

지구를 지키는 식생활 “푸드마일리지”

음식이 이동 거리, ‘푸드마일리지’

우리 식탁 속에 숨겨진 푸드 마일리지는 얼마일까요?



푸드마일리지란?

먹거리가 생산지에서 식탁에 오르기까지의 이동 거리를 의미합니다.



우리 음식이 얼마나 많은 거리를 이동해왔을까요?

우리 음식 중 절반이 수천 킬로미터 떨어진 곳에서 생산한 것입니다.



푸드마일리지를 감소시키는 방법은?

첫째, 가까운 우리 지역에서 생산된 식재료 이용하기!
둘째, 다채롭고 다양한 식재료 사용하기!



[출처] 환경교육포털

지구를 지키는 “채식급식”

환경과 건강을 위한 채식급식!

건강한 환경을 지키기 위해 채식 급식을 실천하는 것은 우리 모두의 몫입니다!



채식에는 흔히 알고 있는 비건 외에도
여러가지 형태가 있습니다.

	우유·계란 배제	우유 배제	달걀 배제	생선·가금류 배제	육류 배제
비건	○	×	×	×	×
락토	○	○	×	×	×
오보	○	×	○	×	×
락토오보	○	○	○	×	×
페스코	○	○	○	○	×

※ 1회 채식급식은
페스코로 따집니다.

지구 온난화를 막고
건강을 위한 방법,
채식으로 실천해요!

