



15 października 2026 r.

AI analizuje dziesiątki czynników, by jedzenie nie trafiło do kosza. Eksperci pokazują, jak ograniczać marnowanie żywności

W Polsce każdego roku marnuje się około 4,8 mln ton żywności, z czego 60 proc. w gospodarstwach domowych. Jednocześnie 38 proc. Polaków co najmniej raz w miesiącu kupuje więcej jedzenia, niż jest w stanie wykorzystać. Z okazji Światowego Dnia Żywności eksperci pokazują, jak ograniczać straty od sklepowej półki po domową kuchnię, z wykorzystaniem najnowszych technologii, jak AI.

Ile naprawdę kosztuje wyrzucanie jedzenia? Podczas [debaty eksperckiej](#) zorganizowanej w ramach ogólnopolskiej kampanii edukacyjno-społecznej **“Dobry Smak zaczyna się w Polsce. Nie marnuję, wybieram odpowiedzialnie”**, Karol Tyszka z Polskiej Organizacji Handlu i Dystrybucji przywołał przykład ze swojej pracy w hotelarskiej gastronomii. W pewnej kuchni funkcjonował system, w ramach którego przy utylizacji żywności skanowano jej oryginalny pojemnik (opakowanie), a na ekranie pojawiała się szacunkowa wartość wyrzucanych produktów. Dzięki temu pracownicy od razu widzieli finansowe konsekwencje swoich decyzji. *- To bardzo szybko dawało do myślenia, bo nagle strata przedstawiała być abstrakcyjna, miała swoją wartość w złotychkach. W domu nie mamy takiego mechanizmu i nie zawsze dostrzegamy wartość tego, co trafia do kosza* - mówił **Karol Tyszka**.

Skala problemu jest znacznie większa niż pojedyncze wyrzucane produkty. W Polsce marnuje się około **4,8 mln ton żywności rocznie - z czego 2,9 mln w gospodarstwach domowych**. Jak pokazuje [najnowsze badanie](#) z sierpnia 2026 r. dotyczące niemarnowania żywności Norstat Polska przeprowadzone w ramach kampanii **45 proc. Polaków przyznaje, że co najmniej raz w miesiącu kupiona przez nich żywność psuje się, zanim zostanie wykorzystana, a 47 proc. równie często wyrzuca resztki posiłków**. A wyrzucanie jedzenia to nie tylko strata żywności, ale także pieniędzy z domowego budżetu. Ograniczanie marnowania żywności ma również wymierny wymiar finansowy. Jak przypominała podczas debaty Dagmara Perlak z Kaufland Polska, „co nie wyląduje w koszu, ląduje w twojej kieszeni”. Każdy produkt, który uda się wykorzystać zamiast wyrzucić, to mniej niepotrzebnych wydatków. Dlatego planowanie zakupów i właściwe przechowywanie żywności służą nie tylko środowisku, ale także domowemu budżetowi.

AI przewiduje pogodę, promocje i zakupy klientów. Handel walczy z nadwyżkami

Ograniczanie marnowania żywności zaczyna się dużo wcześniej niż w domowej kuchni. Sieci handlowe wykorzystują dziś zaawansowane narzędzia do przewidywania popytu, dzięki którym mogą lepiej planować zamówienia i ograniczać ryzyko niesprzedanych produktów. Przykładem jest Biedronka, która wykorzystuje sztuczną inteligencję do analizy dziesiątek czynników wpływających na sprzedaż - od pogody i świąt po lokalizację sklepu, historyczny popyt czy planowane promocje. Dzięki temu sklep może precyzyjnie dopasowywać ilość zamawianej żywności do realnego zapotrzebowania. *- Ograniczanie strat żywności zaczyna się dużo wcześniej niż przy sklepowej półce. Jednocześnie sieci*



handlowe mają ogromne możliwości edukowania konsumentów, bo każdego dnia docierają do milionów klientów - mówiła Karolina Błońska, Senior Sustainability Manager w Biedronce.

Podobne rozwiązania stosuje Żabka, która wykorzystuje uczenie maszynowe i AI do dopasowywania asortymentu do konkretnego sklepu. Inne potrzeby mają klienci placówki przy dworcu, inne osoby robiące zakupy w biurcu, a jeszcze inne mieszkańcy osiedla. Analiza lokalnych zwyczajów zakupowych pozwala lepiej planować ofertę. Znaczenie ma również sprzedaż gotowych posiłków w określonych porcjach, umożliwiającą zakup ilości odpowiadającej bieżącym potrzebom. - *W handlu jednym z podstawowych narzędzi ograniczania strat jest dobre prognozowanie popytu. Jeśli miałbym wskazać jeden nawyk, który warto zmienić, byłoby to właśnie efektywniejsze planowanie. Budowanie dobrych nawyków żywieniowych zaczyna się od prostych wyborów. Dlatego tak ważne jest, aby pomagać konsumentom przekładać ideę niemarnowania żywności na codzienne decyzje* - mówił **Jakub Malec, Group Sustainable Food System Manager w Grupie Żabka.**

Lidl Polska również wykorzystuje rozwiązania technologiczne do ograniczania strat żywności, stawiając na automatyzację zamówień i lepsze dopasowanie dostaw do rzeczywistego zapotrzebowania klientów. - *Działania zapobiegające marnowaniu żywności wprowadzamy na każdym etapie łańcucha dostaw. Wdrożyliśmy nasz autorski system AutoDispo – automatyczny system zamawiania towaru, który analizuje stany magazynowe i sprzedaż, dopasowując zamówienia do popytu. Dzięki temu zamawiamy do sklepów dokładnie taką ilość towaru, jakiej potrzebują nasi klienci, co znacząco redukuje ryzyko powstawania nadwyżek* - mówi **Aleksandra Robaszkiewicz, Dyrektorka ds. relacji korporacyjnych, Lidl Polska.**

Pieczewo z poprzedniego dnia? Niższa cena zamiast kosza

Nie wszystkie produkty, które nie sprzedały się pierwszego dnia, muszą zostać wyrzucone. Podczas debaty przedstawiciele Kaufland Polska wskazywali na przykład pieczywo z poprzedniego dnia, które dzięki odpowiedniemu oznaczeniu i obniżonej cenie może znaleźć nabywców zamiast trafić do odpadów. To jedno z rozwiązań pokazujących, że znaczenie mają nie tylko technologie, ale także sposób prezentowania produktów i zachęcania konsumentów do ich wykorzystania. Drugim problemem pozostaje rozumienie dat umieszczanych na opakowaniach. Z danych kampanii wynika, że **62 proc.** Polaków deklaruje znajomość różnicy między oznaczeniami „należy spożyć do” i „najlepiej spożyć przed”, jednak **28 proc.** nie jest pewnych, czym się różnią. . „Należy spożyć do” odnosi się do bezpieczeństwa produktu, natomiast „najlepiej spożyć przed” przede wszystkim do utrzymania deklarowanej przez producenta jakości w danym terminie. W tym drugim przypadku przekroczenie daty nie oznacza automatycznie, że produkt trzeba wyrzucić - przy odpowiednich warunkach przechowywania może być zdatny do spożycia nawet jeszcze do kilku miesięcy. Dlatego zachęcamy konsumentów, żeby przed wyrzuceniem takiego produktu dokładnie sprawdzili etykietę - mówiła **Dagmara Perlak z działu Corporate Affairs Kaufland Polska.**

Banki Żywności liczą godziny



W Polsce każdego roku marnują się miliony ton żywności, podczas gdy według danych GUS blisko 2 mln osób żyje w skrajnym ubóstwie. To paradoks: w Polsce marnuje się pełnowartościową żywność, choć miliony osób żyją w ubóstwie. Dlatego tak ważne jest szybkie przekazywanie nadwyżek potrzebującym.

Federacja Polskich Banków Żywności codziennie odbiera pełnowartościowe produkty przekazywane przez sieci handlowe, producentów i przetwórców. Przy produktach z krótkim terminem przydatności liczy się każda godzina. *- W Bankach Żywności każdego dnia ścigamy się z kalendarzem, żeby uratować jedzenie przed zmarnowaniem. Ale niemarnowanie nie musi dotyczyć wyłącznie dużych darowizn i całych palet produktów - podobną zasadę można stosować również w domu - przekazując niewykorzystane jedzenie rodzinie, sąsiadom lub do jadłodzielni - mówił Łukasz Sołtysiak z Federacji Polskich Banków Żywności.*

Potencjał takich rozwiązań jest duży. **68 proc.** Polaków deklaruje gotowość do podzielenia się niewykorzystaną żywnością, ale **44 proc.** wskazuje, że brakuje im wygodnego sposobu jej przekazania. Dla **34 proc.** przeszkodą jest brak wiedzy, komu mogliby oddać jedzenie. Mądrzejsze zakupy i lepsze planowanie posiłków pozwalają więc jednocześnie chronić domowy budżet i ograniczać straty żywności. A kiedy jedzenia mimo wszystko zostanie za dużo, zamiast je wyrzucać, można przekazać je innym, choćby przez lokalną jadłodzielnię.

Światowy Dzień Żywności 2026. Innowacje mają pomagać, a nie komplikować życie

Tegoroczny Światowy Dzień Żywności, obchodzony w październiku, odbywa się pod hasłem FAO „**Innovate today. Nourish tomorrow**”. Przykłady przedstawione podczas **debaty** pokazują, że innowacje w ograniczaniu marnowania żywności mogą przyjmować różne formy. Ekspertiści podkreślają jednak, że nawet najbardziej zaawansowane technologie nie zastąpią codziennych nawyków. Jak zauważał podczas debaty **Maciej Dolega z MediaMarkt**, nowoczesne lodówki oferują specjalne strefy temperatury i wilgotności, ale ich możliwości pozostają niewykorzystane, jeśli przechowujemy żywność według starych przyzwyczajeń. *- Każdego dnia rozwiązujemy mnóstwo skomplikowanych problemów, dlatego jeśli chcemy zmieniać swoje zachowania, nowe rozwiązania muszą przede wszystkim upraszczać nasze życie. Dla jednej osoby takim rozwiązaniem będzie lista zakupów, dla innej zdjęcie zawartości lodówki przed wyjściem do sklepu, a dla jeszcze innej ustawianie produktów według terminów przydatności. Nie ma znaczenia, czy metoda jest spektakularna - ważne, żeby była prosta i możliwa do stosowania - mówiła prof. Joanna Tyrowicz, ekonomistka z Uniwersytetu Warszawskiego i ośrodka badawczego GRAPE, moderatorka debaty.*

Wnioski z debaty eksperckiej, badania oraz przykłady rozwiązań stosowanych przez biznes znalazły się w [Raporcie Dobrych Praktyk i Rekomendacji](#), opracowanym w ramach ogólnopolskiej kampanii społeczno-edukacyjnej „**Dobry smak zaczyna się w Polsce. Nie marnuję, wybieram odpowiedzialnie**”.



Kampania promuje świadome wybory konsumenckie: niemarnowanie żywności, czytanie etykiet, zwracanie uwagi na pochodzenie produktów i odpowiedzialne gospodarowanie zasobami. Łączy edukację dzieci i młodzieży, badania oraz dialog przedstawicieli nauki, administracji, biznesu i organizacji społecznych.

Więcej informacji i materiały kampanii: <https://naszadecyzja.pl/>

O badaniu: Norstat Polska, sierpień 2026 r., metoda CAWI, reprezentatywna próba 1079 Polaków w wieku 18 lat i więcej.