


음식물 쓰레기를 줄이는

식품별 맞춤
냉장고 보관법





우리가 먹는 식품마다
여러 가지 맛과 향이 있듯이
보관법 또한 천차만별입니다

식재료도 어떻게 관리하느냐에 따라
신선도가 달라지는데요.

음식물 쓰레기도 줄이고,
더 오래 음식을 보관할 수 있는
식품별 맞춤 보관법을 살펴볼까요?



1

육류

- 하나.** 1회 사용량으로 나누어 보관하기
- 둘.** 요리에 사용하고 남은 소량은 다진 양파, 소금, 후추를 넣어 볶은 후 냉동실에 보관하기
- 셋.** 닭고기는 냉동 시 소금을 뿌린 후 술을 조금 붓고 밀폐 용기에 담아 보관하기



2

달걀

- 하나. 문이 아닌 안쪽에 넣기
- 둘. 둥근 쪽에는 빈 공간이 있어 세균 노출이 쉬우므로
뽕족한 곳이 아래로 향하기
- 셋. 달걀 껍질에는 공기구멍과 얇은 막이 있으므로
씻지 않고 보관하기



3

과일 & 채소

하나. 수분을 지키기 위해 용기에 넣되 숨구멍을 만들어 호흡할 수 있게 하기

둘. 흠이 묻은 채소는 신문지로 감싸서 씻은 채소와 따로 보관하기

셋. 사과를 다른 과일을 숙성시키므로 따로 보관하기



4

생선 & 어패류

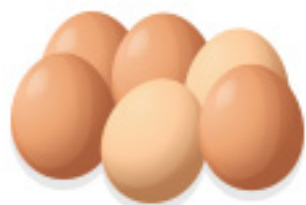
- 하나. 생선은 내장을 제거 후 물로 씻고
물기 제거 후 소금을 뿌린 뒤, 배에 키친타월 끼우기
- 둘. 2일 이상 보관해야 한다면 냉동 보관하기
- 셋. 조개는 소금물에 넣어 냉장 보관하기



환경부가 알려주는
또 하나의 Tip!

잘 보관해서 맛있게 먹었다면
마지막 **분리배출**까지 확실하게!

이것은 **음식물쓰레기**인가 **일반쓰레기**인가?
아래 폐기물은 **일반쓰레기**로 분리배출해서 버려주세요!



껍데기

메추리알, 달걀 등



**딱딱한
과일 껍질**

파인애플, 코코넛 등



**조개껍데기,
생선뼈**

생선류의 껍데기,
생선뼈(가시)



**육류 및
어패류의 뼈**

사골뼈와 어패류의
딱딱한 뼈



**양파 껍질 &
채소 뿌리**

옥수수 껍질, 마늘 대,
미나리 뿌리 등



여러분의 작은 노력이 우리의 환경을 지킵니다.

**올바른 보관법과 분리배출 방법으로
음식물 쓰레기를 줄여주세요!**