

5월의 제철 음식

온통 푸르른 잎으로 물드는 5월에 초록 **매실**은 정말 잘 어울리는 것 같아요. 이러한 매실에는 배탈이나 식중독을 치료하고, 피로를 해소하는 효과를 가지고 있습니다. 매실을 이용한 음식으로는 씨와 분리하여 설탕과 함께 만드는 매실장아찌, 매실과 설탕으로 만드는 매실청으로 만들어 반찬을 만들 때도 사용해요. 이처럼 우리 주위의 많은 음식에서 매실을 볼 수 있습니다.



다슬기는 민물에서 서식하며 깊고 물이 차며 물살이 센 곳에 잘 서식해요. 깨끗한 물에서 자라는 다슬기는 녹색 빛깔이 참 고운 식재료입니다. 국으로 끓여 먹거나 무침 등으로 요리해 먹는 다슬기는. 부추와 궁합이 좋아서 다슬기국에 꼭 부추를 넣어 먹어봅시다. 또한 저지방 고단백 음식으로 다이어트에도 아주 좋습니다. 더워지기 전 보양식으로 다슬기국은 어때요?



출처 : 네이버 지식백과

세계의 다양한 어린이날

5월 5일은 어린이날! 이날은 소파 방정환 선생님이 어린이들의 인권을 지키기 위해 처음 제정했어요. 이처럼 즐거운 어린이날을 다른 나라의 친구들은 언제, 어떻게 즐기는지 알아보까요?



[튀르키예 4월 23일] 튀르키예의 어린이날은 독립 기념일과 같은 날입니다.



[일본 (여)3월 3일 (남)5월 5일]

일본은 3월 3일을 여자 어린이날로, 5월 5일을 남자 어린이날로 나누어 기념하고 있어요. 잉어 모양의 장식을 장대에 걸어 지붕 위에 두기도 하고 궁중 의상을 입힌 인형으로 집안을 꾸며 아이의 성공과 건강을 기원해요.



[UN이 정한 세계 어린이날] 11월 20일이에요. 1925년 '아동 복지를 위한 세계 회의'가 열릴 때 제정한 것입니다.

5월 19일은 '발명의 날'



발명의 날은 발명의 중요성과 발명 의욕을 북돋우기 위해 지정한 날이라고 해요. 발명의 날을 맞아 음식과 관련된 발명에는 무엇이 있는지 함께 알아보까요?

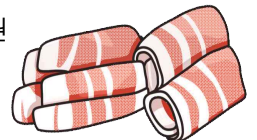
감자칩



미국의 유명 식당 요리사는 어느 날 감자 튀김이 너무 두껍다는 한 손님의 불평에 고민에 빠지게 됩니다. 이에 손님을 아예 골탕먹이기로 작정하고, 감자를 종이창처럼 얇게 썰어 기름에 튀겼어요. 하지만 생각과는 달리 손님은 튀김을 연신 집어 먹으며 맛있다는 찬사를 보냈다고 해요. 그래서 탄생한 것이 바로 감자칩!

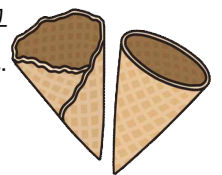
대패삼겹살

대패삼겹살은 우리가 잘 아는 백종원 대표가 발명했다는 사실, 알고 있나요? 돼지고기를 자르기 위한 기계를 잘못 구매하는 바람에 얇게 말아진 냉동 돼지고기가 탄생했어요. 이 고기를 손님들이 대패삼겹살이라는 애칭을 지어줬다고 해요. 대패삼겹살은 특허청에 상표 등록까지 되어 있습니다.



아이스크림콘

아이스크림을 판매하던 도중 아이스크림을 담을 용기가 부족해지자 근처 와플 상인의 도움을 받아 와플로 만든 콘에 아이스크림을 담아 판매하게 되었다고 해요. 이것이 아이스크림콘의 시작이에요. 음식의 발명은 간편하게 먹기 위해서 고민하다가 이루어진 것들이 많아요. 우리 친구들도 새로운 발명 아이디어를 함께 떠올려 볼까요?



출처 : 네이버 지식백과
참샘스쿨 참미료 자료



5월 학교급식 식단 안내



<div>◇ 학교급식식재료 원산지 표시 안내!</div> <div>* 쌀: 친환경 쌀(도내산) * 두부·콩: 국내산</div> <div>* 배추김치(고춧가루): 국내산(찌개용, 반찬용)</div> <div>* 돼지고기, 닭고기, 오리고기: 국내산, 가공품:(외국산)</div> <div>* 소고기: 국내산 한우(암소), 가공품: 국내산, 호주(혼합)</div> <div>* 고등어, 오징어, 꽃게, 참조기, 전복, 부세, 가리비, 방어: 국내산</div> <div>* 갈치/가공품: 국내산/(외국산), 명태: 러시아산, 다량어: 원양산 아귀, 조피볼락(우럭)/가공품: 국내산/(외국산)</div> <div>* 낙지/가공품: 베트남산, 중국 주꾸미: 베트남산, 중국</div> <div>* 오징어: 국내산(오징어채: 페루산)</div> <div>* 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 납치(광어), 참돔, 우렁쌈(명게)사용 안함!</div>		<div>5/1 Wed 근로자의날</div> <div></div>	<div>5/2 Thu 현미데이</div> <div>친환경찰현미밥 딸기잼팔미어파이(1.2.5.6.13) 도토리묵국(5.6.9.13.16) 부추겉절이(5.6.9.13) 오리불고기(5.6.13) 가지튀김&어향소스(5.6.13) 깍두기(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 589.6/16.8/90.2/2.9</div>	<div>5/3 Fri</div> <div>친환경검정쌀밥 건새우미역국(5.6.9.13) 고사리나물(5.6.13) 돼지삼겹살구이(5.6.10.13) 보쌈김치(9.13) 상추쌈&쌈장(5.6.13) 비타500S(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 613.2/21.2/167.6/2.2</div>
<div>5/6 Mon 대체휴일</div> <div></div>	<div>5/7 Tue</div> <div>청포묵비빔밥(1.5.6.13.16) 얼큰콩나물국(5.6.9.13) 돌나물초무침(5.6.13) 돈육간장불고기(1.5.6.10.13) 탱글뿌듯맛드레싱&마스터드(1.2.5.6.10.12.13.16) 배추김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 594.3/27.2/219.3/2.7</div>	<div>5/8 Wed 어버이날</div> <div>클로렐라쌀밥 김치수제비국(5.6.9.13) 수제치킨(5.6.12.13.15) 떡갈비구이(1.2.5.6.10.13.16) 얼무겉절이(5.6.9.13.18) 블루베리무피클(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 597.4/22.4/76.4/1.5</div>	<div>5/9 Thu 현미데이</div> <div>친환경발아찰현미밥 근대된장국(5.6.13) 파리고추돈육장조림(5.6.10.13) 떡나지볶음(5.6.13) 수제피자토스트1/2(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 648.1/31.9/158.0/2.3</div>	<div>5/10 Fri 채식날</div> <div>친환경서리태콩밥(5) 애호박고추장찌개(해물)(5.6.9.13.17.18) 취나물된장무침(5.6.13) 어묵잡채(1.5.6.13) 코다리강정(5.6.12.13) 배추김치(9.13) 딸기요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 616.7/30.6/225.2/4.4</div>
<div>5/13 Mon</div> <div>녹차카테킨밥 순두부찌개(1.5.6.8.9.10.13.16.17.18) 시금치나물(5.6.13) 훈제오리&마스터드(1.2.5.6.13) 갈치소금구이 배추김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 649.9/29.0/101.6/2.8</div>	<div>5/14 Tue</div> <div>귀리밥 설렁탕(5.6.13.16) 단호박돼지갈비찜(5.6.10.12.13.18) 부추양파겉절이(5.6.13) 메밀김치전병(2.3.5.6.16.18) 깍두기(9.13) 한모금사과(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 614.8/21.7/51.1/2.9</div>	<div>5/15 Wed 부처님오신날 · 스승의날</div> <div></div>	<div>5/16 Thu 현미데이</div> <div>친환경찰현미밥 돈육고추장짜글이(5.6.10.13) 안동식찜닭(5.6.13.15) 가지나물(5.6.13) 김말이떡강정(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 백김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 632.5/27.7/90.8/4.9</div>	<div>5/17 Fri 채식날</div> <div>친환경잡곡밥(5) 열무국수(냉)(1.5.6.9.13.16) 도토리묵야채무침(5.6.13) 수제야채튀김(5.6.13) 배추김치(9.13) 골드키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 640.6/16.7/143.4/3.8</div>
<div>5/20 Mon</div> <div>아비꼬카레(1.2.5.6.12.13.16.18) 얼큰버섯국(5.6.13) 콩나물파채겉절이(5.6.13) 오꼬노미야끼(1.5.6.8.13.17) 배추김치(9.13) 블랙사파이어포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 572.8/21.4/208.9/2.8</div>	<div>5/21 Tue</div> <div>친환경검정쌀밥 아귀탕(1.5.6.13) 마늘종어묵볶음(1.5.6.13) 목살오분구이(5.6.10.13) 보쌈김치(9.13) 스틱오이&쌈장(5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 603.7/24.0/64.6/2.0</div>	<div>5/22 Wed</div> <div>후리가케밥(1.5.6.9.13.16.18) 양송이스프(2.5.6.13) 라구파스타(1.5.6.10.12.13.16) 배추김치(9.13) 미니햄버거(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 양상추샐러드/키워드레싱(1.2.5.6.12) * 에너지/단백질/칼슘/철 628.1/15.2/78.6/1.7</div>	<div>5/23 Thu 현미데이</div> <div>친환경발아찰현미밥 팜봉국(5.6.9.13.17.18) 무농약단무지부추무침 간자장소스(2.5.6.13) 누룽지찜쌀귀바로우(5.6.10.13) 배추김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 608.7/19.9/72.7/8.0</div>	<div>5/24 Fri 채식날</div> <div>열무보리비빔밥(5.6.9.13) 버섯두부청국장(5.6.9.13) 무생채(9.13.18) 치즈떡볶이(1.2.5.6.12.13) 달걀후라이&김가루(1.13) 엔요(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 584.0/30.2/329.1/4.6</div>
<div>5/27 Mon</div> <div>친환경검정쌀밥 북어달걀국(1.5.6.13) 묵은지달걀볶음탕(5.6.13.15) 새우까스마스터드샐러드(1.2.5.6.9.13) 알타리김치(9.13) 매실차(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 667.5/28.2/177.8/2.8</div>	<div>5/28 Tue</div> <div>토마코펜쌀밥(12) 비빔막국수(3.5.6.13) 오이미역냉국(13) 오향장국(2.5.6.10.12.13.16.18) 보쌈김치(9.13) 상추쌈&쌈장(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 644.0/24.4/103.8/2.6</div>	<div>5/29 Wed</div> <div>작은완두콩밥(5) 꼬치어묵국(1.5.6.13.18) 브로콜리&초장(5.6.13) 마라떡볶이(5.6.13.16) 수제탕수육(1.5.6.10.13) 배추김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 652.4/24.0/102.6/1.9</div>	<div>5/30 Thu 현미데이</div> <div>친환경찰현미밥 물만두국(1.5.6.10.13.16) 양배추쌈*양념장(5.6.13) 콩나물물고기(5.6.10.13) 알타리김치(9.13) 제리보(5.10.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 613.3/25.0/135.5/4.3</div>	<div>5/31 Fri 바다의날</div> <div>강황라이스쌀밥 오징어무국(5.6.9.13.17) 꼬시래기무침(1.5.6.8.13) 간소새우/크림마요소스(1.2.5.6.9.13) 배추김치(9.13) 김부각(5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 621.3/19.1/171.9/1.8</div>

◇ 알레르기 정보 ◇

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

◇ 학교홈페이지 급식 게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다.

◇ 매주 수요일은 음식물쓰레기 줄이기 방안의 일환으로 수다날(잔반없는날)로 지정운영합니다.

◇ 한 달의 두 번 금요일은 그린데일로 육류를 제외한 식단을 운영합니다.

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

◇ <https://school.jbedu.kr/jb-jinbuk> → 급식·보건마당 → 급식게시판



이미지출처: www.urbanbrush.net