



# 음식물 쓰레기 줄이기



가정마다 음식물 쓰레기가 급증하면서 올바른 음식물 배출에 대한 관심도 함께 높아지고 있습니다. 그래서 오늘은 알쏭달쏭 헷갈리는 음식물 쓰레기 배출법과 음식물 쓰레기 줄이기에 도움이 되는 꿀팁들을 알아봅시다.

## 음식물 쓰레기 배출 현황

### 음식물 쓰레기는 어디에서 가장 많이 발생할까요?



무려 70%의 음식물 쓰레기가 가정과 소형 음식점에서 발생하고 있습니다. 전체 음식물 쓰레기의 구성을 살펴보면 먹고 남긴 음식물(30%)보다 유통 및 조리 과정에서 발생한 음식물 쓰레기(57%)가 더 높은 비중을 차지합니다.

### 음식물 쓰레기 발생 추세

식생활의 발전 등으로 인해 음식물 쓰레기는 매년 3%씩 증가하는 추세라고 하는데요. 통계에 따르면 국내의 음식물 쓰레기 발생량은 하루 1만 4천여 톤으로, 전체 쓰레기 발생량의 28.7%를 차지할 만큼 심각한 상황입니다.

## 음식물 쓰레기 줄이기 실천방법

### 일주일 식단 계획표 만들기



장을 보기 전에 미리 식단을 계획하면 충동적으로 식재료를 사는 일을 많이 줄일 수 있습니다.

### 식재료 보관 잘하기



곡류는 밀폐 용기에 넣고, 생채소는 깃무르지 않게 가급적 세워서 보관하고, 생선은 손질 후 말려서 냉동 보관하고, 고기는 1회 분량씩 나누어 보관합니다.

### 자투리 재료 활용하기



자투리 재료를 모아두면 볶음밥을 해먹거나 육수를 낼 때 그리고 찌개를 만들 때 사용할 수 있습니다.

### 반찬통에 이름표 붙이기



사용할 만큼 투명한 용기에 담고 용기마다 라벨을 붙여서 보관하며 식재료의 명칭과 유통기한을 직관적으로 알 수 있습니다.

## 올바른 음식물 쓰레기 분리 배출

음식물 쓰레기와 일반 쓰레기를 나누는 가장 큰 기준은 동물의 먹이로 쓰일 수 있느냐, 없느냐의 차이입니다.

### 일반쓰레기



딱딱한 소, 돼지, 닭 등의 뼈



조개, 소라, 전복 등 어패류의 껍데기



호두, 도토리 등의 딱딱한 껍데기



계란, 메추리알 껍데기



게와 가재 등 갑각류의 껍데기



보족한 생선 뼈



양파, 마늘, 옥수수 등의 껍질과 뿌리



차 찌꺼기와 한약재 찌꺼기

\* 지자체별로 음식물 쓰레기를 처리하는 시설이 다르니 분류 시·군·구 홈페이지를 통해 정확한 기준을 참고하시면 도움을 받으실 수 있습니다.