

# 114 年 12 月營養月刊:廚餘減量 vs 惜食

資料整理:廖巾儀營養師

午餐秘書:楊志雄

鈺珍記公司協助印製



# 珍惜每一口 減少廚餘從我做起

吃多少 點多少

剩食打包帶走

瀝乾回收



#惜食 #減少廚餘 #愛地球



臺中市政府環境保護局  
Environmental Protection Bureau, Taichung City Government



# 廚餘要回收 請分生跟熟

## 生廚餘

綠能發電



果皮類



蔬菜類



咖啡渣



茶葉渣

## 不回收項目

果核類、果殼類

(椰子殼、榴槤殼...)

筍殼

(筊白筍、玉米筍殼、竹筍...)

玉米芯、鳳梨冠芽

蛋殼、海鮮殼

長纖維類

(甘蔗皮、蔗渣、麻蔥莖、香茅草)

稻草、禾本科植物...

以上皆視為「一般垃圾」

## 熟廚餘



麵食類



米食類



豆食類



肉類



蛋類



粉狀類



罐頭類



調味類



零食類

### 注意事項

- 廚餘投入前應先去除水份及雜質(塑膠袋、牙籤、竹筷、衛生紙等垃圾)。
- 廚餘可自主堆肥，民眾如有設備，以不影響環境衛生為前提，可自行運用。



台中好環保



資收好康報



違反者，將依「廢棄物清理法」處新台幣1200~6000元罰鍰。

臺中市政府環境保護局 廣告

本局已開放檔案應用(閱覽、抄錄、複製)。  
歡迎多加利用 上網查詢 TCCGPN 11021020011

# 「生肉」請丟垃圾車

未烹煮的生豬肉、內臟及其豬肉製品等  
均須裝袋丟到垃圾車內



\*生、熟廚餘要分類 維持良好習慣沒煩惱