

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 보급 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. 쓱쓱싹싹, 남은 음식물을 줄여요.
5. 올바른 식습관으로 배도 채우고, 환경도 살리고!
6. 감사한 마음으로 먹어요.

식품별 맞춤 냉장고 보관법

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
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 묻은 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