



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 화학물질에는 동물성, 식물성, 진균성(곰팡이류) 자연독과 인공 화합물이 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 칼·도마는 따로



세척·소독하기

조리기구, 식재료는 깨끗이



보관온도 지키기

냉장 5°C 이하, 냉동 -20°C 이하

[자료 출처 : 식품의약품안전처, 질병관리본부]

올바른 손씻기



1

거품 내기



2

깍지 끼고
비비기

3

손바닥, 손등
문지르기

4

손가락
돌려 닦기

5

손톱으로
문지르기

6

흐르는 물로
헹구기

7

종이타월로
물기 닦기

8

종이타월로
수도꼭지 잡기

손씻기 365

비누로 손씻기!!

당신이 할 수 있는 가장 쉽고,
효과적인 감염병 예방법입니다.

보건복지부

질병관리본부

국민손씻기운동본부



7~8월 학교급식 식단 안내



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

◇ 학교홈페이지 공지사항에 축산물이력표시를 게시하고 있습니다.



7/1 Thu 생일밥상
 참쌀밥
 쇠고기미역국(16.)
 메추리알감자조림(2.5.6.13.)
 도라지오이무침(5.6.13.)
 떡갈비(5.6.10.13.15.16.18.)
 배추김치(9.)
 티라미스칼슘조각케이크(1.2.5.6.13.)
 *에너지/단백질/칼슘/철
 635.7/23.9/84/3.2

7/2 Fri
 행아채볶음밥(1.2.5.6.10.12.15.16.)
 콩나물국(5.)
 청경채무침
 오이무침(5.6.13.)
 닭봉오른구이(5.6.12.13.15.)
 배추김치(9.)
 요구르트(파스퇴르바른목장(2.)*에너지/단백질/칼슘/철
 528.7/21.3/154.1/2.2

7/5 Mon	7/6 Tue	7/7 Wed 수다날	7/8 Thu	7/9 Fri 초복밥상
완두콩밥 호박알된장국(5.6.13.) 두부찜(5.6.12.) 돼지갈비방울떡찜(2.5.6.10.13.) 가지무침(5.6.13.) 배추김치(9.) 친환경머스크멜론 *에너지/단백질/칼슘/철 556.3/24.6/167.6/3.6	찰보리밥 돼지고기감치찌개(5.9.10.12.) 연근조림(5.6.13.18.) 취나물장아찌(5.6.13.) 고등어순살구이(5.7.13.) 열무김치(9.13.) 우리쌀호두빵(1.2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 540.8/25.2/123.8/3.4	참쌀밥 순두부찌개(5.6.9.10.) 상추숙갓무침(5.6.13.) 돼지고기간장불고기(5.6.10.13.) 오징어강정(1.5.6.12.13.17.) 배추김치(9.) 수박 *에너지/단백질/칼슘/철 606.5/33/126.8/2.9	참쌀밥 북어달걀국(1.5.12.) 오리훈제야채무침(1.2.5.6.) 어묵떡볶음(1.2.5.6.8.10.13.15.16.) 깻잎순볶음(5.) 배추김치(9.) 찐옥수수(13.) *에너지/단백질/칼슘/철 627.1/27.2/210.5/5.5	토마코펜쌀밥(12.) 삼계탕(15.) 열무된장지짐(5.6.9.13.) 무채장아찌(5.6.13.) 당면잡채(1.5.6.10.13.) 고구마크로켓(1.2.5.6.12.13.) 배추김치(9.) *에너지/단백질/칼슘/철 595.7/24.3/153.1/3.4
7/12 Mon	7/13 Tue	7/14 Wed 수다날	7/15 Thu	7/16 Fri
참쌀밥 육개장(5.6.16.) 오징어채조림(13.17.) 달걀찜(1.2.) 미역국수초무침(5.6.16.) 배추김치(9.) 허니갈락토스트(2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 542.4/26.5/160.9/4.3	찰보리밥 감자들깨국 계맛살부추무침(1.5.6.8.13.) 닭고기볶음(5.6.13.15.18.) 햄전(1.2.5.6.10.) 배추김치(9.) 야쿠르트(2.) *에너지/단백질/칼슘/철 536.6/25.8/176.2/2.7	참쌀밥 사색만두국(1.5.6.10.16.18.) 두부찜(5.6.12.) 줄면야채무침(1.5.6.10.13.) 돼지고기탕수육(1.5.6.10.12.13.) 배추김치(9.) 토마토(12.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 617.7/30.3/114.2/8	찰현미밥 아욱된장국(5.6.9.) 오이지무침(13.) 돼지고기짜장볶음(2.5.6.10.13.) 해물김치전(1.5.6.9.13.17.) 열무김치(9.13.) 구슬아이스크림(1.2.5.) *에너지/단백질/칼슘/철 542.9/27.6/197.7/2.9	찰보리밥 한우낙지탕(5.6.16.) 참나물무침 청포묵상추무침(5.6.13.) 어묵볶음(1.2.5.6.8.10.13.15.16.) 배추김치(9.) 참쌀과배기(1.2.5.6.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 549.8/21.8/131.7/6.6
7/19 Mon	7/20 Tue	7/21 Wed 수다날	7/22 Thu	7/23 Fri
찰기장밥 오징어무국(5.6.13.17.) 콩나물잡채(5.13.) 오리고기불고기(5.6.13.) 호박전(1.6.) 배추김치(9.) 열대과일모듬(1.5.6.12.13) *에너지/단백질/칼슘/철 538.7/25.1/91.2/3.4	참쌀밥 닭살무우국(15.) 코다리찜(5.6.13.) 오징어채오이초무침(5.6.13.17.) 두부구이&양념장(5.6.13.) 배추김치(9.) 크림치즈파이(1.2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 569.1/29.8/105.4/2.6	찰현미밥 열무된장국(5.6.) 돼지고기수육(5.6.10.) 단무지무침(13.) 로제스파게티(1.2.5.6.9.10.12.13.) 배추김치(9.) 군만두(1.5.6.10.16.18.) *에너지/단백질/칼슘/철 604.1/28.3/126.4/3.4	찰현미밥 새우호박국(5.9.13.) 가지무침(5.6.13.) 치킨까스(1.2.5.6.13.15.) 배추김치(9.) 케플쥬스(5.13.) 생오이피클 *에너지/단백질/칼슘/철 576.2/28.8/130.8/2.6	여름방학일
		8/25 Wed 수다날	8/26 Thu	8/27 Fri
		참쌀밥 쇠고기미역국(16.) 연근조림(5.6.13.18.) 돌미나리나물(5.6.13.) 줄면야채무침(1.5.6.10.13.) 배추김치(9.) 웨이감자(5.) *에너지/단백질/칼슘/철 562.2/15.2/110/4.8	찰현미밥 어묵국(1.5.6.7.8.13.18) 두부엿장조림(5.6.12.1) 근약메추리알장조림(1.5.6.13.) 열무된장지짐(5.6.9.13.) 배추김치(9.) 파인애플 *에너지/단백질/칼슘/철 615/22.6/229.5/4.4	찰보리밥 우렁된장국(5.6.12.) 돼지갈비방울떡찜(2.5.6.10.13.) 오이부추무침(5.6.13.) 감자볶음 배추김치(9.) 캠벨포도 *에너지/단백질/칼슘/철 535.6/22.9/155.6/3
8/30 Mon	8/31 Tue	◇ 저학년용(1~2학년) 손가락과 젓가락을 준비하여 급식을 실시하고 있습니다. ◇ 학교홈페이지 급식 게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다. ◇ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.		
카레라이스(2.5.6.10.12.13.16.18.) 미역국(18.) 콩나물미나리무침(5.) 닭봉오른구이(5.6.12.13.15.) 깍두기(9.) 야쿠르트(2.) *에너지/단백질/칼슘/철 527.5/25/188/3.1	홍국쌀밥 참치찌개(5.6.9.12.) 고구마잎무침(3.5.6.) 한우불고기(5.6.10.13.16.) 달걀말이(1.2.5.6.10.) 배추김치(9.) 편빵(1.2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 555.1/31/135.7/6			

