

ናይ ምግብ ትልሚ

ናይ ስሙን ምግብታት _____

ክጥቀሞ ዘለኒ ምግብ	ክሓውስሉ ዘለኒ ምግብታት	እዚ ምግብ መኣዲ ንምግባር ዘድልዩኒ ቅመማት

	ቁርሲ	ምሳሕ	ድራር	ጠዓሞት
ሶኒ				
ሰሉስ				
ረቡዕ				
ሓምስ				
ዓርቢ				
ቀዳም				
ሰንበት				



**Seattle
Public
Utilities**

ምግብ ክይተባኸን ሓገዝ እንተደሊኻ፣
seattle.gov/util/stopfoodwaste ተወክስ

ናይ ዕደጋ ዝርዝር

ፍራምፖሪን ኣሕምልቲን

ዓይነታት	በዝሒ

ዝዘሓለ ምግብ

ዓይነታት	በዝሒ

ስጋን ፕሮቲንን

ዓይነታት	በዝሒ

ውፅኢት ፀባን እንቋቋሖን

ዓይነታት	በዝሒ

እንዳ ፎርኖ

ዓይነታት	በዝሒ

ዝተዓሸገ /ኣብ ታኒካ/በልክ ምግቢታት

ዓይነታት	በዝሒ

ዝስተን ጠዓሞትን

ዓይነታት	በዝሒ

ሕውስዋስ

ዓይነታት	በዝሒ