

外卖包装卷成“套娃”，犯不着这么“装”

调查：酱料分盒、耗材泛滥、暗藏环境污染、健康等问题 新规：“瘦身令”破解过度包装痛点



扫码看视频

如今外卖赛道竞争日趋激烈，不少商家将包装当作提升消费体验的加分项，包装内卷之风愈演愈烈。用砂锅盛装餐品、酱料单独装盒、纸盒层层包裹成为常态，精致繁复的包装背后，却暗藏环境污染、健康、消费成本等痛点。

当前，外卖包装多使用哪些材料？对环境有哪些影响？平台、商家和消费者怎样协作，才能从源头根治外卖包装过度化，从而真正实现绿色发展？目前，又是否有相关政策出台？连日来，记者展开了走访和调查。

■文/图/视频 三湘都市报全媒体记者 全若楠



部分商家一份面食产生多个塑料垃圾。

现象：重复打包、一餐多盒滋生耗材冗余

6月18日，记者在长沙市开福区北辰三角洲附近的“油二嘴黔味食堂”门店看到，在出餐取餐台前，分装好辣椒、配菜等调味小料的透明塑料盒高高摞起，“基本上我们门店出品默认小料单独分装，顾客若不需要分装，下单时需提前备注说明。”店员一边打包外卖一边解释，只见她麻利地为部分外卖盒额外缠上一层塑封膜。

连日来，记者下单多个商家的外卖，发现包装均有不同程度的冗余。其中一份冰豆花，豆花本身以塑料盒盛装，盒外又额外套了一层透明塑料袋，实际上整份外卖也配有无纺布铝箔购物袋。此外，在餐具包内已配备勺子的情况下，豆花盒内又单独配了一把塑料小勺。

记者下单的“和府捞面”整套餐品使用珍珠棉铝膜双层复合打包袋盛装，拎在手里厚重扎实，店铺采用玉米淀粉餐盒盛放面条，汤汁单独灌装密封。一颗溏心蛋也经过双层包装，先套塑料保鲜袋，再额外套上纸质小袋。一套流程下来，原本仅需单个餐盒就能盛放完整的简餐，被拆分成多份独立包装，随之产生大量塑料废弃物。

常点奶茶的李女士也有着同样的困扰，她告诉记者，一些带有奶盖或者奶油的饮品，为保证口感，不得不选择单独分装，“有时，就连上面撒的几粒坚果碎也装在小包装里，拿到饮品后我还需依次把这些小料倒入杯中，大量包装材料就此白白浪费”。记者注意到，下一杯饮品，除了杯子本身，往往还会有杯托、外包装、吸管等多重耗材。

不过，也有商家使用节约时间相对更快的包装，如纸袋或者是玉米淀粉盒进行打包，例如“乔克叔叔三明治”的三明治由纸袋打包，整体餐食也由纸袋包装。

在外卖多层分装、重复打包之外，商家负责的一次性用品成为包装浪费的另一重源头。“餐品本身用塑料盒就装得满满当当，有的商家还额外附赠一次性餐垫，就拿西贝来说，我攒下的餐垫都有二三十张了。”长沙市民马先生认为，这类赠品虽然提升用餐体验，但使用一次后无法重复利用，也会衍生出环境问题。

调查：“贴心”打包实则由消费者买单

记者注意到，商家精细化打包看似贴心，包装成本实则大多由消费者承担。长沙市民熊先生向记者坦言，自己日常几乎顿顿点外卖，如今外卖过度包装的情况越来越普遍。“上次点一份海南鸡饭，三款酱料各自分装在独立小餐盒里，结账时才发现，多出小料的打包费比普通订单多收了二元。”

记者走访调查发现，外卖订单但凡额外分装酱料、饮品小料，商家大多会增收打包费，收费区间从几毛钱到数元不等。网友“yeah 紫”发帖吐槽，自己额外单点的几颗西兰花与一枚卤蛋，商家分别用独立餐盒分装，仅打包费就收取了4元。

追踪：为防差评和营销，商家开始“卷包装”

据不完全统计，目前市面上商家外卖盛装食物所使用的包材主要包括塑料、纸浆、玉米淀粉和锡纸等材料，手提袋大多使用普通塑料袋或环保铝膜无纺布袋，部分超市如盒马在配送外卖时会使用可降解材料塑料袋。

外卖层层繁复的包装背后，不少商家也道出了自身经营难处。有从业者表示，带汤餐品极易发生渗漏，有时还会引来差评，为此，商家往往在餐盒本身外再使用保鲜膜加固。以记者近日下单“乔克叔叔热压三明治”套餐为例，其咖啡杯口缠绕着一圈塑料密封膜，膜内已渗出少量咖啡液，咖啡杯底部还额外加装了塑料杯托，避免饮品倾倒。

记者留意到，1688平台上，售卖外卖打包耗材的商家往往在产品宣传中标注上“防漏”“防串味”“防面坨”“配菜防撒”等字样。与此同时，包装逐渐成为餐饮店的隐形宣传载体，社交媒体上，有部分外卖包装定制商宣称对标优质餐饮店的打包方式，通过“高大上”“礼盒级”的精致打包吸引商家下单。

观点：专家呼吁选择无一次性餐具服务

湖南省政协委员、湖南金益环保股份有限公司董事长谷金秋在接受采访时指出，从降解属性来看，塑料、覆膜纸盒、玉米淀粉餐盒等理论上均可降解，铝箔和锡纸不可降解。在降解周期方面，塑料自然降解需上百年，玉米淀粉盒降解速度更快；纸质餐盒看似易降解，但内层覆膜添加塑料隔水防油，并非纯纸质，且生产成本比普通塑料盒高出约三倍。

谷金秋称，现在城市生活垃圾主流处理方式是焚烧，分拣流程粗放，在此模式下，无论包装材质是否可降解，从整体处置效果来看都难以实现环保。其中，塑料、纸盒、玉米淀粉盒等属于有机物，焚烧可产生热量，处理相对便捷。而铝箔和锡纸是环境负面影响最大的包装材料，一方面回收铝箔需要大量清水冲洗、人工精细分拣，普通居民若不会提前处理，混投后进入焚烧厂会产生诸多问题。另一方面，铝箔属于无机物，焚烧不产热，后续提炼金属能耗成本极高，污染更大。

谷金秋表示，想要改善现状，要从以下两方面着手，一是减少点外卖频次，或在点外卖时减少使用一次性餐具，家用餐具不仅环保且干净卫生；二是要淘汰薄款一次性铝箔，改用厚款硬质金属餐盒，消费者餐后自行清洗，定点统一回收循环使用，减少对环境的影响。

谷金秋认为，外卖过度包装治理，需要多方协作，“政府应出台引导性政策，约束外卖平台、餐饮商家过度包装行为；商家则要主动引导消费者简约包装，可提供不使用一次性餐具选项，并把重心放在餐品品质而非包装；外卖平台应搭建绿色包装评价体系，开放消费者对商家包装环保评价的入口，倒逼商家简化包装；消费者则树立节约资源、绿色环保意识，主动选择无一次性餐具、可循环餐盒服务”。

法规

首部外卖包装指南落地 整治过度包装

目前，全国已有地区率先出台相关政策规范外卖包装。6月15日，在2026年全国节能宣传周北京系列活动启动仪式上，全国首个外卖商户绿色包装地方标准《餐饮外卖商户绿色包装使用指南》(以下简称《指南》)发布。北京市发改委介绍，该标准倡导餐饮商户结合不同餐品的特点和对包装的需求，选用合适的包装形式，平衡成本、实用与环保，摒弃过度包装。

该《指南》提及，对于使用无纺布外包装的场景，宜根据季节、温度等情况选用，无保温需求时不使用无纺布袋，同时，常温低温餐品非必要不使用缠绕膜，餐饮外卖商户也不宜主动提供一次性餐具。

记者注意到，目前已有平台在下单结算时弹出是否需要餐具的窗口，且优先将无需餐具排在前面，还会在下方小字标注平台碳账户的减碳量。



一商家的小料用塑料盒分开打包。