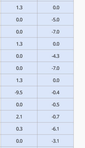
한국농산식품유통정보
제 4644호
주간 알뜰 장보기 물가정보
발행 aT유통정보부 문의 061-931-1303 담당 서동희
발행일 2020.09.24

추석 일주일 전, 성수품 구입비용 24만 4천원선
전주 대비 한통시장 소폭 상승, 대형유통업체 보합 유지

한가위 추석을 앞두고 성수품 구입비용이 소폭 상승하였으나 대형유통업체는 보합 유지, 전통시장은 24만 4천원, 대형유통업체는 34만 2천원으로 전주 대비 각각 2.1%, 0.2% 상승한 것으로 나타났다.

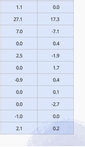
지난 9월 14일부터 9월 20일까지 전통시장과 대형유통업체의 농수산 품목 중 주요 품목 가격을 조사한 결과, 소고기는 1등급 100g당 가격이 1,644원으로 전주 대비 각각 2.1% 상승하였으며 돼지고기는 1,078원으로 전주 대비 0.8% 하락하였다. 닭고기는 1kg당 가격이 10,647원으로 전주 대비 1.2% 하락하였으며 계란은 30개 기준 4,504원으로 전주 대비 0.5% 하락하였다.

전통시장 및 대형유통업체 주요 농수산 품목 가격 동향을 보면 배추와 무는 전주 대비 각각 0.7%, 0.8% 하락하였으며 시금치는 1kg당 가격이 10,647원으로 전주 대비 1.2% 하락하였으며 사과는 1개당 가격이 1,644원으로 전주 대비 2.1% 상승하였다.



한편 정부는 명절 수급 불안 요인 해소 및 성수품 물가 안정을 위해 지난 8월 21일부터 9월 20일까지 한 달간 농축산물 할인지원 특별 할인 및 농협몰 이용 고객 대상 할인쿠폰 제공 등 다양한 할인행사를 추진하였다.

또한, 산지유통센터를 중심으로 배추, 무 등 농산물을 저렴하게 구입하여 산지에서 직접 판매하는 '찾아가는 장보기' 행사를 추진하였으며 9월 14일부터 9월 20일까지 전국 농협하나로마트 등 오프라인점포에서 할인행사를 진행하고 있다.



또한, 간편하게 이용할 수 있는 온라인 농산물 할인행사도 추진하였으며 aT 농산물유통정보 홈페이지(www.kamis.or.kr)에서 제수용품 구입비용 산출 내역을 확인할 수 있으며 전통시장 및 대형유통업체 주요 농수산 품목 가격 동향을 확인할 수 있다.

aT 이기우 수석부사장은 "올해는 날씨 악화 및 소비 침체의 이중고에 추석상을 준비하는 분들의 부담이 많다"며, "한 그릇 음식을 추석 상 중 어느 상차림에 올릴 것인지 결정할 때부터 온라인 장보기를 적극 고려하시길 바란다"고 말했다.

한편 지난해 추석 연휴 기간 동안 전통시장 및 대형유통업체 주요 농수산물 품목별 가격 동향은 aT 농산물유통정보 홈페이지(www.kamis.or.kr)에서 확인할 수 있으며, 그 자세한 자료는 붙임과 같다.

'20년 추석 차례상 구입비용 3차 조사결과 (전통차례상 기준)

▲ 전주대비 증감률

분류	품시명	주요품	구입단위	21일 '20.9. 16(D-10)		31일 '20.9.23(D-4)		전주 대비 증감률	
				전통시장	유통업체	전통시장	유통업체	전통	유통
축산	쇠고기	불	2kg	5,423	5,169	5,482	5,169	1.1	0.0
		갈비	200g	4,208	8,733	4,212	9,461	0.1	8.3
채소	돼지고기(무뼈)	1.8kg		75,656	100,590	76,041	99,293	0.5	-1.3
	소계	두부(부침)	4모	4,504	12,630	4,504	11,989	0.0	-5.1
	어적	동태포	1kg	10,771	15,574	10,647	14,868	-1.2	-4.5
		계란	30개	1,644	2,074	1,678	2,091	2.1	0.8
	육합	소고기(양지)	300g	13,067	23,135	13,161	23,267	0.7	0.6
		무	100g	196	187	196	174	0.0	-7.0
		다시마	10g	159	356	161	356	1.3	0.0
탕류	소탕	두부(찌개)	1모	1,137	3,150	1,137	2,991	0.0	-5.0
		무	100g	196	187	196	174	0.0	-7.0
		다시마	10g	159	356	161	356	1.3	0.0
	어탕	동태	1마리	2,345	3,408	2,345	3,262	0.0	-4.3
		무	100g	196	187	196	174	0.0	-7.0
		다시마	10g	159	356	161	356	1.3	0.0
나물류	나물	시금치	400g	5,263	9,245	4,765	9,209	-9.5	-0.4
		고사리	400g	4,980	11,894	4,980	11,832	0.0	-0.5
		도라지	400g	4,639	12,189	4,735	12,100	2.1	-0.7
기타	조기구이	조기	1마리	3,671	4,175	3,682	3,922	0.3	-6.1
	모	북어	1마리	3,604	4,281	3,604	4,147	0.0	-3.1
	산적	본	1.2kg	3,204	4,111	3,209	3,101	1.1	0.0
	누름적	녹두	1kg	14,291	26,017	15,227	28,764	6.5	10.6
		볶주	300g	1,121	743	1,191	734	6.2	-1.2
	나박김치	무	200g	392	373	391	347	0.0	-7.0
	식혜	쌀	500g	1,356	1,292	1,370	1,292	1.1	0.0
		엿기름	200g	1,098	1,960	1,093	1,836	-0.5	-6.3
과일류	대추	대추	400g	5,901	7,336	5,370	7,000	-9.0	-4.6
	밤	밤	1kg	8,984	7,965	8,708	7,699	-3.1	-2.6
	감	곶감	9개	7,466	8,363	7,565	8,363	1.3	0.0
	배	배	5개	13,977	15,852	17,767	18,591	27.1	17.3
	사과	사과	5개	14,315	19,158	15,317	17,796	7.0	-7.1
과자류	다식	다식	150g내외	3,220	6,863	3,220	6,893	0.0	0.4
	강정	강정	150g내외	2,963	5,706	3,037	5,595	2.5	-1.9
	약과	약과	150g내외	1,500	1,692	1,500	1,721	0.0	1.7
	산자	산자	150g내외	3,578	4,359	3,546	4,375	-0.9	0.4
음료	식혜	밀가루		1,399	1,725	1,399	1,771	0.0	0.1
부과료		계란값	30개	1,902	2,087	1,902	1,953	0.0	-2.7
	참조	참조	1.8L	10,497	9,974	10,397	9,974	-1.0	0.0
합 계				239,205	341,741	244,334	342,396	2.1	0.2

할인행사 판매처 안내

◆ 온라인

▪ 추석 성수품 할인 판매

1) aT 포스몰 : 한우, 한돈, 버섯, 밤, 참외 등 할인 판매 및 20% 캐시백 행사(할)
* pos-mall.co.kr

2) 우체국 쇼핑몰 : 정산물 특별기획전(9.9~9.29, 10~20% ↓) * mall.epost.go.kr

3) 2020 한정농축수산 특별전 (9.16~10.18, 5~10% ↓) * 한산몰 할인 판매

4) 공영홈쇼핑 : K쇼핑, 엔쇼핑, 롯데홈쇼핑, 우리홈쇼핑 등 추석 한정할인 (9.16 한정)

▪ 선물세트 할인 판매

1) 한우몰(mall.han-don.com) : 웨딩고기 할인 기획전(9.24 ~ 9.25, 15% ↓)

2) 우리농수산식품유통연합(buldaegoft.co.kr) : 우수 농식품, 전통식품의 명품관 이마트 고정 식품관인 배정 등 2009. 10월 부로 오픈

◆ 오프라인

▪ 주식먹물 농축수산물 대한자(9.16 ~ 9.30, 10 ~ 30% ↓)

• 장소 : 코엑스 농협하나로마트 2,420개소

• 행사품목 : 주산 농축산물, 제수용품, 추석 선물세트 외 1,300여개

▪ 주식맞이 직거래장터 및 특한 분 운영(8.29 ~ 10.4, 전국 2,640개소)

* 장터 정보는 "바로오빠(www.baroinfo.com)"를 통해 제공

◆ 건강한 추석 명절을 위한 식품 안전정보

(출처 : 식품의약품안전처)

<제수용품 및 식품 구입요령>

- 추석 제수용품 장만시는 깨끗한, 식품의 질 상태가 양호 합는 식품에서 구입 · 제수, 햇 · 국내 등 냉장이 필요한 식품 식재료, 제수, 어패류 등은 신선도 면도 유의하세요.
- 과일 껍질이나 씨앗에 함유되어 있기에 포함 된다고 하더라도 소고기의 상한에 세균수가 급격히 늘어날 수 있으므로 냉장 · 냉동식품은 무엇보다 구입에 유의하세요.

<조리 및 보관 요령>

냉동보관 제품 · 구이류 등 조리가 보존하는 식품은 냉동고장 방지 등에서 보고, 냉장실 등 적은 온도 변화가 크므로 급한 적응 보관하는 것이 좋다.

- 냉장고 적정온도 유지를 위해 냉장실 3~5℃, 냉동실 -18℃ 이하로 유지하세요.
- 냉장고 적정도도 유지를 위해서는 식품 저장 시간 및 방법을 준수하세요.
- 냉장고 적정도도 유지를 위해서는 식품 저장 시간 및 방법을 준수하세요.

<식재료 관리 요령>

- 냉장 제품, 전처리한 제품은 바로 먹을 수 있도록 하세요.
- 손수 제품 구매 시 냉장 제품 냉장 구입 시간 및 보관 방법 등 확인 후 구입하세요.
- 냉장 제품 구매 시 냉장 제품 냉장 구입 시간 및 보관 방법 등 확인 후 구입하세요.

<조리 · 섭취 · 보관 요령>

- 제수용품 및 식품 구입 시 냉장 제품 냉장 구입 시간 및 보관 방법 등 확인 후 구입하세요.
- 냉장 제품 냉장 구입 시간 및 보관 방법 등 확인 후 구입하세요.
- 냉장 제품 냉장 구입 시간 및 보관 방법 등 확인 후 구입하세요.

◆ 추석에 남은 과일, 알뜰히 활용해보세요

(출처 :농사로)

- 가정에서 과일을 많이 먹는 추석을 앞두고 제철 과일 중 가장 흔히 볼 수 있는 과일 3가지 소개합니다.
- 많은 과일은 그대로 먹을 수 있지만 요리에도 이용할 수 있어, 특히, 많은 과일을 보관할 때 유의사항 등을 알아보고 추석에 남은 추석의 과일 활용법을 소개합니다.

▪ 많은 과일 남은 백 전할기

많은 과일 보기

배는 영양가가 100g 당 51kcal, 당분 11g, 수분 88g, 칼륨 130mg, 식이섬유가 2.1g 함유되어 있다.

- 영양가 배는 수분을 보고 있으며 당분이 많아 갈증 해소에 좋다.
- 칼슘 보고 있으며 당분이 많아 갈증 해소에 좋다.
- 칼슘 함유량은 많아 갈증 해소에 좋다.
- 칼슘 함유량은 많아 갈증 해소에 좋다.

많은 과일 알아

배는 영양가가 100g 당 51kcal, 당분 11g, 수분 88g, 칼륨 130mg, 식이섬유가 2.1g 함유되어 있다.

- 영양가 배는 수분을 보고 있으며 당분이 많아 갈증 해소에 좋다.
- 칼슘 보고 있으며 당분이 많아 갈증 해소에 좋다.
- 칼슘 함유량은 많아 갈증 해소에 좋다.
- 칼슘 함유량은 많아 갈증 해소에 좋다.

※ 제철 보 사용하는 많은 과일은 배, 사과, 포도 등 다양한 과일을 이용할 수 있으며 많은 과일을 종합해 사용할 수 있다.

◆ 추석맞이 좋은 인삼 고르는 요령

(출처 : 농사로)

- 수확한지 얼마 되지 않아 상태가 좋은 것
- 인삼처리와 표토조직이 고르게 발달된 것
- 표토에 주름이 적고 홈으로 손톱이 잘 들어가지 않는 것
- 가까이 보이게 상상한 홈가지 잘 분리가 되어 보존하기 좋아 것은 것
- 전체적 크기가 크지 않은 것
- 표면에 병충해의 피해가 없는 것

무화과

제철이어서

- 좋은 보존은? 참기가 안되고, 알레르기반인데도 안먹어지고 군것질인 것
- 손질 · 저장 손질은 표면의 먼지제거부터 시작해 과일의 상태를 보관할 방법에는 일반적으로 냉장고 보관할 방법에도 있다.
- 요리방법은? 무화과 생으로 먹는 방법, 말려 먹는 방법 등 요리에 필요도 방법
- 주의 생으로 섭취하는 방법, 말려 먹는 방법 등 요리에 필요도 방법
- 가격&요철에 따라 6,000원(1.5kg, 5Kg내 10개)
- 어디에 판매되나 전통시장, 온라인몰 등 소매처도 판매되는 곳 (인터넷몰, 슈퍼마켓 등 대형 마트에 도움을 줄 수 있음, 지원과 수요, 구매처 등 판매)
- 특징은요 무화과에는 어떤 영양분이 들어 있는 것이 좋은지 알려 주세요

제철농산물을 이용한 레시피 소개

무화과샐러드

- 무화과 3개, 생리도를 세척하고, 껍질을 벗기고, 건과류, 리코타치즈, 올리브오일 1T, 발사믹 식초 1T, 꿀이라도 2T

조리 방법

1. 무화과를 종으로 4등분 해주면 됩니다.
2. 생리도를 세척하고 껍질을 벗겨 4등분합니다.
3. 양념은 무화과 샐러드 샐러드 샐러드