



가래떡데이는 '11월 11일'은 긴 막대 모양의 우리 전통 흰떡인 가래떡을 4개 세워놓은 모습에서 착안해 만든 날이며, '농업인의 날'로 농업의 중요성을 일깨우고 농업인의 노고를 위로한다는 목적으로 1996년 5월 30일 제정된 정부 기념일입니다.



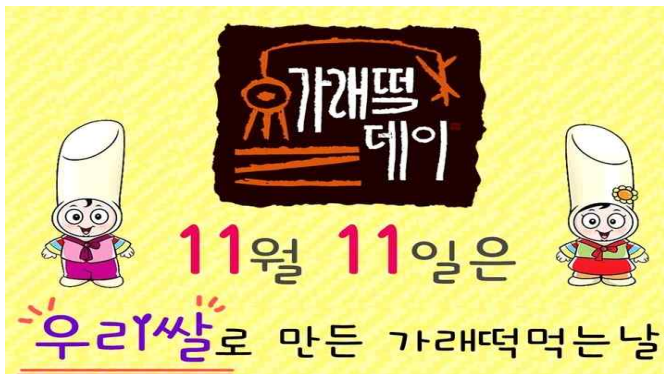
가래떡이란?

가래떡은 물에 불린 멥쌀을 뺀 가루에 다시 일정량의 물을 부어 반죽한 다음 찌내 길쭉하게 뽑아낸 떡입니다. 반죽할 때 약간의 소금을 넣기도 함. 떡국 및 떡볶이의 주재료입니다.



가래떡의 유래!

가래떡에서 '가래'라는 이름의 유래에 대해서는 몇 가지 설이 전해 내려오고 있다. 한 가지는 '가래'라는 단어에 '떡이나 엿 따위를 둥글고 길게 늘려 만든 토막'이라는 뜻이 있는데 가래떡의 모양이 이와 같아서 가래떡이라 한다는 설과 또 다른 한 가지는 농기구 '가래'에서 유래되었다는 것, 또한 가지는 모양이 길기 때문에 한 갈래 두 갈래 할 때의 갈래에서 유래되었다는 설이 있습니다.



★ 우리쌀을 사랑하는 방법 ★

1. 사랑하는 가족들과 아침밥을 꼭! 챙겨먹는다.
2. 11월 11일에 사랑하는 사람에게 **가래떡**을 선물한다.

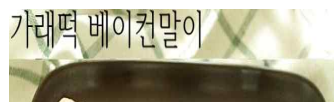
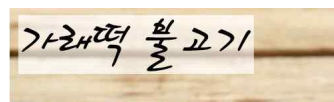
11월 11일은 가래떡의 날!

내가 가장 좋아하는 가래떡요리는?



가래떡을 이용한 요리

요즘에는 떡볶이, 떡국 말고도 닭강정이나 닭튀김, 갈비 등에도 가래떡이 어울려 나오기도 하며, 치즈, 그라탕 등의 서양음식과 함께 요리하는 등 그 쓰임이 확대되고 있습니다.



절기 이야기 (11월)



입동 (11월 7일)

겨울로 접어든다는 뜻을 가진 절기. 더 지나면 배추가 얼기 때문에 입동을 전후해서 김장을 담는다.



<수수부꾸미>



소설 (11월 22일)

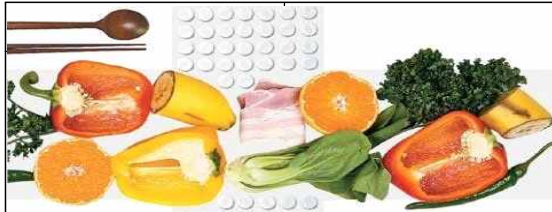
첫눈이 내린다하여 소설이라 했다. 시래기를 엮어 달고 무말랭이, 꽃감말리기 등 한다.



<연포탕>



11월 학교급식 식단 안내



“**식습관을 바꾸는 것만으로도**
건강한 삶을 살 수 있습니다”

		11/1 Wed	11/2 Thu	11/3 Fri
		친환경흑미밥 국수장국 1.2.5.6.13. 상추오이무침 오삼불고기 10.17. 고구마튀김 2.6. 배추김치 9.13. 캐플주스	친환경현미밥 바지락미역국 묵은지닭찜 15. 곤드레나물 13. 알감자버터구이 2.12. 깍두기 9.13. 달콤한배	친환경흑미밥 육개장 1.13.16. 오이스틱 아귀불고기 5.6.13. 소시지구이/소스 1.2.5.6.10.13. 배추김치 9.13. 골드파인애플
11/6 Mon	11/7 Tue	11/8 Wed	11/9 Thu	11/10 Fri
친환경보리밥 소고기무국 16. 숙음열무된장무침 떡볶이 1.2.5.6.12.13. 조기구이 13. 배추김치 9.13. 과일푸딩 1.2.5.13.	친환경기장밥 시금치된장국 5. 콩나물무침 5. 닭갈비 5.6.15. 야채전 1.6.17. 김구이 13. 배추겉절이 맛있는사과	짜장밥 1.2.5.6. 짬뽕국 9.12.13. 오이부추무침 돈육탕수육 1.2.5.6.10.12.13. 배추김치 9.13. 살구복숭아음료 5.11.13.	친환경잡곡밥 5. 해물탕 5.8.9.13. 편육 10. 무말랭이무침 13. 감자채피망볶음 2.6.10. 배추김치 9.13. 우리밀호떡 5.13.	친환경수수밥 부대찌개 2.6.10.13. 호박버섯볶음 케이준치킨샐러드 1.2.5.6.13.15. 깍두기 깻잎지 상금한굴
11/13 Mon	11/14 Tue	11/15 Wed	11/16 Thu	11/17 Fri
친환경현미밥 얼갈이된장국5. 매운갈비찜 10. 도토리묵상추무침 5. 배추김치 9.13. 사과주스 5.13. 단호박죽	친환경잡곡밥 5. 건새우미역국 9.13. 닭간장조림 5.6.13.15. 도라지초무침 애호박/행전 1.2.6.10. 배추김치 9.13. 골드파인애플	비빔밥 1.5.16. 콩나물무국 5.13. 멸치땅콩조림 4.13. 단무지무침 꼬마파래기 1.2.5.6.13. 배추김치 9.13. 감귤주스 5.13.	친환경 기장밥 돈육김치찌개 5.10. 미역줄기볶음 스파게티 1.2.5.6.10.12.13. 삼치간장구이 깍두기 9.13. 떠먹는요구르트 2	친환경흑미밥 생새우호박찌개 9.13. 연근조림 삼색나물무침 1.5.6.13. 파인애플향박스테이크 1.2.5.6.10.12.13. 배추김치 9.13. 바나나
11/20 Mon	11/21 Tue	11/22 Wed	11/23 Thu	11/24 Fri
친환경수수밥 떡만두국 1.5.6.10.13.16. 닭매운조림 15. 민물새우시래기지짐 9.13. 참나물무침 깍두기 9.13. 상금한굴	친환경잡곡밥 5. 북어계란국 1.13. 혼합볶음조림 돼지등갈비찜 10. 브로컬리/초장 배추겉절이 생크림오믈렛	김치덮밥 5.9.13. 우동국 1.2.5.6.13. 건미역초무침 1.5.6.13. 불갈비꼬치 1.5.6.10.13. 깍두기 9.13. 맛있는사과	친환경보리밥 냉이된장국5. 유채나물무침 돈육불고기 10. 해물전 1.5.6.9.13.17. 초코칩트위스트 1.2.5.6.13. 상추쌈	친환경현미밥 감자탕 5.10.13. 실파김무침 13. 매운잡채 1.5.6.8.10.12.13. 오징어까스 1.5.6.12.13.17. 배추김치 9.13. 방울토마토 12.
11/27 Mon	11/28 Tue	11/29 Wed	11/30 Thu	
친환경기장밥 순두부찌개 1.5.10. 닭봉데리야끼소스조림 5.6.13.15. 건파래볶음 쫄면야채무침 5.6. 알타리김치 달콤한배	친환경현미밥 호박버섯된장찌개 5. 상추오이무침 오리훈제 1.5.13. 김치전 5.6. 알타리김치 키위주스 5.13.	카레라이스 2.5.6.10.13. 연두부계란탕 1.5. 골뱅이참나물무침 5.13. 순살파닭 5.6.13.15. 배추김치 9.13. 골드파인애플	친환경수수밥 참치김치찌개 5.13. 시금치된장무침5. 어묵볶음 1.5.6.13. 치즈돈까스 1.2.5.6.10.12.13. 깍두기 9.13. 요구르트 2.	

★알레르기정보

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

★학교사정과 물가가격변동에 따라 식단이 변경될 수 있으며

위 식단의 영양량표시 및 일별 급식사진은 군산동산중학교홈페이지(<http://www.gsds.ms.kr/>)-교육활동-급식에서 확인하실 수 있습니다.