

- 교육공동체와 함께 하는
 • 지속 가능한 식생활 •

교육급식과 음식물 줄이기

환경

식생활



교육급식과 함께 하는 음식물 줄이기 지금 시작합니다!



경기도영양교사회
 GYEONGGI SOCIETY OF SCHOOL NUTRITION TEACHERS



음식물 쓰레기의 재활용



음식물 쓰레기 관리시스템(RFID)



매일 쏟아지는 다량의 음식물 쓰레기 어떻게 처리 되나요?

냄새나고 더럽다고 여긴 음식물 쓰레기 다시 우리 자원으로 되돌아 옵니다.

95.3%가 사료나 퇴비 등으로 재활용 & 4.6% 매립 및 소각 처리



음식물쓰레기 배출 방법



음식물 분리 배출 원칙

중요!

1. 물기를 짰 짜서 최대한 수분 제거하여 배출하기
2. 일회용 비닐봉지, 이쑤시개 등 음식쓰레기 외 이물질 제거하기
3. 덩어리 큰 수박, 멜론 등 잘게 썰어 작게 배출하기
4. 배출 요일, 배출 시간, 음식물 쓰레기 전용 용기 지켜 배출하기

음식물 쓰레기 분리배출 유용 어플



내손안의 분리배출

교육

★★★★☆ 76

열기





음식물쓰레기 NO! 일반쓰레기

나는 **일반쓰레기** 입니다!

❌ 음식물쓰레기가 아닌 것들

※ 자라채를 상이할 수 있음



껍데기
: 메추리알, 달걀 등



양파 껍질 & 채소 뿌리
: 옥수수 껍질, 마늘 대,
미나리 뿌리 등



딱딱한 과일 껍질
: 파인애플, 코코넛 등



1회용 티백
: 차 찌꺼기,
한약재 찌꺼기 등



조개껍데기, 생선뼈
: 생선류의 껍데기,
생선뼈(가시) 등



포화지방산
: 비계, 내장 등



육류 및 어패류의 뼈
: 사골뼈와
어패류의 딱딱한 뼈



독성이 있는 음식물
: 복어 등



염분이 많은 음식물(김치, 된장, 고추장 등) 물에 헹구어 배출 : 재활용 과정에서 염분 조절 용이

부피가 큰 채소(무, 배추 등) 잘게 자르기, 껍데기와 씨는 분리 배출 : 기계설비 고장 예방

음식물 쓰레기 줄이기 실천 방법

일상생활 속 음식물 쓰레기 감량 실천 꿀팁 대방출



식단 계획표 작성

- 1주일 정도의 식단을 계획해서 적어보기
- 냉장고 안의 식재료 확인하기
- 제철 식재료 및 요리법 검색해보기



- 구입 직후 재료 손질 및 정리 : 채소, 육류, 생선류 신선도 유지
- 식재료 구입날짜와 이름 적어놓기
- 냉장고를 정기적으로 정리하기

냉장고 지도 만들기



자투리 재료 활용

- 남은 채소들 : 볶음밥, 육수 내기에 사용
- 남은 빵은 부셔서 빵가루로 만들어 먹기
- 남은 과일 : 잼, 청, 주스, 효소, 과일주 등

먹을 만큼 맛있게 요리

- 먹을 만큼만 준비
- 너무 짜지 않게 요리 하여 남기지 않기



음식물 쓰레기 줄이기 실천 방법

학교급식 속 음식물 쓰레기 감량 실천 꿀팁 대방출

먹을 만큼 받기

1. 대면배식시 "조금만 주세요"와 "추가배식대 이용"
2. 자율배식시 : 계획된 식단 종류와 함께
먹을 양만큼 가져가기

배식받은 식판 위의 음식들에
대해 환경 보호에 참여한다는
긍정적인 생각으로 잔반 줄이기 도전!

잔반 줄이기 이벤트 도전



음식물 쓰레기와 일반쓰레기 분리해서 버리기

- 동물이 먹을 수



음식물 쓰레기

- 동물이 먹을 수



음식물 쓰레기

일반쓰레기 어떤것이 있을까? 생활쓰레기 종량제봉투에 담아 버려요!

채 소류

마늘/양파/옥수수
등의 껍질,
쪽파/대파의 뿌리

과일류 / 견과류

호두/밤/땅콩 등의
딱딱한 껍데기,
복숭아/강 등
핵과류의 씨

육류

소/돼지/닭 등의
털 및 뼈대기

어패류

조개/소라
/멍게/굴 등의
껍데기

알 껍질

달걀/오리알
/메추리알 등의
껍데기

찌꺼기

일회용 **컵**,
한약재 **포대기**

학교급식

영양선생님과 함께 음식물 쓰레기 줄이기

학교급식법
영양량,
운영 심의
준수

영양수업 & 영양식생활 연수



희망 식단 메뉴 및 잔반 이벤트
학교 자치회를 통한 급식 소통

남남!

전처리가 많이 나오는 식재료 구입 자제

잔반량 낮추기 위한 레시피 연구



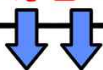
건강한 식단

제철 식재료 및 지역 식재료 구입을 통한 신선 식재료 제공

지역농산물은 농약 등 유해물질이 적어서
건강에도 좋고 장거리 운송을 하지 않아
탄소배출량을 줄일 수 있습니다.

할 수 있어!

음식물 쓰레기





경기도영양교사회
GYEONGGI SOCIETY OF SCHOOL NUTRITION TEACHERS

저탄소 식생활 빈그릇 챌린지 친환경 급식



글고루
맛있게 먹자!



교육급식과 교육공동체 모두
음식물 쓰레기 줄이기에
적극 참여해 보아요^^