



식생활관 이용

안화

식생활관은 우리 학교 전체 학생들과 선생님들이 이용하는 장소입니다. 아래의 주의사항을 지켜서 모든 사람들이 편리하게 이용할 수 있도록 우리 모두 노력합시다.

★ 식사 전

- ① 손을 깨끗이 씻고 질서 있게 줄을 서서 차례대로 기다리다가 식생활관으로 들어간다.
- ② 앞 뒤 사람과 잡담을 하지 않고 장난을 치지 않는다.
- ③ 식판을 받고 선생님의 지시에 따라 빈자리를 남겨두지 않고 안쪽부터 차례대로 앉는다.

★ 식사 중

- ④ 식사 중에는 돌아다니지 않는다.

★ 식사 후

- ⑤ 식사 후에는 식판에 남아 있는 잔반은 모두 국그릇에 모아 식판을 깨끗하게 처리한다.

☀ 학교 식생활관에서는....

- ① 칼과 도마, 고무장갑 등 조리기구 및 용기는 원료나 조리과정에서 교차오염을 방지하기 위하여 용도별로 구분하여 사용하고 수시로 세척, 소독하여 사용합니다.
- ② 식품취급 등의 작업은 바닥으로부터 60cm 이상의 높이에서 실시하여 오염을 방지합니다.
- ③ 조리가 완료된 식품과 세척 소독된 배식기구 용기 등은 교차오염 우려가 있는 기구, 용기 또는 원재료등과 접촉에 의해 오염되지 않도록 관리합니다.
- ④ 해동은 냉장해동(10이하)또는 흐르는 물(21이하)에서 실시합니다.
- ⑤ 해동된 식품은 즉시 사용합니다.
- ⑥ 날로 먹는 채소류, 과일류는 충분히 세척, 소독한 뒤 사용합니다.
- ⑦ 가열조리 식품중심부가 75도 이상(패류는 85℃)이상에서 1분 이상 가열되고 있는지 온도계로 확인하고 그 온도를 기록, 유지합니다.
- ⑧ 나트륨 저감화(염도계 사용 0.4~0.6) 및 당류 저감화를 추진하고 있습니다.

음식물 쓰레기는 왜 생기나요?

난 알맞게 덜어먹고 우선 많이 달래서 모자라면 더 먹어야지! 나중에 남겨야지....



VS



여러분은 어느쪽인가요? 한번 생각해 보세요.



음식물류 폐기물이란?

식용의 농 · 수 · 축산물 중 최종소비자에게 섭취되지 않고 버려지는 아까운 식량 자원을 말합니다.

배출원별 가장 많이 나오는 쓰레기의 비율



가정

음식물 쓰레기가 약 50%



사무실

종이류가 약 50%



음식점

음식물 쓰레기가 약 75.85%



음식물 쓰레기를 줄이려면?

1. 음식의 소중함을 알고 남기지 않고 골고루 먹는 습관을 갖습니다.
2. 음식물은 수분이나 염분, 기타 이물질로 인하여 재활용하기가 어렵고 처리과정에서 많은 비용이 소모되므로 발생량을 최소화시킵니다.
3. 깨끗한 환경을 후손들에게 그대로 물려주기 위해서는 '나 하나만이라도'라는 생각을 가지고 환경 보전을 생각하는 마음을 갖습니다.



음식물쓰레기 왜 줄여야 할까?

▶ 연간 발생하는 음식물 쓰레기를 돈으로 환산하면 얼마일까요?

15,000,000,000,000원 (15조원)

▶ 환산한 금액은 상암경기장을 몇 개 지을 수 있나요?
월드컵경기장 70개

"나는 음식을 남기지 않겠습니다."



〈4월 학교급식 식단안내〉

4/2 월요일	4/3 화요일	4/4 수요일	4/5 목요일	4/6 금요일
친환경잡곡밥 5. 소고기미역국 16. 삼치무조림 폴면야채무침 5.6. 소시지구이/소스 1.2.5.6.10.13. 깍두기 9.13. 맛있는참외	친환경흑미밥 해물탕 8.9.13. 돈육갈비찜 5.6.10.13. 깻잎순나물 프렌치토스트 1.2.5.6.13. 배추겉절이 방울토마토 12.	김치덮밥 5.9.13. 우동국 1.2.5.6.13. 돌나물오이무침 불갈비꼬치 1.5.6.10.13.15. 알타리김치 포도주스 5.13.	친환경수수밥 숙된장국 5. 가지나물 닭갈비 5.6.15. 두부구이 5. 배추김치 9.13. 피칸파이 1.2.5.6.13.	친환경클로렐라쌀밥 부대찌개 2.6.10.13. 연근조림 실파김무침 13. 치킨커틀렛 1.2.5.6.12.13.15. 깍두기 상큼한오렌지
4/9 월요일	4/10 화요일	4/11 수요일	4/12 목요일	4/13 금요일
친환경잡곡밥 5. 감자탕 5.10.13. 파리고추메추리알장조림 1.13. 상추오이무침 깐쇼새우 1.5.6.9.12.13. 배추김치 9.13. 과일푸딩 1.2.5.13.	친환경현미밥 호박버섯된장찌개 5. 도라지초무침 돈육불고기 10. 야채전 1.6. 배추김치 9.13.17. 요구르트 2. 친환경상추쌈	카레라이스 2.5.6.10.13. 북어계란국 1.13. 오이부추무침 닭꼬치 5.6.12.13.15. 배추김치 9.13. 사과음료 5.13.	친환경기장밥 떡만두국 1.5.6.10.13.16. 닭매운조림 15. 야채스틱 애호박느타리볶음 배추김치 9.13. 골드파인애플	친환경수수밥 돈육김치찌개 5.10. 취나물무침 크림스파게티 2.5.6.9.10.12.13. 조기구이 13. 알타리김치 바나나
4/16 월요일	4/17 화요일	4/18 수요일	4/19 목요일	4/20 금요일
친환경보리밥 건새우미역국 9.13. 닭봉데리아끼소스조림 5.6.13.15. 숙음열무된장무침 매운잡채 1.5.6.8.10.12.13. 배추김치 9.13. 상큼한오렌지	친환경현미밥 순두부찌개 1.5.10. 숙주나물 감자채피망볶음 2.6.10. 함박스테이크 1.2.5.6.10.12.13. 알타리김치 감모양떡 5.13.	비빔밥 1.5. 건새우콩나물국 5.9.13. 혼합볶음조림 13.14. 단무지무침 배추김치 9.13. 감귤주스 5.13. 핫도그	친환경흑미밥 얼갈이들깨된장국 5. 매운갈비찜 10. 애호박/햄전 1.2.6.10. 깻잎지 알타리김치 맛있는참외	친환경클로렐라보리밥 아구탕 9.13. 닭간장조림 5.6.13.15. 청경채절이 자장면 1.2.5.6.10.13. 배추김치 9.13. 레몬에이드
4/23 월요일	4/24 화요일	4/25 수요일	4/26 목요일	4/27 금요일
친환경보리밥 참치김치찌개 5.13. 콩나물무침 5. 어묵볶음 1.5.6.13. 돈까스 1.2.5.6.10.12.13. 깍두기 9.13. 살구복숭아음료 5.11.13.	친환경수수밥 불낙전골 5.8.16. 건이역초무침 1.5.6.13. 오리훈제 1.5.13. 김치전 5.6.17. 깍두기 9.13. 골드파인애플	친환경흑미밥 국수장국 1.2.5.6.13. 브로컬리/초장 주꾸미돈육불고기 10. 고로케 1.5.6.13. 배추김치 9.13. 애플코코 음료 5.13.	친환경잡곡밥 5. 생새우호박찌개 9.13. 참나물무침 순대떡볶이 1.5.6 케이준치킨샐러드 1.2.5.6.13.15. 배추김치 9.13. 바나나 10.13.	친환경수수밥 시금치된장국 5. 오징어채조림 13.17. 편육 10. 무말랭이무침 배추김치 9.13. 애플파이 상추쌈 13.
4/30 월요일	골고루 섭취해요~!			
친환경기장밥 수제비국 1.5.6. 멸치땅콩조림 4.13. 묵은지닭찜 15. 느타리들깨소스무침 13. 건파래볶음 깍두기 9.13. 망고주스	<p>※ 우리학교 급식은 친환경쌀, 김치, 축산물 (쇠고기: 한우사용, 돼 지, 닭, 오리고기) 등을 국내산100%로 사용하 고 있습니다.</p> 			

★ 알레르기정보

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합) 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다. 해당 식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

★ 학교사정과 물가가격변동에 따라 식단이 변경될 수 있으며

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