



Αειφόρος διαχείριση τροφίμων



Δράση για την μείωση της σπατάλης τροφίμων στο σπίτι

Εισαγωγή – Παρούσα Κατάσταση

Παγκοσμίως 870 εκατ. άνθρωποι υποσιτίζονται¹ και η πείνα αποτελεί τον υπ' αριθμό ένα κίνδυνο για την υγεία μας², ενώ περίπου το ένα τρίτο των τροφίμων που προορίζονται για ανθρώπινη κατανάλωση χάνεται ή σπαταλιέται σε παγκόσμιο επίπεδο κάθε χρόνο³. Την ίδια στιγμή η παχυσαρκία έχει γίνει παγκόσμια μάστιγα αφού αφορά 1,7 δισ. ανθρώπους⁴.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (FAO) που προέβη σε εκτίμηση του κόστους της σπατάλης τροφίμων σε παγκόσμια κλίμακα, διαπίστωσε ότι, επιπλέον του οικονομικού κόστους που εκτιμάται σε 1 τρισεκατομμύριο δολάρια ΗΠΑ ετησίως (που αντιστοιχεί στην αξία των προϊόντων που σπαταλούνται και των επιδοτήσεων που καταβλήθηκαν για την παραγωγή τους), το περιβαλλοντικό κόστος (εκπομπές αερίων θερμοκηπίου, λειψυδρία και διάβρωση) αγγίζει τα 700 δισεκατομμύρια δολάρια ΗΠΑ⁵.

Το συνδεδεμένο με τη σπατάλη τροφίμων κόστος εμπεριέχει τουλάχιστον δύο συνιστώσες: το οικονομικό και το περιβαλλοντικό κόστος. Το οικονομικό κόστος δεν περιορίζεται μόνο στο συνδεδεμένο με την τελική τιμή των προϊόντων, αλλά περιλαμβάνει και το κόστος που συνδέεται με την παραγωγή, τη μεταφορά και την αποθήκευση των απορριπτόμενων προϊόντων, καθώς και το κόστος επεξεργασίας τους. Από περιβαλλοντική άποψη, η σπατάλη τροφίμων ισοδυναμεί με σπατάλη των πόρων που χρησιμοποιήθηκαν καθ' όλο τον κύκλο ζωής των προϊόντων (γεωργική γη, νερό, ενέργεια και άλλες πρώτες ύλες) και μεταφράζεται σε αύξηση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου⁶.

Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, περίπου 88 εκατομμύρια τόνοι τροφίμων σπαταλούνται ετησίως στην ΕΕ^{7,8}, κόστους κατ'εκτίμηση 143 δισεκατομμυρίων ευρώ, με τη σπατάλη να επικεντρώνεται κυρίως στην κατανάλωση⁷. Το 70% των απορριμάτων τροφίμων της ΕΕ, προέρχεται από τα νοικοκυριά, τις υπηρεσίες τροφίμων και τη λιανική πώληση, ενώ το 30% προκύπτει από τον τομέα της παραγωγής και της μεταποίησης⁸.

Σε Ευρωπαϊκό επίπεδο εκτιμάται ότι, εάν δεν ληφθούν πρόσθετα μέτρα ή δεν αναληφθούν δράσεις πρόληψης, η συνολική σπατάλη τροφίμων θα ανέλθει σε περίπου 126 εκατομμύρια τόνους το 2020⁹. Η ΕΕ και τα κράτη μέλη έχουν δεσμευθεί για την επίτευξη του στόχου μείωσης της σπατάλης τροφίμων, καθώς υιοθετήθηκε από τη Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών, στο πλαίσιο των Στόχων Αειφόρου Ανάπτυξης 2030 (SDG)¹⁰. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τον στόχο 12.3 (SDG12.3) μέχρι το 2030, πρέπει να έχει επιτευχθεί μείωση κατά το ήμισυ στην κατά κεφαλή παγκόσμια σπατάλη τροφίμων σε επίπεδο λιανικής πώλησης και καταναλωτών

¹ World Food Programme, (2013), [<http://www.wfp.org/hunger>]

² FAO, (2013), *10 Things You Need To Know About Hunger*

³ Swedish Institute for Food and Biotechnology, (2012), *Global Food Losses and Food Waste, commissioned by FAO*

⁴ Worldwatch Institute, [<http://www.worldwatch.org/nearly-two-billion-people-worldwide-now-overweight>]

⁵ FAO, (2013), «Food wastage Foodprint. Impacts on natural resources»

⁶ FAO, (2015), «Food wastage Foodprint & Climate change

⁷ Ποσότητα που βασίζεται σε στοιχεία του 2012, [http://ec.europa.eu/food/safety/food_waste/index_en.htm].

⁸ FUSIONS, 'Estimates of European food waste levels', www.eu-fusions.org, 2016

⁹ European Commission (DG ENV - Directorate C), (Oct 2010), *Final Technical Report – Preparatory Study on Food Waste across EU 27, 2010-054*

¹⁰ The Council conclusions of 20 June 2016 on Closing the loop – An EU action plan for the Circular Economy, COM(2015)614 [<http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?qid=1453384154337&uri=CELEX:52015DC0614>]

καθώς και μείωση των απωλειών των τροφίμων κατά μήκος της αλυσίδας παραγωγής και εφοδιασμού, συμπεριλαμβανομένων των απωλειών που υπάρχουν μετά τη συγκομιδή)^{10,11}. Επιπλέον, σε ευρωπαϊκό επίπεδο πρόσφατα προτάθηκε¹² η μείωση του στόχου αυτού τουλάχιστον σε 30% μέχρι το 2025.

Στην Ελλάδα επί του παρόντος, λόγω της έλλειψης εκτεταμένης και εμπεριστατωμένης έρευνας, συγκεκριμένα και λεπτομερή στοιχεία σχετικά με την σπατάλη των τροφίμων στο σπίτι δεν είναι διαθέσιμα⁸. Επιπλέον είναι απύσαστη και η δημόσια συζήτηση γύρω από αυτό το σημαντικό κοινωνικό πρόβλημα. Με αφορμή την οικονομική κρίση των τελευταίων ετών, το φαινόμενο προσεγγίζεται συνήθως μόνο από την ανθρωπιστική του σκοπιά, δηλαδή της αντίφασης της σπατάλης τροφίμων όταν πολλοί συνάνθρωποι μας βρίσκονται σε καθεστώς διατροφικής ανασφάλειας¹³. Αυτή, αποτελεί λογική συνέπεια της πολύ υψηλής ανεργίας στην Ελλάδα τα τελευταία έτη (23,5%)¹⁴ και της πραγματικότητας ότι σχεδόν το 1/3 του πληθυσμού μας ζει κάτω ή κοντά στο όριο της φτώχειας¹⁵.

Η σπατάλη των τροφίμων στην κατανάλωση, υπολογίζεται μόνο έμμεσα, δηλαδή μέσω της αποδεδειγμένης μείωσης όλων των απορριμμάτων των νοικοκυριών, γεγονός που αποτελεί ακόμα ένα ενδεικτικό στοιχείο της μείωσης του διαθέσιμου εισοδήματος και της κατανάλωσης¹⁶.

Στην Ελλάδα σύμφωνα με τα επίσημα στοιχεία της Eurostat¹⁷ κατά το 2011, παράχθηκαν περίπου 5,5 εκατομμύρια τόνοι αστικών στερεών αποβλήτων (ΑΣΑ). Στην Αττική παράγονται περίπου το 37% ήτοι περίπου 2 εκατομμύρια τόνοι το έτος). Ο μέσος συντελεστής παραγωγής απορριμμάτων ήταν 458 κιλά/κάτοικο.

Σε ποιο βαθμό όμως νιώθουν ανησυχία/ενόχληση οι Έλληνες όταν έχουν σπαταλήσει τρόφιμα; Σύμφωνα με έρευνα¹⁸ που διεξήχθη το 2012, η μεγάλη πλειοψηφία (90%) δήλωσε ότι ενδιαφέρεται, όπως και άλλοι Ευρωπαίοι¹⁹, ενώ κανείς από τους ερωτηθέντες δεν δήλωσε ότι δεν τον ενδιαφέρει. Οι απαντήσεις καταδεικνύουν ότι, με βάση την αυτο-αναφερόμενη συμπεριφορά τους, **οι καταναλωτές έχουν θετική στάση**

¹¹ United Nations, [<http://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-consumption-production/>]

¹² Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, Γενική Διεύθυνση Περιβάλλοντος Δημόσιας Υγείας και Ασφάλειας τροφίμων, (8-12-2016), *Draft report on initiative on resource efficiency: reducing food waste, improving food safety* (2016/2223(INI))

¹³ Η ραγδαία πτώση του κατά κεφαλήν εισοδήματος τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα έχει και τις ανάλογες επιπτώσεις στην διατροφική ανασφάλεια των Ελλήνων, [<http://foodsecurityindex.eiu.com/Country/Details#Greece>]

¹⁴ EUROSTAT, (Μάιος 2016), [http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Unemployment_statistics]

¹⁵ Σύμφωνα με δηλώσεις του Διοικητή της Τράπεζας της Ελλάδος: [<http://www.alphatv.gr/Newsroom/Alpha-News/Economy/-%CE%94%CE%B5%CE%BD-%CF%85%CF%80%CE%B1%CF%81%CF%87%CE%BF%CF%85%CE%BD-%CF%80%CE%B5%CF%81%CE%B9%CE%B8%CF%89%CF%81%CE%B9%CE%B1-%CE%B5%CF%86%CE%B7%CF%83%CF%85%CF%87%CE%B1%CF%83%CE%BC%CE%BF%CF%85-%CF%84%CE%BF%CE%BD%CE%B9%CE%B6%CE%B5%CE%B9-%CE%BF-%CE%93-.aspx>]

¹⁶ [<http://archive.avgi.gr/ArticleActions/show.action?articleID=665952>]

¹⁷ EUROSTAT news release, (33/2013), [<http://ec.europa.eu/eurostat/documents/2995521/5160410/8-04032013-BP-EN.PDF/c8bcd2cd-a8d0-4bf1-b862-62209408c532?version=1.0>]

¹⁸ Abeliotis, K., Lasaridi, K. and Chroni, C. (2014). "Attitudes and behavior of Greek households regarding food waste prevention". *Waste Management & Research* 32(3)237-240

¹⁹ Schneider F and Lebersorger S. (2009) Households attitudes and behaviour towards wasting food – a case study. In: Cossu, Diaz and Stegmann (eds), *Proceedings of 12th Sardinia 2009 Symposium*, Cagliari: CISA Environmental Sanitary Engineering Centre. Abstract, pp. 831–832

απέναντι στην πρόληψη της σπατάλης των τροφίμων και θα ήθελαν να την αποφύγουν, παρόλο που η απόρριψη τροφίμων αποτελεί μέρος της καθημερινής τους ρουτίνας^{20,21}. Οι καταναλωτές, τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρωπαϊκό επίπεδο, πιστεύουν ότι μπορούν να παίξουν βασικό ρόλο στην μείωση της σπατάλης των τροφίμων²².

Όσον αφορά στις ενέργειες μέσω των οποίων θα μπορούσε να επιτευχθεί μείωση της σπατάλης τροφίμων, ο παρακάτω πίνακας είναι ενδεικτικός. Οι Έλληνες καταναλωτές απάντησαν στην ερώτηση «Ποιές από τις παρακάτω ενέργειες απέδωσαν στη μείωση των απορριμμάτων τροφίμων που πετάξατε κατά τους τελευταίους 12 μήνες»²³.

ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ	%
Αγοράζω μόνο τα τρόφιμα που είναι αναγκαία	54,4
Έχω προετοιμαστεί προσεκτικά ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα γευμάτων	40,4
Προσπαθώ να αγοράσουν τρόφιμα, μόνο αφού έχω καταναλώσει ό,τι έχω στο σπίτι	40,4
Ξεκίνησα να μαγειρεύω τα περισσεύματα από τις προηγούμενες ημέρες	10,5
Εκτιμώ καλύτερα τις μερίδες φαγητού που καταναλώνουμε	26,3
Αγοράζω περισσότερα τοπικά / ελληνικά προϊόντα διατροφής	17,5
Κρίνω καλύτερα πόσο καιρό παίρνει για ένα τρόφιμο να σαπίσει	10,5
Μπορώ να χρησιμοποιήσω καλύτερα τις ετικέτες των τροφίμων "ανάλωση κατά προτίμηση πριν" και "ημερομηνία λήξης"	10,5
Καλύτερη χρήση του καταψύκτη	19,3
Έχω κάνει λίστα πριν πάω για ψώνια τροφίμων	63,2
Ελέγχω τα ντουλάπια στο σπίτι πριν πάω για ψώνια τροφίμων	52,6

Παράγοντες που επηρεάζουν την σπατάλη τροφίμων

²⁰ Evans D. (2012) *Beyond the throwaway society: ordinary domestic practice and a sociological approach to household food waste*. *Sociology* 46:41–56

²¹ Stefan V, van Herpen E, Tudoran A, Lähteenmäki L. (2013) *Avoiding food waste by Romanian consumers: the importance of planning and shopping routines*. *Food Quality and Preference* 28: 375–381

²² Flash Eurobarometer 425, (September 2015), "Food waste and date marking"

²³ Abeliotis K., Lasaridi K., Chroni C. and Papakosta A. (2012b). *Preliminary assessment of food waste generation in households in Greece*, [<http://wasptool.hua.gr/documents/orbit12i.pdf>]

Σύμφωνα με έρευνες^{8,9,24,25,26,27,28,29} οι παράγοντες που επηρεάζουν την σπατάλη των τροφίμων σε οικιακό επίπεδο είναι:

Ημερομηνία λήξης τροφίμων

Ευρέως αναγνωρισμένη¹² είναι η συνεισφορά στην σπατάλη τροφίμων, της παρερμηνείας ή της σύγχυσης σχετικά με την ημερομηνία λήξης που αναγράφεται στις ετικέτες αυτών. Σε πολλές χώρες²² συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας^{18,22} οι καταναλωτές δεν κατανοούν την διαφορά που υπάρχει μεταξύ των όρων “ανάλωση κατά προτίμηση πριν από” και “ανάλωση έως” με τάση να αντιμετωπίζουν και τους δύο το ίδιο. Η έλλειψη σαφήνειας στη δήλωση της ημερομηνίας λήξης και ενημέρωσης των καταναλωτών σχετικά, οδηγεί σε ένα μεγαλύτερο ποσοστό απορριπτόμενων τροφίμων που στην πραγματικότητα είναι ακόμη βρώσιμα. Στην αντίθετη περίπτωση, μπορεί να οδηγήσει στην κατανάλωση προϊόντων που είναι πραγματικά επικίνδυνα μετά την ημερομηνία λήξης τους.

Αποθήκευση

Ακατάλληλες συνθήκες αποθήκευσης οδηγούν στη σπατάλη τροφίμων σε όλη την αλυσίδα εφοδιασμού αλλά είναι ιδιαίτερα σημαντική στα νοικοκυριά. Η μη σωστή αποθήκευση τροφίμων, σύμφωνα με την επισήμανση, μπορεί να συμβάλει στην πρόωρη αλλοίωση των τροφίμων. Το ίδιο αποτέλεσμα μπορεί να έχει η απουσία οδηγιών αποθήκευσης ή η έλλειψη της απαραίτητης προσοχής των καταναλωτών στις ετικέτες, όπου προβλέπεται. Πολλοί καταναλωτές πιστεύουν³⁰ ότι τα τρόφιμα πρέπει να απομακρύνονται από την συσκευασία τους πριν αποθηκευθούν στο σπίτι, αλλά αυτό δεν είναι σωστό. Η έκθεση WRAP²⁴ αναφέρει ότι πάνω από δύο εκατομμύρια τόνοι τροφίμων δεν είχαν αποθηκευτεί σωστά στο Ηνωμένο Βασίλειο, πολλαπλασιάζοντας τη σπατάλη των τροφίμων και παρουσιάζοντας εν δυνάμει θέματα ασφάλειας τροφίμων.

Οι βέλτιστες συνθήκες αποθήκευσης, και η σωστή χρήση του ψυγείου και της κατάψυξης αντίθετα, μπορούν να παρατείνουν σημαντικά τη διάρκεια ζωής των τροφίμων, συχνά πέρα από τις αναγραφόμενες ημερομηνίες λήξης. Αεροστεγή δοχεία, για παράδειγμα, διατηρούν εύκολα την ποιότητα των ξηρών τροφίμων, όπως φρούτα, ξηροί καρποί, ρύζι, ζυμαρικά, φασόλια και τα δημητριακά για μεγάλα διαστήματα.

Συσκευασία και το μέγεθος μερίδας

Η συσκευασία μπορεί να ενισχύσει τη μακροζωία σε κάποια προϊόντα διατροφής. Οι ζωή των προϊόντων με υψηλή περιεκτικότητα σε νερό (π.χ. αγγούρια) μπορεί να επεκταθεί στο πενταπλάσιο μέσα σε πλαστικό

²⁴ WRAP,(2008), *Research into consumer behaviour in relation to food dates and portion sizes. Food waste report: the food we waste.* [<http://wrap.s3.amazonaws.com/the-food-we-waste.pdf>]

²⁵ NRDC, (2012), *Wasted: How America Is Losing Up to 40 Percent of Its Food from Farm to Fork to Landfill*, iP:12-06-B [<https://www.nrdc.org/sites/default/files/wasted-food-IP.pdf>]

²⁶ WWF,(2013), *Food Waste & Food Loss, A research summary conducted by R&D Staff to inform internal WWF*

²⁷ Committee on World Food security, *HLPE report 8, (2014) "Food losses and waste in the context of sustainable food system*

²⁸ UNEP, (2014), *Prevention and reduction of food and drink waste in businesses and households-Guidance for governments, local authorities, businesses and other organizations*

²⁹ Netherlands Nutrition Center, (2014), *Fact sheet on Consumer food waste*

³⁰ Plumb, A., P. Downing, and A. Parry, (2013), *Consumer Attitudes to Food Waste and Food Packaging*, WRAP/ Icaro Consultants: Berbury, UK.

περιτύλιγμα, καθώς μειώνει την απώλεια νερού³¹ κατά την αποθήκευση. Η επανασφραγιζόμενη επίσης συσκευασία μπορεί εύκολα να επεκτείνει την διάρκεια ζωής πολλών τροφίμων σε σύγκριση με την μη επαναχρησιμοποιούμενη συσκευασία.

Όμως σύμφωνα με έρευνα που έγινε στη Σουηδία³² βρέθηκε ότι η συσκευασίες αποτελούν το 20 με 25% των απορριμάτων τροφίμων καθώς οι καταναλωτές τείνουν να αγοράζουν μεγάλες συσκευασίες και χύμα προσφορές, για να μεγιστοποιήσουν την αξία των οικονομικών τους πόρων⁸ αλλά και επηρεάζονται από τις στρατηγικές προώθησης των παραγωγών³³. Έτσι τα νοικοκυριά του ενός ατόμου, οι οικογένειες με παιδιά ιδιαίτερα μικρά και τα νοικοκυριά των νέων ηλικίας κάτω των 25 ετών, σπαταλούν περισσότερα τρόφιμα λόγω των μεγάλων συσκευασιών που αγοράζουν, όταν οι συσκευασίες δεν είναι επανασφραγιζόμενες^{34,35,36} και όταν οι προτεινόμενες μερίδες είναι μεγάλες³⁷.

Ευαισθητοποίηση/Ενημέρωση και Γνώση

Η φθινή και διαθέσιμη τροφή στις ανεπτυγμένες χώρες, έχει δημιουργήσει συμπεριφορές που έχουν ως αποτέλεσμα να μην δίνεται ιδιαίτερη σημασία στην αξιοποίηση όλων των προϊόντων που αγοράζονται. Το θέμα της σπατάλης των τροφίμων δεν απασχολεί πολλούς καταναλωτές, ακόμη και εκείνους που δηλώνουν ότι ενδιαφέρονται για το περιβάλλον ή την εξοικονόμηση πόρων^{25,9}. Επιπλέον και αυτοί που μπορεί να ενδιαφέρονται υποτιμούν τις ποσότητες που σπαταλούν. Σχετική έρευνα³⁸ κατέδειξε ότι ενώ οι καταναλωτές πίστευαν ότι σπαταλούσαν το 4% των τροφίμων που αγόραζαν, το ποσό αυτό ήταν 18%.

Η απουσία ενημέρωσης σε συνδυασμό με την έλλειψη γνώσεων σχετικά με τα μέτρα πρόληψης επιδεινώνει το πρόβλημα της σπατάλης των τροφίμων στα νοικοκυριά.

Ο λόγος που οι καταναλωτές πετούν το φαγητό που έμεινε είναι ότι θεωρούν την εναπομείνουσα ποσότητα πάρα πολύ μικρή για να αποθηκευτεί ή απλά δεν ξέρουν τι να κάνουν με τα περισσεύματα τους³⁵. Σε πρακτικό επίπεδο, ενέργειες όπως η χρήση του εναπομείναντος κρέατος, ψωμιού, ρυζιού ή ζυμαρικών, τα οποία ιστορικά μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε πολλά κλασικά ευρωπαϊκά πιάτα, δεν εφαρμόζονται ή δεν είναι ευρέως γνωστά. Το μπαγιάτικο ψωμί για παράδειγμα, μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μια σειρά από παραδοσιακά πιάτα, όπως τα κεφτεδάκια, μπιφτέκια ή ρολό στην Ελλάδα, η *panzanella* στην Ιταλία, το *pain perdu* στη Γαλλία και η πουτίγκα ψωμιού στο Ηνωμένο Βασίλειο, εκμεταλλευόμενοι κάθε μπουκιά φαγητού.

Πληροφορίες σχετικά με τις τεχνικές πρόληψης της σπατάλης των τροφίμων μπορούν να βοηθήσουν τους καταναλωτές να κατανοήσουν πώς να ψωνίζουν εξυπνότερα και να χρησιμοποιούν αποτελεσματικά τα τρόφιμα που αγοράζουν.

³¹ Morrisons "Keep it Fresh Test": www.morrisons.co.uk/Corporate/Press-office/Corporatereleases/Morrisons-launch-Great-Taste-Less-Waste-campaign-to-save-families-up-to-600-per-year/

³² Williams, H., Wikström, F., Otterbring, T., Löfgren, M. & Gustafsson, A. (2012). Reasons for household food waste with special attention to packaging. *Journal of Cleaner Production*, 24: 141–148.

³³ WRAP, (2011a), *Investigation into the possible impact of promotions on food waste*. Banbury, UK.

³⁴ WRAP, (2007) *Food Behaviour Consumer Research: Quantative Phase*, WRAP/ BrookLyndHurst: Banbury

³⁵ Janssen, E., et al., (2010), *Voedselverspilling in huishoudens; determinantenonderzoek*, Rescon research and consultancy: Amsterdam

³⁶ Parfitt, J., Barthel, M. & Macnaughton, S. (2010), *Food waste within food supply chains: quantification and potential for change to 2050*. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 365(1554): 3065–3081.

³⁷ B. Wansink, B. Koert, and V. Ittersum, (July 2007), "Portion Size Me: Downsizing Our Consumption Norms," *Journal of the American Dietetic Association*, 107, No. 7, 1103-1106

³⁸ HISPACOP (Confederación Española de Cooperativas d Consumidores y Usuarios). 2012. *Estudio sobre el desperdicio de alimentos en los hogares*

Προγραμματισμός γευμάτων και πρώτων υλών

Η έλλειψη προσοχής κατά την αγορά των τροφίμων μπορεί να αποδοθεί στην αφθονία που υπάρχει στην αγορά και το σχετικά χαμηλό κόστος των προϊόντων διατροφής σε σχέση με το εισόδημα των νοικοκυριών. Οι εκφράσεις "Αγοράζοντας πάρα πολύ» ή «έλλειψη σχεδιασμού για ψώνια" αναφέρονται συχνά ως αιτίες της σπατάλης τροφίμων στο σπίτι.

Αγαθά που αγοράζονται χωρίς να έχουν συνδυαστεί σωστά προκειμένου να αποτελέσουν ένα γεύμα, τρόφιμα που δεν τα καταναλώνουν κάποια μέλη της οικογένειας ή στην περίπτωση των ιδιαίτερα ευπαθών προϊόντων, δεν μπορεί να καταναλωθούν στην ώρα τους. Επιδεινώνοντας την έλλειψη σχεδιασμού από την πλευρά των καταναλωτών, οι στρατηγικές πώλησης αρκετών μονάδων των προϊόντων τροφίμων από τους λιανοπωλητές (δύο-για-ένα προσφορές, για παράδειγμα) έχει αναγνωριστεί ως μια επιπλέον πηγή της σπατάλης τροφίμων, όσον αφορά την αγορά³⁹.

Βέβαια μόνο ο προσεκτικός σχεδιασμός δεν επιλύει όλα τα προβλήματα. Ο προγραμματισμός των γευμάτων, ο σωστός υπολογισμός των ποσοτήτων που χρειαζόμαστε, ο έλεγχος για τον εντοπισμό των προμηθειών που έχουμε και αυτών που πρέπει να αγοράσουμε και η δημιουργία λίστας με τα προϊόντα που χρειαζόμαστε είναι επίσης από τους παράγοντες που συνηγορούν αποτελεσματικά στην μείωση της σπατάλης⁴⁰.

Διατροφικές προτιμήσεις

Σπατάλη τροφίμων μπορεί να γίνει χωρίς πρόθεση, κυρίως λόγω της έλλειψης προγραμματισμού και προσοχής. Ωστόσο, υπάρχουν τρόφιμα που σπαταλούνται λόγω της προσωπικής προτίμησης των καταναλωτών. Σύμφωνα με το WRAP⁴¹ η σπατάλη αυτή αντιπροσωπεύει 1,5 εκατομμύρια τόνους ετησίως στο Ηνωμένο Βασίλειο.

Παραδείγματα των ειδών διατροφής που απορρίπτονται λόγω των προτιμήσεων είναι η κόρα του ψωμιού κ.λπ. Αυτός ο παράγοντας σπατάλης τροφίμων θεωρείται σύμφωνα με τις μελέτες από τους πιο δύσκολους να αλλάξει⁴².

Αιτία της αύξησης των τροφίμων στα οικιακών απορρίματα μπορεί επίσης να είναι το γεγονός ότι για πρώτη φορά ο καταναλωτής αγόρασε προϊόντα που "δεν του άρεσαν"³⁹.

³⁹ Wansink, B. (2001) 'Abandoned Products and Consumer Waste: How did That get into the Pantry?' *Choices* foodpsychology.cornell.edu/workcenter/2001-2002_dfs/Abandoned-Products-Choices-2001.pdf

⁴⁰ 12 Quested, T. and P. Luzecka, (2014) *Household Food and Drink Waste: A people focus*, WRAP: Banbury, UK

⁴¹ WRAP (2009) *Household food and drink waste in the UK*

⁴² http://ec.europa.eu/environment/eussd/pdf/bio_foodwaste_report.pdf