

# 冷蔵庫チェック！モニター調査票

- 毎週金曜日は「冷蔵庫チェックの日」
- 在庫確認して余分な買い物に注意
- チェックしたら○を入れてください。



【調査期間 10月16日～10月30日】

10月16日	10月23日	10月30日
○ 金	○ 金	○ 金

▶金曜日以外の日にも、チェックして捨てずにすんだものや捨てたものあれば調査票へご記入願います。

日にち	曜日	品名・料理名	量 ※わかる範囲	捨てた理由 ▼該当するものに○をしてください						捨てたもののうち、 もらったものは○	未使用・未開封のま ま捨てた場合は○
				鮮度落ち	食べ残し	期限切れ	買いすぎ	作りすぎ	その他		
		□捨てた □捨てずにすんだ	グラム・本・個・枚・袋・( )								
		□捨てた □捨てずにすんだ	グラム・本・個・枚・袋・( )								
		□捨てた □捨てずにすんだ	グラム・本・個・枚・袋・( )								
		□捨てた □捨てずにすんだ	グラム・本・個・枚・袋・( )								
		□捨てた □捨てずにすんだ	グラム・本・個・枚・袋・( )								
		□捨てた □捨てずに済んだ	グラム・本・個・枚・袋・( )								