



춘포초등학교 교장실 842-8213. 교무실 842-8211. 행정실 842-8212, 식생활관 070-7609-5435

## 여름철 주의해야 할 식중독!



### 식중독이란?

살아있는 세균 또는 세균이 만들어낸 독소를 함유한 식품 섭취로 인해 설사, 복통 등의 급성 위장염 증상을 나타내는 질병



### 식중독 증상



고열



구토



오한

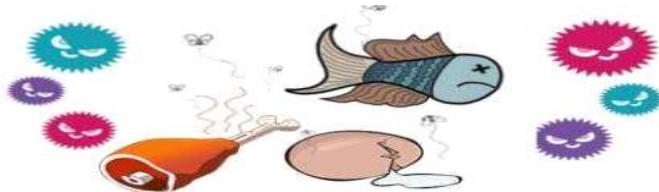


설사



### 식중독 원인

식중독은 원인에 따라 미생물에 의한 식중독과 화학물질에 의한 식중독으로 구분합니다. 미생물에 의한 식중독은 세균성 식중독과 바이러스성 식중독으로 구분하고, 세균성 식중독은 독소형과 감염형으로 세분합니다. 식중독을 일으키는 물질에는 동물성, 식물성, 진균성(곰팡이류), 자연독과 인공 화학물이 있습니다.



## 여름철 주의해야 할 식중독!



황색포도상구균



살모넬라균



비브리오균

### 아이들의 식생활 건강과 직결된 만큼 시설 내에서도, 가정에서도 꼭 지켜주세요

### <식중독 예방 6대 수칙>



손씻기

비누로 30초 이상



익혀먹기

음식은 속까지 익혀서



끓여먹기

물은 끓여서



구분 사용하기

식재료별 칼도미는 따로



세척·소독하기

조리기구, 식재료는 깨끗이 냉장 5°C 이하, 냉동 -20°C 이하



보관온도 지키기

[자료 출처 : 식품의약품안전처, 질병관리본부]

## 올바른 손씻기



1

거품 내기



2

깍지 끼고 비비기



3

손바닥, 손등 문지르기



4

손가락 돌려 닦기



5

손뚱으로 문지르기



6

흐르는 물로 헹구기



7

종이타월로 물기 닦기



8

종이타월로 수도꼭지 잠그기

**손씻기 365**  
비누로 손씻기!!  
당신이 할 수 있는 가장 쉽고, 효과적인 감염병 예방법입니다.

보건복지부 | 질병관리본부  
국민손씻기운동본부



# 7~8월 학교급식 식단 안내



## ◇ 영양 및 원산지 정보안내

<http://chunpo.es.kr/> -> 알림마당 -> 식생활관

◇ 학교홈페이지 급식 게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다.



7/1 **Fri**

- 토마코펜쌀밥(12.)
- 쇠고기미역국(16.)
- 허니로스트떡(1.2.5.6.)
- 사색피클
- 낙지볶음(1.5.6.13.)
- 배추김치(9.)
- 포도
- \* 에너지/단백질/칼슘/철  
566.1/26.5/86.2/3.9