se desperdicie.

## Consejos para comer fuera

**ESTAR al tanto las donaciones**  
Elija restaurantes que donen alimentos excedentes y anime a sus restaurantes favoritos a donar si actualmente no lo hacen.

**LLEVENSE a casa los sobras**  
Al día siguiente, lleve la comida restante a casa para almorzar. Su cachorro lo entenderá.

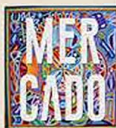


**ELIMINE bandeja de comida**  
Los estudios muestran que los comensales que usan bandejas desperdician un 32% más que los que llevan platos.

**COMPARTIR comida**  
Si no es suficiente, ordene más.

## Consejos mientras compras

**COMPRE mas siguiente**  
Romper el hábito de compra mucha, desperdicia mucho.



**COMPRE comida congelada**  
Los alimentos congelados duran más y sufren menos pérdidas de la granja a la plataforma.

**COMPRE en los mercados de agricultores**  
Al reducir el tiempo de distribución, frutas y verduras en los mercados locales. Debe ser más fresco y durar más tiempo.

**SIEMPRE traiga una lista**  
Planifique sus comidas, haga una lista de compras y trate de atenerse a su lista.

para más consejos  
vístelo a [SAVETHEFOOD.COM](http://SAVETHEFOOD.COM)

Este documento está disponible en formatos alternativos



[www.rcwaste.org](http://www.rcwaste.org)  
951.486.3200



# Todos tienen **Comida Desperdiciada**

cáscaras de patata núcleo de manzana cáscara de plátano bolsitas de té tapas de zanahoria tallos de brócoli  
restos de vegetales cáscaras de huevo ensaladas sobras café molido  
cáscaras de cítricos pan rancio pieles de cebolla tomates podridos corteza de sandía

## Todos pueden **Compostaje o Compostaje de lombrices**

**COMPOSTAJE Aerobico** Al girar la pila se agrega oxígeno, lo que acelera significativamente el proceso y produce abono utilizable más rápidamente.



Con la combinación correcta de materiales marrones y verdes, junto con agua, oxígeno y microorganismos, puedes hacer un buen abono en 2-3 meses.

El Condado vende contenedores de compostaje a los residentes del condado por \$12 por contenedor, con un límite de 3 por hogar. Para más información, llame 951-486-3200.

Los compostadores voluminosos hacen que el proceso de convertir la pila de compost sea más fácil y producir un buen compost más rápidamente. Sin embargo, estos contenedores son más caros para comprar y mantener.

El Condado no ofrece compostadores voluminosos ni digestores solares para la venta.



Los digestores solares están diseñados para acelerar las temperaturas, manteniendo las condiciones aeróbicas, proceso de descomposición natural al elevar y estimular el crecimiento de microorganismos. El sistema procesa casi todos los residuos de alimentos del hogar, incluidos restos de vegetales, carne o pescado crudos y cocidos, huesos, productos lácteos y otros residuos de alimentos orgánicos como frutas, pan y pasta.



**COMPOSTAJE Anaerobico** El compost pasará con el tiempo. No gire ni añada agua. Solo agrega materiales orgánicos y encuentra el mejor compost en la parte inferior. Si los microorganismos encuentran la pila, la naturaleza hará todo el trabajo.

### COMPOSTAJE de Lombrices

El compostaje de lombrices es una forma fácil y eficiente de convertir el desperdicio de alimentos a abono de alta calidad para tu jardín.

El Condado vende paquetes de vermicompostaje a los residentes del condado. Llame al 951-486-3200 para más información.



### CLASES Gratis



Asiste a una de nuestras clases gratuitas o programar un altavoz para que venga gratis hable con su grupo sobre la gestión del desperdicio de alimentos.



www.rcwaste.org  
951.486.3200

