



노로바이러스 식중독 예방관리

- 노로바이러스 식중독은 노로바이러스에 오염된 음식물과 물을 섭취하였거나, 환자접촉을 통한 사람 간 전파가 가능한 감염병입니다.
- 또한 노로바이러스 감염증 환자가 손을 씻지 않고 만진 수도꼭지, 문고리 등을 다른 사람이 손으로 만진 후 오염된 손으로 입을 만지거나 음식물 섭취 시에도 감염될 수 있습니다.
- 노로바이러스에 감염된 후 1~2일 안에 구토, 설사 등의 증상이 나타나고, 그 외 복통, 오한, 발열이 나타나기도 합니다.

◆ 노로바이러스 식중독 예방관련 주의사항

1. 화장실 사용 후, 외출 후, 조리 및 식사 전에 손 씻기를 생활화해야 합니다.

특히, 노로바이러스는 입자가 작고 표면 부착력이 강하므로 30초 이상 비누나 세정제를 이용하여 손가락, 손등까지 깨끗이 씻고 흐르는 물로 행귀야 합니다.

2. 구토, 설사 등 노로바이러스 감염이 의심될 경우 즉시 의료기관을 방문하여 의사의 지시를 따라야 합니다.

3. 노로바이러스 식중독은 환자의 침, 오염된 손을 통해서도 감염될 수 있어 화장실, 변기, 문 손잡이 등은 가정용 염소 소독제로 40배 희석(염소농도 1,000ppm)하여 소독하는 것이 좋습니다.

[가정용 염소 소독제(4%) 40배 희석 방법(1,000ml 제조 시) : 물975ml + 염소 소독제 25ml]

환자의 구토물은 다량의 바이러스가 존재하므로 위생용 비닐장갑 등을 착용하여 오염이 확산되지 않도록 주의하여 치우고 염소 소독제로 8배 희석(염소농도 5,000ppm)하여 구토물 바닥 및 그 주변을 소독해야 합니다.

[가정용 염소 소독제(4%) 8배 희석 방법(1,000ml 제조 시) : 물875ml + 염소 소독제 125ml]

4. 굴 등 수산물은 되도록 익혀 먹고 지하수는 반드시 끓여 마셔야 합니다.

노로바이러스는 열에 강하기 때문에 조리음식은 중심온도 85℃, 1분 이상에서 익혀야 하며, 채소·과일은 깨끗한 물로 세척한 후 섭취해야 합니다.

◆ 사진으로 보는 노로바이러스 식중독 예방법

비누를 사용하여 30초 손씻기



물 끓여 마시기



채소, 과일은 깨끗한 물로 세척하기



조리도구는 끓이거나 염소 소독하기



생식을 삼가고 중심온도 85℃, 1분이상 가열하기



주변환경 청결히 하기



2024. 11. 29.
전주금암초등학교장

12월, 25년 1월 학교급식 식단계획표

월요일	화요일	수요일	목요일	금요일
12/2	12/3	12/4	12/5	12/6
잡곡밥1(5) 동태찌개1(5.9.13.18) 돼지고기수육(초)(5.6.10.13) 애호박느타리버섯볶음 오징어김치전2(5.6.9.17) 배추김치(완)(9) 배추쌈(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 608.5/39.4/208.2/3.2	발아현미밥 소고기미역국1(5.6.9.16) 시금치나물 치즈닭갈비(2.5.6.13.15) 두부계란부침1(1.5.6) 배추김치(완)(9) 우리밀당근카스텔라(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 753.9/40.3/281.2/4.2	흑미밥 어묵김치국(1.5.6.9) 돼지갈비찜1(5.6.10.13) 사과브로콜리초무침(5.6.13) 오징어주꾸미채소볶음(5.6.13.17) 깍두기(완)(9) 호떡(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 772.8/39.6/185.1/3.2	수수밥 얼큰두부된장국1(5.6.9) 배추겉절이1(6.9.13) 콩나물무침(5) 돈육새우버섯불고기(5.6.10.13) 새우튀김1/소스(칠리)(1.5.6.9.12.13) 삼치카레구이1(2.5.6.12.13.16.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 641.7/33.5/188.4/3.3	햄김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.15.16) 유부우동(1.5.6.7.9.13.18) 심쿵하트단무지 총각김치(완)(9) 모듬과일(샤인머스켓/방울토마토)(12) 유린기(1.5.6.13.15) * 에너지/단백질/칼슘/철 641.7/25.4/192.0/2.6
12/9	12/10	12/11	12/12	12/13
친환경찰현미밥 김치콩나물국(5.9) 돼지고기새우버섯장조림1(5.6.10.13) 감오징어볶음(초)(5.6.17) 크래미계란말이(1.5.6.8) 깍두기(완)(9) 요거트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 651.2/39.0/340.2/3.7	기장밥 등뼈감자탕(초)(5.10.13) 애콤무조림(5.6.13.18) 잔멸치콩부각볶음(5.6.13) 오리훈제부추무침(5.6.13) 깍두기(완)(9) 떡꼬치(5.6.12.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 707.0/35.0/226.1/3.0	주먹밥(1.2.5.6.10.15.16) 오이피클 토마토소스스파게티(1.2.5.6.10.12.13.16) 연어스테이크/크리미어니언소스(1.2.5.6.12) 배추김치(완)(9) 감자크림스프(2.5.6.13.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 691.4/32.3/216.2/3.5	옥수수밥 닭고기미역국(초)(5.6.9.15) 도라지오이무침(5.6.13) 비엔나메추리알케첩볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 애호박새우부침(건새우)(1.5.6.9.13) 보쌈김치1(9) 군고구마 * 에너지/단백질/칼슘/철 637.6/26.3/209.9/3.3	녹두밥1 한우우거지국(5.6.16) 햄감자볶음(1.2.5.6.10.15.16) 닭고기간장볶음(5.6.13.15) 갈치구이(5.6) 도시락김 배추김치(완)(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 624.7/39.8/131.3/3.2
12/16	12/17	12/18	12/19	12/20
흑미밥 시래기들깨국(5.6.9) 고등어김치조림(5.6.7.9.13) 숙주미나리무침 한우불고기(5.6.13.16) 배추김치(완)(9) 미니붕어빵(슈크림, 팔)(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 606.1/32.6/228.8/5.2	통밀밥(6) 감자옹심이국(6.9.17) 단호박고추장닭볶음(5.6.13.15) 배추김치(완)(9) 돈가스샐러드(1.5.6.10.12) 사과(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 771.9/33.7/189.8/4.1	중화풍새우달걀볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18) 쌀국수(5.6.9.13.15.16.18) 야채아삭피클 새우짜조림/칠리소스(1.5.6.9.12.13) 총각김치(완)(9) 파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 629.3/22.6/120.6/2.3	차조밥1 닭다리삼계탕(9.15) 오색어묵볶음(1.5.6.13.18) 미니해물파전(1.5.6.9.13.17.18) 깍두기(완)(9) 배 오이쌈장무침(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 646.2/40.4/182.5/3.2	잡곡밥1(5) 팔죽/인절미(5.13) 건훈합미역국(초)(5.6.9.18) 코다리순살무조림(5.6.13) 닭훈제/머스터드소스(1.2.5.6.15) 보쌈김치1(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 651.4/48.4/240.7/4.4
12/23	12/24	12/25	12/26	12/27
찰보리밥 건새우미역국(9) 아몬드잔멸치볶음(4.5.13) 매콤돼지갈비찜(5.6.10.13) 부추잡채(5.6.13.16) 배추김치(완)(9) 꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 636.5/34.1/256.2/3.9	강황잡곡밥(5) 아귀매운탕(5.6.13.18) 줄면채소무침(5.6.13) 안동식찜닭1(5.6.13.15) 깍두기(완)(9) 쇼콜라크림치즈케이크(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 734.3/35.3/140.4/3.7		조각서리태밥(5) 참치김치찌개1(5.9.13) 쌍무콩나물무침(5.13) 간장떡볶이(5.6.13.16) 청파래오징어까스/스위트칠리소스(1.5.6.12.13.17.18) 배추김치(완)(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 625.6/22.2/151.9/2.4	귀리밥1 시래기버섯들깨된장국(5.6.9) 돈육김치찜(5.6.9.10.13) 삭갠두부나물1(5) 떡갈비연근조림(5.6.10.12.13.15.16.18) 보쌈김치1(9) 타코야끼(1.2.5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 824.3/36.7/320.3/5.8
12/30	12/31	2025/1/1	1/2	1/3
올무밥 김치청국장찌개1(5.9.16) 숙주미나리무침 돈육콩나물볶음(5.6.10.13) 버섯전1(1.5.6) 무생채1 배추김치(완)(9) 갈비만두(1.5.6.10.16.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 603.1/34.0/191.4/4.1	수수밥 미니오색어묵국(1.5.6.9) 참치무조림(5.6.13.18) 시금치나물 순살닭고기김치볶음(5.6.9.13.15) 배추김치(완)(9) 와플(사과, 팥, 생크림)(1.2.5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 721.0/29.4/185.3/2.9		발아현미밥 사골떡국1(1.16) 도토리묵무침(5.6.13) 돈육가지두반장볶음(5.6.10.12.13.18) 계란말이1(1.2.5.6.10.15.16) 깍두기(완)(9) 굴 * 에너지/단백질/칼슘/철 646.5/34.0/166.5/3.6	잡곡밥1(5) 순두부고기짬뽕국(5.6.9.10.13.17.18) 고등어무조림(5.6.7) 꼬들오이지무침 닭고기탕수육1(5.6.12.13.15) 배추김치(완)(9) 딸기요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 673.5/40.3/169.9/3.9

1/6	1/7	
<p>흑미밥 마라탕 (1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.17.18) 우형민물새우열무지침 (5.6.9.13) 오이무침(5.6.13) 튀바로우(오븐)/소스 (1.2.5.6.10.13) 백김치(완)(9) 초코칩설기 * 에너지/단백질/칼슘/철 751.5/28.0/445.2/3.0</p>	 <p>졸업식 및 졸업식</p>	

◇ 위 식단은 학사 일정과 시장의 물가 및 식품 수급 사전에 따라 다소 변동 될 수 있습니다.

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 학교홈페이지 -> 금암교육 -> 식생활소식 -> 게시판

☆ 학교에서 제공하는 급식 이외에 학부모님 개별적으로 들여오는 외부 음식은 식중독 사고 발생 위험이 있으므로 일체 반입을 금지합니다.

◇ 알레르기정보 - 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12. 토마토 13.이황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴,전복,홍합 포함) 19.잣

⇒ **식단의 알레르기 식품 정보 외에 기타 식품에 대한 알레르기가 있는 경우 반드시 당일 식단을 확인하여 건강상의 문제가 일어나지 않도록 각별한 주의를 부탁드립니다.**

⇒ '이황산염'은 식품의 변색을 막기 위한 식품 보존료로 사용되는 일반적인 식품첨가물입니다.

◇ 급식 식재료 원산지 표시 안내 ◇

* 쌀: 친환경쌀 * 콩: 국내산, 두부콩: 국내산 * 쇠고기: 국내산, 한우 * 배추김치(고춧가루): 국내산(찌개용, 반찬용) * 오징어채: 페루산 * 돼지고기, 닭고기, 오리고기: 국내산 * 다량어가공품(참치) 원양산 * 축산물 가공품: 국내산 * 고등어, 삼치, 오징어, 꽃게, 참조기, 장어, 갈치: 국내산 * 낙지, 쭈꾸미, 명태: 수입산 * 양고기, 미꾸라지, 넙치(광어), 참돔, 조피볼락: 사용 안함.