

# Voedselverspilling bij consumenten thuis in Nederland in 2025

## Rapport

Lilou van Lieshout en Kristel Zaal

eerlijk over eten
Voedingscentrum

# Voedselverspilling bij consumenten thuis in Nederland in 2025

## Rapport

Het ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur heeft subsidie verleend aan het Voedingscentrum om onderzoek te coördineren dat inzicht geeft in voedselverspilling door de consument in Nederlandse huishoudens thuis. Het onderzoek heeft als doel om de voortgang met betrekking tot Sustainable Development Goal 12.3 te monitoren. CREM Waste Management en Flycatcher Internet Research hebben de onderzoeken uitgevoerd, onder begeleiding van het Voedingscentrum en een begeleidingscommissie. Wageningen University & Research heeft i.s.m. Rijkswaterstaat de brondata verder verwerkt tot een gewogen gemiddelde voor Nederland. Het Voedingscentrum heeft verdere vervolganalyses uitgevoerd.

De begeleidingscommissie bestond uit de volgende leden:
- Ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur; Tessa Ooijendijk en Floor de Bont
- Rijkswaterstaat; Olaf Janmaat
- Wageningen University & Research; Han Soethoudt
- Milieu Centraal; Judith Brouwer

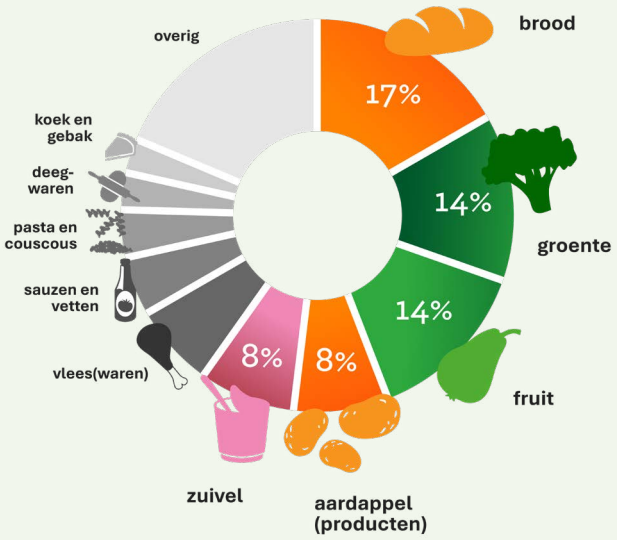
Vanuit het Voedingscentrum waren de volgende personen betrokken bij de opzet, uitvoer en rapportage van het onderzoek:
- Lilou van Lieshout, Expert Duurzaamheid
- Kristel Zaal, Expert Gedrag
- Eva de Groot, Projectmanager
- Marjolijn Schrijnen, Senior Projectmanager Voedselverspilling

De verklaring van de resultaten en de kansen voor de toekomst zijn vastgesteld met inbreng van alle leden van de begeleidingscommissie en met aanvullende inbreng van experts. De conclusies in dit rapport reflecteren niet per definitie de meningen van de organisaties of experts. Experts die mee hebben gedacht werken bij:
- Stichting Samen Tegen Voedselverspilling
- Marketing and Consumer Behavior Group, Wageningen University & Research
- WRAP (Waste and Resources Action Programme) (Verenigd Koninkrijk)
- BehaviourWorks Australia, Monash University (Australië).

# Samenvatting

Het verminderen van voedselverspilling is een van de belangrijkste aandachtspunten om klimaatverandering tegen te gaan en de groeiende wereldbevolking te kunnen voeden. Daarom hebben de Europese Unie en de Nederlandse overheid zich gecommitteerd aan Sustainable Development Goal (SDG) 12.3. De voedselverspilling per persoon bij consumenten en retail moet in 2030 gehalveerd zijn ten opzichte van 2015. Het ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur heeft subsidie verleend aan het Voedingscentrum om dit onderzoek te coördineren. Het geeft inzicht in voedselverspilling door de consument in Nederlandse huishoudens thuis, om zo de voortgang met betrekking tot SDG 12.3 te monitoren.

### Zoveel verspilde de Nederlandse consument in 2025




**In 2025 was de gemiddelde verspilling van vast voedsel bij de Nederlandse consument thuis 25,5 kg per persoon per jaar.** Dat is 7% van de totaal gekochte hoeveelheid voedsel. Steeds minder van het gekochte voedsel wordt verspild. De financiële waarde van voedselverspilling in huishoudens is gemiddeld gelijk aan 100 euro per persoon per jaar.

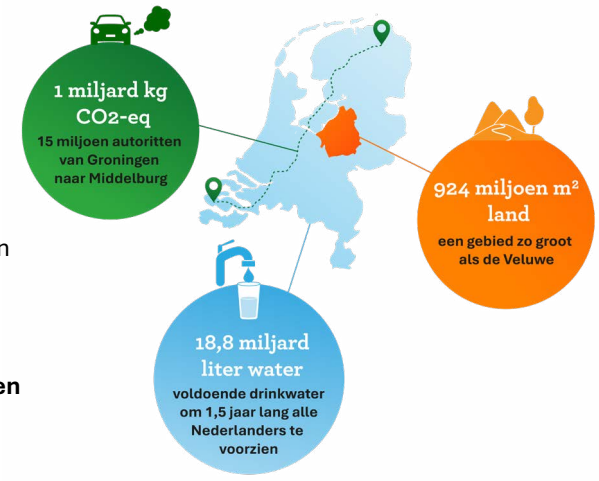
De 5 meest verspilde productgroepen zijn brood (4,3 kg), groente (3,6 kg), fruit (3,5 kg), aardappel(producten) (1,9 kg) en zuivel (1,9 kg). Al jarenlang zijn dit in Nederland de meest verspilde productgroepen.

*Onder 'overig' vallen verschillende productgroepen die relatief weinig worden verspild, zoals eieren en vis.*

## Het voorkomen van voedselverspilling levert milieuwinst

Wanneer voedsel wordt verspild heeft er al impact plaatsgevonden op het milieu. Dit gebeurt tijdens elke stap van de productie, het vervoer, de verpakking en bereiding thuis. Als we in Nederland thuis geen voedsel meer verspillen, is er jaarlijks veel winst te behalen op het gebied van broeikasgasuitstoot, landgebruik en waterverbruik. Er kunnen ook kosten worden bespaard.

**Voedselverspilling heeft impact op het milieu. In dit figuur is te zien wat we jaarlijks besparen als we thuis geen voedsel verspillen:**



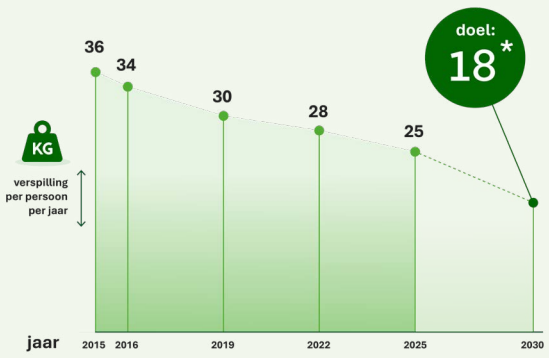

## We willen verspilling voorkomen, maar gedrag veranderen blijkt complex

Vrijwel alle Nederlanders vinden het belangrijk om zo min mogelijk voedsel te verspillen. Toch vindt men het lastig om de daad bij het woord te voegen. Verspillingsgedrag is om meerdere redenen complex. Er zijn vele kleine gedragingen rondom het kopen, koken en bewaren van voedsel die kunnen bijdragen aan verspilling. Daarnaast onderschatten consumenten hoeveel voedsel ze zelf daadwerkelijk verspillen en denken ze dat andere huishoudens meer voedsel weggooien.
Er zijn meerdere concrete handelingen die voedselverspilling kunnen verminderen. Mensen die minder verspillen, geven bijvoorbeeld vaker aan boodschappen met een lijstje te doen en van tevoren de voorraad in huis te checken. Bederf en een verstreken houdbaarheidsdatum zijn dan ook 2 van de meest genoemde redenen voor het weggooien van voedsel.

## Halvering voedselverspilling bij consumenten thuis is in zicht

Inmiddels zijn we halverwege de periode om de halvering te realiseren (SDG 12.3) en is een stabiele dalende trend zichtbaar in de hoeveelheid verspild vast voedsel bij huishoudens in Nederland. In 2025 is een reductie van 29% gerealiseerd ten opzichte van 2015 (van zo'n 36 kg naar zo'n 25 kg). De halvering is in zicht, maar het ligt nog onder het wenselijke scenario van 33% reductie in 2025 t.o.v. 2015.
Sinds 2010 wordt elke 3 jaar de voedselverspilling bij consumenten thuis nauwkeurig in kaart gebracht. De huidige cijfers en trend wijken af van de eerder gecommuniceerde cijfers omdat de analyses zijn geoptimaliseerd en gestandaardiseerd. Alle resultaten in de rapportage van 2025 zijn nu vanaf 2013 tot 2025 goed vergelijkbaar.

**Voedselverspilling bij consumenten thuis door de jaren heen**




**Dit is een schatting voor het behalen van SDG 12.3 om voedselverspilling t.o.v. 2015 te halveren.*

## Mogelijke verklaringen

Er zijn omgevingsfactoren die steeds meer gedragingen faciliteren die verspilling kunnen verminderen, zoals diverse tools en gemaksproducten in de supermarkt. De voedselprijzen zijn door de jaren heen sterk gestegen en ook het percentage van het inkomen dat aan voedsel wordt besteed lijkt te stijgen. Dit kan de hoeveelheid voedselverspilling mogelijk verminderen. In de afgelopen jaren is ook veel aandacht voor het thema met bewustwordingscampagnes en kennisoverdracht.

## Kansen voor de toekomst

We zien een vermindering in de hoeveelheid voedselverspilling thuis, maar voedselverspilling in huishoudens blijkt een probleem dat niet zomaar helemaal is opgelost. Het is dus belangrijk om de huidige activiteiten voort te zetten en nog een stapje extra te doen om het SDG 12.3 doel in 2030 te behalen. Hieronder zijn 3 kansen kort uitgelicht:

1. **Hou het thema top of mind.** Herhaling van de kernboodschappen (o.a. via campagnes), informatie en bieden van handelingsperspectief is van belang zodat kennis beklijft. Frequente blootstelling hieraan op de juiste momenten is nodig om sociale normen te veranderen. Consumenten moeten zich er bewust van zijn én blijven dat voedselverspilling een probleem is waar zij deel van uitmaken en dus ook wat aan kunnen doen. Hoewel bewustwording zelden genoeg is voor gedragsverandering, is het wel een belangrijke basis om de relevantie van het probleem in te zien.
2. **Faciliteer het gewenste gedrag.** Voedselverspilling voorkomen is niet één gedraging, maar een samenspel van vele "kleine" (routine)gedragingen die veelal onbewust plaatsvinden. Het is dan ook belangrijk dat het voorkomen van verspilling zo min mogelijk moeite kost voor consumenten. Het makkelijk maken kan helpen de kloof tussen intentie en gedrag te overbruggen en daarmee voedselverspilling te verminderen. Daarbij is het belangrijk om dit in de juiste context te doen, door 'aanwezig' te zijn op keuzemomenten van de consument. Bijvoorbeeld door houdbaarheidsiconen op verpakkingen te plaatsen die in de keuken aanwezig zijn op het moment dat de consument een afweging maakt of het product nog eetbaar is of niet.
3. **Zet beleid in om voedselverspilling te verminderen.** De Nederlandse overheid faciliteert partijen zoals het Voedingscentrum en de stichting Samen Tegen Voedselverspilling al om in actie te komen tegen voedselverspilling. Mede hierdoor kennen we in Nederland de Verspillingsvrije Week en diverse andere campagnes tegen voedselverspilling. Het is belangrijk om dit voort te zetten. Daarnaast kunnen wet- en regelgeving zeer impactvolle maatregelen zijn om verspilling thuis verder te verminderen en kunnen lokale overheden hun inzet op voedselverspilling vergroten.

# Inhoud


1. Inleiding ... 5
1.1 Probleemstelling ... 5
1.2 Doelstelling voor 2030 ... 5

2. Methode ... 6
2.1 Hoe meten we voedselverspilling bij consumenten thuis? ... 6
2.2 Vervolganalyses ... 7
2.3 Wijzigingen ten opzichte van vorige rapporten ... 7

3. Resultaten en trends: hoeveelheid voedselverspilling thuis ... 9
3.1 Verspilling van vast voedsel thuis in 2025 ... 9
3.2 Verspilling thuis van 2013 tot 2025: Dalende trend zet voort ... 11
3.3 Inzichten per productgroep ... 13
3.4 De impact van de verspilling van vast voedsel ... 14

4. Resultaten verspillingsgedragingen ... 17
4.1 Voedsel inkopen ... 17
4.2 Voedsel bereiden ... 17
4.3 Voedsel bewaren ... 18
4.4 Omgaan met houdbaarheidsdatums ... 18
4.5 Voedsel verspillen ... 19
4.6 Determinanten van verspillingsgedrag ... 21
4.7 Opvallende resultaten in trend (2019-2025) ... 23

5. Discussie van de resultaten ... 24
5.1 Waar staan we nu ten aanzien van het doel om de voedselverspilling bij de consument te halveren in 2030? ... 24
5.2 Mogelijke verklaring van de resultaten ... 25

6. Kansen voor de toekomst ... 27
6.1 Houd het thema top of mind ... 27
6.2 Faciliteer het gewenste gedrag ... 28
6.3 Zet beleid in om voedselverspilling te verminderen ... 29

7. Referenties ... 31

Bijlage I Herhaling: Verspilling van dranken verspilling bij Nederlanders thuis in 2022 ... 34

# 1. Inleiding

## 1.1 Probleemstelling

Het verminderen van voedselverspilling is één van de belangrijkste aandachtspunten om klimaatverandering tegen te gaan en de groeiende wereldbevolking te kunnen voeden [1, 2]. Al ons voedsel is geproduceerd, verwerkt, vervoerd, verpakt en bereid. Hier zijn grondstoffen, arbeid en energie voor nodig geweest. Wanneer voedsel wordt verspild, zijn deze investeringen voor niks geweest. Op deze manier heeft voedselverspilling een impact op milieu, economie en sociale aspecten. Een urgent voorbeeld is de versnelde klimaatverandering door de uitstoot van broeikasgassen. Volgens het International Panel of Climate Change (IPCC) is de productie van voedsel verantwoordelijk voor 21-37% van alle uitstoot van broeikasgas ter wereld [3, 4]. Het is dan ook van groot belang om voedselverspilling waar mogelijk te voorkomen.
In Nederland wordt in totaal ongeveer 1,6 miljard kilogram (kg) voedsel verspild op jaarbasis. Dit is naar schatting een vijfde van al het voedsel dat in Nederland is geproduceerd of geïmporteerd voor Nederlandse consumptie. In 2018 was dit nog 2 miljard kg voedsel per jaar [5]. De verspilling wordt veroorzaakt in de gehele voedselketen en ongeveer 37% wordt veroorzaakt door de consument [6].

In dit rapport bespreken we op hoofdlijnen de situatie van voedselverspilling bij consumenten thuis in 2025 en trends in de tijd. Elke 3 jaar wordt voedselverspilling bij consumenten thuis gemonitord en openbaar gemaakt. De onderzoeksmethode is deze versie herzien ten opzichte van voorgaande rapporten om de nauwkeurigheid van de uitkomsten te verbeteren. De destijds gepubliceerde resultaten zijn niet meer te vergelijken met de huidige resultaten volgens de herziene onderzoeksmethode. Daarom bevat het huidige rapport ook de resultaten van 2013-2025, berekend op basis van de herziene onderzoeksmethode. Daardoor zijn de data uit 2025 met herziene onderzoeksmethode alsnog vergelijkbaar met de data van voorgaande jaren, maar niet met de eerder gepubliceerde hoeveelheden voedselverspilling.

Daarnaast gaat dit rapport in op inzichten vanuit consumentengedrag en attitude. Het verspillen van voedsel is meestal onbedoeld en wordt door diverse factoren bepaald en beïnvloed. We gaan in op kansen om voedselverspilling bij de consument thuis verder terug te dringen.

## 1.2 Doelstelling voor 2030

In 2015 heeft de Verenigde Naties (VN) 17 duurzame ontwikkelingsdoelstellingen (Sustainable Development Goals, oftewel SDG's) vastgesteld voor 2030. Het doel hiervan is dat alle VN-leden bijdragen aan een toekomst waarin welzijn voor mens en planeet wordt gewaarborgd. In SDG 12.3 is onder andere de doelstelling geformuleerd om de voedselverspilling per persoon, bij zowel consumenten thuis als supermarkten, te halveren in 2030 ten opzichte van 2015 [7].
De Europese Unie en de Nederlandse overheid hebben zich aan deze doelstelling gecommitteerd. Voor consumenten in Nederland geldt dat de verspilling van vast voedsel in 2015 is geschat op ongeveer 36 kg per persoon per jaar. Een halvering hiervan betekent een maximale verspilling van ongeveer 18 kg per persoon op jaarbasis in 2030. Dit 3-jaarlijkse onderzoek brengt de hoeveelheid voedselverspilling bij mensen thuis zo goed mogelijk in kaart, om een indruk te krijgen in hoeverre Nederland op weg is om SDG-doelstelling 12.3 te behalen. Een toelichting van de berekening en kanttekeningen voor de interpretatie zijn te vinden in sectie 5.1.

Naast het vrijwillige commitment om SDG 12.3 te halen heeft het Europees Parlement in september 2025 bindende doelstellingen opgenomen om voedselverspilling te verminderen [8]. Lidstaten zijn verplicht om voedselverspilling te verminderen, per eind 2030. Er moet 30% minder voedselverspilling plaatsvinden in het einde van de keten: retail, horeca en in huishoudens. Daarnaast moet de voedselverwerkende industrie 10% minder voedsel verspillen.

Om de doelstellingen in Nederland te behalen is de stichting Samen Tegen Voedselverspilling (STV) opgericht.
STV richt zich op het voorkomen en verminderen van voedselverspilling en het verwaarden van reststromen in de gehele voedselketen. Binnen deze stichting bundelen bedrijven, organisaties, overheid en kennisinstellingen hun krachten om voedselverspilling tegen te gaan in het hele systeem [9]. Het Voedingscentrum is één van de dragende organisaties van deze stichting en heeft de regie over de consumentenactiviteiten van STV. Deze activiteiten worden gefinancierd door een andere dragende organisatie van deze stichting, namelijk het ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur (LVVN).

# 2. Methode

## 2.1 Hoe meten we voedselverspilling bij consumenten thuis?

Het ministerie van LVVN heeft subsidie verleend aan het Voedingscentrum om het onderzoek, dat inzicht geeft in voedselverspilling door de consument in Nederlandse huishoudens thuis, te coördineren en zo de voortgang met betrekking tot SDG 12.3 te monitoren. Sinds 2020 zijn alle EU-landen verplicht om voedselverspilling te monitoren [7, 10].

**Definitie van voedselverspilling**
We definiëren voedselverspilling in dit rapport als 'voedsel dat is geproduceerd voor menselijke consumptie, maar hiervoor niet wordt gebruikt'. Er wordt hierbij geen onderscheid gemaakt tussen voedsel dat voor of na de houdbaarheidsdatum wordt weggegooid, of tussen voedsel dat wel of niet bedorven is. Dranken vallen buiten deze definitie.
Onvermijdbare voedselverspilling door de consument thuis wordt in dit rapport niet gerekend als voedselverspilling, maar is wel gemeten en gerapporteerd. Denk hierbij aan schillen, stronken, kaaskorsten, eierschalen, koffiedik en vlees- en visresten (botten, graten).

De omvang en samenstelling van de verspilling van vast voedsel in biologisch afbreekbaar keuken- en tuinafval (oftewel gft-afval) en fijn huishoudelijk restafval (oftewel restafval) zijn gedetailleerd in kaart gebracht middels een **afvalsamenstellingsanalyse door CREM Waste Management [11]**. Voor restafval is hiertoe een steekproef genomen van 130 huishoudens in 13 gemeenten. Voor gft-afval is een steekproef van 120 huishoudens in 12 Nederlandse gemeenten genomen. De steekproeven zijn voor zowel restafval als gft-afval genomen in dezelfde straten, maar niet per definitie bij dezelfde huishoudens: er werden willekeurig containers geselecteerd binnen dezelfde straat. Per huishouden is het afval geanalyseerd; de gevonden voedsel(resten) zijn gewogen en het gewicht van de vermijdbare voedselverspilling is in 21 productgroepen gedocumenteerd (bijv. vlees, brood, groente en fruit) en de onvermijdbare verspilling is in 6 groepen gedocumenteerd (bijv. schillen en kaaskorsten).

Met de selectie van gemeenten en wijken is gestreefd naar representativiteit voor de verschillende woonsituaties in Nederland. Aan elke gemeente is een door Rijkswaterstaat (RWS) bepaalde categorie en weegfactor toegekend op basis van diverse factoren zoals het percentage hoogbouw. De gemiddelde hoeveelheid en samenstelling van voedselverspilling in rest-, gft- en pmd-afval voor heel Nederland zijn berekend aan de hand van de gevonden hoeveelheden in de afvalsamenstellingsanalyse en deze weegfactoren. We noemen dit de hoeveelheid voedselverspilling in gehaald afval, omdat rest-, gft- en pmd-afval worden opgehaald aan huis of in de wijk. In de annex is deze methode uitgebreid beschreven in sectie 4.2, hier wordt het gehaald afval ook wel VAT genoemd. Er zijn enkele limitaties van de gebruikte methoden benoemd in de annex in sectie 2.3 en 4.3. De limitaties gaan met name over de selectie van de steekproef, seizoens- en weersinvloeden en over de inschatting van de hoeveelheid voedselverspilling in het pmd-afval en in overige routes.

Om een beter inzicht in de totale voedselverspilling thuis en de achterliggende redenen te krijgen, worden deze resultaten aangevuld met een consumentenonderzoek bij een representatieve steekproef voor Nederland.
Dit consumentenonderzoek bestaat uit twee delen:

- **Consumentenonderzoek deel 1 - voedselverspilling op basis van zelfrapportage [12]:** via welke routes (rest-, gft-, pmd-afval en overige routes zoals huisdieren of composthoop) voedsel vooral wordt weggegooid, is vastgesteld met een online vragenlijst onder 1008 Nederlanders door Flycatcher Internet Research. Per productgroep is gevraagd hoeveel respondenten hiervan denken te verspillen en via welke route(s) ze die producten dan meestal weggooien. Op die manier is per productgroep in kaart gebracht hoeveel procent van het verspilde voedsel wordt weggegooid via de meest voorkomende routes: gehaald afval (rest-, gft- en pmd-afval) en overige routes (onder andere huisdieren en composthoop). Deze percentages worden gebruikt om tot een totale hoeveelheid voedselverspilling thuis per persoon per jaar te komen.

- **Consumentenonderzoek deel 2 – gedragsdeterminanten en voedselverspilling [13]:** dit onderzoek geeft inzicht in diverse determinanten en gedragingen van consumenten in relatie tot hun voedselverspilling thuis. Zo is bijvoorbeeld gevraagd naar de frequentie van boodschappen doen, omgang met houdbaarheidsdatums, het gebruik van boodschappenlijstjes en het bewustzijn van het eigen verspilgedrag.

## 2.2 Vervolganalyses

Aan de hand van de analyses omschreven in hoofdstuk 2 zijn diverse vervolganalyses gedaan:

- **Aandeel verspild ten opzichte van gekocht voedsel [14]:** de voedselverspilling van Nederlandse consumenten thuis is gerelateerd aan de hoeveelheid gekocht voedsel per persoon, op basis van aankoopdata van verschillende productgroepen in het jaar voorafgaand aan het onderzoek (week 27 van 2024 tot en met week 26 van 2025), zoals opgevraagd bij YouGov (voorheen GfK). Met die aankoopcijfers is berekend hoeveel procent van het gekochte voedsel werd verspild door de Nederlandse consument thuis.
- **Milieubelasting [15]:** aan de hand van de Database Milieubelasting Voedingsmiddelen van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) zijn aspecten van de milieu-impact (broeikasgasuitstoot, landgebruik en waterverbruik) van de verspilling van vast voedsel bij Nederlanders thuis in kaart gebracht.
- **Financiële waarde [16]**: de financiële waarde van de voedselverspilling bij consumenten thuis is geschat.

Een uitgebreide toelichting van de methode en gevonden resultaten zijn terug te vinden in hoofdstuk 2 tot en met 7 in de annex en de verschillende onderzoeksrapportages [11-13]. Figuur 1 geeft een overzicht van de samenhang tussen de uitgevoerde onderzoeken.

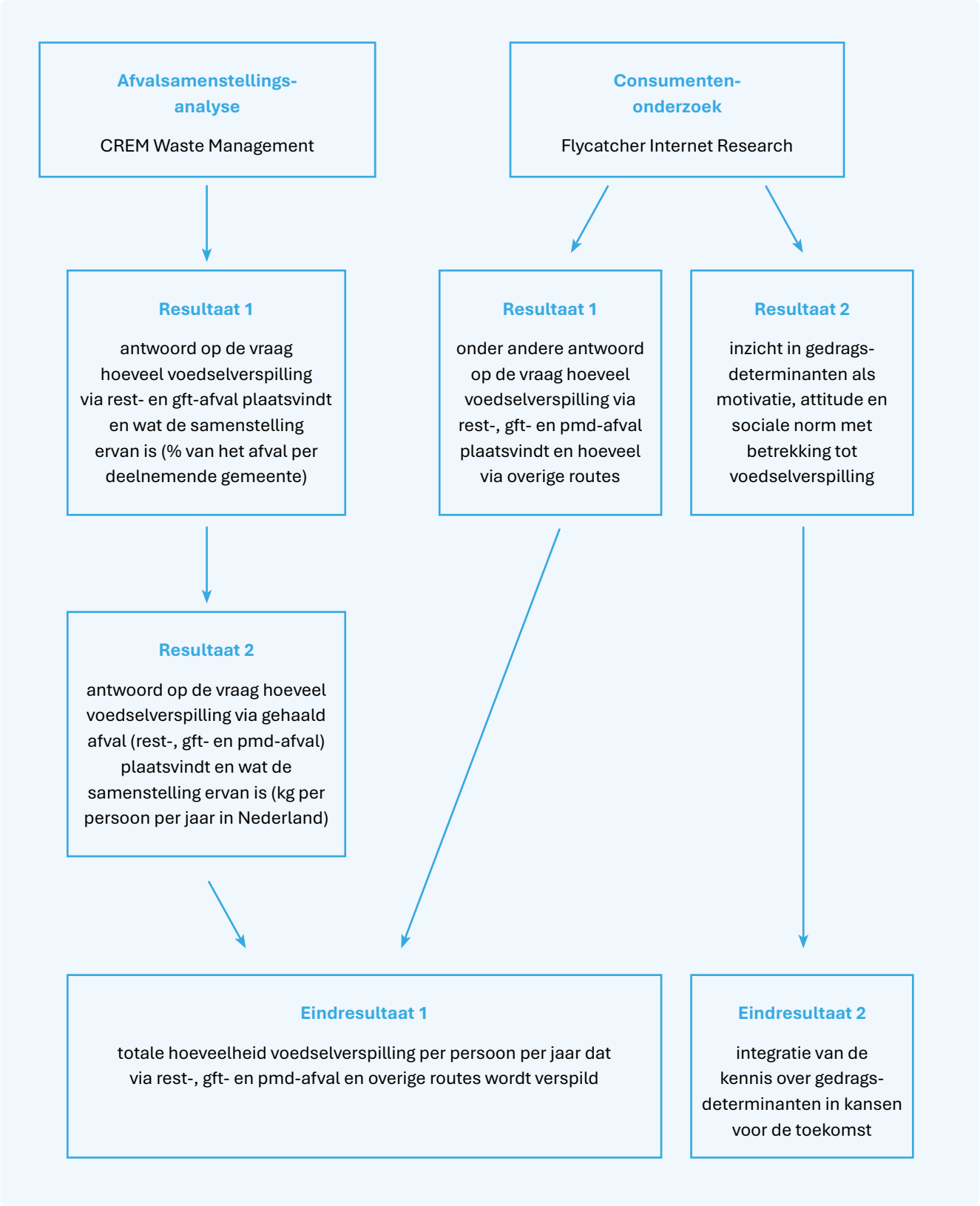
## 2.3 Wijzigingen ten opzichte van vorige rapporten

Sinds 2010 wordt elke 3 jaar de voedselverspilling bij consumenten thuis nauwkeurig in kaart gebracht. Om te komen tot de gemiddelde hoeveelheid voedselverspilling per persoon per jaar in Nederland, worden eerst metingen en consumentenonderzoeken naar voedselverspilling in de praktijk uitgevoerd. Vervolgens wordt een weging toegepast op de onderzoeksresultaten en worden enkele correcties en aannames gedaan. In voorgaande jaren werden verschillende methoden gehanteerd om de weegfactoren te bepalen voor de gevonden voedselverspilling in verschillende gemeenten. De vergelijkbaarheid tussen de resultaten van de opeenvolgende metingen was daardoor niet optimaal. In 2022 is daarom het besluit genomen om de methode te optimaliseren voor het huidige onderzoek in 2025. Het doel van de optimalisatie is voornamelijk om een zo goed mogelijke vergelijking te maken tussen de opeenvolgende metingen. In 2022 is in kaart gebracht welke verbeteringen hiervoor wenselijk waren. De begeleidingscommissie heeft onder leiding van Wageningen University & Research besloten welke methode gehanteerd wordt om de ruwe data verder te verwerken tot een gemiddelde voor Nederlanders thuis. Dezelfde methode is nu toegepast op de ruwe data van 2013 tot en met 2025, zodat alle resultaten vanaf 2013 nu goed vergelijkbaar zijn.

De exact gebruikte methode is terug te vinden in annex hoofdstuk 4. De belangrijkste wijzigingen ten opzichte van voorgaande methoden zijn:

- Er is 1 weegfactor voor alle stromen die thuis worden opgehaald of gebracht naar lokale ondergrondse containers in de wijk (in tegenstelling tot aparte weegfactoren voor rest- en gft-afval zoals in de oude methode). In deze weegfactor wordt huishoudelijk restafval, gft-afval, pmd-afval en oud papier en karton meegenomen. Door deze combinatie te gebruiken treedt er geen datavervuiling op door verschillende manieren van scheiding van afvalstromen en ophaalmethoden in verschillende gemeenten.
- In de nieuwe meetmethode zaten dezelfde gemeenten in de steekproef als in de oude methode. Een meting van gft-afval in Arnhem is toegevoegd vanaf 2025. In voorgaande jaren is het gft-afval in Arnhem niet gemeten terwijl het wel apart wordt ingezameld (ook in de straten in de steekproef) en dit een fors aandeel van het afval bevat.
- We hebben de aanname gedaan dat 2% van het pmd-afval uit vermijdbare voedselverspilling bestaat. Uit eerder onderzoek volgt dat het aandeel tussen 1,78% en 2,27% ligt [17, 18].

Naast de gewijzigde methode is besloten om geen herhaling te doen van het onderzoek naar verspilling van dranken. De resultaten van het meest recente onderzoek naar drankverspilling is uitgevoerd in 2022. De resultaten zijn samengevat in bijlage 1.




*Figuur 1: overzicht van de 2 uitgevoerde onderzoeken met de beoogde resultaten.*

# 3. Resultaten en trends: hoeveelheid voedselverspilling thuis

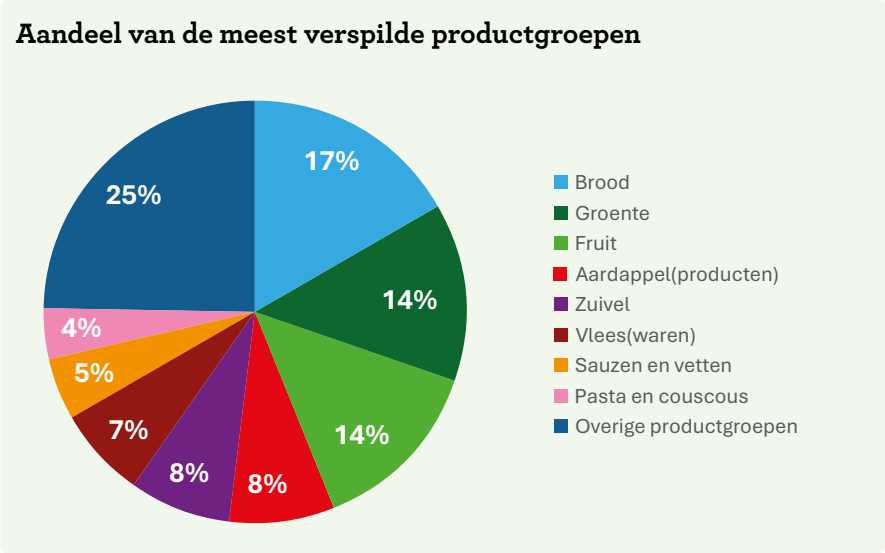
## 3.1 Verspilling van vast voedsel thuis in 2025

**Vermijdbare verspilling van vast voedsel**

De resultaten over de vermijdbare verspilling van vast voedsel zijn verkregen door een combinatie van verschillende typen data. De resultaten die voortkomen uit de afvalsamenstellingsanalyse [11] leveren een beeld op van de hoeveelheid en samenstelling van vaste voedselverspilling door de consument thuis via het rest- en gft-afval. De hoeveelheid voedsel-verspilling in het pmd-afval is geschat op 2%, zoals omschreven in annex hoofdstuk 4.2 stap 3. Met behulp van inzichten in de verdeling van (overige) routes van voedselverspilling die voortkwamen uit het consumentenonderzoek [12], is vervolgens de totale gemiddelde hoeveelheid voedselverspilling van de Nederlandse consument thuis berekend. Aan de hand van dat resultaat zijn vervolgens het percentage verspilling van consumenten thuis ten opzichte van de gekochte hoeveelheid eten, de milieu-impact en de financiële waarde van die verspilling berekend. Dat leidde tot de volgende inzichten:

- De gemiddelde verspilling van vast voedsel bij de Nederlandse consument thuis was in 2025 25,5 kg per persoon per jaar. In Tabel 1 is per productgroep te zien hoeveel ervan verspild is.

- De 5 meest verspilde productgroepen zijn brood (4,3 kg), groente (3,6 kg), fruit (3,5 kg), aardappel(producten) (1,9 kg) en zuivel (1,9 kg), zie Figuur 2. Deze productgroepen zorgen samen voor meer dan de helft (60%) van het gewicht in voedselverspilling in Nederlandse huishoudens.




*Figuur 2: meest verspilde productgroepen en hun aandeel in de totale gemiddelde verspilling thuis. De percentages tellen niet op tot 100% in verband met afronding.*

*Onder 'Overige productgroepen' vallen verschillende productgroepen die relatief weinig worden verspild, zoals eieren en vis.*

- 7% van het gekochte voedsel wordt verspild. Het percentage verspild voedsel ten opzichte van de gekochte hoeveelheid is het hoogst bij pasta en couscous (30%), rijst (27%), brood (13%) en soep (12%). In Tabel 1 staat het aandeel verspilling ten opzichte van wat er gekocht is van elke productgroep.

| Productgroep | Totale verspilling in kg p.p.p.j. | | | | % van totale verspilling | Verspilling t.o.v. inkoop | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 2016 | 2019 | 2022 | 2025 | 2025 | 2016 | 2019 | 2022 | 2025 |
| Aardappel(producten) | 2,1 | 2,9 | 2,6 | 1,9 | 8% | 10% | 13% | 12% | 10% |
| Brood | 7,9 | 6,6 | 4,5 | 4,3 | 17% | 26% | 20% | 13% | 13% |
| Broodbeleg (excl. kaas en vleeswaren) | 0,7 | 0,4 | 0,7 | 0,5 | 2% | 14% | 8% | 9% | 10% |
| Deegwaren | 0,3 | 0,9 | 1,1 | 0,8 | 3% | 1% | 3% | 3% | 2% |
| Eieren | 0,2 | 0,3 | 0,3 | 0,2 | 1% | 4% | 5% | 5% | 2% |
| Fruit | 4,4 | 3,1 | 4,2 | 3,5 | 14% | 11% | 7% | 9% | 7% |
| Groente | 5,3 | 4,3 | 4,3 | 3,6 | 14% | 13% | 9% | 8% | 7% |
| Kaas | 0,8 | 0,8 | 0,9 | 0,5 | 2% | 9% | 8% | 8% | 4% |
| Koek en gebak | 0,7 | 0,6 | 1,2 | 0,7 | 3% | 8% | 5% | 10% | 6% |
| Maaltijdresten | 0,0 | 0,1 | 0,1 | 0,4 | 2% | 0% | 0% | 0% | 2% |
| Pasta en couscous | 1,0 | 0,8 | 0,5 | 1,0 | 4% | 27% | 31% | 14% | 30% |
| Rijst | 0,8 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 2% | 32% | 25% | 19% | 27% |
| Sauzen en vetten | 0,6 | 1,5 | 1,0 | 1,2 | 5% | 4% | 9% | 6% | 8% |
| Snoep en snacks | 0,6 | 0,7 | 0,6 | 0,6 | 2% | 4% | 4% | 3% | 3% |
| Soep | 0,4 | 0,0 | 0,6 | 0,3 | 1% | 14% | 1% | 17% | 12% |
| Vis | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 0% | 5% | 7% | 2% | 2% |
| Vlees | 1,5 | 1,4 | 1,4 | 1,2 | 5% | 5% | 4% | 4% | 4% |
| Vleeswaren | 1,0 | 0,6 | 0,4 | 0,5 | 2% | 3% | 2% | 1% | 2% |
| Zuivel | 4,3 | 3,2 | 1,8 | 1,9 | 8% | 5% | 9% | 4% | 3% |
| Overig (o.a. meel, kruiden) | 0,9 | 1,1 | 0,3 | 0,6 | 2% | 4% | 4% | 1% | 2% |
| Ondefinieerbaar | 0,2 | 0,2 | 1,0 | 1,2 | 5% | 1% | 1% | 4% | 4% |
| **Totaal** | **33,9** | **30,3** | **28,2** | **25,5** | | **11%** | **8%** | **8%** | **7%** |

*Tabel 1: verspilling per productgroep van vast voedsel in 2016-2025, het aandeel van de totale verspilling in 2025 en het percentage verspilling ten opzichte van de gekochte hoeveelheid eten in 2016-2025.*

### Onvermijdbare verspilling van vast voedsel

Een deel van de voedselresten die zijn gevonden in het rest- en gft-afval, zijn de delen van voedsel die in Nederland doorgaans niet gegeten worden, zoals schillen, stronken, kaaskorsten, eierschalen, botten en graten. Dit noemen we daarom onvermijdbare voedselverspilling. We rekenen deze niet mee in de totale hoeveelheid voedselverspilling die we per persoon per jaar voor huishoudens thuis communiceren. De totale hoeveelheid onvermijdbare voedselverspilling van vast voedsel (exclusief resten van koffie en thee) is 18,8 kg per persoon per jaar (p.p.p.j.). Dit is het aandeel dat is weggegooid in het rest- en gft-afval. Hier is geen aandeel bij opgeteld dat mogelijk nog via overige routes is verspild, omdat de afvalroutes niet zijn uitgevraagd voor de onvermijdbare voedselverspilling. In totaal vindt 44,3 kg p.p.p.j. vermijdbare en onvermijdbare verspilling van vast voedsel plaats. In dit rapport gaan wij vanaf hier alleen in op het aandeel vermijdbare voedselverspilling, omdat hier de daadwerkelijke winst te boeken valt.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Schillen en stronken | 15,1 | 12,0 | 12,6 | 12,5 |
| Waskorsten | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0,1 |
| Eierschalen | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,6 |
| Koffiedik | 7,2 | 7,0 | 4,8 | 6,6 |
| Theeresten | 0,5 | 0,6 | 0,4 | 0,4 |
| Vlees- en visresten | 1,1 | 1,3 | 0,8 | 0,8 |
| Ondefinieerbaar[1] | 3,3 | 1,5 | 3,5 | 4,8 |
| **Totaal** | **27,8** | **23,1** | **22,8** | **25,8** |

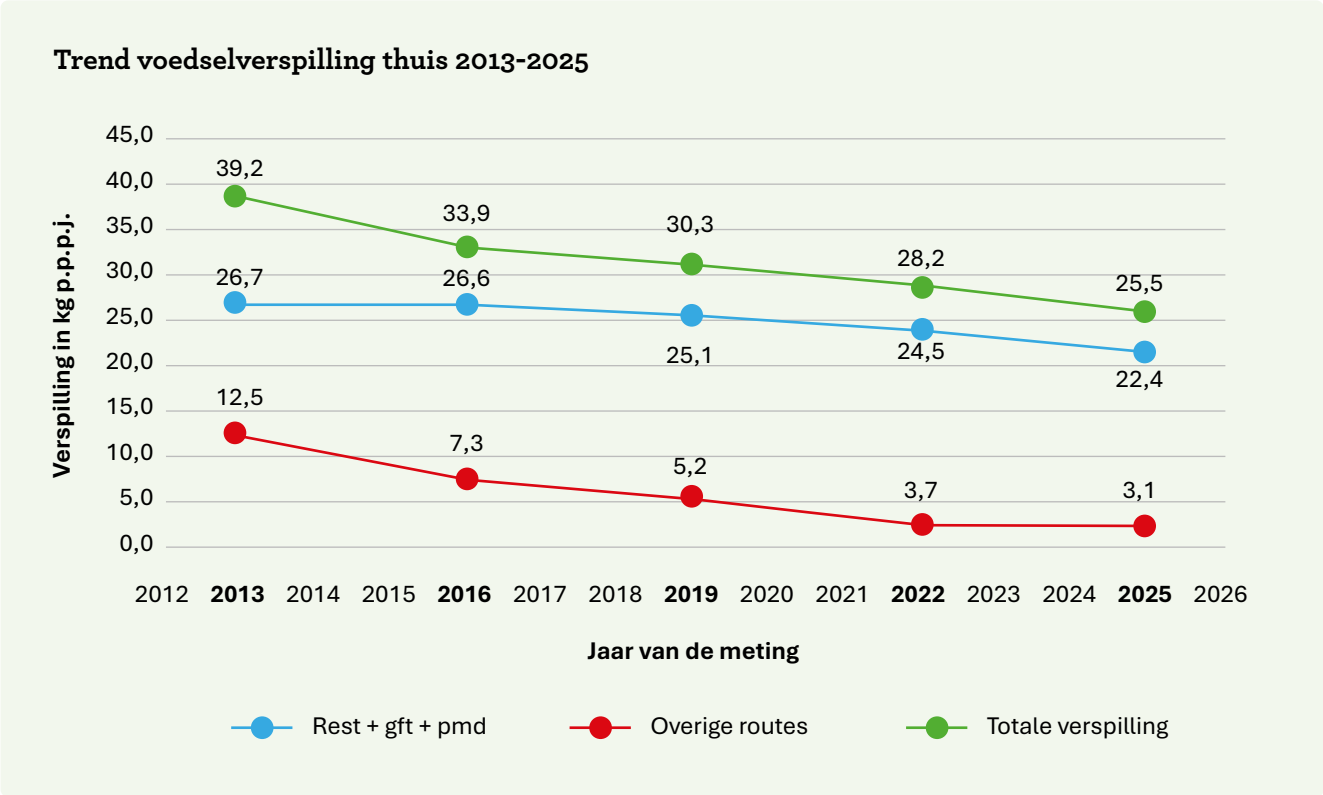
*Tabel 2: hoeveelheid onvermijdbare voedselverspilling (kg per persoon per jaar).*

## 3.2 Verspilling thuis van 2013 tot 2025: Dalende trend zet voort

Er is een stabiele dalende trend zichtbaar. Een sterke daling was zichtbaar tussen 2013 en 2016 (zie Figuur 3). Sinds 2013 is er tussen de verschillende metingen steeds een daling van enkele kilo's per persoon per jaar zichtbaar (-5,3 kg in 2013-2016, -3,7 kg in 2016-2019, -2,1 kg in 2019-2022 en -2,7 kg in 2022-2025). Door de jaren heen zijn duidelijke verschillen zichtbaar of de daling in voedselverspilling vooral plaatsvindt in het aan huis of in de wijk opgehaalde afval (rest-, gft- en pmd-afval) of via de overige routes. De huidige trend wijkt af van de eerder gecommuniceerde trend omdat de analyses zijn gewijzigd zoals omschreven in sectie 2.3.

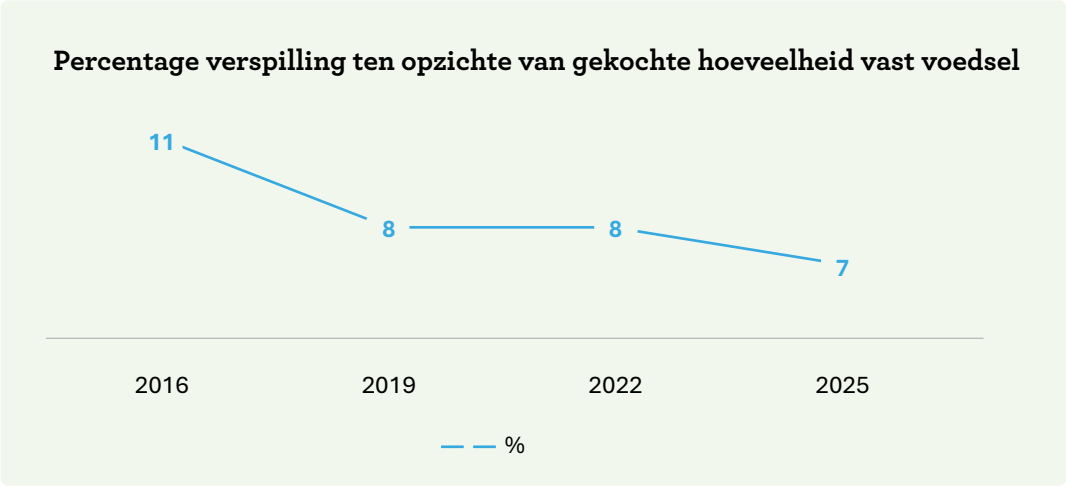
- **Restafval, gft-afval en pmd-afval:** In de jaren 2013 tot 2016 is er slechts een minimaal verschil in voedselverspilling gevonden in het rest-, gft- en pmd-afval (-0,1 kg). Vanaf 2016-2019 is een daling te zien die zich steeds verder voortzet (-1,5 kg in zowel 2016-2019 als in 2019-2022) en die nog sterker wordt in het jaar 2025 (-2 kg).
- **Overige routes:** Tussen 2013 en 2016 is met name een sterke daling zichtbaar in de hoeveelheid voedselverspilling via overige routes. Deze daling zette verder door in 2019 en vlakt daarna steeds verder af tot een minimale daling tussen 2022 en 2025.

[1] Ondefinieerbaar is in dit geval de combinatie van onsorteerbare onvermijdelijke voedselverspilling en een deel van ondefinieerbare 'swill' dat is toegekend aan de onvermijdbare voedselverspilling.




*Figuur 3: trend van verspilling vast voedsel over de jaren.*

- Ook bij het percentage vermijdbare voedselverspilling ten opzichte van de totale hoeveelheid gekocht eetbaar vast voedsel is een dalende trend te zien, zie Figuur 4. Tussen 2016 (10,7%) en 2025 (7,3%) is dit percentage met ongeveer 3,5% gedaald. Dat wil dus zeggen dat er niet alleen in absoluut gewicht minder verspild wordt, maar ook dat relatief minder van het gekochte voedsel wordt verspild dan voorheen. De totaal gekochte hoeveelheid vast voedsel was in 2016 een stuk lager dan in de andere jaren, in 2022 werd een stuk meer voedsel ingekocht door Nederlanders. Waarschijnlijk komt dit doordat er in de nasleep van corona steeds meer thuisgewerkt werd [19].




*Figuur 4: percentage vermijdbare voedselverspilling t.o.v. gekocht vast voedsel.*

## 3.3 Inzichten per productgroep

Sinds 2016 lijkt[2] met name de verspilling van de productgroep brood in Nederlandse huishoudens te dalen [17] (zie annex, sectie 4.3). Brood heeft in kilogrammen nog steeds het grootste aandeel in de verspilling van vast voedsel, gevolgd door groente, fruit, aardappelen en zuivel. Door de jaren heen is steeds dezelfde top 5 meest verspilde productgroepen gezien, zij het soms in andere volgorde. Kijkend naar de verschillen tussen 2025 en 2022 zijn de grootste verschillen gevonden bij groente, fruit en aardappel(producten) (zie Tabel 1). De trends in verspilling van de meest verspilde productgroepen worden hieronder besproken.

- **Brood:** De verspilling van brood is sinds 2016 sterk gedaald (-3,6 kg) met een flinke reductie in 2019 t.o.v. 2016 (-1,3 kg) en in 2022 t.o.v. 2019 (-2,1 kg). Het verschil tussen 2022 en 2025 is klein (-0,2 kg). Dit is niet het gevolg van een daling van de hoeveelheid gekocht brood, want het aandeel verspild brood t.o.v. de gekochte hoeveelheid brood is ook gedaald in de tijd. Het percentage verspild brood t.o.v. de gekochte hoeveelheid ging van 26% in 2016, via 20% in 2019 naar 13% verspilling in 2022 en 2025. Hier is geen verschil tussen 2022 en 2025 zichtbaar. Hoewel de gevonden verspilling van brood gestaag afneemt, lijkt de daling inmiddels te stagneren. Brood is met 4,3 kg nog steeds de meest verspilde productgroep in Nederlandse huishoudens. We consumeren in Nederland ook veel brood. Het is dan ook belangrijk om Nederlanders te blijven stimuleren minder brood te verspillen. In 2021 heeft het Voedingscentrum onderzoek gedaan naar de redenen achter broodverspilling. De 2 belangrijkste redenen die mensen noemden was dat het brood 1) beschimmeld, uitgedroogd of muf was, of 2) dat het niet meer vers was [20]. Mogelijk is het inmiddels makkelijker om het brood vers te eten, of vaker vers te kopen nu we gemiddeld meer thuiswerken [19]. Daarnaast is er ook campagne gevoerd tegen broodverspilling. Zo heeft het Voedingscentrum, samen met STV, in 2021 en 2022 ingezet op een tv- en online campagne om brood op te eten (bijvoorbeeld na toasten) of in te vriezen. Bovendien zijn in samenwerking met de bakkerijsector afgelopen jaren onder andere rondom de Verspillingsvrije Week, miljoenen broden beplakt met een nudge-sticker (2023: 1,4 miljoen, 2024: 1,5 miljoen, 2025: 8 miljoen broden). De stickers hadden als doel om consumenten te motiveren hun hele brood op te eten. Mogelijk hebben deze interventies een bijdrage geleverd aan de gevonden daling.

- **Groente:** Ten opzichte van 2016 is de groenteverspilling gedaald (-1,7 kg). De verspilling van groente verschilde niet tussen 2022 en 2019, maar is in 2025 wel afgenomen (-0,7 kg) t.o.v. 2022. De hoeveelheid groenteverspilling ten opzichte van de gekochte hoeveelheid neemt ook geleidelijk af van 13% in 2016 naar 7% in 2025. In 2022 en 2025 is veel meer groente gekocht dan in 2016 en 2019, met een hoogtepunt in 2022. Mogelijk heeft de coronapandemie geleid tot een gezonde ambitie om meer groente te eten in 2022. Uit onderzoek tijdens de lockdowns in 2021 blijkt namelijk dat een deel van de Nederlandse consumenten gezonder wilde leven en daarom ook meer groente en fruit at dan voorheen, dit kan de resultaten van 2022 verklaren [21]. Mogelijke andere verklaringen zijn dat mensen meer thuiswerken sinds de coronapandemie en daardoor wellicht meer zelf konden koken en beter voorraadbeheer konden toepassen [19].

- **Fruit:** Ten opzichte van 2016 is de fruitverspilling gedaald (-0,9 kg). In 2022 werd meer fruitverspilling gevonden dan in 2019 (+1.1) maar deze lijkt in 2025 weer gedaald te zijn (-0,7 kg) t.o.v. 2022. De hoeveelheid verspild fruit ten opzichte van de gekochte hoeveelheid is in 2025 7% en varieerde in voorgaande jaren. In 2022 en 2025 is veel meer fruit gekocht dan in 2016 en 2019. Mogelijk heeft de coronapandemie bijgedragen aan een ambitie om gezonder te leven, wat leidde tot een hogere fruitconsumptie maar ook meer fruitverspilling [21].

- **Aardappel(producten):** De verspilling van aardappel(producten) is 1,9 kg per persoon per jaar. In 2025 wordt nauwelijks minder aardappel(producten) verspild dan in 2016 (-0,2 kg). Wel was de verspilling van aardappel(producten) in 2019 een stuk hoger dan in 2016 en nam die daarna geleidelijk aan weer af.

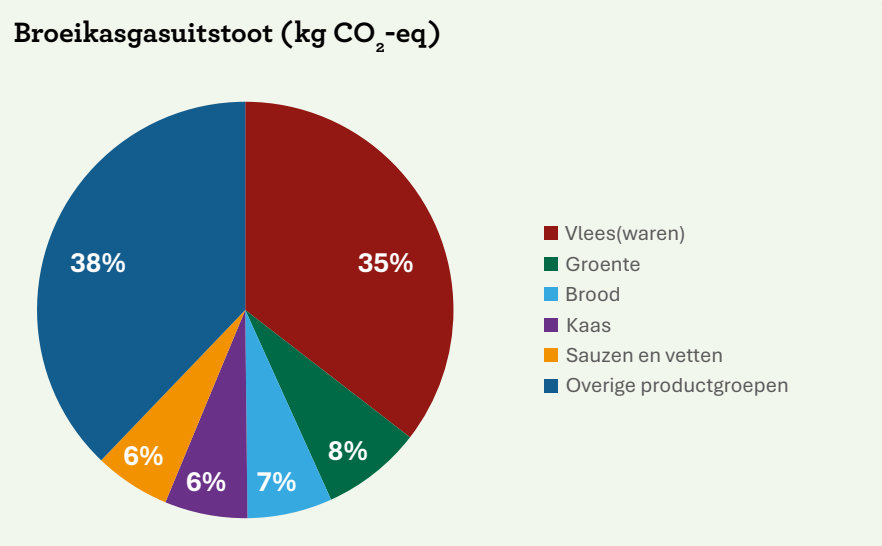
- **Zuivel:** De verspilling van zuivel is sinds 2016 geleidelijk gedaald (-2,4 kg) met een flinke reductie in 2019 t.o.v. 2016 (-1,1 kg) en in 2022 t.o.v. 2019 (-1,4 kg). Het verschil tussen 2022 en 2025 is echter minimaal (+0,1 kg). De consumptie van zuivel daalde ook door de jaren heen en stabiliseert nu [22]. De hoeveelheid zuivelverspilling ten opzichte van de gekochte hoeveelheid is in 2025 3% en was wisselend in voorgaande jaren, met een uitschieter van 9% in 2019.

[2] Lijkt, omdat het met deze data niet mogelijk is om te testen op significantie per productgroep.

De gekochte hoeveelheid zuivel wisselde ook erg de afgelopen jaren. De gevoerde campagnes over het verschil tussen de twee typen houdbaarheidsdatums kunnen invloed hebben gehad op de verspilling van zuivel. Zo heeft het Voedingscentrum, samen met STV en stakeholders, tussen 2020 en 2022 op tv- en online campagne gevoerd. Bovendien hebben de overheid, industrie en verschillende marktpartijen de afgelopen jaren aandacht besteed aan het goed leegmaken van verpakkingen en het verduidelijken van de houdbaarheidsdatums op verpakkingen, met onder andere de vermelding van "kijk, ruik, proef na datum" op zuivelproducten. De Coalitie Houdbaarheid, in 2024 opgericht door STV, heeft een belangrijke rol hierin door onder andere het plaatsen van verduidelijkende iconen op steeds meer verpakkingen (zie 4.4 voor meer over de iconen). Ook is er groeiende aandacht in de maatschappij voor duurzaamheid en dierenwelzijn rondom zuivel. Wellicht zijn mensen zich meer bewust van de milieu-impact van zuivel, waardoor ze er anders mee omgaan.

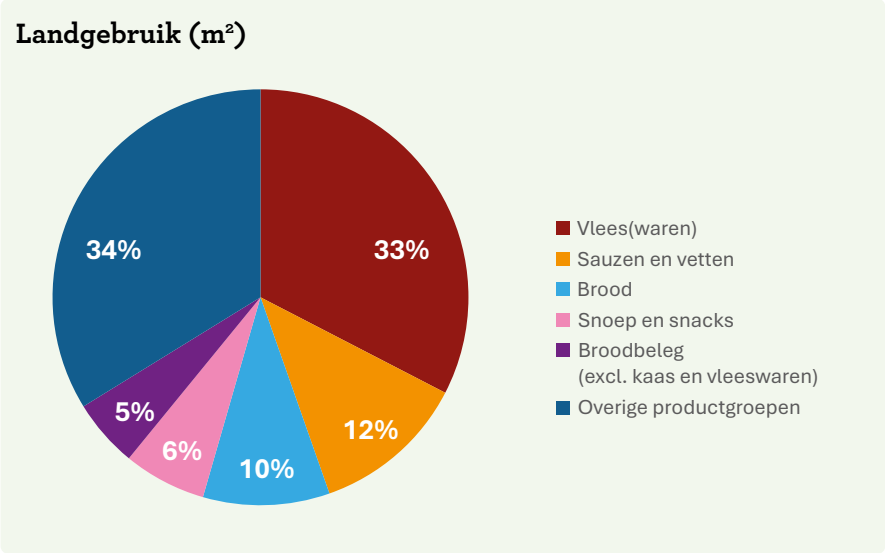
## 3.4 De impact van de verspilling van vast voedsel

- Wanneer voedsel wordt verspild heeft er al impact op het milieu plaatsgevonden. Dit gebeurt tijdens elke stap van de productie, het vervoer, de verpakking en de bereiding thuis; dus tijdens de gehele levenscyclus van het product. De geschatte broeikasgasuitstoot die gepaard gaat met het gehele proces dat aan de gemiddelde verspilling bij de consument thuis voorafging, is 58 kg $CO_2$-equivalent per persoon per jaar. Daarnaast wordt het land dat nodig was voor de productie van dit verspilde voedsel geschat op 51 $m^2$ per persoon per jaar. Het water dat is verbruikt gedurende de hele levenscyclus van de verspilde producten is geschat op 1 $m^3$ per persoon per jaar. Voor heel Nederland komt de belasting van deze milieuaspecten op jaarbasis neer op gemiddeld 1 miljard kg $CO_2$-equivalent aan broeikasgasuitstoot, 925 miljoen $m^2$ landgebruik en 19 miljard liter waterverbruik. Voor een getailleerde informatie zie annex, Tabel 6 t/m 9 in sectie 6.3).
- De impact op verzuring van land en vermesting van zoet water en zeewater is ook doorgerekend en terug te vinden in annex sectie 6.2, Tabel 12.
- Verschillende productgroepen spelen een verschillende rol bij de in kaart gebrachte milieu-indicatoren. Wanneer alleen wordt gekeken naar de verspilling van vast voedsel, wordt de belangrijkste bijdrage aan broeikasgasuitstoot veroorzaakt door respectievelijk verspilling van vlees(waren), groente en brood. Zie Figuur 5 voor de relatieve bijdrage aan broeikasgasuitstoot van alle voedselverspilling voor diverse productgroepen. Opvallend is met name dat vlees(waren) in kg niet veel worden verspild, maar wel een opvallend groot aandeel hebben in de broeikasgasuitstoot die verspilling veroorzaakt. Om de broeikasgasuitstoot van voedselverspilling te verlagen zijn er dus niet alleen kansen om de meest verspilde producten zoals groente en brood in kg te verminderen, maar ook kansen in verspillingsvermindering van de productgroep met een relatief hoge klimaatimpact per kg product, voornamelijk vlees(waren).



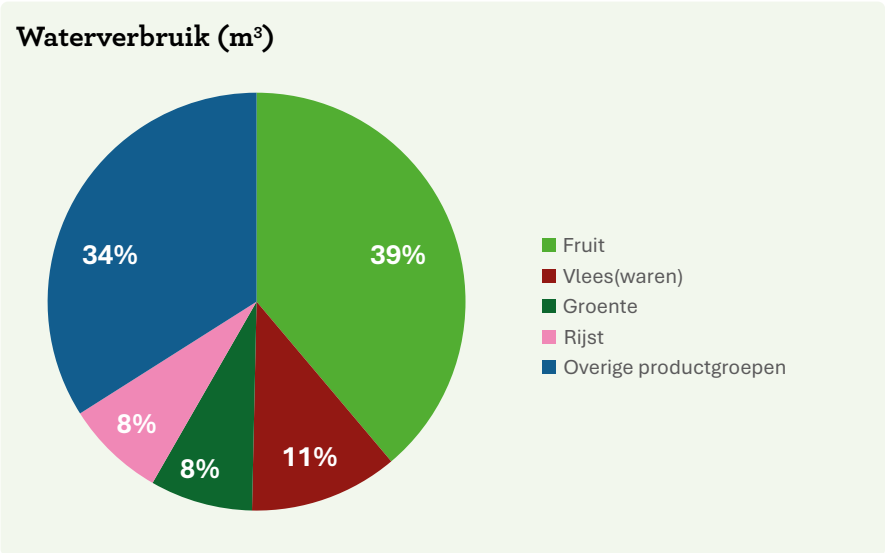

*Figuur 5: procentuele verdeling van de bijdrage aan broeikasgasuitstoot ($CO_2$-eq) waar verspilling verantwoordelijk voor is.*

- Bij het landoppervlak dat nodig is voor het vaste voedsel dat uiteindelijk werd verspild, spelen vlees(waren), sauzen, vetten en brood een grote rol (zie Figuur 6). Net als bij de broeikasgasuitstoot hebben vlees(waren), sauzen en vetten een relatief groot aandeel in het landgebruik, ondanks de relatief lage verspilling in kg product. Om het landgebruik van voedselverspilling te verlagen zijn er dus niet alleen kansen om de meest verspilde producten zoals brood en aardappelen in kg te verminderen, maar ook kansen in verspillingsvermindering van de productgroepen met de grootste landvoetafdruk, te weten vlees(waren), sauzen en vetten, en snoep en snacks.




*Figuur 6: procentuele verdeling van de bijdrage aan landgebruik (m²) waar verspilling verantwoordelijk voor is.*

- Voor de productie, het vervoer, de verpakking en de eventuele bereiding van vast voedsel is water nodig. Het meeste waterverbruik is nodig voor fruit, in vergelijking met de andere verspilde productgroepen. 39% van het totale water-verbruik is geïnvesteerd voor het fruit dat verspild werd bij mensen thuis. Ook op het gebied van waterverbruik heeft de productgroep vlees een relatief hoge belasting (zie Figuur 7).



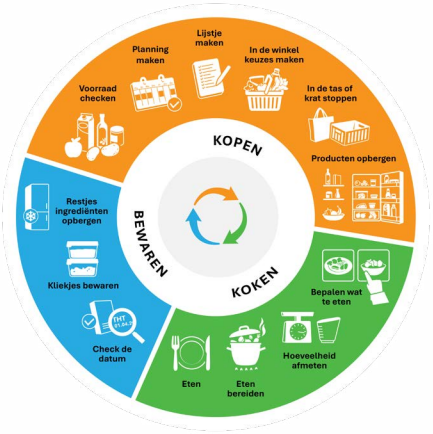

*Figuur 7: procentuele verdeling van de bijdrage aan waterverbruik (m³) waar verspilling verantwoordelijk voor is.*

- Kijkend naar de impact van de verschillende verspilde productgroepen is het opvallend dat vlees bij zowel broeikasgas-uitstoot, landgebruik als waterverbruik verantwoordelijk is voor een groot deel van de impact. Vlees(waren), sauzen en vetten en brood komen bij broeikasgasuitstoot en landgebruik duidelijk naar voren. Van vlees(waren), sauzen en vetten wordt relatief weinig verspild, maar de impact is aanzienlijk. Verspild fruit gaat gepaard met relatief veel (onnodig gebleken) waterverbruik.

- De financiële waarde van voedselverspilling in huishoudens is gemiddeld gelijk aan 100 euro per persoon per jaar. Dit kan voor heel Nederland een besparing opleveren van ruim 1,8 miljard euro per jaar (zie annex, sectie 7.3).

# 4. Resultaten verspillingsgedragingen

In het consumentenonderzoek door Flycatcher Internet Research komt naar voren dat Nederlanders positief staan tegenover voedselverspilling voorkomen [13]. Zo geeft 93% aan het belangrijk te vinden om zo min mogelijk voedsel te verspillen en geeft ook 71% aan erg zijn best te doen om zo min mogelijk te verspillen. De intentie om niet te verspillen is dus sterk, maar wordt dit ook vertaald naar gedrag? In dit hoofdstuk zoomen we in op gedragingen die gerelateerd zijn aan minder voedselverspilling, aan de hand van de verschillende clusters in de customer journey (Figuur 8). Ook besteden we aandacht aan de omgang met houdbaarheidsdatums, omdat dit gedrag gerelateerd is aan 10% van de voedselverspilling bij consumenten thuis [23] en een speerpunt is van de consumentencampagne van het Voedingscentrum en STV.
Als laatste benoemen we verschillen in gedrag tussen respondenten die respectievelijk een lage (<2,5 kg p.p.p.j.) of hoge (>11,8 kg p.p.p.j.) mate van voedselverspilling rapporteren[3] [12]. De gemiddelde hoeveelheid zelf gerapporteerde voedselverspilling uit dit consumentenonderzoek is 19,1 kg per persoon per jaar. Dit is de hoeveelheid voedselverspilling op basis van zelfrapportage en komt niet overeen met de verspillingscijfers die in andere hoofdstukken in dit rapport terugkomen. Voor de hoeveelheid voedselverspilling thuis wordt in dit rapport enkel gebruik gemaakt van de zelfrapportage om gedrag te koppelen aan 'grote' of 'kleine' verspillers.




*Figuur 8: customer journey.*

## 4.1 Voedsel inkopen

In dit cluster lijkt een ruime meerderheid zich al te committeren aan gedragingen die gerelateerd zijn aan minder voedselverspilling. Zo zegt 75% van de Nederlanders meestal/altijd een boodschappenlijstje te maken en probeert 57% precies te kopen wat diegene nodig heeft. 82% plant hierbij in enige mate de maaltijden vooruit voor de aankomende dagen/week. Ook checkt 82% meestal of altijd de voorraad thuis voor het boodschappen doen. Bij alle gedragingen omtrent het inkopen van voedsel is een significant verschil te zien tussen kleine en grote verspillers. Kleine verspillers geven vaker aan de gedragingen die gerelateerd zijn aan minder verspilling, zoals het maken van een boodschappenlijstje, meestal of altijd uit te voeren. In Tabel 3 staat een overzicht van de significante verschillen tussen grote en kleine verspillers op de zelf gerapporteerde gedragingen.

## 4.2 Voedsel bereiden

Iets meer dan de helft (55%) van de Nederlanders probeert zo goed mogelijk ingrediënten, bijvoorbeeld macaroni, af te wegen bij het koken. Een maatbeker, weegschaal of kopje worden hiervoor het vaakst gebruikt. 1 op de 3 Nederlanders geeft daarentegen aan ingrediënten op gevoel af te wegen. Hoewel het verschil niet significant is, lijkt het erop dat mensen die specifiek een kopje gebruiken om macaroni af te meten, daadwerkelijk minder zelf gerapporteerde pasta en rijst verspillen. Voor rijst is dit verschil groter dan voor pasta. Mensen die een kopje gebruiken om macaroni af te meten,

[3] Hoewel zelf gerapporteerde voedselverspilling doorgaans een onderrapportage van de werkelijkheid geeft, kan het wel een betrouwbaar beeld schetsen van wie een grote en wie een kleine verspiller is.

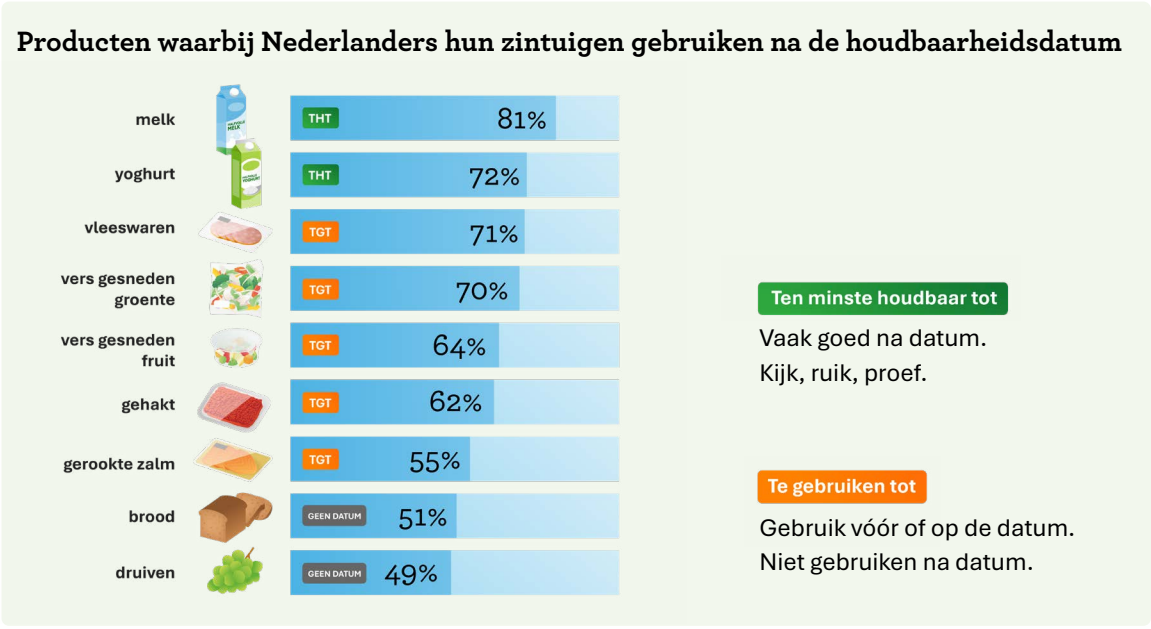
verspillen gemiddeld 171 gram rijst p.p.p.j. ten opzichte van mensen die dit op gevoel doen (609 gram p.p.p.j.) of het hele pak in de pan doen (859 gram p.p.p.j.). 1 op de 5 Nederlanders geeft bovendien aan gebruik te maken van het Eetmaatje, de portiemaatbeker voor pasta en rijst van het Voedingscentrum. Ook gebruikers van het Eetmaatje lijken het qua totale zelf gerapporteerde verspilling beter te doen dan niet-gebruikers: respectievelijk 14,7 kg verspilling per persoon per jaar, versus 20,1 kg. Ook verspillen zij minder rijst en pasta/couscous, maar de verschillen zijn relatief klein.

## 4.3 Voedsel bewaren

Binnen dit cluster is gekeken naar de kennis en gedragingen met betrekking tot de koelkasttemperatuur. Om voedsel veilig te bewaren en voedselverspilling te voorkomen, is het advies om de koelkast in te stellen op 4°C. Iets meer dan de helft van de Nederlanders (54%) controleert weleens de temperatuur van de koelkast en 68% geeft aan te weten op welke temperatuur de koelkast moet staan. Hiervan weet minder dan de helft (38%) dat de juiste temperatuur 4°C is. Het overgrote deel (59%) denkt dat de koelkast minder koud moet dan 4°C. Dit kan te maken hebben met zowel het verouderde advies van 7°C als informatie op productverpakkingen. Deze inschattingsfout bleek niet gerelateerd aan de mate van verspilling.

## 4.4 Omgaan met houdbaarheidsdatums

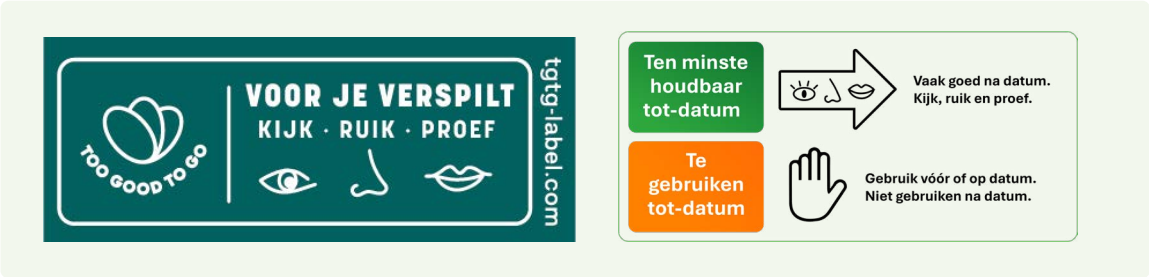
Hoewel driekwart (75%) van de Nederlanders zegt het verschil tussen de 2 houdbaarheidsdatums ‘ten minste houdbaar tot’-datum (THT) en ‘te gebruiken tot’-datum (TGT) te weten, kan slechts 60% daarvan beide termen juist uitleggen. Minder dan de helft (45%) van de Nederlanders beschikt daarmee over de juiste kennis over houdbaarheidsdatums.
Toch lijkt men bij de THT-datum over het algemeen gewenst te handelen. 77% van de Nederlanders zegt namelijk te kijken, ruiken, proeven wanneer de THT-datum van een product verstreken is en slechts 8% gooit het product direct weg. Of men een product na het gebruiken van de zintuigen daadwerkelijk consumeert of alsnog weggooit, is niet onderzocht. Wel wordt het verstrijken van de houdbaarheidsdatum regelmatig genoemd als reden waarom een product in de prullenbak belandt (zie 4.5). Bij producten met een verstreken TGT-datum, geeft 56% van de Nederlanders aan te kijken, ruiken en proeven. Dit gaat mogelijk gepaard met een voedselveiligheidsrisico. 32% gooit het product direct weg als de TGT-datum verlopen is; je kunt het dan niet meer gegarandeerd veilig eten. In het kader van het voorkomen van voedselverspilling en voedselveilig handelen, is het belangrijk dat consumenten met beide datums goed kunnen omgaan en hun zintuigen alleen gebruiken na het verlopen van de THT-datum. Op dit gebied is er nog veel winst te boeken. Dat Nederlanders bij veel producten (al dan niet gewenst) op hun zintuigen vertrouwen, is te zien in Figuur 9.




*Figuur 9: producten waarbij Nederlanders op hun zintuigen vertrouwen. Het label THT/TGT is indicatief per afgebeelde productgroep, waarbij wordt uitgegaan van het type datum dat op de meeste producten staat. Er kunnen uitzonderingen zijn.*

Interessant genoeg weten grote verspillers vaker de juiste betekenis van de houdbaarheidsdatums dan kleine verspillers. Toch vertaalt deze kennis zich niet door naar het juiste gedrag en gooien grote verspillers vaker een product direct na de THT-datum weg. Daarnaast zijn grote verspillers vaker bekend met het feit dat een product op de TGT-datum nog te bereiden en/of op te eten is. De vraag is of ze hier ook naar handelen. Kleine verspillers geven vaker aan dat hetzelfde product in de koelkast nog te bewaren is tot een andere dag, wat mogelijk voedselveiligheidsrisico's met zich meebrengt. Overigens is in beperkte mate bekend wat men óp de TGT-datum nog kan doen met een product. Het product opeten en het product bereiden worden relatief vaak geopperd (respectievelijk 72% en 63%), maar dat een product op de datum ook nog ingevroren kan worden weet slechts 27% van de Nederlanders.

Om consumenten handelingsperspectief te bieden, zijn er houdbaarheidsiconen ontwikkeld voor op productverpakkingen (zie Figuur 10). Het kijk-ruik-proef-icoon van Too Good To Go werd in 2022 in Nederland geïntroduceerd; sinds 2024 staan ook het kijk-ruik-proef-icoon en het handje-icoon van STV op steeds meer producten van partijen die zijn aangesloten bij de Coalitie Houdbaarheid. Tevens is er vanuit deze partijen steeds meer communicatie op dit thema. Het aantal producten met een houdbaarheidsicoon betreft nog een klein aandeel van het totale aanbod in supermarkten. Dit jaar is in dit onderzoek voor het eerst uitgevraagd hoe bekend consumenten zijn met de houdbaarheidsiconen. Zo'n 1 op de 5 Nederlanders kent het Too Good To Go-icoon; 1 op de 6 Nederlanders herkent de pijl met het kijk-ruik-proef-symbool. Het handje bij de TGT-datum is minder bekend, 1 op de 9 Nederlanders herkent dit. De houdbaarheidsiconen worden het meest herkend door Nederlanders tussen de 18 en 35 jaar. De verwachting is dat de bekendheid van de iconen zal toenemen naarmate ze op meer producten staan.




*Figuur 10: verduidelijkende houdbaarheidsiconen.*

## 4.5 Voedsel verspillen

Nederlanders gooien voornamelijk eten of drinken weg vanuit de koelkast, vanaf een bord, of uit de pan. Dit suggereert dat voedselverspilling plaatsvindt over alle clusters: 'voedsel kopen', 'voedsel bereiden' en 'voedsel bewaren'. De meest genoemde redenen voor het weggooien van voedsel zijn dan ook "omdat het product was bedorven" (39%), "restant van het product ging ik niet meer gebruiken of later opeten" (27%), "te veel van het product gekookt/bereid" (27%) en "de houdbaarheidsdatum was verstreken" (21%). Een bedorven product wordt significant vaker als reden genoemd door 18 t/m 34-jarigen, in vergelijking tot oudere Nederlanders. Van alle Nederlanders, geven 55-plussers het vaakst aan dat er in hun huishouden vrijwel geen voedsel wordt verspild. Zij rapporteren ook de kleinste voedselverspilling van alle leeftijdsgroepen, 11,3 kg p.p.p.j. (t.o.v. 26,7 kg p.p.p.j. bij 18 t/m 34-jarigen en 22,9 kg p.p.p.j. bij 35 t/m 54-jarigen). Ook komt duidelijk naar voren dat respondenten uit huishoudens met kinderen meer verspillen dan respondenten uit huishoudens zonder kinderen (30 kg p.p p.j. versus 13,2 kg p.p.p.j.). In huishoudens met kinderen gooien respondenten relatief veel maaltijdrestanten weg. Zij geven aan het minder makkelijk te vinden om in te schatten hoeveel er gegeten wordt in het huishouden.

| Gedraging | Stelling of vraag | Kleine verspillers | Grote verspillers |
|---|---|---|---|
| Plannen | Ik bedenk altijd van tevoren wat ik de aankomende dagen/week ga eten | 35% ja | 25% ja |
| Voorraadcontrole | Ik check mijn voorraad voor ik boodschappen doe | 85% altijd/meestal | 78% altijd/meestal |
| Boodschappenlijstjes | Ik doe boodschappen met een boodschappenlijstje | 80% altijd/meestal | 69% altijd/meestal |
| Boodschappenlijstjes | Ik wijk alleen van mijn lijstje af als ik een product vergeten ben op te schrijven | 42% altijd/meestal | 31% altijd/meestal |
| Kopen | In mijn huishouden wordt vaak te veel eten gekocht | 5% (helemaal) eens | 27% (helemaal) eens |
| Afwegen | In mijn huishouden wordt zo goed mogelijk geprobeerd ingrediënten af te wegen/meten bij het koken | 61% (helemaal) eens | 46% (helemaal) eens |
| Koken | In mijn huishouden wordt vaak te veel eten gekookt | 9% (helemaal) eens | 29% (helemaal) eens |
| Koken | In mijn huishouden schept iedereen voor zichzelf op | 70% altijd/meestal | 59% altijd/meestal |
| Restjesgebruik | In mijn huishouden gebruiken we restjes/aangebroken voorraad in een andere maaltijd | 86% (helemaal) eens | 73% (helemaal) eens |
| Temperatuurcontrole | Controleert u weleens de temperatuur van uw koelkast? | 67% ja | 43% ja |
| Houdbaarheidsdatum | Ik gooi een product waarvan de THT verstreken is direct weg | 5% ja | 12% ja |
| Verspilling | In mijn huishouden wordt meerdere keren per week tot dagelijks tenminste een klein beetje voedsel verspild | 5% ja | 44% ja |

*Tabel 3: statistisch significante verschillen gevonden op zelf gerapporteerde gedragingen tussen grote en kleine verspillers.*

## 4.6 Determinanten van verspillingsgedrag

Naast concrete gedragingen hebben we gekeken naar gedragsdeterminanten die gerelateerd zijn aan zelf gerapporteerde voedselverspilling. Kleine (zelf gerapporteerde) verspillers zijn ook hier met grote verspillers vergeleken. In Tabel 4 staat een overzicht van de determinanten. Hieronder lichten we er een aantal uit.

### Risicoperceptie en verspillingsgedrag

In 2025 is voor het eerst onderzocht welke risico's consumenten waarnemen bij het al dan niet consumeren van producten na de THT-datum, en in hoeverre dit samenhangt met hoe ze omgaan met deze producten. We weten nu dat ongeveer de helft van de Nederlanders denkt dat er niks zal gebeuren als ze een product na de THT-datum consumeren. Over het algemeen gaat na de THT-datum ook alleen de kwaliteit van een product achteruit en is er geen voedselveiligheidsrisico. Toch denkt 1 op de 4 Nederlanders mogelijk een beetje ziek te worden (opgeblazen gevoel, een beetje buikpijn).
Zij schatten de kans dat dit daadwerkelijk gebeurt klein in. Een nog kleinere groep, 1 op de 8 Nederlanders, denkt zich mogelijk erg ziek te voelen (koorts, misselijkheid, hoofdpijn). Ook deze kans wordt niet groot ingeschat. Voor kwetsbare personen kan dit echter een reëel risico zijn. 56% van de Nederlanders geeft met zekerheid aan dat ze een product na de THT-datum zouden consumeren. Mensen die denken ziek te worden, gooien vaker een product na de THT-datum direct weg dan mensen die denken dat er niks zal gebeuren. Mensen die denken dat er niks zal gebeuren zijn ook vaker kleine verspillers. We zien geen relatie tussen kennis over de houdbaarheidsdatums en mate van angst om ziek te worden.

### Houding, norm en zelfeffectiviteit

Verreweg de meeste Nederlanders staan positief tegenover het verminderen van voedselverspilling en vinden het vervelend om voedsel weg te moeten gooien. Dit vertaalt zich naar een hoge intentie: 82% is van plan om voedsel-verspilling binnen het huishouden te (blijven) verminderen. Toch zegt 37% ook dat het erbij hoort dat weleens voedsel wordt verspild. Wat de sociale norm betreft, komt naar voren dat Nederlandse consumenten vooral het gevoel hebben dat anderen veel verspillen. Zo schat 81% van de Nederlanders dat zij (veel) minder dan gemiddeld verspillen. Zelfs de grotere verspillers denken dat zij minder dan gemiddeld verspillen. Men denkt bovendien dat een gemiddeld huishouden 23% van het ingekochte voedsel thuis weggooit, tegenover 8% in hun eigen huishouden. Ook denkt maar 4% dat de gemiddelde Nederlander erg zijn best doet om minder voedsel te verspillen, terwijl in werkelijkheid 71% dat zegt te doen.

Ondanks dat vrijwel iedereen zijn best doet om minder voedsel te verspillen, vindt 1 op de 2 Nederlanders het moeilijk om in de praktijk helemaal geen voedsel te verspillen. Voornamelijk grote verspillers geven dit toe. Zij hebben, vergeleken met kleine verspillers, wel meer vertrouwen dat zij hun voedselverspilling kunnen verminderen ten opzichte van nu. Kleine verspillers hebben mogelijk sterker het gevoel dat ze al vrijwel niks verspillen en geen winst meer kunnen behalen.

| Determinant | Stelling of vraag | Kleine verspillers | Grote verspillers |
|---|---|---|---|
| Attitude | Ik vind het vervelend als ik voedsel moet weggooien | 89% (helemaal) eens | 81% (helemaal) eens |
| Good Provider Identity[4] [24] | In mijn huishouden hebben we liever te veel eten in huis dan te weinig | 33% (helemaal) eens | 51% (helemaal) eens |
| Descriptieve norm[5] | In welke mate denkt u dat er binnen uw huishouden voedsel wordt verspild t.o.v. een gemiddeld ander huishouden met evenveel personen | 90% (veel) minder dan gemiddeld | 65% (veel) minder dan gemiddeld) |
| Injunctieve norm[6] | Het hoort erbij dat wel eens voedsel verspild wordt | 29% (helemaal) eens | 57% (helemaal) eens |
| Zelfeffectiviteit | Ik vind het moeilijk om helemaal geen voedsel te verspillen | 29% (helemaal) eens | 73% (helemaal) eens |
| Zelfeffectiviteit | Ik vind het makkelijk in te schatten hoeveel er gegeten wordt in mijn huishouden | 76% (helemaal) eens | 45% (helemaal) eens |
| Zelfeffectiviteit | Ik heb vertrouwen dat ik nog minder voedsel kan verspillen dan ik nu doe | 36% (helemaal) eens | 65% (helemaal) eens |
| Risicoperceptie | Ik kan me mogelijk erg ziek voelen als ik een product na de THT-datum zou eten | 8% ja | 15% ja |
| Kennis houdbaarheid | Geef aan wat volgens u het verschil tussen de THT- en TGT-datum is | 29% beide juist | 52% beide juist |
| Intentie kopen | Ik probeer precies te kopen wat ik nodig heb (en niets meer) | 64% altijd/meestal | 46% altijd/meestal |
| Intentie verspilling | Ik doe mijn best om minder voedsel te verspillen | 94% (helemaal) eens | 87% (helemaal) eens |
| Intentie weggooien | In mijn huishouden proberen we zo min mogelijk eten weg te gooien dat nog gebruikt kan worden | 93% (helemaal) eens | 83% (helemaal) eens |

*Tabel 4: statistisch significante verschillen gevonden op zelf gerapporteerde determinanten tussen grote en kleine verspillers.*

[4] De *good provider identity* wordt omschreven als de drang om (meer dan) voldoende te kopen en koken voor je familie en gasten. De gekoppelde vraag geeft een indicatie van deze identiteit.
[5] De descriptieve norm beschrijft wat men daadwerkelijk doet. Bijvoorbeeld: 90% van Nederland eet elke dag een stuk fruit.
[6] De injunctieve norm geeft aan wat men hoort te doen (zoals regels en wetten, maar ook waarden in de samenleving). Bijvoorbeeld: voedsel hoor je niet te verspillen. De norm is hier omgekeerd uitgevraagd: hoe lager de score, des te hoger de injunctieve norm.

**Voedselverspilling thuis verminderen: gedeelde verantwoordelijkheid?**

De meeste Nederlanders (94%) vinden dat consumenten zelf de verantwoordelijkheid moeten nemen om thuis minder voedsel te verspillen. Toch vindt ook 42% dat er een rol is weggelegd voor andere partijen in de voedselketen, waarbij de supermarkt het vaakst genoemd wordt. Een relatief klein deel van de Nederlanders, 17%, zegt wel wat hulp te kunnen gebruiken om minder voedsel te verspillen. Grote verspillers geven dit vaker aan (28%) dan kleine verspillers (6%). Wel zou ongeveer de helft (53%) van de Nederlanders openstaan voor tips en hulpmiddelen vanuit hun gemeente, om thuis minder voedsel te verspillen.

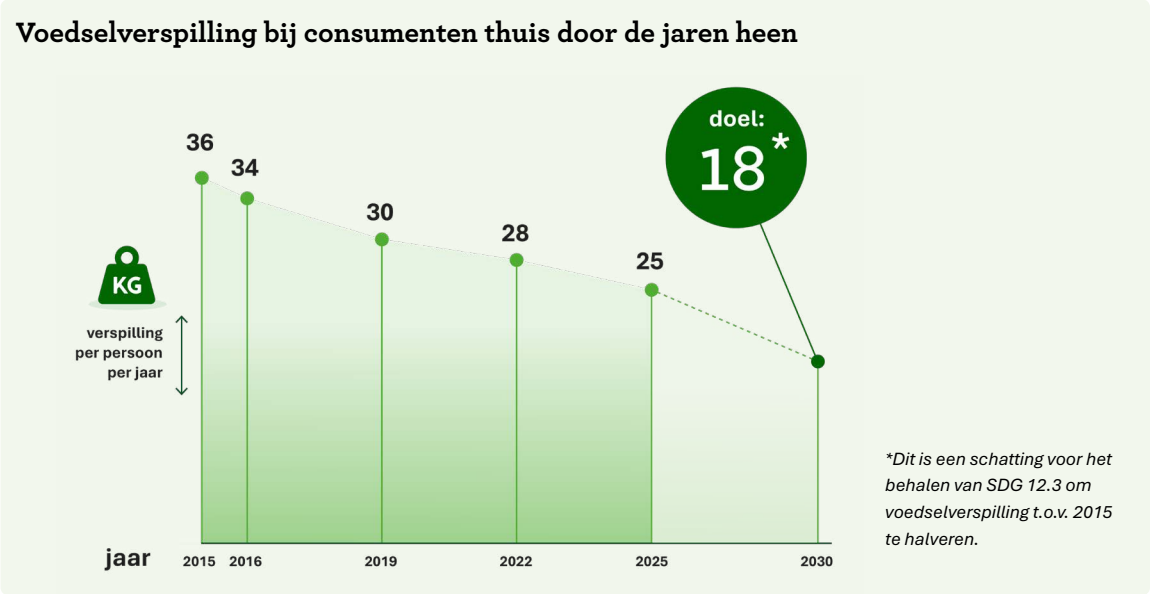
## 4.7 Opvallende resultaten in trend (2019-2025)

- Het aantal Nederlanders dat zegt het verschil tussen een THT-datum en TGT-datum te weten, is sinds 2019 toegenomen van 59% naar 75% in 2025.
- Tussen 2019 en 2025 zijn meer Nederlanders gaan kijken, ruiken en proeven bij producten met een verstreken THT-datum. Dit aandeel is toegenomen van 69% naar 77%.
- Steeds meer Nederlanders geven aan weleens bewust producten te kopen die tegen de houdbaarheidsdatum aan zitten. In 2019 was dit 67%, in 2025 80%.

# 5. Discussie van de resultaten

## 5.1 Waar staan we nu ten aanzien van het doel om de voedselverspilling bij de consument te halveren in 2030?

Zoals eerder beschreven heeft de Nederlandse overheid zich gecommitteerd aan SDG 12.3 om de verspilling van vast voedsel bij onder andere consumenten te halveren in 2030 ten opzichte van 2015. Sinds 2010 wordt in Nederland elke 3 jaar de voedselverspilling van vast voedsel bij consumenten thuis gemeten. Er is geen meting uitgevoerd in 2015. Om tot een schatting te komen van de jaarlijkse voedselverspilling bij de consument thuis is daarom gebruikgemaakt van verspillingscijfers uit 2013 en 2016. Om voedselverspilling in 2015 te schatten is 33% van de verspilling in 2013 (39,2 kilo p.p.p.j.) en 66% van de verspilling in 2016 (33,9 kilo p.p.p.j.) genomen, zie Figuur 3. Voor 2015 werd de verspilling in Nederland daarmee geschat op ongeveer 36 kg per persoon per jaar, een halvering hiervan betekent een reductie van 18 kg per persoon op jaarbasis als doel voor 2030, zie Figuur 11.[7] Per 2025 zijn 10 van de van de 15 jaar verstreken die we hebben om dit doel te halen. Een reductie van 33% ten opzichte van 2015 is dus het wenselijke resultaat in 2025. In 2025 is er 25,5 kg per persoon per jaar verspild. Dat is 29% (ruim 10 kg) minder dan in 2015. De reductie van 29% laat zien dat we duidelijk op de goede weg zijn met het verminderen van de hoeveelheid voedselverspilling thuis. De halvering is in zicht, maar het ligt nog onder het wenselijke scenario. Het is dus belangrijk om de huidige activiteiten voort te zetten en nog een stapje extra te doen om het SDG 12.3 doel in 2030 te behalen.




*Figuur 11: SDG 12.3 in beeld gebracht: voedselverspilling bij consumenten thuis door de jaren heen.*

[7] In het rapport voedselverspilling bij consumenten thuis in 2022 zijn andere cijfers gecommuniceerd. Er is immers een herberekening gedaan van alle voorgaande verspillingscijfers zoals omschreven in sectie 2.3. De hierboven gepresenteerde cijfers zijn vanaf heden leidend.

## 5.2 Mogelijke verklaring van de resultaten

### Veel aandacht voor het thema met bewustwordingscampagnes en kennisoverdracht

In 2018 is de STV opgericht, met het Voedingscentrum als dragende partner op de actielijn consumentenactivatie. Sinds die tijd is vooral ingezet op gedragsverandering bij de consument middels motiverende campagnes, actieweken en kennisoverdracht. Voorbeelden zijn de jaarlijkse Verspillingsvrije Week (sinds 2019), campagnes over brood en houdbaarheidsdatums, en campagnes om inzicht te krijgen in het eigen verspilgedrag. Daarmee wordt ingezet op de onderliggende determinanten van verspillingsgedragingen: motivatie, omgevingsfactoren en kennis en kunde. Mogelijk heeft deze aandacht voor voedselverspilling indirect bijgedragen aan de dalende trend. Van de Verspillingsvrije Week weten we dat doorgaans tussen de 30% en 50% van de Nederlanders met het onderwerp in aanraking is gekomen [25]. Maar de inzet van het Voedingscentrum omvat meer dan alleen campagnes en kennisoverdracht. Belangrijke initiatieven en de wetenschappelijk onderbouwde en impactgerichte aanpak van het Voedingscentrum zijn omschreven in een bouwstenendocument 'Building blocks of the Dutch approach on household food waste prevention' [26].

### Omgevingsfactoren faciliteren steeds meer gedragingen die verspilling verminderen

Hoewel motivatie en kennis en kunde van grote invloed zijn op gedragingen die voedselverspilling kunnen voorkomen, zijn er ook andere factoren die een rol spelen bij het tot stand komen van gedrag. Denk bijvoorbeeld aan omgevingsfactoren die consumenten in staat stellen om minder voedsel te verspillen. Daarom zijn er verschillende tools voor in de keuken ontwikkeld en verspreid die consumenten kunnen helpen om voedselverspilling tegen te gaan. Voorbeelden van deze tools zijn het Eetmaatje, Koelkaststickers en de Eerst-op-tape. Onderzoek naar de effectiviteit van een toolbox met onder andere het Eetmaatje en de Koelkaststicker, laat zien dat deze hulpmiddelen samen de hoeveelheid voedselverspilling met 23-39% kunnen verminderen [27].

Daarnaast is onze omgeving in toenemende mate ingericht op het gemak van de consument. Zo zijn er steeds meer opties om koken zo makkelijk mogelijk te maken, waarbij het verminderen van voedselverspilling een positief bijeffect kan zijn. Voorbeelden hiervan zijn voorgesneden groenten en mogelijk ook maaltijdboxen [28, 29]. De houdbaarheid van voorgesneden groente en fruit is korter, maar het gemak zorgt er waarschijnlijk voor dat recepten en planning beter wordt gevolgd. Andere voorbeelden zijn: hersluitbare verpakkingen die consumenten helpen om voedsel afgesloten te bewaren en kwaliteit te waarborgen en recepten-apps die hoeveelheden aanpassen op basis van het aantal personen. Ook technologische ontwikkelingen dragen mogelijk bij aan verminderde voedselverspilling.

Tot slot komt het thema voedselverspilling regelmatig voorbij in het dagelijks leven. Bekende voorbeelden zijn kortingsstickers op producten die die dag nog op moeten in de supermarkt, dynamisch afprijzen en initiatieven zoals Too Good To Go, 'Laatste kans koopjes' en 'Verspil mij niet'-tassen. Daarnaast zijn er vaker ook doggybag's in restaurants en worden Foodsharing-initiatieven in woonwijken (zoals een 'buurtkastje') steeds normaler [30]. Het Nationaal Burgerberaad Klimaat adviseert onder andere om restaurants te verplichten om doggybag's aan te bieden [31]. Normalisering van doggybag's kan bijdragen aan het voorkomen van verspilling doordat eten thuis kan worden opgegeten. Tevens kan het restaurants aansporen om porties aan te passen en via die route de kans op restjes te verminderen. Alle initiatieven om verspilling te verminderen benadrukken de gezamenlijke waarde dat we niet willen verspillen en kunnen mogelijk de sociale norm veranderen.

### Voedselprijzen zijn gestegen

De voedselprijzen zijn door de jaren heen sterk gestegen. De percentuele veranderingen variëren tussen de 0,2% daling aan voedselprijzen tot 10,8% stijging in voedselprijzen per jaar [32]. In 2022 was een enorme stijging zichtbaar. De gemiddelde prijs voor groente was in dat jaar 10% gestegen [32]. Ook het percentage van het inkomen dat aan voedsel wordt besteed lijkt invloed te hebben op de hoeveelheid gekocht voedsel [33]. Het percentage van het inkomen dat aan voedsel wordt besteed lijkt te stijgen. In 2015 gaven we 11% van ons inkomen uit aan voeding, in 2020 was dit 12,6% [34]. Recentere cijfers zijn ten tijde van schrijven nog niet gepubliceerd. Hogere voedselprijzen lijken te leiden tot minder voedselaankopen en kunnen daarmee de hoeveelheid voedselverspilling mogelijk verminderen [35, 36]. Bij groente en fruit lijken vooral de prijsverschillen tussen vergelijkbare producten relevant: groente en fruit dat veel duurder is wordt minder verspild dan groente en fruit dat veel goedkoper is [35].

### De invloed van afvalscheiding is onduidelijk

In veel gemeenten moeten mensen hun afval scheiden. Papier en glas moet in elke gemeente apart worden ingeleverd en sommige gemeenten vragen de inwoners ook om gft- en eventueel pmd-afval van het restafval te scheiden. Het goed scheiden van afval kan consumenten inzicht geven in de hoeveelheid voedsel die ze weggooien. Het zichtbaar maken van voedselverspilling kan mogelijk een 'trigger' zijn om mogelijkheden te bedenken om deze verspilling in de toekomst te voorkomen. Het effect van een verandering van afvalscheidingsbeleid op voedselverspilling op lange termijn is echter niet aangetoond [37]. Er zijn ook tegenovergestelde effecten gevonden. Door te communiceren dat voedselverspilling bij het gft-afval dient te worden weggegooid wordt voedsel verspillen genormaliseerd. Daarnaast kan het weggooien van voedsel via gft zorgen voor een goed gevoel bij mensen; zij zorgen er immers voor dat het afval niet wordt verbrand, maar wordt gecomposteerd of wordt gebruikt voor productie van biogas. Sommige mensen krijgen dan een 'warm-glow' (het gevoel dat zij iets goeds doen). Hiermee kan de motivatie om verspilling te voorkomen juist verminderd worden.

In Figuur 3 is te zien dat het aandeel voedselverspilling in het opgehaalde afval (rest-, gft- en pmd-afval) stabiel bleef in 2013-2016 en daarna daalde. De hoeveelheid voedselverspilling in de overige routes is met name tussen 2013 en 2016 sterk gedaald en daalde in de jaren daarna minder sterk. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat sinds 2015 steeds meer gemeenten pmd-afval zoals drankenverpakkingen, apart zijn gaan inzamelen. Het kan zijn dat er door het apart inzamelen van pmd door de jaren heen steeds minder verspilling van vloeibare producten en dranken via overige routes gaat en juist meer via het pmd-afval. Hoewel het voor de gemeenten geen doel was om de hoeveelheid voedselverspilling te verminderen, kan dit wel een neveneffect zijn geweest van de verandering in afvalscheidingsbeleid.

# 6. Kansen voor de toekomst

Het tegengaan van voedselverspilling is een cruciale stap in de strijd tegen klimaatverandering en andere milieu-problemen en in het waarborgen van voedselzekerheid voor een groeiende wereldbevolking [1, 2]. Wanneer voedsel wordt weggegooid, gaan alle investeringen verloren die nodig waren om het voedsel te produceren. Daarom is het van groot belang om verspilling zoveel mogelijk te voorkomen.

Voedselverspilling in huishoudens blijkt een probleem dat niet zomaar is opgelost. De afgelopen jaren is al op diverse interventies ingezet om consumenten thuis te helpen minder voedsel te verspillen; van bewustwording en motiveren tot kennis en voedselvaardigheden vergroten. Er zijn mooie stappen gezet voor het verminderen van voedselverspilling bij huishoudens. Er is in 2025 een reductie van 29% gevonden ten opzichte van 2015. Dit is een enorme reductie die mogelijk mede is bereikt met samenwerking en bewezen effectieve aanpakken. Maar hiermee liggen we nog niet volledig op schema om SDG 12.3 te halen; dan had de reductie nu 33% moeten zijn. Om voedselverspilling bij consumenten thuis te halveren in 2030 is het daarom van cruciaal belang om de huidige inzet te behouden én aan te vullen. Hierbij is het belangrijk om in kaart te brengen hoeveel reductie in de praktijk nog realistisch is bij huishoudens. Het is namelijk aannemelijk dat verdere reductie steeds uitdagender wordt naarmate de trend blijft dalen.

Voedselverspilling is een complex probleem en wordt veroorzaakt door meer dan alleen het gedrag van consumenten thuis. Desondanks hebben consumenten een groot aandeel binnen de totale hoeveelheid voedselverspilling en is consumentengedrag wel een deel van de oplossing. Daarnaast is ook de omgeving verantwoordelijk om minder voedsel-verspilling thuis vanzelfsprekender te maken. Alleen de focus op het individu met bewustwording en kennisoverdracht is namelijk niet voldoende om gedrag blijvend te veranderen [38]. Voedselverspilling bij consumenten thuis kan effectiever worden tegengegaan als consumenten, producenten, winkeliers en overheden samenwerken en zich gezamenlijk inspannen om van niks verspillen de norm te maken.

Hieronder zijn daarom diverse belangrijke kansen uiteengezet om verspilling bij consumenten thuis verder te verminderen. Het is belangrijk om op meerdere aspecten tegelijk in te zetten om voedselverspilling verder te reduceren; acties versterken elkaar. Daarnaast moet niet alleen de focus liggen op de meest verspilde producten per kilogram product, maar kan ook worden gekeken naar productgroepen waarbij de voedselverspilling tot hoge milieudruk leidt zoals bij vlees(waren) ($CO_2$-eq en landgebruik) en fruit (waterverbruik). Tenslotte is het van belang om te blijven monitoren en onderzoek te doen naar voedselverspilling, verspilgedrag en mogelijke nieuwe oplossingen.

## 6.1 Houd het thema top of mind

**Structurele verandering vraagt veel tijd en continue inzet.**
Herhaling van de kernboodschappen, informatie en handelingsperspectief is van belang zodat kennis beklijft. Frequente blootstelling hieraan op de juiste momenten is nodig om sociale normen te veranderen. Consumenten moeten zich er bewust van zijn én blijven dat voedselverspilling een probleem is waar zij deel van uitmaken en dus ook wat aan kunnen doen. Hoewel bewustwording zelden genoeg is voor gedragsverandering, is het wel een belangrijke basis om de relevantie van het probleem in te zien.

Enkele specifieke kansen om het thema top of mind te houden zijn:
- **De samenwerking met honderden partners via de stichting Samen Tegen Voedselverspilling** moet blijvend worden ingezet voor het aanpakken van verschillende initiatieven zoals de Verspillingsvrije Week en campagnes. Een structureel lerend netwerk voor het delen van kennis, kansen en successen houdt het thema top of mind bij de professionals, maar zorgt ook voor blijvende inzet om voedselverspilling thuis te verminderen.
- **Structureel inspelen op actualiteiten en nieuwscreatie.** Het is van belang om jaarrond media-aandacht te blijven genereren, in te spelen op actualiteiten en aandacht op (sociale) media te blijven geven. Breng het voedselgesprek bijvoorbeeld op gang door specifieke, concrete adviezen en ‘lifehacks’ te geven. Er zijn meerdere momenten van kennisoverdracht nodig om consumenten te betrekken.

- **Kennis en voedselvaardigheden groeien met de leeftijd.** Er is een continue aanwas van mensen die nog weinig kennis en vaardigheden hebben om voedselverspilling te verminderen, zoals bijvoorbeeld jongeren. Een continue inzet en herhaling van bestaande boodschappen blijft dus cruciaal. Hierbij is het van belang om te blijven bedrukken dat het verminderen van voedselverspilling een gezamenlijke verantwoordelijkheid is. Dit draagt allemaal bij aan de normverschuiving. Sluit hierbij aan bij levensveranderende momenten zoals het krijgen van kinderen of op jezelf gaan wonen [39]. Tijdens deze transitiemomenten staan mensen open voor nieuwe kennis en ervaringen.

Inhoudelijk zijn er enkele thema's die veelbelovend zijn om meer bewustwording en kennis te creëren:

- **Vergroot het bewustzijn van eigen verspilgedrag**. Vrijwel iedereen (90%) zegt al (heel erg) bewust te zijn van hun eigen verspilgedrag. Tegelijkertijd ligt de zelf gerapporteerde hoeveelheid verspilling van vast voedsel een stuk lager dan de hoeveelheid die uit de sorteeranalyse komt. Er is dus een groot verschil tussen wat men zelf denkt te verspillen en daadwerkelijke verspilling. Dit komt mogelijk doordat veel Nederlanders veel voedselverspilling niet herkennen als zijnde verspilling [40]. Inzicht in eigen verspilgedrag, bijvoorbeeld door het meten van voedselverspilling, is een kans om bewustzijn van eigen verspilgedrag te vergroten.
- **Kennisverbetering over hoe te handelen bij houdbaarheidsdatums.** Naar schatting wordt 10% tot 20% van de voedselverspilling thuis veroorzaakt door verkeerde interpretatie van de houdbaarheidsdatums [23]. Meer aandacht voor beide houdbaarheidsdatums en het juiste handelingsperspectief, in bijvoorbeeld campagnes en communicatie, kan helpen om het thema bij consumenten op de kaart te krijgen. Mogelijk helpt het om daarbij te communiceren over de (afwezigheid van) mogelijke risico's bij het eten van bepaalde producten die over de datum zijn. Van bedorven melk krijg je bijvoorbeeld geen voedselvergiftiging, van bedorven vlees mogelijk wel (ook al is er niks aan het product te zien). Hier is nog geen onderzoek naar gedaan.
- **Inbedden van 'planning to be flexible'[39]:** Voedselverspilling voorkomen in het (vaak onvoorspelbare) dagelijks leven vraagt om anticipatie en flexibiliteit in voedselroutines. Bijvoorbeeld met een restjesdag op een drukke werkdag, houdbare producten in huis hebben om een maaltijd groter of kleiner te maken afhankelijk van de hoeveelheid eters, en kort van tevoren pas boodschappen doen als de planning nog onzeker is [41, 42]. Ook kan het gebruik van de vriezer zorgen voor gemak en flexibiliteit in de keuken door restjes in te vriezen voor later gebruik en vries-verse producten te gebruiken die lang houdbaar en makkelijk te portioneren zijn [43].

## 6.2 Faciliteer het gewenste gedrag

Voedselverspilling voorkomen is niet één gedraging, maar een samenspel van vele "kleine" (routine)gedragingen die veelal onbewust plaatsvinden. Het is dan ook belangrijk dat het voorkomen van verspilling zo min mogelijk moeite kost voor consumenten. Het makkelijk maken kan helpen de kloof tussen intentie en gedrag te overbruggen en daarmee voedselverspilling te verminderen. Daarbij is het belangrijk om dit in de juiste context te doen, door 'aanwezig' te zijn op keuzemomenten van de consument. Bijvoorbeeld in de supermarkt of in de keuken. Hier is een rol weggelegd voor onder andere supermarkten, producenten en gemeenten [44, 45]. Er is een kans weggelegd voor deze partijen, die met een brede en diverse aanpak ook hun verantwoordelijkheid kunnen nemen bij het tegengaan van voedselverspilling bij consumenten thuis. Kansrijke benaderingen zijn bijvoorbeeld:

- **Focus op gemak bij het koken:** Gemak is voor veel mensen een belangrijke factor in de keuken. Help tijd besparen in de keuken (in de bereiding, maar ook met opruimen). Interventies die gericht zijn op het verhogen van gemak, kunnen als neveneffect hebben dat verspilling verminderd wordt zonder dat er een bewuste actie nodig is [27-29, 42]. Bijvoorbeeld door te voorkomen dat er te veel eten wordt klaargemaakt en geserveerd [46]. Producenten en supermarkten kunnen het aanbod van gemakkelijk, gezond eten verder uitbreiden. Bijvoorbeeld door het aanbieden van maaltijdboxen en kleinere portiegroottes tegen een aantrekkelijke prijs.
- **In het moment aanwezig zijn:** Ondersteun de consument met tools die helpen bij het aanleren van voedselvaardigheden, zoals het eerdergenoemde Eetmaatje. Ontwikkel bijvoorbeeld nieuwe tools die consumenten op cruciale momenten helpen om minder te verspillen. Ook de keukenomgeving kan aangepast worden, denk bijvoorbeeld aan ingebouwde hulpmiddelen in het aanrecht of in keukenapparatuur [39]. Tools kunnen bovendien geïntegreerd worden in een productverpakking, zoals een koelkastthermometer op een pot mayonaise, portiestreepjes op zakken pasta en een sticker op bananen of avocado's die aangeeft hoe rijp het product is.

- **Verduidelijking van de houdbaarheidsdatum** door middel van visuele iconen en aanvullende tekst op verpakkingen kan helpen om voedselverspilling te verminderen [47]. Supermarkten en producenten kunnen bijdragen aan verduidelijking van de houdbaarheidsdatums om consumenten op cruciale momenten handelingsperspectief te bieden. Bijvoorbeeld door duidelijkere communicatie over houdbaarheidsdatums, het plaatsen van bewaarinstructies op verpakkingen, aan te sluiten bij de Coalitie Houdbaarheid, of het aandeel van producten met duidelijkere informatie verder te vergroten. In de toekomst zouden Keep-it sensors of verpakkingen die de houdbaarheid verlengen hierbij verdere ondersteuning kunnen bieden [45].
- **De (online) supermarkten ondersteunend laten zijn** zodat er niet wordt aangezet tot het kopen van meer eten dan nodig en er gestimuleerd wordt om verspilling te voorkomen [44].
- **Technologische ontwikkelingen voor huishoudelijk gebruik stimuleren:**
  - Het gebruik maken van AI biedt mogelijkheden. Zo zijn er al apps die je koelkast scannen en restjesrecepten genereren met producten in de koelkast. Ook kan een app die foto's maakt van restjes op het bord zinvol zijn om de eigen voedselverspilling in kaart te brengen [48]. Met behulp van AI zouden tips en hulp precies afgestemd kunnen worden op iemands gedrag en routines. Een kanttekening hierbij is dat er nog weinig bekend is over de mogelijke invloed van deze toepassingen op het gedrag van consumenten. Bovendien mag de milieuimpact van AI niet groter zijn dan de eventuele milieuwinst door vermindering van voedselverspilling.
  - Er is weinig kennis bij consumenten over de optimale temperatuur en indeling van de koelkast. Een slimme koelkast kan hiervoor een uitkomst bieden. Deze zou ook kunnen helpen met voorraadbeheer en verdere optimalisatie van bewaaromstandigheden. Ook hierbij is het nog onduidelijk of één innovatief product routines en gewoontes van consumenten kan doorbreken. De prijs kan bovendien een drempel zijn.
  - In de verre toekomst zou een slimme prullenbak die feedback en tips geeft op basis van het weggegooide voedsel, consumenten meer inzicht kunnen geven in hun eigen verspilgedrag. Ook hierbij gelden de hierboven genoemde kanttekeningen en is er eerst meer onderzoek nodig.

Bij alle mogelijke interventies is het van belang om te onderzoeken wat de potentiële opbrengst is, maar ook wat eventuele ongewenste neveneffecten zijn. Bepaalde innovaties kunnen bijvoorbeeld wellicht de voedselveiligheid negatief beïnvloeden. Ook kosten de productie en het gebruik van tools en technologische ontwikkelingen soms veel energie en/of gaan ze gepaard met andere milieubelasting. Daarom moet er altijd een goede afweging worden gemaakt tussen de potentiële kosten en baten van bovenstaande kansen.

## 6.3 Zet beleid in om voedselverspilling te verminderen

Naast consumenten, producenten en retailers kan de overheid, van de Rijksoverheid tot de kleinste gemeente, helpen om voedselverspilling bij de consument thuis tegen te gaan. De Verenigde Naties roept landelijke overheden op om een platform te faciliteren voor discussie en samenwerking in de gehele keten [49]. De Nederlandse overheid doet dat door de stichting Samen Tegen Voedselverspilling te faciliteren. Een belangrijke stap, maar er zijn meer oplossingen die de overheid kan bieden om voedselverspilling in Nederland tegen te gaan. Wet- en regelgeving kunnen zeer impactvolle maatregelen zijn om verspilling thuis verder te verminderen. Het Nationaal Burgerberaad Klimaat (NBK) heeft op 1 december 2025 met 97% voorstanders het advies uitgebracht aan de Nederlandse Rijksoverheid om in te zetten op halvering van de totale hoeveelheid voedselverspilling in 2035 [31]. De adviezen vanuit het NBK zijn vastgesteld door 175 deelnemers die een representatieve afspiegeling vormen van de Nederlandse bevolking. Het kabinet zal voor 1 juni 2026 reageren op de adviezen van het NBK [50].

- **De overheid kan fabrikanten stimuleren om de consument minder te laten verspillen.** Zo is er nog veel winst te behalen in het verder verduidelijken van de houdbaarheidsinformatie. De overheid kan fabrikanten verder stimuleren om bijvoorbeeld op de verpakking aanvullende uitleg te geven, de datum groter neer te zetten en/of gebruik te maken van iconen die het gewenste gedrag bij de houdbaarheidsdatum benadrukt. Ook het NBK roept op om houdbaarheids-datums te verduidelijken met iconen [31]. Daarnaast is het wenselijk dat de overheid fabrikanten aanzet tot duidelijkere informatie over hoe lang een product te bewaren is na openen, op welke manier dit het beste kan, en hoe bederf te herkennen is.
- Het thema **voedselverspilling verplicht in het onderwijs behandelen**. Jong geleerd is oud gedaan. Er zijn al lesprogramma's zoals Smaaklessen en Weet wat je eet die in het curriculum opgenomen kunnen worden. Idealiter wordt dit thema samengepakt in een verplicht cluster met informatie over gezond, duurzaam en veilig eten en kennis over de voedselketen.

- De mogelijkheden onderzoeken voor het toepassen in Nederland van divers **beleid en wetten die in het buitenland zijn geïnitieerd**. Meestal blijft de beleidsinzet vooral gefocust op informeren en helpen met tools in plaats van met wettelijke verplichtingen:
  - Een voorbeeld van wet- en regelgeving die invloed kan hebben op voedselverspilling is bijvoorbeeld een kleine belasting. Zo blijkt uit onderzoek uit Zuid-Korea dat een kleine belasting van €0,06 per kg voedselverspilling al grote effecten kan hebben. Zuid-Koreanen leveren de voedselverspilling in speciale zakken in waar zij voor betalen of leveren het in speciale containers in waar er voor het gewicht betaald dient te worden. Hier lijkt de belasting verantwoordelijk voor een daling van 20% voedselverspilling per jaar en een daling van ruim 5% van de inkopen [51].
  - Er zijn wereldwijd voorbeelden waarbij wetten zijn opgelegd aan restaurants, retail en producenten om voedselverspilling te verminderen. Ook gericht aan consumenten die een boete dienen te betalen wanneer zij eten laten liggen. Dit kan bijdragen aan de bewustwording en het voorkomen van voedselverspilling. Wellicht heeft het een positieve spillover naar voorkomen van verspilling thuis [52, 53].
  - In Ierland zijn huishoudens verplicht om voedselverspilling apart in te zamelen in een bruine container [54].
- De **lokale overheid kan het landelijk beleid ondersteunen en verdieping geven**. Bijvoorbeeld door een concreet uitvoeringsplan te maken, aanvullende maatregelen te verkennen, het goede voorbeeld te geven, aan te sluiten bij landelijke campagnes en tools (zoals het Eetmaatje of de koelkaststickers) te verspreiden. Bovendien kunnen gemeenten lokale initiatieven ondersteunen. Ook het NBK roept de gemeenten op om vermindering van voedselverspilling te stimuleren [31]. De STV heeft een cluster van gemeenten gevormd. Er is veel potentie in het uitbreiden van de cluster en het toepassen van bestaande middelen. Zo is er een bouwstenenplan ontwikkeld voor gemeenten waarbij deze worden geholpen en gestimuleerd om een eigen aanpak op het gebied van voedselverspilling te creëren, inclusief voorbeelden van interventies voor inwoners. Ook is er vanuit Wageningen University and Research (WUR) een 'Pick and Go guide' ontwikkeld. Deze helpt gemeenten in 4 fasen om voedselverspilling in huishoudens aan te pakken. Lokale overheden kunnen de inzet op voedselverspilling koppelen aan het afvalbeleid in hun gemeente.

Welke beleidsinterventies er ook komen, het is belangrijk om deze voor de langere termijn te verankeren. Daarnaast is het belangrijk om voedselverspilling te integreren in landelijk en lokaal voedselbeleid. Gezondheid, voedselveiligheid, voedselverspilling en andere aspecten van duurzaam voedsel worden idealiter onder één paraplu opgenomen in het voedselbeleid.

# 7. Referenties


1. Willett W, et al. Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. The Lancet, 2019. 393 (10170): p. 447-492.
2. Hawken P. Drawdown: The most comprehensive plan ever proposed to reverse global warming, 2017, Penguin.
3. Arneth A, et al. Summary for policymakers. 2019.
4. Shukla PR, et al. Climate Change and Land: an IPCC special report on climate change, desertification, land degradation, sustainable land management, food security, and greenhouse gas fluxes in terrestrial ecosystems. 2019.
5. Rodrigues TC and Keuchenius C, Effectmeting Eerst op tape. 2024, Motivaction.
6. Soethoudt H and Vollebregt M. Monitor Voedselverspilling Update 2009 - 2023. 2025.
7. Europese Unie, Richtlijn (EU) 2018/851 van het Europees Parlement en de Raad van 30 mei 2018 tot wijziging van Richtlijn 2008/98/EG betreffende afvalstoffen., in Publicatieblad van de Europese Unie. 2018.
8. Europese Unie, Richtlijn (EU) 2025/1892 van het europees parlement en de raad van 10 september 2025 tot wijziging van Richtlijn 2008/98/EG betreffende afvalstoffen (Voor de EER relevante tekst), Het Europees Parlement En De Raad Van De Europese Unie, Editor. 2025: Straatsburg.
9. Timmermans T. Samen Tegen Voedselverspilling.
   Waarom we minder voedsel moeten verspillen | Samen Tegen Voedselverspilling [geraadpleegd op 01-02-2023].
10. Europese Commissie. Food waste reduction targets.
    Food waste reduction targets - Food Safety - European Commission [geraadpleegd op 15-12-2025].
11. Steenhuisen F. Voedselverspilling in fijn huishoudelijk restafval en GFT-afval, Nederland 2025. 2025.
12. Kramers R and Aardening P. Voedselverspilling zelfrapportage; Inschatting van de hoeveelheid voedselverspilling per jaar door Nederlandse consumenten op basis van zelfrapportage. 2025.
13. Kramers R and P. Aardening. Voedselverspilling: Hoe gaan Nederlanders om met voedselverspilling? 2025.
14. Muijres S, Huishoudelijke aankopen voedingscategorieën 2025, Yougov, Editor. 2025.
15. Rijksinstituut Voor Volksgezondheid En Milieu, Database Milieubelasting Voedingsmiddelen. 2024.
16. Rabobank, Gemiddelde prijs van productgroepen in 2025. 2025.
17. C. Van Dooren. Syntheserapport Voedselverspilling bij huishoudens in Nederland in 2019. Voedingscentrum: Den Haag, 2019.
18. R. Eijsbouts CT, T. Daamen, S. Nieuwhof. Samenstelling ingezameld kunststof/PMD verpakkingen – Fase 2. 2018.
19. Centraal Bureau Voor De Statistiek. Ruim helft Nederlanders werkt weleens thuis. [geraadpleegd op 08-10-2025].
20. Derksen E and Aardening P. Brood(verspilling): Welke hoeveelheid voedsel en brood schatten Nederlanders in per week weg te gooien / te verspillen? Waarom gooien Nederlanders (oud) brood weg? Hoe gaan zij om met (oud) brood en broodverspilling? 2021.
21. Onwezen M and Galama J. Impact COVID-19 op voedselgedrag van consumenten: Impact, verklaringen en aangrijpingspunten. 2021.
22. Rijksinstituut Voor Volksgezondheid En Milieu. Verandering consumptie eiwitrijke producten | Wat eet Nederland [geraadpleegd op 06-10-2025].
23. Europese Commissie. Market study on date marking and other information provided on food labels and food waste prevention - Publications Office of the EU. 2018.
24. Visschers VH, Wickli N, and Siegrist M. Sorting out food waste behaviour: A survey on the motivators and barriers of self-reported amounts of food waste in households. Journal of Environmental Psychology, 2016. 45: p. 66-78.
25. D. Voshart GG, Campagneonderzoek Verspillingsvrije Week 2025. 2025, Motivaction.
26. Schrijnen M. and Van Lieshout L. Building blocks Dutch approach consumer food waste prevention.pdf. 2025.
27. Van Herpen E, et al. Convenient tools and social norms: Measuring the effectiveness of an intervention to reduce household food waste - ScienceDirect.
28. Schuster S, et al. Do meal boxes reduce food waste from households? - ScienceDirect.
29. Van Doorn J, et al. Reducing food waste conveniently with semi-prepared food - ScienceDirect.
30. Zhang Y, Van Herpen E, and Van Loo EJ. Sharing to prevent waste: The effectiveness of an intervention encouraging food sharing - ScienceDirect.
31. Nationaal Burgerberaad Klimaat. Advies file. 2025.
32. Centraal Bureau Voor De Statistiek. Hoeveel duurder werd eten? [geraadpleegd op 08-10-2025].
33. Pudner V, et al. Household food and drink waste in the United Kingdom 2022. 2025.
34. Centraal Bureau Voor De Statistiek. Waar geven we ons geld aan uit? [geraadpleegd op 08-10-2025].
35. Heijnk V and Hess S. The effect of food prices on fruit and vegetable food waste in private households - ScienceDirect. 238: p. 108748.

36. Britton E, et al. Econometric modelling and household food waste
37. Green C, et al. A longitudinal analysis of the Impact of Food Waste Collections on Household Food Waste Arisings. 2025.
38. Lohmann PM, et al. Demand-side interventions for sustainable food systems: a meta-analysis of food-policy interventions targeting food consumption and waste behaviours. Available at SSRN 4811931, 2024.
39. Goss HM, et al. Let's get flexible: Exploring adaptable consumption toward reducing household food waste in the Netherlands. Sustainable Production and Consumption, 2025. 54: p. 274-288.
40. Rodrigues TC and Giaquinto G, Campagneonderzoek Verspillingsvrije Week 2024. 2024, Motivaction.
41. Van Rooijen MA, et al. Meal planning under uncertainty: How shopping frequency affects food waste - ScienceDirect. 57: p. 403-412.
42. Cooper A, et al. Use-up day and flexible recipes: Reducing household food waste by helping families prepare food they already have.Resources, Conservation and Recycling, 2023. 194: p. 106986.
43. Nomad Foods. Frozen in Focus. 2025.
44. Liao C, et al. Exploring food waste prevention through advent food consumption: The role of perceived concern, consumer value, and impulse buying. Frontiers in Sustainable Food Systems, 2022. 6: p. 988260.
45. Ganeson K, et al. Smart packaging – A pragmatic solution to approach sustainable food waste management. 36: p. 101044.
46. Blondin S, et al. Identifying Priority Behavior Change Solutions to Key Drivers of Household Food Waste in the United States | World Resources Institute. 2025.
47. Zeinstra G, et al. The influence of date marking related visual cues on consumers' interpretation and choices to discard or use food. 2021.
48. Morren M, et al. AI to the Rescue: A Novel Approach to Measure Plate Leftovers. Available at SSRN 5107665, 2025.
49. Verenigde Naties. Act Now; The International Day of Awareness of Food Loss and Waste. What Can You Do? | Stop Food Loss and Waste [geraadpleegd op 08-10-2025].
50. Hermans S, Kamerbrief Aanbieding adviesrapport Nationaal Burgerberaad Klimaat, Groei Ministerie van Klimaat en Groene Groei, Editor. 2025.
51. Lee S. The Benefits and Costs of a Small Food Waste Tax and Implications for Climate Change Mitigation. 2022.
52. Government of Ireland, Waste Management (Food Waste) (Amendment) Regulations 2024, Ministery of State at the Department of the Environment C and Communications I, Editors. 2024.
53. Government of Spain, Ley 1/2025, de 1 de abril, de prevención de las pérdidas y el desperdicio alimentario., Estado BOD, Editor. 2025.
54. Government of Ireland, Ireland's National Food Waste Prevention Roadmap 2023-2025. Department of the Environment, Climate and Communications.
55. Kaal M. Onderzoek vloeistofverspilling van Nederlanders thuis. 2022.

# Colofon

Copyright © februari 2026, Stichting Voedingscentrum Nederland, Den Haag.

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie of op welke andere wijze en/of door welk ander medium, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stichting Voedingscentrum Nederland.

Hoewel aan de samenstelling en productie van deze uitgave alle zorg is besteed, aanvaardt Stichting Voedingscentrum Nederland geen enkele aansprakelijkheid voor schade voortvloeiend uit een eventuele foutieve vermelding in deze uitgave.

Voedingscentrum – eerlijk over eten
Gezonde mensen op een gezonde planeet. Daar zet het Voedingscentrum zich elke dag voor in, onafhankelijk en zonder commercieel belang. Met wetenschappelijk onderbouwde informatie, tips en tools helpen we alle Nederlanders gezonde, duurzame en veilige voedselkeuzes te maken.

Auteurs: Lilou van Lieshout en Kristel Zaal, Voedingscentrum.

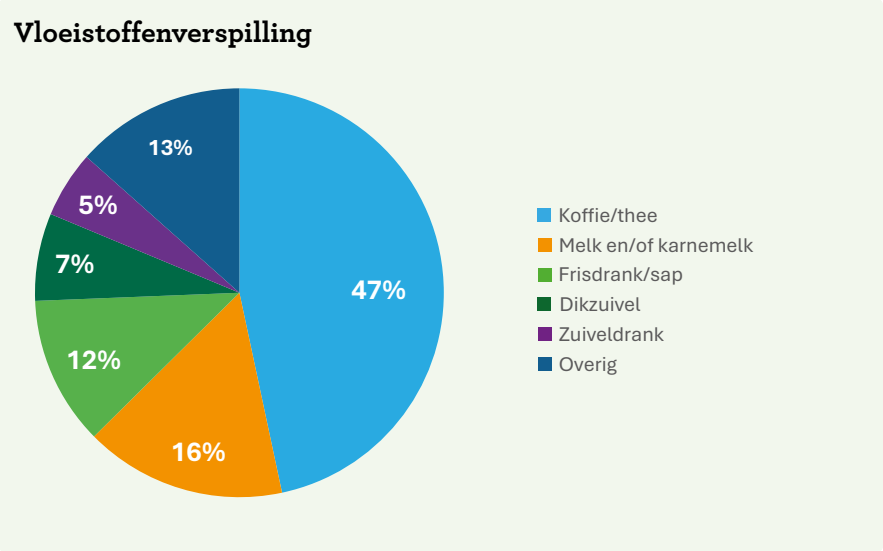
In samenwerking met ministerie van Landbouw, Visserij, Voedselzekerheid en Natuur, Milieu Centraal, Rijkswaterstaat en Wageningen University & Research.

# Bijlage I.

## Herhaling: Verspilling van dranken verspilling bij Nederlanders thuis in 2022

In 2025 is de verspilling van vloeistoffen niet opnieuw in kaart gebracht. Uit eerder onderzoek van Kantar Public in 2022 [55] kwamen de volgende zelfgerapporteerde resultaten met betrekking tot de verspilling van vloeistoffen in Nederlandse huishoudens naar voren: De verspilling van dranken via het toilet of de gootsteen is naar schatting 177 milliliter (ml) per dag. Dat komt neer op 64,4 liter (l) vloeistoffen per jaar. Dat is significant meer dan in 2019. Toen was het 125 ml per dag, dat neerkwam op 45,5 l vloeistoffen per jaar.

Bijna de helft (47%) van de verspilling van vloeistoffen is koffie en thee. Ongeveer een kwart van de verspilling is zuivel zoals (karne)melk en zuiveldranken (zie Figuur 12).




*Figuur 12: verdeling verspilling van vloeistoffen per productgroep.*