



삶의 힘을 키우는 함열교육
함열교육통신

2020- 192호
발행처 : 함열초등학교
문의 : 861-0225

11월 11일

빼빼로데이? 가래떡데이!



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 뿜은 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 가지는 농기구 '가래'에서 유래되었다는 것, 또 한 가지는 모양이 길기 때문에 한 갈래 두 갈래 할 때의 갈래에서 유래되었다는 설이 있습니다.

기억하십시오!

11월 11일은

농업인의 날입니다.



가래떡
한국의식주생활사전



떡국
한국의식주생활사전



가래떡을 이용한 요리

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



절기 이야기 (11월)



입동 (11월 8일)

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



소설 (11월 22일)

첫눈이 내린다하여 소설이라 했다. 시래기를 엮어 달고 무말랭이, 꽃감 말리기 등 합니다.

출처: 한국민속대백과사전
농촌진흥청

2020. 11. 01.

함열초등학교장



11월 학교급식 식단 안내

11/2 Mon	11/3 Tue	11/4 Wed 수다날	11/5 Thu	11/6 Fri
<p>친환경찰기장밥 북어미역국 5.13.18. 한우불고기5.13.16. 오이도라지초무침5.6.13. 배추겉절이5.6.9.13. 웃담요구르트(딸기)2. *에너지/단백질/칼슘/철분 607/34/253.3/4.6</p>	<p>친환경을무밥 시래기된장국5.6.18. 수육5.6.10.13.18. 상추겉절이5.13.18. 감자채볶음5. 깻잎김치5.9. *에너지/단백질/칼슘/철분 579.4/35.8/171/4.1</p>	<p>짜장밥 2.5.6.10.18. 계란국1.5. 닭강정 5.6.12.13.15.18. 단무지무침 13. 배추김치9.13. 친환경굴 *에너지/단백질/칼슘/철분 711.9/29.9/137.4/2.9</p>	<p>친환경찰기장밥 애호박고추장찌개 5.6.10.13.18. 코다리강정 5.6.12.13.18. 계란찜1.2.5. 표고버섯볶음 5.6. 배추김치9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 601.8/36.6/182.1/4.2</p>	<p>친환경차수수밥 꽃게탕8.9.13.17. 닭봉조림 5.6.9.10.13.15.18. 도라지볶음5.13. 총각김치9.13. 참쌀호떡1.2.5.6. *에너지/단백질/칼슘/철분 724.6/31.5/154.7/3.8</p>
11/9 Mon	11/10 Tue	11/11 Wed 농업인의 날	11/12 Thu	11/13 Fri
<p>친환경차조밥 부대찌개(떡) 2.5.6.9.10.13.15.18. 돈육매추리알장조림 1.5.6.10.13.18. 애호박느타리볶음5.13 김구이13. 열무김치9.13. 사과 *에너지/단백질/칼슘/철분 594.2/33.3/112.1/4.4</p>	<p>친환경을무밥 오징어뚫국5.9.13.17. 삼겹살구이&쌈장 5.6.10.13.18. 깻잎장아찌13.18. 고추된장무침5.6.18. 배추겉절이13. *에너지/단백질/칼슘/철분 725.3/31.4/145.1/3.4</p>	<p>쇠고기우영볶음밥 1.2.5.6.10.13.15.16.18. 황태채콩나물국5.6.13.18. 수제탕수육(소스)1.2.5.6. 10.12.13. 오이무침5.13. 배추김치9.13. 치즈가래떡2.5. *에너지/단백질/칼슘/철분 564.4/29.8/141.8/2.7</p>	<p>친환경찰기장밥 감자두부된장국5.6.18. 어린일샐러드12.13. 수제돈가스(소스)1.2.4. 5.6.10.12.13.16.18. 배추김치9.13. 제주감글주스13. *에너지/단백질/칼슘/철분 609.3/29.4/91.2/3.3</p>	<p>친환경차조밥 짬뽕수제비국 5.6.9.13.17.18. 오리훈제 1.5.13. 부추겉절이5.13. 무쌈13. 배추김치9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 669.9/32.4/171.5/6.5</p>
11/16 Mon	11/17 Tue	11/18 Wed 수다날	11/19 Thu	11/20 Fri
<p>친환경찰기장밥 순두부계란국1.5.9.13. 고등어무조림5.6.7.18. 브로콜리비엔나볶음 2.6.10.12.13.15. 배추김치9.13. 찐고구마 *에너지/단백질/칼슘/철분 604.2/29.1/175.2/4.1</p>	<p>친환경차조밥 등뼈감자탕5.10.13. 두부면저자냉채5.9.13. 연근조림5.6.13. 크로플1.2.5.6.13. 깍두기9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 559.7/25/183.9/3.6</p>	<p>콩나물밥+간장양념 5.6.13.16.18. 배추버섯된장국5.6.18. 파닭꼬치5.6.12.13.15. 청창외장아찌13. 배추김치9.13. 깻잎김치5.9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 561.5/28.9/193.3/11</p>	<p>친환경을무밥 바지락살미역국 5.6.13.18. 돼지갈비감자찜 5.6.9.10.13.18. 갑오징어초무침5.6.17. 배추김치9.13. 친환경굴 *에너지/단백질/칼슘/철분 613.9/39.7/182/5.7</p>	<p>친환경잡곡밥5. 돈육김치찌개 5.9.10.13.18. 삼치구이2.5.6.13.16. 떡볶이1.5.6.13.16. 잡채김말이튀김1.5.6.16 열무김치9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 653.4/32/166.9/7.1</p>
11/23 Mon	11/24 Tue	11/25 Wed 수다날	11/26 Thu	11/27 Fri
<p>친환경차조밥 한우설렁탕5.6.8.13.16. 부추겉절이5.13. 건고사리볶음5.13. 주꾸미볶음 5.6.8.9.13.17.18. 깍두기9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 547.2/24.5/85.3/4.7</p>	<p>친환경찰기장밥 근대된장국5.6.13.18. 돼지갈비떡찜 5.6.9.10.13.18. 로제스파게티 1.2.5.6.10.12.13.16.18. 배추김치9.13. 깻잎찜5.6. *에너지/단백질/칼슘/철분 780.5/31.7/217.9/4.3</p>	<p>볶음밥 1.2.5.6.9.10.13.15.16.18 김치콩나물국5.9.13. 치커리유자청무침5.11.13. 새우튀김1.5.6.9. 열무김치9.13. 웃담요구르트(사과)2. *에너지/단백질/칼슘/철분 619.7/15.9/166.3/3.1</p>	<p>친환경차수수밥 어묵국1.5.6.9.13.16.17 닭봉구이 2.5.6.12.13.15. 까르보나라떡볶이 2.5.10.13. 애호박느타리볶음5. 배추김치9.13. *에너지/단백질/칼슘/철분 616.3/30.8/153.8/2.9</p>	<p>친환경찰기장밥 청국장찌개5.9.13.16. 매운돼지갈비감자찜 5.6.9.10.13.18. 콩조림5.6.18. 시금치무침5. 배추김치9.13. 팔봉어빵1.2.5.6. *에너지/단백질/칼슘/철분 667/32.6/120.8/4.5</p>
11/30 Mon	<p>◇ 함열초등학교 학교급식 식재료 원산지 표시 안내 * 쌀:친환경쌀 * 콩:국내산, 두부콩:국내산 * 배추김치(고춧가루):국내산(찌개용,반찬용) * 돼지고기,닭고기,오리고기:국내산 * 쇠고기:국내산 한우(양소) * 축산물가공품:국내산 * 고등어,삼치,오징어,꽃게,갈치:국내산 (오징어가공품: 페루산) * 낙지,주꾸미:베트남산, 명태/가공품:러시아산(코다리:러시아산)/러시아산 * 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔, 조피볼락, 아귀는 사용하지 않습니다!</p>			

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://school.jbedu.kr/hamyol/소식마당> -> 급식소식

◇ 알레르기 정보 - ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함), ⑳잣 ◇ 화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 줄이고, 전통음식을 적극 반영하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 급식하려고 노력합니다.