



세상을 변화시키는 큰 사람이 되자

가정통신문

홈페이지 <http://www.jeonjunam.es.kr/>
전라북도 전주시 완산구 장승배기로 376

발행호수: 2021- 118

교무실 : 284 - 4064

행정실 : 282 - 3847

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



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 · 껍질포장 · 반가공
식재료를 구매합니다.



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.



11월 학교급식 식단 안내



11/1 Mon	11/2 Tue	11/3 Wed 수다날	11/4 Thu	11/5 Fri
<p>친환경기장밥 사골조랭이떡국(1.5.6.16.) 꽂김치조림(5.6.9.13.18.) 숙주나물(13.) 치즈함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 깍두기(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 672.6/28.1/173.5/3.5</p>	<p>친환경 찰현미밥 백짬뽕(1.5.6.9.10.13.17.18.) 카레닭갈비(2.5.6.12.13.15.16.) 청포묵김가루우침 배추김치(완)(9.13.) 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 466/24.6/103.2/3.4</p>	<p>후리카케볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.16.18.) 제주고기국수(6.10.13.16.) 오이생채(13.) 통새우만두(2.5.6.9.10.16.17.) 배추김치(완)(9.13.) 착즙주스(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 695.9/23.7/73.9/2.4</p>	<p>친환경 혼합잡곡밥(5.) 시래기청국장(5.) 해물로제수제비노끼(1.2.5.6.9.10.12.13.17.) 샐러드*참깨드레싱(5.6.) 치즈돈까스*소스(1.2.5.6.10.12.13.18.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 844.8/32.4/287.4/4.3</p>	<p>친환경흑미밥 유부된장국(5.6.13.) 순살목은지닭볶음(5.6.13.15.) 연어스테이크*어니언소스(1.2.5.6.13.) 배추김치(완)(9.13.) 도시락김(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 437.9/34.5/120.8/3.1</p>
11/8 Mon	11/9 Tue	11/10 Wed 수다날	11/11 Thu	11/12 Fri
<p>친환경차조밥 건새우시금치국(5.6.9.13.) 부추겉절이(13.) 잡채(5.6.13.16.) 오리훈제구이*머스터드소스(1.5.6.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 650.3/24.9/171.6/5</p>	<p>친환경기장밥 새알만두국(1.5.6.10.15.16.18.) 아귀콩나물찜(5.13.) 도토리묵우침(5.6.13.) 새우까스&타르타르소스(1.5.6.9.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 693.9/33.1/123.6/3.7</p>	<p>비빔밥(1.5.6.13.) 근대된장국(5.6.13.) 소떡소떡(1.5.6.10.12.13.15.16.18.) 백김치(완)(9.13.) 바나나 요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 667.5/20.3/144.4/2.9</p>	<p>친환경 혼합잡곡밥(5.) 복어콩나물국(5.) 마늘보쌈(10.13.) 실근약야채우침(5.6.13.) 보쌈김치(완)(9.13.) 상추쌈(자율)(5.6.) 빼빼로(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 519.8/22.1/133.7/2.5</p>	<p>친환경 아미노라이스 낙지연포탕(13.18.) 가지나물(5.6.) 돈육간장불고기(5.6.10.13.) 어묵파프리카볶음(1.5.6.13.16.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 604.2/27.7/138.6/3.2</p>
11/15 Mon	11/16 Tue	11/17 Wed 수다날	11/18 Thu	11/19 Fri
<p>친환경흑미밥 감자옹심이국(5.6.9.13.17.18.) 순살치즈고추장찜닭(2.5.6.13.15.) 콩나물우침(5.) 떡갈비구이(1.5.6.10.15.) 배추김치(완)(9.13.) 굴 * 에너지/단백질/칼슘/철 634.4/35.6/241.1/3</p>	<p>친환경 홍국쌀밥 소고기무국(5.16.) 계란찜(1.9.13.) 얼갈이된장우침(5.6.) 오삼불고기(5.6.10.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 655.1/31.5/217.6/3.7</p>	<p>짜장밥(2.5.6.10.) 팽이버섯계란국(1.5.6.) 단무지우침 김피탕(김치피자탕수육)(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.) 배추김치(완)(9.13.) 단감 * 에너지/단백질/칼슘/철 601.7/24.8/118.6/5</p>	<p>친환경차조밥 닭곰탕(13.15.) 참나물두부우침(5.) 낙지소면볶음(5.6.13.) 소세지야채볶음(2.5.6.10.12.15.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 630.3/33.3/80.4/3.5</p>	<p>친환경기장밥 돈육김치찌개(5.10.13.) 세발나물우침 꽃맛샐러드(1.2.5.6.12.) 치즈돈까스*소스(1.2.5.6.10.12.13.18.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 721.2/28/211.7/3.3</p>
11/22 Mon	11/23 Tue	11/24 Wed 수다날	11/25 Thu	11/26 Fri
<p>친환경 찰보리밥 목은지 감자탕(5.6.9.10.13.) 시금치나물 한우당면불고기(5.6.13.16.) 옥수수고로케(1.5.6.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 890.1/57.5/190.7/6.9</p>	<p>친환경 혼합잡곡밥(5.) 사골부대찌개(1.5.6.10.13.15.16.) 미역줄기볶음 삼치데리야끼구이(5.6.13.) 패스츨리핫도그(1.2.5.6.10.16.) 알타리김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 557.5/24/142.4/2.2</p>	<p>소불고기주먹밥(5.6.16.) 잔치국수(1.5.6.13.) 치커리유자청우침(13.) 투움바치킨(1.2.5.6.12.13.15.) 배추김치(완)(9.13.) 과일푸딩(2.5.11.) * 에너지/단백질/칼슘/철 849.1/36.5/261.5/3.6</p>	<p>친환경기장밥 들깨시래기국(5.6.) 오리불고기(5.6.16.18.) 베이컨감자볶음(10.) 고구마브리토(1.2.5.6.10.12.15.16.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 606.9/22.8/99.1/2.8</p>	<p>친환경차조밥 시금치된장국(5.6.) 돼지갈비찜(5.6.10.13.) 콩나물 잡채(5.13.) 배추김치(완)(9.13.) 짬뽕(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 575.1/28.5/74.6/2.8</p>
11/29 Mon	11/30 Tue	<p>◇ 전주남초등학교 학교급식식재료 원산지 표시 안내!! * 쌀:전주시 친환경쌀 * 콩:국내산, 두부콩:국내산 * 배추김치(고춧가루):국내산(찌개용,반찬용) * 돼지고기, 닭고기, 오리고기/가공품:국내산 * 쇠고기:국내산 한우 * 고등어, 오징어, 꽃게, 참조기/가공품: 국내산 * 갈치/가공품:국내산, 아귀/가공품:국내산 * 낙지/가공품:베트남산, 주꾸미, 새우살:베트남산, 명태:러시아산, 다랑어: 원양산 * 수산물가공품:국내산(오징어채:페루산) * 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔, 조피볼락 사용 안함!</p>		
<p>친환경 찰현미밥 한우된장찌개(5.6.16.) 숙주미나리우침 돈육고추장불고기(5.6.9.10.13.) 가지미구이(5.13.) 배추김치(완)(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 683.3/42.5/82.1/3.6</p>	<p>친환경서리태밥(5.) 김치수제비국(5.6.9.13.18.) 시금치프리타타(1.2.6.10.12.) 순살안동찜닭(5.6.13.15.) 청경채우침(5.6.) 깍두기(완)(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 689.5/40.4/231.7/6.4</p>			

식단에 알레르기 유발 식을 표시하였습니다. 해당 식품에 특정 증상을 보이는 학생 및 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

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