

비교와 질문 기록지

R08 분리형 실습지 1/4 | 본문에서 필요한 달의 안내를 읽고 사용합니다. 전체 재고조사는 반복하지 않습니다.

후보가 하나면 A만 씁니다. 답을 듣지 못한 항목은 빈칸 대신 “미확인”이라고 적습니다. 상품 표시를 전부 복사하기보다 시기·상태·보관에 필요한 정보만 남깁니다.

작성일 / 살펴볼 달 / 사용할 날 _____

비교 항목	후보 A	후보 B 또는 대안
재료명·필요량 집에 남은 양		
생산지역 확인한 근거		
수확·어획·출하 날짜의 종류		
판매상태와 보관·조리할 일		
확인하지 못한 것		

내 질문 _____

받은 답과 확인한 날짜 _____

답을 받고도 남은 질문 _____

결정: 구매 / 보류 / 대체 / 구매하지 않음, 그 이유 _____

판매자가 모른다고 답했으면 “모름”을 그대로 남깁니다. 이 기록은 구매 판단의 근거를 정리하는 것이며 업체에 대한 인증·평가가 아닙니다.

월별 식탁 기록 | 1~6월

R08 분리형 실습지 2/4 | 대표 재료를 바꾸어 적어도 됩니다.

해당 달에 한 번만 써도 됩니다. 달력 밖의 재료를 선택하거나 구매하지 않은 달도 기록할 수 있습니다. 사용하지 않았다면 이유를 적고 다음 달로 이어가세요.

월·선택한 재료	확인한 산지·시기·상태	사용한 날·식탁 / 남은 점
1월		
2월		
3월		
4월		
5월		
6월		

상반기에 반복하고 싶은 한 가지

구매 전 계속 확인할 것 _____

보관하거나 사용하는 방법에서 바꿀 것 _____

작성 예: 2월 딸기 / 논산·시설, 수확일 미확인 / 2월 14일 씻어 과일 접시로 사용. 다음에는 먹을 날에 맞춰 소량 구입. 날짜와 내용은 작성 예시입니다.

월별 식탁 기록 | 7~12월

R08 분리형 실습지 3/4 | 비워 둔 달은 다음에 이어서 씁니다.

같은 재료라도 이전 구매와 산지·품종·상태가 달라질 수 있습니다. 지난달에 확인했다는 이유로 이번 상품
의 빈칸을 그대로 채우지 않습니다.

월·선택한 재료	확인한 산지·시기·상태	사용한 날·식탁 / 남은 점
7월		
8월		
9월		
10월		
11월		
12월		

하반기에 남기고 싶은 질문

생산자 또는 판매자에게 다시 물을 것 _____

다음 구매량이나 보관 장소를 바꿀 것 _____

작성 예: 7월 옥수수 / 생것·홍천이라는 설명, 수확일 미확인 / 질문 후 구매 보류, 집에 있는 다른 재료 사용. 보류한 결정도 유효한 기록입니다.

오늘 결과를 다섯 가지로 정리합니다

R08 분리형 실습지 4/4 | 한 번 실습한 뒤에도 결과를 적을 수 있습니다.

12개월을 모두 채운 뒤에만 쓸 수 있는 페이지는 아닙니다. 한 번 구매를 검토했거나 한 가지 재료를 사용한 뒤 바로 적으세요. 확인한 사실과 느낀 점은 구분합니다.

1. 확인한 사실

생산지역·시기·판매상태 중 근거를 확인한 것 _____

2. 아직 확인하지 못한 것

답이 없거나 설명이 부족했던 부분 _____

3. 이번에 배운 점

수확과 판매, 보관에 대해 달리 이해한 것 _____

4. 다음에 확인할 질문

누구에게 무엇을 물을지 _____

5. 이어갈 실천

다음 구매 또는 식탁에서 할 일 한 가지 _____

내가 직접 쓰는 이용 소감

편했던 점 / 불편했던 점 / 다음에 바꿀 점 _____

이용 소감은 내가 실제로 해 본 범위에서 씁니다. 공개 후기 제출이나 건강효과 확인은 이 실습의 조건이 아닙니다.

다음 안내: 자료를 전한 섬내음 담당자에게 관련 생산자 콘텐츠와 무료강의 3강 「제철, 발효, 숙성, 건조의 시간」의 실제 이용방법을 문의하세요.