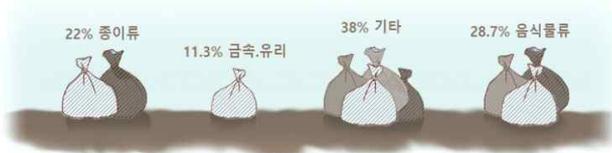


## 음식물쓰레기란?

식품의 생산·유통·가공·조리과정에서 발생하는 농·수·축산물 쓰레기와 먹고 남은 음식 찌꺼기 등을 말합니다.



전체 생활쓰레기 발생량의 약 29%를 차지하고 있습니다.

## 음식물 쓰레기로 인한 문제

국내에서 하루동안 발생하는 음식물쓰레기는 1만 6천여톤에 달합니다.

↳ = 20kg 쌀 800,000포대 = 라면 1억 2천개



### 환경오염

- 에너지 낭비 및 온실가스 배출
- 수거·처리시 악취 발생
- 고농도 폐수로 수질오염



### 경제적 손실

- 식량자원의 경제적가치 발생
- 처리비용 발생
- ※ 음식물쓰레기 처리비용 연간 약 8천억원  
= 서울월드컵경기장 3개 건설 가능



### 사회적 문제

- 한식 세계화에 걸림돌 (많은 반찬을 낭비적으로 인식)
- 식량 및 곡물 지급률이 낮아져 농·축·수산물 수입 증가

## 음식물 쓰레기를 20% 줄였을 때 효과



온실가스 배출 감소 연간 177만 톤	소나무 3억 6천만 그루를 심는 효과
저소득 가구 연간 보금 1억 8,600만 장	연간 18억kwh의 에너지 절약
쓰레기 처리비용 절감: 연간 1,600억 원	

음식물 쓰레기를 20%만 줄여도 연간 1,600억 원의 처리비용을 절감할 수 있으며, 연간 177만톤의 온실가스 배출량을 줄일 수 있습니다. 이는 소나무 3억 6천만 그루를 심는 효과와 같습니다.

## 음식물쓰레기와 일반쓰레기 구분하기!

음식물 쓰레기는 가공 후 퇴비, 바이오 연료, 가축의 사료 등으로 쓰입니다.

그러므로 음식물 쓰레기와 일반 쓰레기를 구분하는 가장 쉬운 방법은 **가축의 사료로 사용 가능한지**를 생각해 보면 알 수 있습니다.



### 채소의 마른 껍질과 뿌리

양파, 파, 마늘 등 채소의 마른 껍질에는 가축의 소화능력을 떨어뜨리는 성분이 있어 일반쓰레기로 배출



### 과일류

복숭아, 살구, 감, 체리, 망고 등 핵과류의 크고 딱딱한 씨앗과 파인애플, 코코넛 등의 딱딱한 껍질은 일반쓰레기로 배출



### 견과류

호두, 밤, 땅콩 등 견과류의 껍질은 일반쓰레기로 배출



### 육류

소, 돼지, 닭 등의 털과 뼈다귀, 비계, 내장 역시 일반쓰레기로 배출  
※비계와 내장은 불포화지방산이 다량 함유되어 있어 부적합



### 알 껍질

달걀, 오리알, 메추리알 등의 껍데기는 일반쓰레기로 배출



### 어패류

홍합, 조개, 소라, 전복, 꼬막, 멍게, 굴 등의 껍데기와 내장은 일반쓰레기로 배출



### 찌꺼기 등

일회용 티백, 한약재, 커피 등의 찌꺼기는 일반쓰레기로 배출



### 장류

고추장, 된장 등의 장류는 염분이 많아 가축의 사료로 사용할 수 없으므로 일반 쓰레기로 배출  
※ 거주하는 지자체마다 다를 수 있습니다

자료 및 사진 출처: 농식품 정보누리, 환경부, 식품의약품안전처, 식품안전정보원, 보건복지부, 농림축산식품부, 학교보건진흥원

## 음식물쓰레기 줄이는 방법

### 실천방법

#### 가정에서 음식물쓰레기 줄이기

1. 냉장고를 정기적으로 정리해요.
2. 일주일 단위로 식단을 구성해요.
3. 자투리 식재료는 따로 보관해 알뜰히 사용해요.
4. 내용물 확인이 가능하도록 투명용기 사용·보관해요.
5. 물기제거 후 배출해요.

#### 학교에서 음식물쓰레기 줄이기

1. 딱! 먹을 만큼만 받아요.
2. 부족하면 다 먹고, 더 받아요.
3. 음식을 가리지 않고 골고루 먹어요.
4. 쓱쓱삭삭, 남은 음식물을 줄여요.
5. 올바른 식습관으로 배도 채우고, 환경도 살리고!
6. 감사한 마음으로 먹어요.

### 식품별 맞춤 냉장고 보관법

#### 야채류

**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

#### 달걀

**하나.** 문이 아닌 안쪽에 넣기  
**둘.** 둥근 쪽에는 빈 공간이 있어 세균 노출이 쉬우므로 뾰족한 곳이 아래로 향하기  
**셋.** 달걀껍질에는 공기구멍과 얇은 막이 있으므로 씻지 않고 보관하기

#### 과일 & 채소

**하나.** 수분을 지키기 위해 용기에 넣어 숨구멍을 만들어 호흡할 수 있게 하기  
**둘.** 흠이 문은 채소는 신문지로 감싸서 씻은 채소와 따로 보관하기  
**셋.** 사과는 다른 과일을 숙성시키므로 따로 보관하기

#### 생선 & 어패류

**하나.** 생선은 내장을 제거 후 물로 씻고 물기 제거 후 소금을 뿌린 뒤, 배에 키친타월 끼우기  
**둘.** 2일이상 보관해야 한다면 냉동보관하기  
**셋.** 조개는 소금물에 넣어 냉장 보관하기

### 하루실천일과

아침 8시	아침 10시
아침은 꼭 먹을만큼만 가볍게! 적당한 음식을 준비하고 깨끗하게 그릇을 비워요!	냉장고 점검타임! 오늘 하루 먹을 음식과 남은 음식을 정리해요. 자투리 식재료로 점심 장보기 끝!
낮 12시	낮 1시
자투리 식재료로 맛있는 볶음밥 만들기~ 즐거운 마음으로 남남꼭꼭 남김없이 다 먹기	남은 식재료를 잘 보이는 투명용기에 담아 냉장고에 차곡차곡!
저녁 5시	저녁 7시
오늘 저녁 메뉴는? 장보기 전 꼭 필요한 식재료 메모하기! 대용량 구매 NO, 소량, 개별포장 OK!	맛있는 저녁 식사~ 우리 식구 먹을 만큼만 조리하고, 조리한 음식 맛있게 다 먹기!
저녁 8시	저녁 9시
남은 식재료를 정리하고 음식물쓰레기를 올바르게 배출해요!	온 가족이 둘러앉아 먹고 싶은 메뉴로 식단 계획하기! 식재료 구입을 미리미리 계획할 수 있어요~

### 음식물쓰레기 OX 퀴즈

- Q. 달걀껍질은 음식물쓰레기다, (O/X)
- Q. 음식물쓰레기를 줄이면 환경보호에 도움이 된다. (O/X)
- Q. 장을 볼 때는 '최대한'의 식재료를 구입한다. (O/X)

자료 출처: 환경부, 서울특별시 교육청