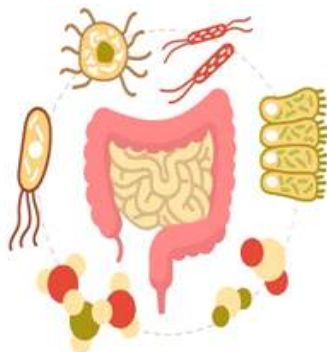


식중독

식중독을 일으키는 대표적인 세균은 대장균, 살모넬라균, 이질균, 캄필로박터균, 황색포도상구균, 비브리오균 등입니다.

식중독균의 침투경로가 음식이면 식중독, 물이면 수인성 전염병으로 부릅니다.



여름철 높은 온도와 습도(고온다습한 환경)는 식중독균 번식에 좋은 환경으로, 여름철에 식중독 발생이 높은 편입니다.

식중독 증상으로는 고열, 구토, 오한, 설사 등이 있습니다.

올바른 손씻기



식중독 예방하기!

01 손씻기

꼭 비누를 사용해 손가락 사이, 손바닥, 손등, 손톱 밑을 흐르는 물에 30초 이상 씻는다.



02 익혀 먹기

익혀서 먹는 조리 식품은 중심부 온도가 섭씨 75도(여파류는 85도) 이상인 상태에서 1분 이상 가열한다.



03 끓여 마시기

물은 끓여서 마신다.



04 소독·세척하기

과일과 채소류는 농도 100ppm의 염소 소독액이나 식초를 푼 물에 5분 정도 담근 후 물로 3회 이상 세척 한다.



05 보관온도 지키기

조리 음식을 보관할 땐 조리 후 섭씨 60도 이상에서 보온하거나 바로 식혀서 섭씨 4도 이하에서 보관한다.



06 조리기구 구분해서 사용하기

조리기구는 채소용·육류용·어류용을 구분해서 사용하고, 사용 후 끓는 물로 살균한다.





7.8월 학교급식 식단 안내



◇ 식단은 학교사정과 시장물가에 의해 다소 변동 될 수 있음을 알려드립니다.

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://www.jeonil.es.kr> -> 알림방 -> 급식

☆ 학교에서 제공하는 급식 이외에 학부모님 개별적으로 들어오는 외부 음식은 식중독 사고 발생 위험이 있으므로 일체 반입을 금지합니다.

◇ 급식식재료 원산지

쌀: 전북친환경쌀 잡곡(현미, 보리, 찰쌀등): 국내산(친환경)	배추김치/배추, 고춧가루, 마늘: 모든재료 국내산	콩/가공품(두부, 청국장, 콩비지등): 국내산/ 국내산
누룽지: 국내산 맷쌀, 떡: 국내산 맷쌀	총각김치, 열무김치, 깍두기, 갯김치, 열갈이김치등: 모든재료 국내산	
쇠고기/가공품: 국내산(한우)/국내산	돼지고기/가공품: 국내산/국내산	닭고기/가공품: 국내산/국내산
달걀/가공품: 국산, 무항생제위생란/국내산	고등어, 삼치, 아귀, 갈치, 참조기, 미꾸라지, 꽃게, 전복, 오징어, 바지락, 홍합, 대꾸 /가공품: 국내산/국내산	
동태(명태)/가공품: 러시아산/러시아산, 원양산	꽂치가공품: 원양산(꽂치캔)	다랑어가공품: 원양산(참치캔)

	07월 01일(화)	07월 02일(수)	07월 03일(목)	07월 04일(금)
	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 아귀매운탕(5.6.9.13.18) · 가래떡돼지갈비조림(5.6.10.13.18) · 계란말이(1.5.13) · 깻잎김치(5.6.13) · 배추김치(9.13) · 핫도그&케첩(1.2.5.6.10.12.15.16.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 826.8/44.1/214.0/4.6 	<ul style="list-style-type: none"> · 돈육카라레이스(2.5.6.10.12.13.16.18) · 근대된장국(5.6) · 수제돼지등심탕수육(1.5.6.10.11.12.13) · 배추김치(9.13) · 수박 · 단무지(13) · 골뱅이꼬시래기초무침(5.6.13.17) * 에너지/단백질/칼슘/철 584.2/24.5/154.9/3.0 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5) · 사골떡국(1.13.16) · 동파육(5.6.10.13.18) · 부추파채초무침(5.6.13) · 보쌈김치(9.13) · 깍두기(9.13) · 김가루볶음(5.13) · 청경채나물(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 649.2/33.9/92.3/2.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 차수수밥 · 한우버섯들깨국(5.16) · 메추리알감자조림(1.5.6.13) · 목은지닭볶음탕(5.6.9.13.15) · 해파리냉채(1.5.6.8.13) · 배추김치(9.13) · 레몬슬러시 · 쌈다시마&초장(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 676.2/33.8/159.5/5.4
07월 07일(월)	07월 08일(화)	07월 09일(수)	07월 10일(목)	07월 11일(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 돈육얼큰순두부국(1.5.6.10.13.18) · 닭고기간장찜(5.6.13.15.18) · 오이부추겉절이(9.13) · 배추김치(9.13) · 샤인머스켓워터젤리(13.20) · 수제토마토스파게티(1.2.5.6.10.12.13.16) · 오이냉국(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 826.6/33.3/138.9/4.1 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 한우된장찌개(5.6.8.9.10.15.16.17.18) · 새송이버섯돈육불고기(5.6.10.13) · 감자채햄볶음(1.2.5.6.10.13.15.16.18) · 오징어김치전(1.5.6.9.13.17) · 참나물김무침(5.6.13) · 배추김치(9.13) · 양배추호박애플(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 674.1/38.9/159.1/4.2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5) · 나주곰탕(1.5.6.16.18) · 고등어무조림(5.6.7.13) · 함박스테이크(1.2.5.6.10.12.15.16) &스테이크소스(1.2.5.6.12.13.16) · 콩나물부추무침(5.6.18) · 배추김치(9.13) · 파인애플스틱(13.20) · 깍두기(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 886.5/41.3/153.5/5.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 차조밥 · 마라탕(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.18) · 야채짜장볶음(5.6.10.13.16) · 껌바로우(1.5.6.10.12.13.18.20) · 열갈이무침(5.6.13) · 배추김치(9.13) · 엑셀런트아이스크림(1.2.5) * 에너지/단백질/칼슘/철 907.2/29.4/290.8/6.3 	<ul style="list-style-type: none"> · 계란볶음밥(1.2.5.6.10.13.15.16.18) · 물냉면(1.3.5.6.13.16) · 칼집소시지구이(2.5.6.10.15.16) · 오징어야채초무침(5.6.13.17) · 우리밀물만두(1.5.6.10.16.18) · 배추김치(9.13) · 김(개별포장)(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 914.0/36.5/149.5/5.1
07월 14일(월)	07월 15일(화)	07월 16일(수)	07월 17일(목)	07월 18일(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 한우미역국(5.6.16.18) · 고사리닭볶음탕(5.6.13.15) · 근대된장무침(5.6) · 배추김치(9.13) · 딸기맛떡먹는요구르트(2) · 치즈삽원빵(1.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 673.6/31.8/196.9/3.1 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 찜빵&면(1.5.6.9.17.18) · 수제돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16.18) &돈까스소스(1.2.5.6.12.13.16.18) · 오이탕탕이(13) · 배추김치(9.13) · 단호박죽(5.13) · 가지새송이버섯볶음(5.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 801.5/33.4/104.5/3.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 돈육장조림버터비빔밥(1.2.5.6.10.13.18) · 웅심이들개국(9.17) · 로제떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 매콤잔멸치통곡물볶음(5.6.13) · 배추김치(9.13) · 파인애플음료(뿌띠쿨)(13.20) · 배추겉절이(6.9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 934.6/42.2/250.7/5.2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5) · 돼지고기김치찌개(5.6.8.9.10.13.15.16.17.18) · 달콤간장순살치킨강정(2.5.6.13.15.18) · 장어데리야끼구이 · 콩나물겨자냉채(1.5.6.8.13) · 수박 · 배추김치(9.13) · 김자반(5.13) · (도토리)묵사발(5.6.9.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 602.5/38.5/128.0/3.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 차수수밥 · 닭곰탕(닭다리)(15) · 비엔나야채케첩볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16) · 불향가득떡고기말이(1.5.6.10.15.16) · 배추김치(9.13) · 깍두기(9.13) · 녹두닭죽(15) · 고구마대김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 834.7/45.6/132.8/4.2

07월 21일(월)	07월 22일(화)	07월 23일(수)	07월 24일(목)	07월 25일(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 감자손수제비국 (1.5.6.9.13) · 돈육계란장조림 (1.5.6.10.13) · 치즈불닭(2.5.6.12.13.15) · 애호박버섯볶음(5.13) · 배추김치(9.13) · 밀감푸딩(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 742.8/40.4/160.3/2.5 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 참치김치국(5.9.13.16.18) · 돈육파채간장불고기 (5.6.10.13.18) · 두부계란부침(1.5.6.13) · 배추김치(9.13) · 쫄면야채무침(5.6.13) · 포도주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 818.6/45.1/162.5/5.3 	<ul style="list-style-type: none"> · 오징어김치볶음밥 (5.6.9.13.17.18) · 콩나물국(5) · 치즈돈까스 (1.2.5.6.10.12.13.16.18) & 돈가스소스 (2.5.6.12.13.16.18) · 시금치무침(5.6.13) · 배추김치(9.13) · 양송이크림수프(2.5.6.16) · 우리밀모닝빵&딸기잼 (1.2.5.6.13) · 리코타치즈샐러드. (2.4.12.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 881.9/29.1/157.5/3.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5) · 시래기된장국(5.6) · 매운돼지갈비조림(5.6.10.13.18.20) · 청포묵김가루무침(5.6.13) · 배추김치(9.13) · 채소튀김(1.5.6.18) · 과일요거트샐러드 (1.2.5.6.11.12.13.20) · 상추야채쌈(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 810.4/28.7/171.0/2.9 	<ul style="list-style-type: none"> · 자장면(1.2.5.6.10.13.16) · 북어두부계란국(1.5.13) · 단무지(13) · 케이준(치킨)샐러드 (1.2.5.6.12.13.15.18.20) · 요구르트(2.13) · 작은밥(쌀밥) · 배추김치.(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 631.0/26.8/155.2/2.7
<p style="text-align: center;">여름방학</p> 				<p style="text-align: center;">08월 22일(금)</p> <ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 한우미역국(5.6.16.18) · 매실돈육고추장불고기 (5.6.10.13) · 가지무침(5.6.18) · 잡채(5.6.10.13.18) · 배추김치(9.13) · 포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 637.3/33.1/131.6/5.0
08월 25일(월)	08월 26일(화)	08월 27일(수)	08월 28일(목)	08월 29일(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 찰현미밥 · 두부청국장(5.6.9) · 돼지고기수육(보쌈)&쌈장 (5.6.9.10.13) · 아기불어묵고추장볶음 (1.5.6.13) · 보쌈김치(9.13) · 무생채(9.13) · 샤인머스켓워터젤리(13) · 양배추찜.(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 664.0/40.5/163.0/4.0 	<ul style="list-style-type: none"> · 찰보리밥 · 우동(1.2.5.6.9.13) · 로제닭살볶음 (2.5.6.10.12.13.15.16) · 단무지무침(13) · 배추김치(9.13) · (복숭아맛)요거트(2) · 깻잎김치.(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 675.1/30.7/183.5/2.2 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5) · 우렁살감자두부된장국 (5.6.13.18) · 콩나물돈육불고기 (5.6.10.13) · 삼치살데리야끼오븐구이 (2.5.6.12.13.16.18) · 애호박새우젓볶음(5.9.13) · 배추김치(9.13) · 파래돌김자반(5.13) · 쌈배추&쌈장.(5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 691.2/38.2/191.7/5.1 	<ul style="list-style-type: none"> · 잡곡밥(5) · 돼지고기김치찌개 (5.6.8.9.10.13.15.16.17.18) · 수제치킨까스 (1.2.5.6.12.13.15.16.18) & 데리야끼소스(5.6.13) · 시래기된장지짐(5.6) · 배추김치(9.13) · 꿀떡(5) · 바나나라떼(5.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 779.9/38.7/213.1/3.0 	<ul style="list-style-type: none"> · 한우비빔밥(5.16) - 간장양념장(저학년)(5.6) - 약고추장(고학년)(5.6.13) · 누룽지 · 계란후라이(1.5) · 불향가득떡고기말이 (1.5.6.10.13.15.16.20) · 배추김치.(9.13) · 던킨글레이즈드 (1.2.5.6.13) · 요구르트(2.13) · 민물새우무조림.(5.6.9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 741.5/29.1/143.3/3.9
<p>◇ 알레르기정보 - 1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12. 토마토 13.아황산류 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴,전복,홍합 포함) 19.잣 20. 파인애플..키위</p> <p>⇒ 해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 각별한 주의를 부탁드립니다.</p> <p>⇒ '아황산염'은 식품의 변색을 막기 위한 식품 보존료로 사용되는 일반적인 식품첨가물입니다.</p>				