THOUGHTFUL BITES
Soch Sahi, Waste Nahi

क्या फ़ूड लॉस और फ़ूड वेस्ट अलग हैं?

फ़ूड लॉस

फ़ूड लॉस अर्थात खाद्य हानि तब होता है जब खाने लायक खाना लोगों तक पहुँचने से पहले ही खराब हो जाता है।

यह नुकसान खेतों से लेकर बाज़ार तक, जैसे कि कटाई, भंडारण, परिवहन और प्रोसेसिंग के दौरान होता है।

फ़ूड वेस्ट

फ़ूड वेस्ट अर्थात खाद्य अपशिष्ट तब होता है जब खाने लायक खाना, बिना वजह या ज़रूरत से पहले ही फेंक दिया जाता है।

यह ज़्यादातर तब होता है जब खाना दुकानों, रेस्टोरेंट, होटलों या घरों तक पहुँच जाता हैं।

मात्रात्मक

फ़ूड लॉस और वेस्ट

सप्लाई चेन के दौरान जब इंसानों के उपभोग के लिए रखा गया खाना, मात्रा या वजन में कम हो जाए, तो उसे मात्रात्मक फ़ूड लॉस और वेस्ट कहा जाता है। यह अक्सर तब होता है जब खाना गलत तापमान या हालत में रखने पर ख़राब हो जाए, परिवहन के दौरान नुक़सान हो जाए, या उपभोक्ता स्तर पर पहुँच कर खाया न जाए।

गुणात्मक

फ़ूड लॉस और वेस्ट

गुणात्मक फ़ूड लॉस और वेस्ट का मतलब है खाने की गुणवत्ता, जैसे कि रंग-रूप, स्वाद, बनावट या पोषण मूल्य का कम हो जाना। गलत तापमान पर भंडारण, ज़्यादा रोशनी या हवा का संपर्क, कीटाणुओं का बढ़ना, या भौतिक नुकसान इस तरह के नुकसान का कारण बनते हैं।

डेटा स्रोत: फ़ूड लॉस एंड फ़ूड वेस्ट इन इंडिया: द नोन एंड द अननोन, 2021।

हर साल भारत में घरेलू स्तर पर 78.2 मिलियन टन* खाना बर्बाद होता है।

यानी भारतीय घरों में हर साल करीब

55 किलोग्राम खाना

प्रति व्यक्ति बर्बाद होता है।

* डेटा स्रोत: द फ़ूड वेस्ट इंडेक्स रिपोर्ट, 2024।

योजना बनाएं। मात्रा समझें। बर्बादी रोकें।

- खाने को सही तरीके से रखें, बर्बाद न करें
- ज़रूरत के अनुसार ही खाना लें
- बचा हुआ खाना पैक करवाएं

भारत में फ़ूड लॉस और फ़ूड वेस्ट के मुद्दे के बारे में यहाँ और जानें।