

Gospodarstwa domowe odpowiadają za 60 proc. marnowanej żywności. Prawie dwie trzecie Polaków przyznaje, że zdarza im się wyrzucać jedzenie. Najczęściej do kosza trafiają pieczywo, warzywa i wędliny. Banki Żywności alarmują, że problem wynika głównie ze złego planowania zakupów i braku pomysłu na wykorzystanie produktów. Pomóc ma m.in. specjalny kalkulator pokazujący, ile jedzenia marnujemy w ciągu roku.

*– Polacy marnują zdecydowanie za dużo żywności. Nasz bank przygotował kalkulator, który jest dostępny na naszej stronie, którym można sprawdzić, policzyć, ile każdy z nas marnuje żywności w skali roku. Myślę, że jest to co najmniej kilkadziesiąt kilogramów – takie wyniki średnio wychodzą osobom, które to liczą u nas – mówi Marzenna Gawriłow z Banków Żywności SOS w Warszawie.*

Z danych opracowanych przez Banki Żywności wynika, że marnowanie żywności jest powszechnym problemem. W 2025 roku 63 proc. respondentów przyznało się do wyrzucania jedzenia przynajmniej od czasu do czasu. To wynik znacznie wyższy niż w 2024 roku (45 proc.). Młodsze grupy marnują jedzenie częściej niż starsze. Najczęstszą przyczyną jest przegapienie terminu przydatności do spożycia – tak odpowiada 56 proc. respondentów. Kolejnymi problemami są: robienie zbyt dużych zakupów (29 proc.), zakup produktu złej jakości (26 proc.) oraz niewłaściwe przechowywanie żywności (24 proc.).

*– Staramy się edukować, pokazywać, jak przechowywać żywność w lodówce, jak jej nie marnować, jak wykorzystywać resztki, które nam zostają. Dzięki temu jesteśmy coraz bardziej świadomi, jak optymalnie wykorzystywać produkty, ale też tego, że są w Polsce osoby, które tej żywności potrzebują. To też mobilizuje, żeby jej po prostu nie wyrzucać – dodaje Marzenna Gawriłow.*

Główny Urząd Statystyczny podaje, że w 2024 roku w Polsce około 5,2 proc. osób było zagrożonych skrajnym ubóstwem. Jednocześnie w skali całego kraju rocznie marnuje się 4,8 mln t żywności.

*– Brakuje nam przede wszystkim pomysłu na wykorzystanie tego, co kupujemy. Wciąż robimy za duże zakupy – uważa Sylwia Majcher, edukatorka ekologiczna, autorka książek o niemarnowaniu żywności. – Najważniejsze są: edukacja gospodarstw domowych, docieranie od podstaw, szacunek do produktów i umiejętne robienie zakupów. Dzisiaj może się to wydawać abstrakcją, ale dobrze skonstruowana lista zakupów jest kluczem do sukcesu. Także eksperymentowanie w kuchni, czyli sięganie po różne produkty, które nie do końca mogą się ze sobą połączyć. Na przykład da się świetnie zgrać pomidory z truskawkami, maliny z botwinką czy szparagi z agrestem. Nie bójmy się kreatywności w kuchni, bo to jeden z kroków do zmniejszenia strat.*

Najczęściej marnowane jest pieczywo (55 proc.). Na kolejnych miejscach znalazły się owoce, warzywa i wędliny (odpowiednio 46, 44 i 41 proc.). Istotny problem stanowi też marnowanie produktów takich jak jogurty czy mięso.

*– Co sekundę do kosza trafia 150 kg jedzenia. Nie możemy zrzucić winy tylko na sklepy, restauracje, transport albo produkcję, ale zrobić rachunek sumienia, sprawdzić, co u nas najczęściej się marnuje i zacząć zmiany. Polacy mają coraz większą świadomość, ale też nie chcą wierzyć do końca, że to właśnie u nich jest największy problem – mówi Sylwia Majcher.*

Gastronomia i handel odpowiadają za odpowiednio 1,17 oraz 6,96 proc. marnowanej żywności, a produkcja rolnicza i przetwórstwo – po 15 proc. W tych obszarach ze zjawiskiem marnowania żywności pomaga walczyć ustawa przyjęta w 2019 roku, zgodnie z którą określone grupy przedsiębiorców muszą

zawrzeć umowę z organizacją pozarządową dotyczącą przekazywania niesprzedanej żywności. Są również zobowiązani do prowadzenia co najmniej raz w roku przez dwa kolejne tygodnie kampanii informacyjno-edukacyjnych, składania rocznych sprawozdań o ilości marnowanej żywności oraz zamieszczania informacji o wysokości należnej opłaty za marnowanie żywności lub wartości żywności przekazanej organizacjom pozarządowym. Zasady te obowiązują jednostki handlu (sklepy lub hurtownie) o powierzchni sprzedaży powyżej 250 mkw., w których przychody ze sprzedaży żywności stanowią co najmniej 50 proc. przychodów ze sprzedaży ogółem.

*– Ustawa będzie nowelizowana, bo już wiadomo, że nie zadziałała do końca tak, jak powinna. Nie można natomiast zrobić wielkiego programu prawnego, który będzie zaglądał do naszych koszy i nas rozliczał. Tutaj bardziej chodzi o edukację. Takie programy też się pojawiają, Ministerstwo Rolnictwa prowadzi takie kampanie, Parlament Europejski w ramach warsztatów dla uczniów „Smaki Europy” porusza temat szacunku dla jedzenia. Komisja Europejska pracuje nad różnymi zmianami, bo zgodnie z jej wytycznymi musimy zmniejszyć marnowanie jedzenia. Te działania się więc odbywają, potrzeba ich na pewno więcej, żeby każdy dostrzegł punkty do naprawy u siebie – uważa edukatorka.*

Zgodnie z nowymi celami Komisji Europejskiej państwa członkowskie są zobowiązane do podjęcia działań, które doprowadzą do ograniczenia marnowania żywności o 10 proc. w przetwórstwie i produkcji oraz o 30 proc. na mieszkańca łącznie w handlu detalicznym i konsumpcji (restauracje, punkty gastronomiczne i gospodarstwa domowe) w porównaniu ze średnią z lat 2021–2023.

*Źródło: Newseria*