



中国包装联合会  
中国出口商品包装研究所  
餐饮外卖绿色包装应用工作组  
美团青山计划

# 餐饮外卖包装减量指引

GUIDANCE ON REDUCTION of CATERING TAKEOUT PACKAGING

2023.8

# 前言

近年来，外卖已经成为就餐的主要形式之一。在极大便利人们生活的同时，外卖包装带来的资源消耗和环境影响也越来越受到关注。国家陆续发布了多项政策，对餐饮外卖包装提出了绿色化、减量化要求，行业也在积极响应和贯彻落实有关规定，推进包装转型。在此过程中，我们发现：与标准化商品不同，外卖餐饮形态多样，需要不同规格的包装和打包方式来保障餐饮品的安全性、完整性和口感，难以完全标准化和采取“一刀切”的办法。餐饮外卖包装减量，需要有一套兼顾商家打包便利性、配送过程安全性和消费者体验的，且具有实操性的原则和指引。

从 2022 年开始，依托“餐饮外卖绿色包装应用工作组”，美团青山计划与中国包装联合会、中国出口商品包装研究所开展《餐饮外卖包装减量指引》（后简称《指引》）研究。发挥平台企业、行业协会和国家级包装研究机构的科研优势，收集了 1678 个商家和 524 名消费者关于外卖包装需求的反馈。通过调研我们了解到，商户和消费者对可持续发展和包装减量都持积极态度，也基本产生了两大共识：一是包装一定要保护好餐食，保障食品安全，防止食品浪费；二是精美的包装可以增加消费者的满意度，但是要注意“度”，一旦包装过“度”，就可能适得其反，招致消费者的负面情绪。

包装减量必须在满足包装基本功能，防止食品浪费的前提下进行。在调研基础上，本《指引》根据餐饮外卖包装的特征，提出了包装减量的定义、原则和分类操作方法，针对性回答了外卖包装减量“是什么”、“怎么做”等问题，希望能够助力餐饮商家提升包装减量意识，了解选购和操作要领；引导包装生产企业开展减量化设计，提供有助于减量的包装解决方案；倡导消费者参与，营造简约适度、绿色低碳的社会氛围。

《指引》的推出是“餐饮外卖绿色包装应用工作组”继《餐饮外卖绿色包装解决方案》后，在餐饮外卖包装减量方面的细化和延伸，我们也欢迎更多的餐饮商家、生产企业和消费者能够参与进来，凝聚各方力量，有效推进餐饮外卖包装绿色低碳转型进程。



## 目 录

|       |                                           |    |
|-------|-------------------------------------------|----|
| 1.    | 餐饮外卖包装减量的定义 .....                         | 3  |
| 2.    | 餐饮外卖包装减量的原则 .....                         | 4  |
| 3.    | 餐饮外卖包装减量操作方法 .....                        | 6  |
| 3.1   | 食品接触包装 .....                              | 6  |
| 3.1.1 | 无汤且无油 / 少油的“整件”（西式点心、蛋糕、包子、煎饼、汉堡等） .....  | 6  |
| 3.1.2 | 无汤且无油 / 少油的“散件”（冷热菜、米饭类、炒面、拌面、炸物类等） ..... | 6  |
| 3.1.3 | 无汤且重油的食物（炒菜、干锅等） .....                    | 7  |
| 3.1.4 | 冷汤食品（茶饮、带汤卤味等） .....                      | 7  |
| 3.1.5 | 热汤食品（粥品、汤面、炖菜、火锅、串串香等） .....              | 8  |
| 3.1.6 | 其他特殊餐品（饺子、披萨等） .....                      | 8  |
| 3.2   | 外包装袋 .....                                | 9  |
| 3.3   | 餐具 .....                                  | 9  |
| 4.    | 优秀餐饮外卖包装方案分享 .....                        | 9  |
|       | 附录：相关政策及标准内容摘要 .....                      | 12 |

# 1

## 餐饮外卖包装减量的定义

随着时代的发展，“餐饮外卖”这一存在许久的行业从开始的直接使用日用餐饮具，到今天改用专用餐饮具。送餐过程中的“包装”，也从木质食盒、棉被等物件，到今天的集隔绝、保温、密封等功能于一身的外卖包装。但人们对于餐饮外卖包装的最核心要求始终没有变过——保护每一份美味的食物不在流通过程中浪费，能够最终被消费者享用。而包装减量，也是在“保护”的前提下化繁为简，使用相对最适合内部餐食形态和体积的包装，去掉必要保护以外层层嵌套的外包装和包装组件，选择成本适宜的包装材料，以及减少不必要的一次性餐具和其他配件。

一言以蔽之，餐饮外卖包装减量，就是在确保对内装餐食保护功能的前提下，尽量减少包装材料的使用。

## 2

## 餐饮外卖包装减量的原则

### 2.1 降低空隙率

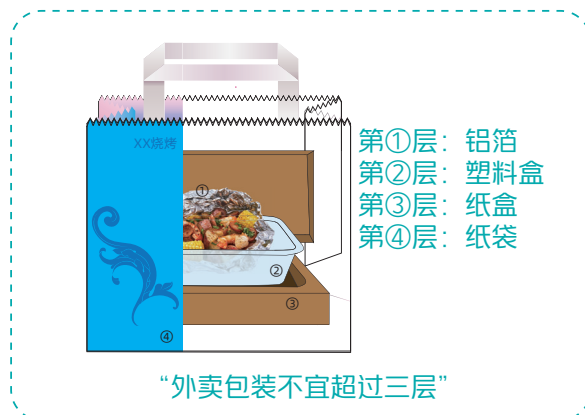
包装空隙率，是指包装内除了食物以外的空白空间，占整体包装体积的比率。对于造型有要求的食物，如蛋糕，适当的包装空隙可以给食物留下一些晃动的空间，从而使其造型不在运输过程中被破坏。而对于其他食物来说，空隙率的提高，意味着无效包装材料占比的增高。当包装的空隙率大到一定程度时，不仅不环保，甚至消费者都会自然而然地生出一种“被骗了”的感觉。

**包装减量第一步：**降低空隙率，尽量选用适配食物体积的包装盒，对“大盒装小菜”说不。

### 2.2 减少包装层数

减少包装层数，是指要减少外卖包装不必要的层层嵌套操作。对于没有实际保护功能的“外套”，应主动进行减量。还有一种情况，则是由于包装材料选择不当，明明有保护功能全面的单层包装材料，却因为种种原因选择了某些保护功能不全面的包装，而通过多层包装实现所需要的保护功能。

**包装减量第二步：**减少包装层数，选用功能恰当的包装材料，以尽可能少的层数解决包装需求，对“层层叠叠”说不。

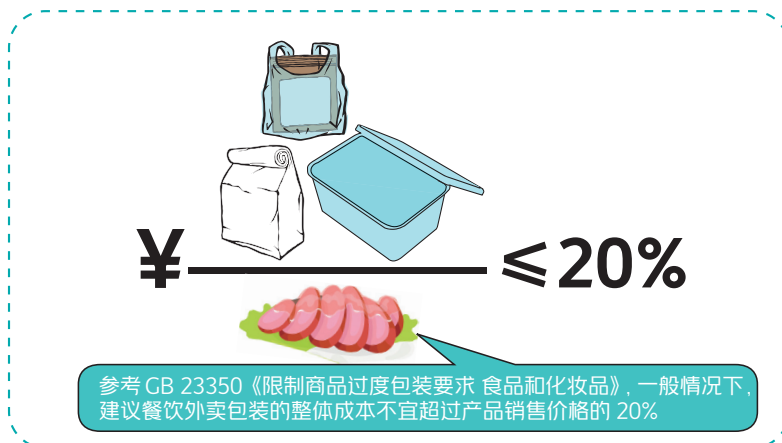


### 2.3 合理控制包装成本

中国自古便有“买椟还珠”的典故。一些主打高端餐饮的品牌，为了树立其高端形象，也开始使用一些成本较高的包装材料和礼盒级别的精美包装形式。然而昂贵或特殊的包装材料本身就会造成大量的资源消耗，单纯依靠不必要的高端包装材料来提升商品附加值的做法应该被摒弃。此外，由于制造过程的资源能源消耗较大，对于陶、瓷、不锈钢等容器，如无法实现闭环回收和重复利用，同样不宜使用；还应当加强与消费者的沟通，引导消费者正确认识和分类处理包装。

**包装减量第三步：**控制包装成本，对“买椟还珠”说不。





## 2.4 减少提供一次性餐具和其他配件

为了促进生态文明建设，近年来，有关政策要求餐饮服务提供者不得主动提供一次性餐具。根据《美团 2022 企业社会责任报告》，截至 2023 年 4 月，已有超过 3.27 亿的美团外卖用户使用过“无需餐具”功能。环保订单占比增长近 40 倍，减少了大量的资源消耗。外卖商户应再接再厉，尽到提示义务，并严格按照消费者选择提供餐具。对于餐垫、手套、牙签等其他配件，同样建议按需提供。

**包装减量第四步：**餐具和其他配件应按需提供，对“资源浪费”说不。



“无需餐具”订单

## 2.5 重复使用或易回收易再生

包装减量首先考虑包装材料的减量化，也可以拓宽思路，通过变废为宝，延长包装材料本身的生命周期。一方面可以采用易回收易再生设计，使用耐用性稍弱但满足食品保护要求的轻量化包装，配合后端循环再生体系促进资源的节约；另一方面，在允许重复使用的情况下，也可以选择使用耐用性更为优越的包装，并引导消费者将其作为一件日常的容器重复使用。这同样也是助力绿色低碳生活方式的有效途径。

条条大路通罗马，包装减量需要商户和消费者的共同努力。商户在选择适宜的包装的同时，还应加强配套宣传和沟通，与消费者携手并进，走向更加绿色低碳的生活。

**包装减量第五步：**做好重复使用或循环再生，对“不合理处置”说不。

# 3

## 餐饮外卖包装减量操作方法

本章节我们将根据不同餐品对包装功能的要求，从易到难，依次介绍不同餐品的推荐减量化包装方式。

注：下文所提的塑料包装均包含全生物降解和不可降解的塑料包装。

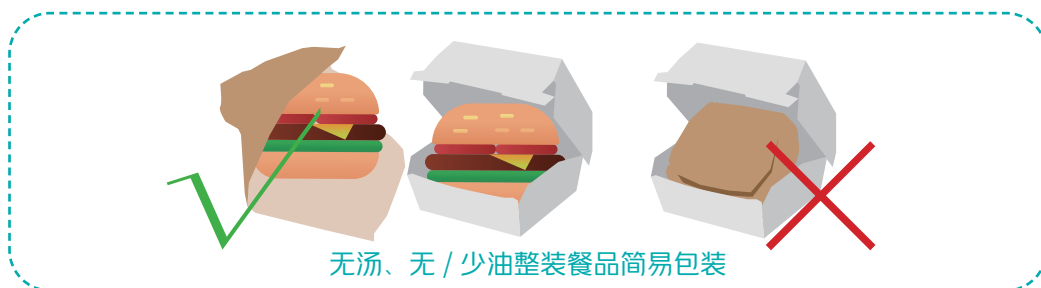
### 3.1 食品接触包装

#### 3.1.1 无汤且无油 / 少油的“整件”（西式点心、蛋糕、包子、煎饼、汉堡等）

这是最为简单的一类餐品。这类餐品最大的特点就是没有太多的汤汁，且餐品本身自成一个整体，并不需要容器去保持其形态。对于此类产品，我们推荐的包装方式是：

- ① 尽量使用简易包装，如纸袋、低克重纸盒等。
- ② 尽量减少包装层数。

以汉堡为例，用一层汉堡纸或者一个汉堡盒装好，再装到一层封口外包装袋中即可。应避免先用汉堡纸，再装汉堡盒，再套外包装袋的包装方式。

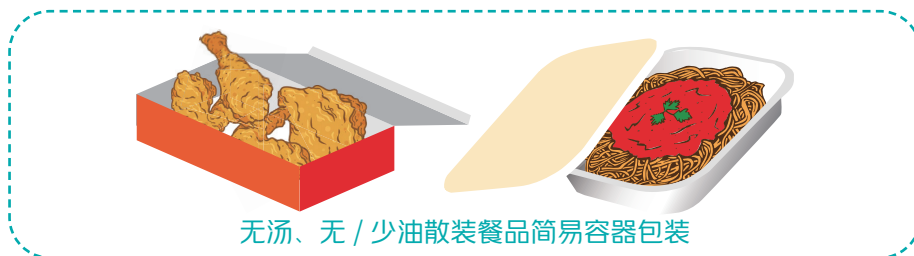


无汤、无 / 少油整装餐品简易包装

#### 3.1.2 无汤且无油 / 少油的“散件”（冷热菜、米饭类、炒面、拌面、炸物类等）

“散件”餐品必须要有一个容器。对于完全没有液态油、酱汁的餐品：

- ① 采用简易的包装容器，纸、塑、金属皆可。
- ② 在结构上，由于不需要考虑汤汁洒漏的问题，可以选用只闭合但不锁紧密封的包装，既省成本，又省材料。

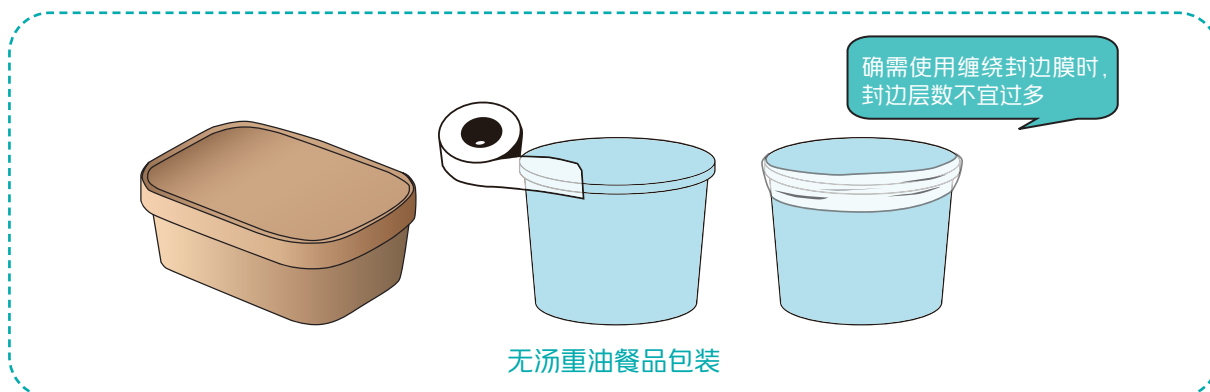


无汤、无 / 少油散装餐品简易容器包装

### 3.1.3 无汤且重油的食品（炒菜、干锅等）

对于重油且无汤、少汤的炒菜，由于油容易渗漏，推荐的包装方式是：

- ①挑选具有基础密封性能的包装。
- ②尽量避免使用封边缠绕膜，如确有必要，可以用窄幅缠绕膜进行封边，封边层数不宜过多。



### 3.1.4 冷汤食品（茶饮、带汤卤味等）

对于冷汤食品，包装容器自身的密封性往往就可以满足防止汤汁撒漏的要求。因此推荐的包装方式是：

- ①具有密封性能的容器，纸、塑、金属皆可。
- ②如果密封性达不到要求，也可以在容器和盖中间垫上封口纸。

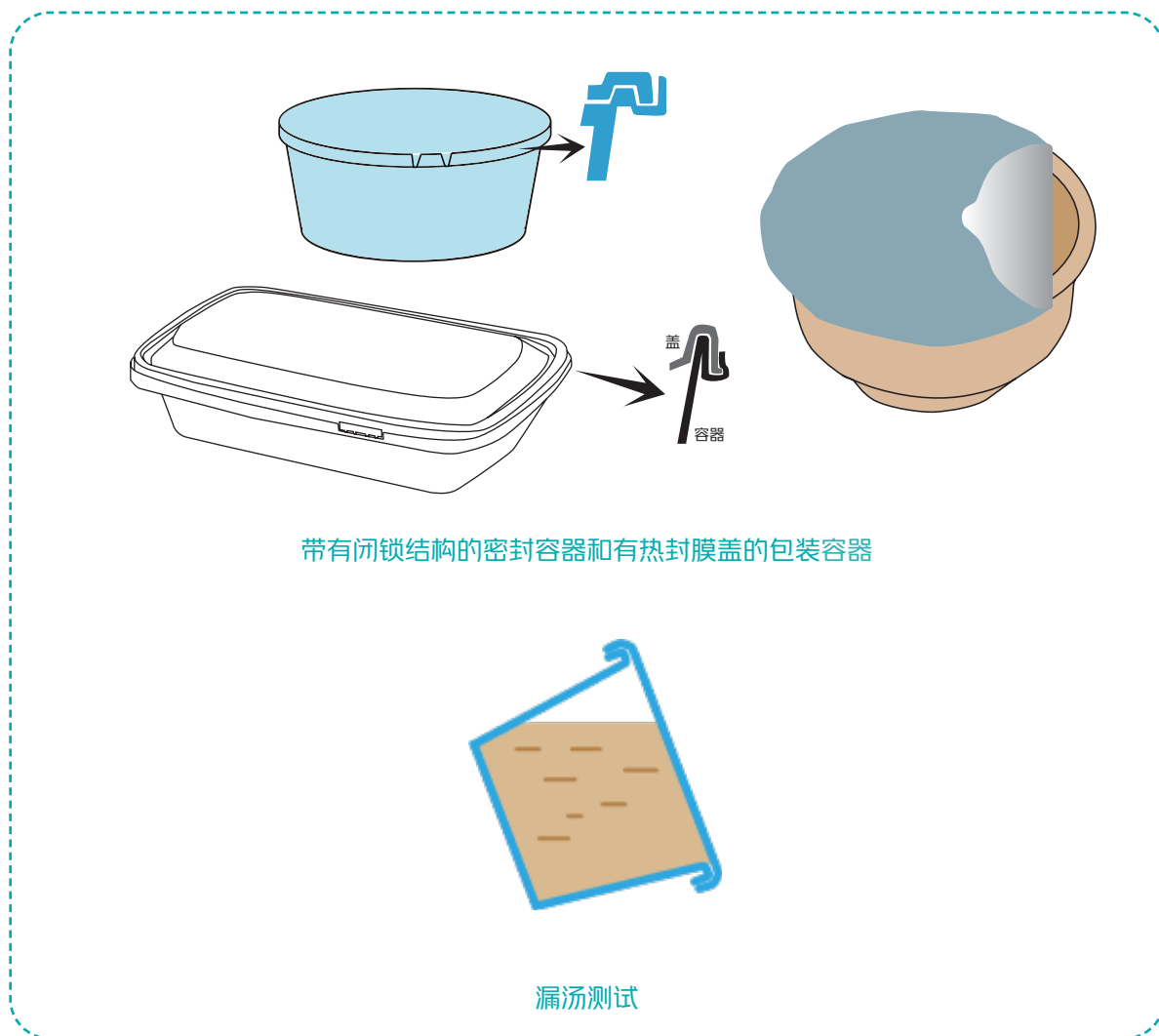


### 3.1.5 热汤食品（粥品、汤面、炖菜、火锅、串串香等）

而对于热汤餐品，首先，不论有没有油，由于高温会在一定程度上导致包装容器形变，继而导致洒漏，因此这里我们推荐的包装方式是：

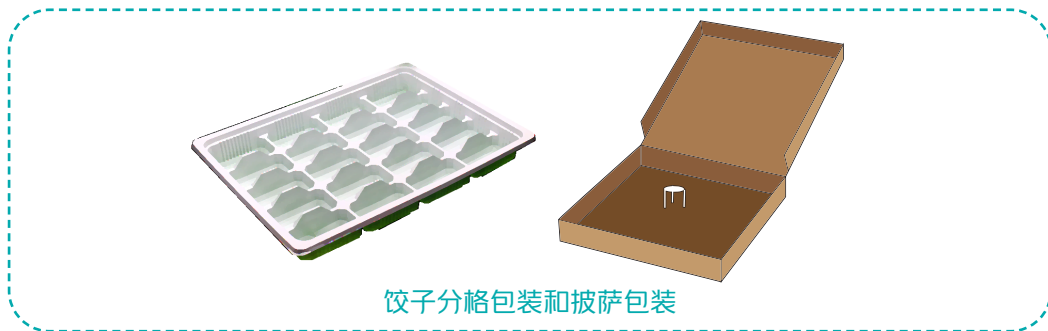
- ① 密封性能较好的容器，如带有闭锁结构的包装容器或有热封膜盖的包装容器。
- ② 如果密封性能还是不尽人意，可以用窄幅缠绕膜封边，封边层数不宜过多。

需要强调的是，对于汤多的餐品，在包装选型的时候，一定要做漏汤测试。如果包装自身的密封性能达标，应免除封边缠绕膜的使用。



### 3.1.6 其他特殊餐品（饺子、披萨等）

对于饺子、披萨等餐品，已经有了较为成熟的包装解决方案，如可以将饺子独立分格，避免饺子粘连，同时“隔板”设计合理，内装数量与餐盒分格相匹配，避免造成空隙率过大。纸质披萨盒是最常用的包装方式之一，对于需要增加披萨托的情况，宜选择可降解材料的包装辅助物。



饺子分格包装和披萨包装

### 3.2 外包装袋

外包装袋也是外卖包装减量的重要部分。推荐的减量方式包括：

- 降低空隙率：尽可能准备多种规格的外包装袋，并根据外卖餐食内包装的尺寸匹配使用。
- 减少包装层数：如非必要，只使用一层外包装袋。
- 减少不易回收和不可降解的包材用量：在一些没有汤汁如轻食、沙拉、西式快餐等场景推荐使用纸袋；其他情况优先考虑使用全生物降解塑料袋，在确有承重要求的情况下可以选择单一材质的无纺布袋；而对于具有保温功能的复合材质包装袋，确定有保温需求的场景下才使用。
- 在保证食品安全的前提下，尽量避免复杂的封口方式，提高外包装袋的重复使用便捷度。

### 3.3 餐具

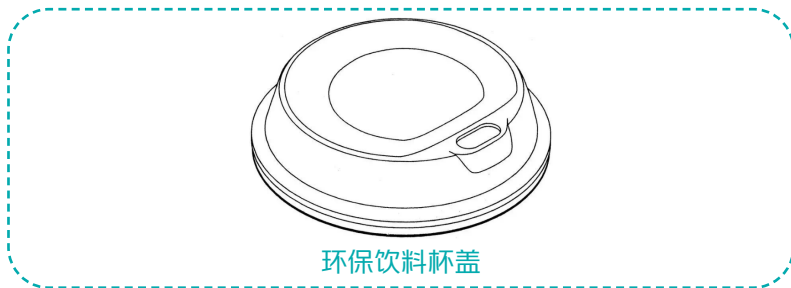
在减少一次性餐具使用方面，继续加强对减少一次性餐具使用的提示和宣传，并严格遵守消费者在下单时的餐具选择，不主动提供一次性餐具。还应尽量简化餐具提供形式，减少复杂的餐具套装的使用。

## 4

## 优秀餐饮外卖包装方案分享

### 4.1 新结构杯盖助力“去吸管革命”

这种杯盖结构在提供了较好的密封性能的同时，免除了吸管的使用。这种结构的使用，在塑料和纸两种材质上都取得了突破，实现了包装材质单一化和材料用量减量化，实现了环境友好性能的改进。



环保饮料杯盖



## 4.2 传统技术新升级，防止汤汁洒漏不再是难题

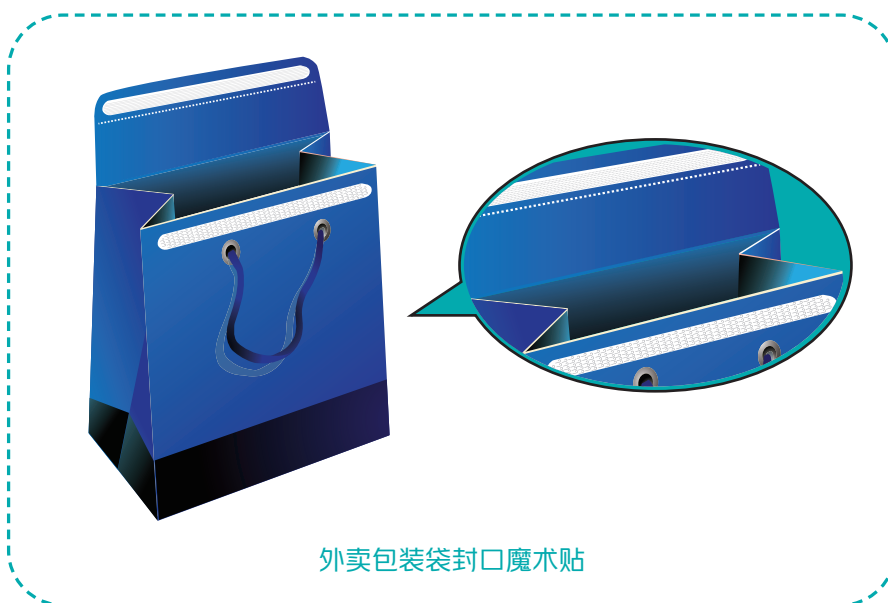


外卖包装热封盖膜

这种新型的外卖包装，使用环保的纸浆模塑容器为主体，以热封的方式复合同样环保的纸基顶盖膜。热封的强度让防止汤汁撒漏不再是难题，从包装本体到缠绕膜等辅助物，多方位减少了塑料包材的用量。包装方案的升级兼顾了环保和食品安全要求。

## 4.3 外包装袋封口小巧思，助力重复使用

你是否也曾遇到这样的不快：一个质地很好的外卖包装袋，本想重复使用起来，但却为封口处的强力双面胶所困扰。有时候在撕开封口双面胶的时候，还可能直接把包装袋撕坏。更有甚者，很多商户为了确保食品安全，在袋封口处使用了大量订书钉，既不利于开启，又容易划伤消费者。



外卖包装袋封口魔术贴

这款外包装袋设计很好地解决了这个问题。使用魔术贴 + 防开启封签的方式，既保障食品安全，又让包装袋的重复使用更加可行、易行。

#### 4.4 集成设计餐盒，减量和易用两手抓

对于套餐类餐食或者需要搭配小料的餐食，这种多格的集成设计餐盒无疑是优秀的解决方案。用单个多格的餐盒代替多个大大小小的单格餐盒，一方面减少了材料的用量，另一方面商家和消费者在使用的时候也更加便捷。



多格集成设计餐盒

#### 4.5 小份餐食日益流行，包装协同减量

倡导绿色消费、减少餐饮浪费在行业内已蔚然成风。在消费端“光盘行动”理念被更多公众接纳和践行。这场绿色浪潮中，“小份菜”、“小份饭”成为了消费者和商家共同的选择。对于小份的餐食，美团青山计划联合包装企业开发并投放了规格更小的以甘蔗渣为原料的包装供商家试用，包装材料的用量相应地得到了大量减少。



美团小份饭

## 附录 相关政策及标准内容摘要

### 《关于进一步加强塑料污染治理的意见》发改环资〔2020〕80号

到 2020 年底，直辖市、省会城市、计划单列市城市建成区的商场、超市、药店、书店等场所以及餐饮打包外卖服务和各类展会活动，禁止使用不可降解塑料袋。

到 2025 年，地级以上城市餐饮外卖领域不可降解一次性塑料餐具消耗强度下降 30%。

### 《国务院办公厅关于进一步加强商品过度包装治理的通知》国办发〔2022〕29号

避免销售过度包装商品。督促指导外卖平台企业完善平台规则，对平台内经营者提出外卖包装减量化要求。

加大监管执法力度，加强行业管理。加强对电商、快递、外卖等行业的监督管理，督促指导相关行业优先采用可重复使用、易回收利用的包装物，优化物品包装，减少包装物的使用。

### GB 23350-2021《限制商品过度包装要求 食品和化妆品》

包装空隙率：食品和化妆品包装空隙率应符合下表的规定。

| 净含量 (Q)<br>mL 或 g     | 空隙率<br>%  |
|-----------------------|-----------|
| $\leq 1$              | $\leq 85$ |
| $1 < Q \leq 5$        | $\leq 70$ |
| $5 < Q \leq 15$       | $\leq 60$ |
| $15 < Q \leq 30$      | $\leq 50$ |
| $30 < Q \leq 50$      | $\leq 40$ |
| $> 50$                | $\leq 30$ |
| 注：本表不适用于销售包装层数仅为一层的包装 |           |

包装层数：粮食及其加工品、月饼及粽子不应超过三层，其他商品不应超过四层。

包装成本：生产组织应采取措施，控制除直接与内装物接触的包装之外所有包装的成本不超过产品销售价格的 20%。

## GB/T 32168-2014 《限制商品过度包装 通则》

应遵循保护功能得当、使用材料适宜、体积容量适量、费用成本合理的原则。在满足正常的包装功能需求的前提下，包装设计应与内装物的质量和规格相适应，有效利用资源，减少包装材料的用量。

合力简化包装结构及功能，不宜采用繁琐的形式或复杂的结构，尽量避免包装层数过多、空隙率过大。必要时，可按具体流通环境条件进行分等级设计包装。

对于一次性包装，在满足流通环境条件要求、方便消费者使用的前提下，应尽可能简单使用。

采用的包装材料应注意包装废弃物对环境的影响，应使用无毒、无害包装材料，包装废弃物要利于回收、降解及处理。鼓励使用可循环再生、回收利用的包装材料。

包装宜采用单一材质，或采用便于材质分离的包装材料。

采取有效措施，控制包装直接成本，考虑包装回收再利用和废气处理时对环境的影响及产生的相关成本。

### 编委

韩雪山 郭振梅 杨碧聪

### 编写组

田瑾 张涛 管沥 刘天航 黄培坤 马嘉玮

### 专家顾问（按姓氏笔画排序）

王利 王微山 王朝晖 牛淑梅 张滨燕

### 减量指引在编写过程中还得到以下餐饮品牌的支持和建议，在此特别鸣谢

白松 嘉和一品

战蓝 FOODBOWL 超级碗

### 免责声明

本《指引》包含特定经营建议，对任何企业或其他组织的投资或经营行为的获利，美团外卖将不会提供任何保证。

本《指引》在编写过程中依赖其认为可靠的信息和数据来源，因此《指引》的全部意见仅代表报告编写组的单方意见，仅可作为参考，美团外卖或其员工均不对任何因使用或依赖本《指引》所载信息而产生的任何性质的索赔或损失负责。

有关《指引》的内容建议或合作诉求，请联系 [huanbao@meituan.com](mailto:huanbao@meituan.com)

