

# FOOD TIMING

專注於使用當季蔬果入菜，創造低碳飲食的全新生活型態！

當季

低碳



從產地到餐桌，從生產到生活

產季

食材成本

卡路里



# 低碳飲食

在食物的整個生命週期中，盡量排放最少的溫室氣體。

## 低碳飲食原則與定義



行政院  
環保署

我們所希望的低碳飲食就是：在食物的整個生命週期中，盡量排放最少的溫室氣體。



### 選當季食材

種植當季食材，可以減少農藥及肥料的施作，避免生產非當季食材時，需要額外的用水、冷藏、保溫等所需能源。

在日本有一項研究發現，採用當季食材或非當季食材，在食材生產部分碳足跡可能相差10倍。



### 選在地食材

可縮短食物里程，降低供運輸所需能源。

當季

在地

原產

我們所希望的低碳飲食就是：在食物的整個生命週期中，盡量排放最少的溫室氣體。



生產

## 選當季食材

種植當季食材，可以減少農藥及肥料的施作，避免生產非當季食材時，需要額外的用水、冷藏、保溫等所需能源。

在日本有一項研究發現，採用當季食材或非當季食材，在食材生產部分碳足跡可能相差10倍。



運輸

## 選在地食材

可縮短食物里程，降低供運輸所需能源。

當季

在地

原能



理念

誘因

吸引使用者達到減碳理念

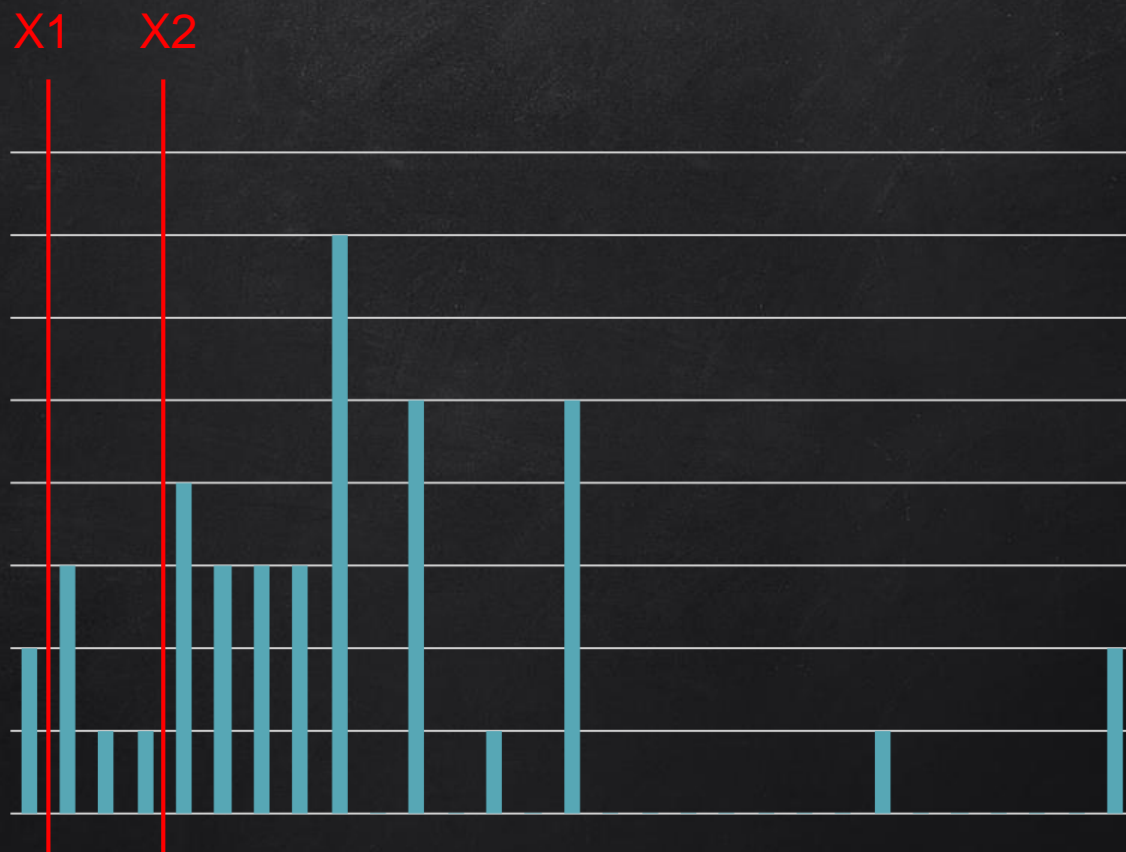


當季？非當季？



什麼便宜？

怎麼挑？



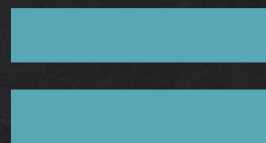




82.9268%

---

你，是否也曾經被坑呢？





## HOW TO SATISFY OUR TAs

農委會  
開放資料

Match!

CookPad  
食譜



## ADVENTURE OF OUR USERS

推薦當季  
食材

食譜選擇

查看烹調  
資訊

好食季

首頁 願景 當季食物 團隊成員

# Food Timing 好食季

search



better season, better decision, better life



## 當季食物



水蜜桃



木瓜



荔枝



葡萄



芒果



芭樂

## 番石榴(In season, highly recommend)

價格由低到高



珍珠鳳球

價格: 55 - 56 NT

卡路里: 72 KCal



水果百匯優格

價格: 26 - 28 NT

卡路里: 137 KCal

水果百匯優格

價格: 26 - 28 NT

卡路里: 137 KCal



## 食材:

- |     |      |
|-----|------|
| 奇異果 | 1顆   |
| 甜桃  | 1顆   |
| 香吉士 | 1顆   |
| 蘋果  | 0.5顆 |
| 芭樂  | 0.5顆 |



## 極柑(Bad timing, doesn't recommend)

價格由低到高 ▼



柑橘果凍

價格: 30 - 32 NT

卡路里: 97 KCal



蜜柑蝦球

價格: 87 - 89 NT

卡路里: 30 KCal



# FUTURE WORKS

What is Food Timing capable of doing?



# FUTURE WORKS





## TECHNIQUES & REFERENCES

1. 農委會每日蔬果交易價格資料 json 檔：用以計算食譜成本，利用 python 使每日浮動價格自動更新。盛產水果月份資料 json 檔則根據用戶造訪月份推薦當季水果資料。
2. CookPad 食譜：用以製做食譜 prototype，使用 R 爬蟲將食譜爬下。



## TECHNIQUES & REFERENCES

3. 卡路里資料庫：擷取自東吳大學保健中心，使用 R 爬蟲爬下。
4. 網頁：前端使用 HTML, CSS, JS，後端使用 Django，全部利用 Google Cloud SQL 技術與 python 串連前後端。
5. 自建 data base：儲存以上資料，並備用供未來存取 user data。



THANKS!

---

We are  
Food Timing 好食季