



## 알레르기 유발식품 표시제

알레르기 유발식품으로부터 학생의 건강을 보호하기 위하여 학교급식에서는 **알레르기 유발식품 표시제**를 전면 실시하고 있습니다.

(「학교급식법」개정, '13.11.23')

이에 우리학교에서도 학교급식 식단표에 알레르기 유발식품을 안내하고 있으니 해당되는 학생은 본인이 주의해야 할 식품이 포함된 식단을 섭취하지 않도록 주의 바랍니다.



## 식품 알레르기란?

원인이 되는 특정 식품을 먹고 난 후 그 식품에 대해 **과도한 면역 반응**이 일어나는 것을 말합니다. 특정 식품을 먹고 이상 증세가 나타난다면 그 해당 식품에 알레르기를 의심해야 합니다.



## 식품 알레르기 증상

식품 알레르기가 있는 식품을 먹거나 몸에 닿으면 여러 가지 증상이 일어날 수 있어요.



구토를 해요.



심한 기침을 해요.



두드러기가 생겨요.



피부가 갑자기 간지러워요.

☞ 식품의 특정 단백질에 의한 비정상적인 면역반응 결과 피부(두드러기 등), 소화기(구토, 설사 등), 호흡기(기침, 호흡곤란 등), 순환계(아나필락시스 쇼크)의 증상이 나타날 수도 있습니다.



## 알레르기 유발식품 알아보기!

**학교급식 알레르기 유발식품 19**  
학교급식에서는 식단표에 19종 22개 식재료의 식품 알레르기 표시를 실시하고 있습니다.



☞ 해당되는 학생은 매월 식단표에 적혀있는 **알레르기 유발식품**을 꼭 확인하세요!



☞ 해당식품에 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에 알레르기 증상을 보이는 학생은 식생활관(영양상담실)에 전화나 대면으로 미리 연락주시면 비상 상황에 대처하도록 하겠습니다.



식품알레르기를 예방하는

가장 좋은 방법은

**알레르기 유발물질이 포함된 식품을 먹지 않는 것입니다.**



## 4월 학교급식 식단 안내



4/1 <b>Mon</b>	4/2 <b>Tue</b>	4/3 <b>Wed</b> 수다날	4/4 <b>Thu</b>	4/5 <b>Fri</b>
친환경차수수밥 쇠고기미역국(5.6.16) 미나리된장무침(5.6) 숯불갈비맛오리불고기 조기구이(5.6) 배추김치(완)(9) 생일케이크(채리블라썸)(1.2.5.6)	친환경차조밥 창치김치찌개(5.9) 비빔미니만두(1.5.6.10.16.18) 감자채파프리카볶음 식물성향박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 깍두기(완)(9)	색고은소보로덮밥(1.9.10) 콩나물맑은국(5) 치커리오리엔탈무침(5.6) 뱅글뱅글소시지(2.5.6.10.12.15.16) 총각김치(완)(9) 웃담순수요구르트(2)	친환경찰보리밥 추어탕(5.6.13) 돈육메추리알조림(1.5.6.10) 도라지오이초무침(5.6.13) 해물완자전(1.2.5.6.8.9.16.17.18) 배추김치(완)(9) 오렌지	약식(5.6.13.19) 크림스프(2.5.6.13.16) 콩나물무침(5) 수제등심돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 배추김치(완)(9) 딸기
4/8 <b>Mon</b>	4/9 <b>Tue</b>	4/10 <b>Wed</b>	4/11 <b>Thu</b>	4/12 <b>Fri</b>
친환경혼합잡곡밥(5) 물만두국(1.5.6.10.16.18) 숙주나물 눈꽃치즈닭갈비(2.5.6.12.13.15) 배추김치(완)(9) 진달래설기	친환경오곡밥(5) 우렁된장찌개(5.6) 방울오징어파리고추조림(5.6.17) 두부스테이크/파인애플소스(1.2.5.6.12.13.16) 배추김치(완)(9) 떠먹는골드키위	22대 국회의원선거일 	친환경클로렐라쌀밥 어묵김치국(1.5.6.9) 부추겉절이(5.6) 혼합멸치볶음(9.13) 삼겹살구이/상추쌈(5.6.10) 배추김치(완)(9)	친환경작은쌀밥 해물짬뽕(5.6.8.9.13.17.18) 올외장아찌무침 목화송탕수육(1.5.6.10.11) 배추김치(완)(9) 사과
4/15 <b>Mon</b>	4/16 <b>Tue</b>	4/17 <b>Wed</b> 수다날	4/18 <b>Thu</b>	4/19 <b>Fri</b>
코코넛카레라이스(2.5.6.12.13.16.18) 북어두부국(5) 오이부추무침 베이커드치킨(15) 배추김치(완)(9) 방울토마토(12)	친환경울무밥 청국장찌개(5.9) 돼지갈비찜(5.6.10.13) 취나물무침(5.6) 우리쌀크림치즈볼(1.2.5.6) 배추김치(완)(9)	콩나물푹밥/양념장(5.6.13) 바지락미역국(5.6.18) 두부양념조림(5.6) 시금치나물 오징어까스/타르타르소스(1.5.6.13.17) 깍두기(완)(9) 아삭아삭배	친환경귀리밥 숙된장국(5.6) 해파리냉채(1.5.6.8.13) 돈육김치볶음(9.10) 마감자전(1.5.6) 총각김치(완)(9)	친환경작은쌀밥 잔치국수(5.6.9) 삼치무조림 가시나물(5.6) 치즈품은떡갈비(2.10.13.16) 배추김치(완)(9) 짜먹는요거바(2)
4/22 <b>Mon</b>	4/23 <b>Tue</b>	4/24 <b>Wed</b> 수다날	4/25 <b>Thu</b>	4/26 <b>Fri</b>
친환경조각서리태밥(5) 들깨수제비국(5.6.9) 낙지야채볶음(5.6) 미역줄기볶음 크림소스떡볶이(2.5.6.13.16) 총각김치(완)(9) 마시는샐러드그린(13)	친환경통밀밥(6) 부대찌개(1.2.5.6.9.10.15.16) 참깨흑임자샐러드파스타(1.5.6.12) 돈육간장불고기(5.6.10.13.18) 치즈달걀말이(1.2.5.6.10.15.16) 깍두기(완)(9)	장조림버터달걀밥(1.2.5.6.10.13.18) 근대된장국(5.6) 새송이애호박볶음 맛초김순살치킨(1.2.5.6.15) 배추김치(완)(9) 딸기칩톡톡딸기라떼(1.2)	친환경찰흑미밥 프렌치토스트(1.2.5.6.13) 고지어묵국(1.5.6) 단호박갈치조림 삼색나물 실곤약채소무침(5.6.13) 배추김치(완)(9)	친환경찰현미밥 아귀매운탕(5.9) 수육/파채무침(2.5.6.10.12.13) 돌나물배무침(5.6.13) 알감자버터구이(2.5) 보쌈김치(완)(9) 오렌지
4/29 <b>Mon</b>	4/30 <b>Tue</b>	<b>◇ 장동초등학교 학교급식 식재료 원산지 표시 안내!!</b> * 쌀: 친환경쌀(유기농) * 콩: 국내산, 두부콩: 국내산 * 배추김치(배추, 고춧가루): 국내산(찌개용, 반찬용) * 돼지고기, 닭고기, 오리고기/가공품: 국내산(베이컨: 수입산) * 쇠고기: 국내산 한우(암소) * 미꾸라지, 고등어, 참조기, 아귀/가공품: 국내산 * 갈치: 세네갈산 * 꽃게: 국내산 * 명태/가공품: 러시아산 * 낙지: 베트남산 * 주꾸미: 베트남산 * 다랑어: 원양산 * 오징어: 국내산(오징어채: 페루산) * 양고기, 뽕장어, 넙치광어, 참돔, 조피볼락 사용 안함		
친환경완두콩밥 마라탕(2.5.6.10.12.13.15.16.18) 파리고추불어묵조림(1.5.6) 북경식꿔바로우(1.5.6.10.11) 배추김치(완)(9) 아이스슈(쿠키앤크림)(1.2.5.6)	친환경찰기장밥 시래기된장국(5.6) 돈육콩나물볶음(5.10.13) 파프리카어묵잡채(1.5.6.13.18) 배추김치(완)(9) 참외			

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://www.jangdong.es.kr>→알림마당→맛있는점심→급식게시판

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

◇ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단 식재료 및 원산지가 변경될 수 있습니다.