



# Compra De Comida

---

## Esocja Comida Con Menos Empaquetamiento Para Que Ahorre Dinero

1. Empaquetamiento protege la comida y aumenta el costo.
2. Algunas comidas vienen en su propio empaque, como las frutas.
3. Algunos empaquetamientos son para mantener las comidas limpias y sanas.
4. No compre comidas en paquetes que esten abiertos o dañados.
5. Trate de escoger comidas con menos empaquetamiento.
6. Se venden comidas en bultos y en cajas y el costo puede ser menos que el de comidas empaquetadas.
7. Comidas en bultos necesitan ser almacenadas en recipientes en casa.



Número 7, 2005

Developed by: A team of University of Illinois Extension Consumer & Family Economics and Nutrition & Wellness Educators