



## 음식물 쓰레기, 그것이 문제로다!

### 01 음식물 쓰레기란?

식품의 생산·유통·가공·조리과정 등에서 발생한 농·수·축산물 쓰레기와 남겨서 버려지는 음식물



### 02 음식물 쓰레기의 발생 원인

잘못된 음식문화 때문입니다. ‘모자라는 것보다는 남는 게 낫다’는 인식으로 필요이상의 음식을 많이 차려놓게 되고, 먹지 않는 음식들로 인해 음식물쓰레기가 많이 발생하는 것입니다.

### 03 음식물 쓰레기 발생 현황



국민 1인당 하루  
음식물 쓰레기 발생량  
0.28kg



음식물 쓰레기 처리비용은  
연간 약 8천 억원

### 04 음식물 쓰레기로 인한 문제점



## 음식물쓰레기로 버리면 안 되는 것들

- 조개, 게 등 어패류의 단단한 껍데기
- 돼지, 닭 등 육류 뼈다귀
- 양파, 마늘 껍질이나 고추 씨
- 땅콩, 호두 등 견과류 껍데기
- 복숭아, 살구 등 핵과류의 씨
- 계란 등 알 껍데기

자료: 환경부



## 앞으로는 이렇게...

식단계획으로 최소한의  
식재료만 구입합니다.

조리되지 않은 채 폐기된  
식재료 쓰레기가 1/10입니다.



정기적인 냉장고 정리로  
폐기 식재료를 줄입니다.



식재료가 눈에 보이도록  
투명용기에 보관합니다.



소포장·깔끔포장·반가공  
식재료를 구매합니다.

## 5월의 절기(소만)-5.21

입하와 망종 사이에 들며, 이때부터 여름 기분이 나기 시작하며 식물이 성장한다. 소만 무렵에는 모내기 준비에 바빠진다. (햇보리밥, 쑥국)



<쑥국>

[자료 출처 : 식품의약품안전처, 환경부, 네이버 검색]

## Food Waste Zero 음식물쓰레기 줄이기

**하나,** 나는 음식을 먹을 때 항상 감사하고 소중한 마음을 갖겠습니다.

**둘,** 나는 편식하지 않고 골고루 먹기 위해 노력하겠습니다.

**셋,** 나는 자연과 내가 하나라는 것을 늘 생각하고 음식물 쓰레기 줄이기에 앞장서겠습니다.





# 5월 학교급식 식단 안내



5/3 <b>Mon</b>	5/4 <b>Tue</b>	5/5 <b>Wed</b> 어린이날	5/6 <b>Thu</b> 재량휴업일	5/7 <b>Fri</b> 재량휴업일
혼합잡곡밥(5.) 열갈이배추된장국(5.6.13.) 알감자조림(5.6.13.) 묵은지등갈비찜(5.6.9.10.12.13.16.) 돌나물사과초무침(5.6.13.) 깍두기(9.13.) 수제마늘빵(1.2.5.6.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 758.2/37.4/192.3/3.8	찰보리밥 유부김치우동(미니)(1.5.6.9.13.) 참나물무침 비엔나스크램블(1.2.5.6.10.12.13.) 타코야끼(1.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 오렌지 *에너지/단백질/칼슘/철 817.9/26.2/153.5/3.6		<b>☆건강과 안전을 위해서 이것만은 꼭 지켜주세요!</b>  <p>골고루 먹고 친구와는 음식을 나누어 먹지 않아요!</p>  <p>식사 중에는 대화하지 않아요!</p>	
5/10 <b>Mon</b>	5/11 <b>Tue</b>	5/12 <b>Wed</b> 생일밥상	5/13 <b>Thu</b>	5/14 <b>Fri</b>
찰보리밥 얼큰콩나물국(5.) 취나물된장무침(5.6.) 새우김부각(5.9.) 치즈불닭&또띠아쌈(2.5.6.12.13.15.) 배추김치(9.13.) 참외 *에너지/단백질/칼슘/철 714.4/35.8/160.7/4.6	흥미찰쌀밥 모듬햄찌개(2.5.6.9.10.13.) 상추치커리겉절이(5.6.) 모양떡볶이(1.5.6.13.) 해물파전(1.4.5.6.9.13.17.) 깍두기(9.13.) 생크림오믈렛(1.2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 772/31.5/118/4.1	치킨마요덮밥(1.5.6.13.15.) 미역국(6.13.) 메추리알곤약조림(1.5.6.13.) 삼색묵무침(5.6.13.) 김가루실파무침(13.) 배추김치(9.13.) 초코칩쿠키(1.2.5.6.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 711.5/34/173.6/5.2	현미찰쌀밥(5.6.) 쏙갓두부무침(5.6.) 뜨덕이만두국(1.5.6.10.) 오징어채조림(5.6.13.17.) 굴비구이(13.) 배추김치(9.13.) 골드키위 *에너지/단백질/칼슘/철 622.8/35.5/108.8/10.8	짜장면(1.2.5.6.10.13.) 오이부추무침(5.6.) 하트단무지 껌바로우모듬탕수육(1.2.5.6.10.12.13.) 배추김치(9.13.) 구슬아이스바(1.2.5.) 요플레과일샐러드(2.12.) *에너지/단백질/칼슘/철 883.5/23.7/371.8/7.6
5/17 <b>Mon</b>	5/18 <b>Tue</b>	5/19 <b>Wed</b> 석가탄신일	5/20 <b>Thu</b>	5/21 <b>Fri</b>
차수수밥 청국장찌개(5.9.10.13.) 견과열치조림(4.5.6.13.14.) 갯잎양념무침(5.6.13.) 솥불오리불고기(5.6.13.) 배추김치(9.13.) 아이스슈(1.2.5.6.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 803.7/32.6/146.1/4.6	귀리찰밥 어묵김치국(1.5.6.9.13.) 더덕장아찌(5.6.13.) 느타리애호박볶음 핫크림쫄면&치킨너겟(1.2.5.6.10.13.15.) 열무김치(9.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 788.9/28.2/142.8/3.4		녹미찰쌀밥 닭곰탕(15.) 우엉채조림(5.6.13.) 오이고추쌈장무침(5.6.) 콩나물돼지불고기(5.6.10.13.) 배추겉절이(담금)(9.13.) 사과쥬스(13.) *에너지/단백질/칼슘/철 693.6/39/73.2/3.3	순두부단호박카레라이스(2.5.6.10.13.) 불고기왕만두(1.5.6.10.) 떡볶이(1.5.6.13.16.) 배추김치(9.13.) 리코타치즈샐러드(2.12.13.) 치즈볼(1.2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 808.8/32.8/289.5/2.9
5/24 <b>Mon</b>	5/25 <b>Tue</b> 채식밥상	5/26 <b>Wed</b> 수다날	5/27 <b>Thu</b>	5/28 <b>Fri</b>
오색현미찰쌀밥 오징어호박국(17.) 머위대들깨나물(9.) 마늘떡갈비(1.2.5.6.10.12.13.16.) 배추김치(9.13.) 토마토설탕절임(12.13.) 브로콜리&다시마초화(5.6.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 727.7/39.2/148.6/4.6	곤드레밥/부추양념장(5.6.13.) 감자옹심이국(1.5.6.) 채식잡채(5.6.13.) 콩비지김치전(1.5.6.9.13.) 갯김치/배추김치(5.9.13.) 청포도/적포도 도시락김(13.) *에너지/단백질/칼슘/철 628.1/16.7/125.3/3	밥(소량) 꼬꼬짬뽕(면)(5.6.15.) 김말이고구마강정(1.2.4.5.6.12.13.16.) 배추김치(9.13.) 수제모듬피클(13.) 유기농딸기요구르트(2.) *에너지/단백질/칼슘/철 896.9/36.7/383/10.2	혼합잡곡밥(5.) 한방갈비탕(1.5.8.13.16.) 애너타리부추무침(5.6.13.) 매실된장고등어구이(2.6.7.13.) 깍두기(9.13.) 미니팔미어파이(1.2.5.6.13.) 울외장아찌(13.) *에너지/단백질/칼슘/철 755.5/34.1/62.8/4.4	비빔밥&약고추장(1.5.6.16.) 근대된장국(5.6.) 무생채(9.13.) 백김치(9.13.) 슈프림콤비네이션피자(1.2.5.6.10.12.13.16) 포도워터젤리 *에너지/단백질/칼슘/철 669.5/22.2/192.3/4.4
5/31 <b>Mon</b>	<b>❄ 학교급식 식재료 원산지 표시 안내!!</b> * 쌀:군산시 친환경쌀 * 콩:국내산, 두부콩:국내산 * 배추김치(고춧가루):국내산(찌개용,반찬용) * 돼지고기,닭고기,오리고기/가공품:국내산 * 쇠고기:국내산 한우(암소) * 고등어,삼치,오징어,꽃게,참조기,조피볼락/가공품:국내산 * 갈치/가공품:국내산, 아귀/가공품:국내산 * 낙지/가공품:중국산, 주꾸미:베트남산, 명태:러시아산, 다랑어: 원양산 * 수산물가공품:국내산(오징어채:페루산) * 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔 사용 안함!			

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

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

❄ **영양 및 원산지 정보안내 :** 회현중학교 홈페이지 (<http://heohyun.ms.kr/>) → 학교소식 → 식생활관 → 급식게시판

❄ 회현중학교 식생활관에서는 환경을 보호하고 학생들의 건강을 고려한 채식밥상을 한달에 1번 시범 운영하고 있습니다. 향후 만족도를 고려하여 횟수를 늘릴 예정이니 많은 관심 부탁드립니다.