

| 2/1(四)  |                     | 2/2(五)  |                     | 2/3(六)  |                     | 2/4(日)  |                     |
|---------|---------------------|---------|---------------------|---------|---------------------|---------|---------------------|
| 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       | 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    |
| 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 600ml寶特瓶-1<br>↓0.15 | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       |
| 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      |
| 2/5(一)  |                     | 2/6(二)  |                     | 2/7(三)  |                     | 2/8(四)  |                     |
| 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       |
| 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      |
| 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 |
| 2/9(五)  |                     | 2/10(六) |                     | 2/11(日) |                     | 2/12(一) |                     |
| 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       |
| 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      | 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    |
| 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      |
| 2/13(二) |                     | 2/14(三) |                     | 2/15(四) |                     | 2/16(五) |                     |
| 食       | 600ml寶特瓶-1<br>↓0.15 | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      |
| 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      | 食       | 免洗筷-1<br>↓0.02      | 食       | 塑膠杯-1<br>↓0.0000032 | 食       | 便當盒-1<br>↓1.5       |
| 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 塑膠袋-1<br>↓0.06      | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    | 食       | 吸管-1<br>↓0.00533    |

減碳心得：減碳聽起來很難，可是只要我們每天做一些減少排碳量的行為這可以保護大自然。

資料來源：

- <https://blog.greenvines.com.tw/21-days-of-green/2022-day-13-make-your-next-meal-plant-based/>
- <https://cfpc-calculate.tw/cfpc/Carbon/WebPage/visitors/FLProductInfo.aspx>，產品碳足跡資訊網
- [https://www.cathayholdings.com/holdings/advocate/20180803\\_PR/Carbon%20Footprint%20Calculator/index.html](https://www.cathayholdings.com/holdings/advocate/20180803_PR/Carbon%20Footprint%20Calculator/index.html) 標楷
- [https://www.cathayholdings.com/holdings/advocate/20180803\\_PR/Carbon%20Footprint%20Calculator/index.html](https://www.cathayholdings.com/holdings/advocate/20180803_PR/Carbon%20Footprint%20Calculator/index.html)，國泰金控生活碳足跡計算器。

總減碳量 = 22.8475584 kg

27372965333

一年減碳量