

我的目標

請在下一課之前實現一個目標。

- 我下次去購物的時候，我會查看三樣最常買的地物的單價，然後選擇單位價格最低的選項。
- 我會在我經常購買的地物上用一個優惠券。
- 我會嘗試去一個價格較低的地店買我經常購買的地物。
- 我會以買大包裝地物，然後自己分成小分裝袋，以此來代替獨立包裝食品。



本材料承蒙美国农业部辅助性营养援助项目(USDA SNAP)资金支持，由加州 CalFresh Healthy Living 制作。这些机构是平等机会提供者和雇主。获得重要的营养信息，请访问: www.CalFreshHealthyLiving.org。

我的目標

請在下一課之前實現一個目標。

- 我下次去購物的時候，我會查看三樣最常買的地物的單價，然後選擇單位價格最低的選項。
- 我會在我經常購買的地物上用一個優惠券。
- 我會嘗試去一個價格較低的地店買我經常購買的地物。
- 我會以買大包裝地物，然後自己分成小分裝袋，以此來代替獨立包裝食品。



本材料承蒙美国农业部辅助性营养援助项目(USDA SNAP)资金支持，由加州 CalFresh Healthy Living 制作。这些机构是平等机会提供者和雇主。获得重要的营养信息，请访问: www.CalFreshHealthyLiving.org。