## Estirando su

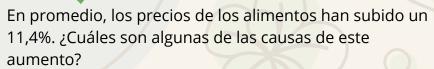
## Dólar de Alimentos

Los estadounidenses gastan un promedio de

\$5,174 por año



\$431 por mes.



- Aumento de la inflación
- Escasez en la cadena de suministro
- Aumento de los costos de energía

Además, su factura de comestibles está influenciada por su dieta, presupuesto, región y número de personas que comen en su hogar.



## Formas de ahorrar en su

## Lista de Compras

3		
	Entra con una lista y apégate a ella.	
	Opte por artículos enteros en lugar de preempaquetados.	
	Comprar marcas genéricas.	
	Compre en mayoreo o a en bulto	
	Compre artículos cuando estén en oferta.	
	Recorte cupones de su tienda de comestibles y del fabricante del producto.	
	Compara precios entre tiendas.	
	Utilice el programa de recompensas de su tienda.	b
	Utilice programas de devolución de efectivo de su banco o tarjeta de crédito.	
	Investigue las aplicaciones de reembolso.	-
	Traiga su propia bolsa para obtener un descuento.	
·		

Fuente: cnbc.com



www.fbmn.org





