



Ce que j'ai déjà

Notez l'emplacement et la quantité. Vérifiez l'étiquette et les conditions de conservation du produit; ce carnet ne décide pas si un aliment est consommable.

Produit	Emplacement	Quantité	À vérifier

Exemple : riz | placard | 1 paquet | date sur l'emballage.



Les achats utiles

Comparez cette page à l'inventaire. N'additionnez pas des quantités exprimées dans des unités différentes.

Produit	Besoin	Déjà là ?	À acheter

Passez d'abord en revue ce qui doit être utilisé prochainement.



Le tableur pas à pas

Le ZIP contient aussi deux fichiers Excel modifiables, un par langue. Les PDF servent d'alternative à imprimer.

1. Une ligne par produit

Saisissez son nom, son emplacement, sa quantité et l'unité. N'écrivez pas de données sensibles.

2. Un seuil dans la même unité

Le seuil sert à repérer une quantité faible. Par exemple, 1 paquet disponible pour un seuil de 2 paquets.

3. Relisez la colonne de contrôle

Le calcul signale les lignes dont la quantité ne dépasse pas le seuil. Il ne calcule ni date limite ni sécurité alimentaire.

4. Faites votre liste

Décidez de vos achats après vérification de vos besoins et des étiquettes.

Le fichier reste sur votre appareil : aucun compte nécessaire.