

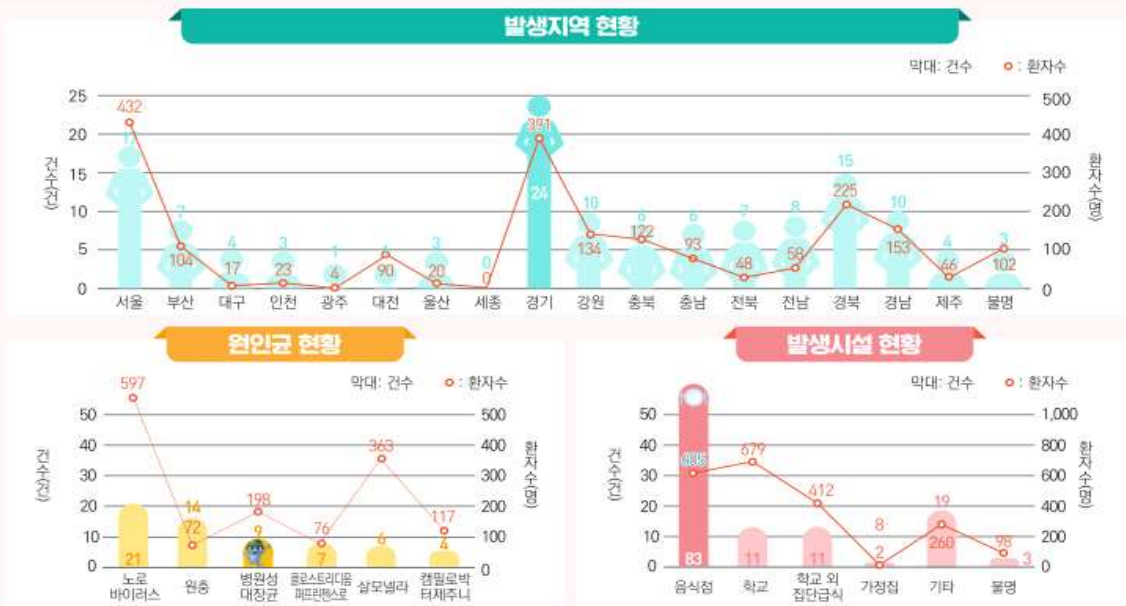
우) 56428 전북 고창군 고창읍 모양성로 50 ☎교무실 561-2441 / 행정실 561-2443 / 식생활관 561-2461



4월

식중독 주의 정보

병원성대장균으로 인한 식중독 주의



※ 상기 통계는 최근 5년('16~'20 절점) 중 4월 누계 자료입니다.

4월은 병원성대장균 식중독 주의하세요.



낮 기온이 올라가기 시작하는 4월은 병원성대장균 식중독 발생 증가가 예상됩니다. 병원성대장균에 대해 미리 알아보고 식중독 사전 예방해요.

④ 4월은(기상청 예보) 이동성 고기압의 영향을 받아 평년보다 다소 높은 기온 경향을 보이겠으나, 상층 찬 공기의 영향으로 쌀쌀한 날씨일 수도 있습니다. 또한, 낮과 밤의 기온차가 크겠습니다.

병원성대장균?

※ 식중독 원인균으로서 오염된 채소류, 생고기 또는 완전히 조리되지 않은 식품이 원인이 되며, 물은 설사·복통·구토·피로·탈수 등을 일으킴


주요 발생식품?



※ 최근 5년간 병원성대장균 식중독의 주요 원인 식품은 채소류, 육류, 지하수·음용수 등임

병원성대장균 식중독 예방 요령?

- 채소는 열수 소독액 등에 5분 이상 담가두었다가 깨끗한 물로 3회 이상 세척하고, 절단 작업은 세척 후
- 세척한 채소 등은 즉시 사용하거나 상온에 방치하지 말고 냉장고에 보관
- 육류, 가공류, 달걀 및 수산물 등 내부까지 완전히 익도록 충분히 가열 조리하여 섭취 - 중심온도 75℃ 1분 이상
- 지하수 및 관리하지 않은 음용수(약수터 등)는 끓여서 섭취

 식품의약품안전처

출처:식품의약품안전처(www.mfds.go.kr)

고 창 고 등 학 교 장



4월 학교급식 식단 안내

알레르기정보

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

해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생은 식생활관(☎561-2461)으로 전화나 방문을 통해 비상상황에 대체할 수 있도록 각별한 주의를 부탁드립니다.

***에너지/단백질/칼슘/철분**

식재료 원산지 및 영양량 표시 정보

: 고창고등학교홈페이지(<http://gochang.hs.kr>) → 게시판 → 급식게시판

1 Fri

- 강황쌀밥
- 동태찌개(5.9.)
- 보쌈(5.6.10.)
- 부추전(1.5.6.)
- 배추김치(9.)
- 친환경상추쌈(5.6.)
- 958/67.3/196.2/6.9

4 Mon

- 잡곡밥
- 열갈이들깨된장국(5.6.)
- 얼큰돼지갈비찜(5.6.10.18.)
- 삼색나물(1.5.6.8.)
- 야채계란말이(1.5.)
- 배추김치(9.)
- 969.7/54.8/228.8/6

5 Tue

- 현미찰쌀밥
- 도토리묵채국(5.6.)
- 명엽채조림(5.6.)
- 바삭볼고기/파채무침(5.6.10.)
- 딸기생크림찰쌀떡(1.2.5.6.)
- 배추김치(9.)
- 친환경상추쌈(5.6.)
- 831.5/57/195.7/11.2

6 Wed

- 낙지채소비빔밥(5.6.12.)
- 유부팽이장국(5.6.)
- 치즈언양식바삭볼고기(1.2.5.6.10.15.16.18.)
- 배추김치(9.)
- 무생채(9.)
- 바나나
- 855/51.5/388.7/7.3

7 Thu

- 차조밥
- 우거지감자탕(5.6.9.10.)
- 파래참나물무침(5.6.)
- 어묵무침(1.5.6.)
- 고구마치즈돈까스(1.2.5.6.10.12.18.)
- 깍두기(9.)
- 874.6/42.5/336.1/4.3

8 Fri

- 잡곡밥
- 바지락칼국수(5.6.9.18.)
- 오이도라지무침(5.6.)
- 순살치킨마요강정(1.2.5.6.12.15.18.)
- 배추겉절이(9.)
- 요구르트(야쿠르트)(2.)
- 1087.8/59.7/222.5/9.7

11 Mon

- 찰기장밥
- 순두부찌개(1.5.6.9.10.)
- 콩나물파채무침(5.)
- 수제치킨까스(1.2.5.6.12.15.18.)
- 옥수수치즈오븐구이(1.2.5.6.8.)
- 배추김치(9.)
- 1011.2/62.2/412/4.8

12 Tue

- 잡곡밥
- 참치김치찌개(5.9.)
- 돈육잡스테이크(1.2.5.6.10.12.15.16.18.)
- 가지나물(5.6.)
- 배추김치/파김치(9.)
- 초코볼/요거트(1.2.5.6.)
- 941.7/64.7/299.9/7.9

13 Wed

- 짜게치밥(짜장+계란+치즈)(1.2.5.6.10.)
- 짬뽕국(1.2.5.6.8.9.10.12.15.16.17.18.)
- 꺾바로우탕수육(1.2.5.6.10.11.12.)
- 배추김치(9.)
- 요구르트(야쿠르트)(2.)
- 단무지
- 1013.4/46.9/323.6/14.3

14 Thu

- 찰보리밥
- 햄모듬찌개(1.2.5.6.9.10.15.)
- 고등어볼고기(5.6.7.)
- 비빔막국수(3.5.6.)
- 두부숙갓무침(5.)
- 배추김치(9.)
- 934.5/49.3/217.1/6

15 Fri

개 교 기 념 일

18 Mon

- 잡곡밥
- 얼큰수제비국(5.6.18.)
- 주꾸미돈육볼고기(5.6.10.12.)
- 배추김치(9.)
- 치킨샐러드(1.2.5.6.12.15.)
- 1048.1/61.3/210.9/5.9

19 Tue

- 차수수밥
- 순대국(5.6.10.)
- 감자조림(1.5.6.)
- 부추겉절이
- 너비아니구이(1.2.5.6.10.)
- 깍두기(9.)
- 898.8/50.1/88/7.9

20 Wed

- 김가루후리가게현미밥(1.5.)
- 김치콩나물국(5.9.)
- 볼고기로제스파게티(1.2.5.6.10.12.15.16.18.)
- 볶음김치(5.9.)
- 깻잎고추장양념장아찌(2.5.6.10.12.)
- 반미샌드위치
- 859/44.9/180.4/4.7

21 Thu

- 검정쌀밥
- 근대된장국(5.6.)
- 콩나물파채무침(5.)
- 모듬오븐구이(5.6.10.)
- 배추김치(9.)
- 친환경상추쌈(5.6.)
- 838.8/42.8/131.5/4.6

22 Fri

- 강황쌀밥
- 돈육김치찌개(5.9.10.)
- 간장치킨(1.5.6.15.17.18.)
- 초코칩트위스트(1.2.5.6.)
- 치커리사과무침
- 양파드레싱(1.2.5.6.)
- 배추김치(9.)
- 1129.4/47.1/189.2/5.2

25 Mon

- 현미찰쌀밥
- 얼큰콩나물국(5.)
- 얼무된장지짐(5.6.)
- 채소달걀찜(1.2.)
- 불닭볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.)
- 찹쌀도넛(1.2.5.6.)
- 배추김치(9.)
- 995.1/49/366.8/7.9

26 Tue

- 잡곡밥
- 불낙전골(5.6.16.)
- 김치전(1.5.6.9.)
- 깍두기(9.)
- 깻잎김치(5.6.)
- 김구이
- 869.5/30.8/219.7/4.2

27 Wed

- 날치알김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.)
- 유부팽이장국(5.6.)
- 풋마늘대무침(5.6.)
- 치킨스테이크(2.5.6.12.15.16.17.18.)
- 깍두기(9.)
- 요구르트(야쿠르트)(2.)
- 869.8/51.8/253/5.1

28 Thu

1 차 고 사

29 Fri

1 차 고 사

식단은 학사 일정과 시장 물가 및 식품 수급 사정에 의하여 변경될 수 있습니다.