



건강하고 바른 식생활을 실천하는 학교급식 영양·식생활 교육자료

학교
351-1518
식생활관
353-8887
www.jbut.hs.kr

음식물쓰레기

□ 음식물쓰레기 처리로 인한 문제점

환경오염	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 에너지 낭비 및 온실가스 배출 ✓ 수거·처리 시 악취 발생 ✓ 고농도 폐수로 수질오염
경제적 손실	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 식량자원 가치 연간 약 20조원 ✓ 처리비용 8천억원 이상
사회적 문제	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 푸짐한 상차림의 낭비 문화 ✓ 식량·곡식 자급율 감소로 농·축·수산물 수입 증가

□ 돈으로 계산하면 얼마나 될까요?

연간 음식물쓰레기 처리비용만 무려 8천억원에 달하며, 20조원 이상의 경제적 손실까지 발생하고 있습니다. 전 국민이 음식물쓰레기를 20% 줄이면 연간 1,600억원의 쓰레기 처리 비용이 줄고, 에너지 절약 등으로 5조원에 달하는 경제적 이익이 생깁니다.

온실가스 배출 감소

전 국민 기준 177만톤CO₂e = 승용차 47만대 소나무 3억 6천만 그루

에너지 절약

전 국민 기준 18억kwh = 200리터들이 보일러 등유 226만 드럼의 전력 39만 가구 겨울나기 (186백만장)

음식물쓰레기 줄이기! 이렇게 실천해요! - 가정

식품구매 전 단계

- 식단을 미리 계획합니다.
- 주 1회 냉장고를 정리하여 필요한 식품을 확인합니다.

식품구매 단계

- 미리 파악해 온 재료 및 양에 맞게 구매하고, 저장 기간을 고려하여 구매합니다.
- 구매 후에는 재료를 손질한 후 1회 분량으로 나누어 보관하는 습관을 기르면 좋습니다.
- 필요한 재료만 소량으로 구매합니다.

조리단계

- 한 끼에 먹을 수 있는 적당량만 조리하도록 합니다.
- 냉장고에 남아있던 재료를 최대한 활용합니다.

음식물쓰레기 배출 단계

- 1차 건조 후 반드시 분리 배출합니다.

□ 음식물쓰레기가 아닌 것

채소류	과일류
쪽파·대파·미나리 등의 '뿌리', 고추씨, 고추대, 양파·마늘·생강·옥수수 등의 '껍질', 옥수수대	호두·도토리 등의 '딱딱한 껍데기' 복숭아·살구·감 등 핵과류의 '씨'
곡류	육류
왕겨(벼의 겉겨)	소, 돼지, 닭 등의 '털과 뼈다귀'
어패류	기타
조개·소라·전복·멍게·굴 등의 '껍데기' 게·가재 등 '갑각류의 껍데기', 생선뼈	달걀 등 '알껍데기' 각종 차류 찌꺼기, 한약재 찌꺼기

살고 있는 지역의 분류 기준을 정확히 알려면 각 시·군·구 홈페이지를 참고하세요.
<출처: 환경부>

음식물쓰레기 줄이기! 이렇게 실천해요! - 학교, 식당

학교에서 이렇게 실천해요!

	
먹을 만큼만 받아요.	부족하면 다 먹고, 더 받아요.
	
음식을 가리지 않고 골고루 먹어요.	남은 음식물을 줄여요.
	
올바른 식습관으로 환경을 살려요.	감사한 마음으로 먹어요.

식당에서 이렇게 실천해요!

- 주문하기 전에 차림표를 꼼꼼히 살펴요.
- 식사량을 고려해 먹을 만큼만 주문해요.
- 먹지 않을 음식은 미리 반납해요.
- 먹고 남은 음식이 담긴 그릇에 이쑤시개, 휴지 등을 버리지 말아요.
- 먹지 않을 후식은 사양해요.
- 남은 음식은 포장해서 가져가요.



빈 그릇 운동에 참여해요!

음식이 우리 밥상에 오르기까지 많은 사람의 정성과 노력, 비용이 들어갑니다. 음식을 먹을 때에는 남기지 않을 만큼만 준비하고 최대한 남기지 않고 먹습니다.

음식물쓰레기 줄이기 꼭 실천해요!

- ✓ 나는 음식을 먹을 때 항상 감사하고 소중한 마음을 갖겠습니다.
- ✓ 나는 편식하지 않고 골고루 먹기 위해 노력하겠습니다.
- ✓ 나는 자연과 내가 하나라는 것을 늘 생각하고 음식물쓰레기 줄이기에 앞장서겠습니다.

