



알레르기 유발식품 표시제도

알레르기 유발식품으로부터 학생의 건강을
보호하기 위하여 학교급식에서는

알레르기 유발식품 표시제를 전면 실시하고
있습니다. (「학교급식법」 개정, '13.11.23)

이에 우리교에서도 학교급식 식단표에 알레르기
유발식품을 안내하고 있으니 **해당되는 학생은
본인이 주의해야 할 식품이 포함된 식단을
선택하지 않도록 주의** 바랍니다.



1 식품 알레르기란?

식품의 특정 단백질에 의한 비정상적인 면역반응 결과
피부(두드러기 등), 소화기(구토, 설사 등), 호흡기(기
침, 호흡곤란 등), 순환계(아나필락시스 쇼크)에서
이상 반응이 나타나는 **현상**으로 개인별로 나타나지
않거나 또는 개인마다 다른 식품에서 나타납니다.
**알레르기 반응이 있는 경우 건강에 치명적일 수
있으니 각별한 주의가 필요합니다.**



2 식품 알레르기 증상

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



☞ 이외에도 얼굴이 붓거나 호흡곤란 등 심한 증상이 나타날
수도 있습니다.



3 알레르기 유발식품 알아보기!

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

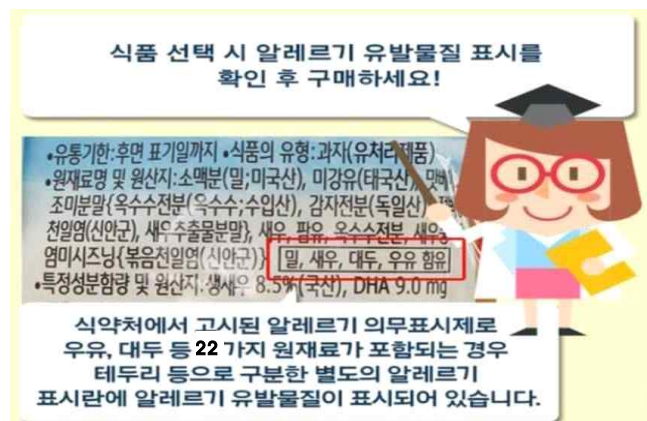


해당되는 학생은 매월 식단표에 적혀있는
알레르기 유발식품을 꼭 확인하세요!

(예) 순두부찌개 (5, 13, 18) : 대두, 아황산염, 조개류 포함



가공식품 표시 읽기





4월 학교급식 식단 안내



월	화	수	목	금
손씻기는 건강을 지키는 가장 좋은 습관입니다! 	4/1 친환경보리쌀밥 우동국(1.2.5.6.9.13) 닭갈비/눈꽃치즈(2.5.6.13.15.18) 명엽채무침(1.5.6.13) 세발나물오이무침(5.6) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 674.1/32.0/273.2/2.7	4/2 수다날 콩나물비빔밥(5.16) 달래양념장(5.6.13) 바지락숙된장국(5.6.9.18) 치킨너겟(1.2.5.6.13.15) 치커리사과초무침(5.6.13) 배추김치(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 724.0/33.7/265.8/5.8	4/3 친환경발아찰현미밥 순두부찌개(5.13.18) 돼지고기콩나물볶음(5.6.10.13) 오징어김치전(1.5.6.17.18) 양배추찜(5.6.13) 총각김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 713.5/45.2/161.1/4.0	4/4 친환경찰흑미밥 영양달걀탕(15) 연양식물고기(2.16)/어린이샐러드(1.2.5.6.13) 돌나물배무침(5.6.13) 배추김치(9) 자두주스 * 에너지/단백질/칼슘/철 656.1/29.2/146.3/3.7
4/7	4/8	4/9 수다날	4/10	4/11
친환경혼합잡곡밥(5) 맑은청국장찌개(5) 돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13) 브로콜리두부무침(5.6) 배추김치(9) 와플생크림케익(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 682.9/37.6/873.4/5.8	친환경찰현미밥 설렁탕(2.6.16) 두부/김치볶음(5.9.10.13) 근대들깨무침(13) 깍두기(9) 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 682.6/25.7/156.9/3.3	자장면(1.5.6.10.13.16) 친환경보리쌀밥(자율) 달걀실파국(1.9) 껌바로우탕수육(1.5.6.10) 탕수육소스(5.6.11.13) 오미자모듬야채피클 배추김치(9) 블랙사파이어포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 717.2/29.6/164.3/10.8	친환경통밀밥(6) 사골복어무국(16) 부링클닭튀김(1.2.5.6.15.18) 새우멸치파래자반 숙주흑임자무침 쌈배추달래겉절이(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 663.5/38.0/173.5/4.9	친환경보리쌀밥 닭개장(1.13.15) 오징어야채초무침(5.6.13.17) 로제떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9) 오렌지 * 에너지/단백질/칼슘/철 736.1/40.9/154.7/2.6
4/14	4/15	4/16 수다날	4/17	4/18
농촌유학캠프 	친환경발아찰현미밥 마라탕(2.4.5.6.10.12.13.15.16.18) 고등어찰쌀구이(2.5.6.7.12.13.16.18) 굴소스가지볶음(5.6.13.18) 배추김치(9) 배 * 에너지/단백질/칼슘/철 648.5/22.8/84.4/2.5	날치알김치볶음밥(1.2.5.6.9.10.15.16) 건새우아욱국(5.6.9) 너비아니육전(1.5.6.10.15.18) 궁채장아찌 깍두기(9) 요구르트(보로로)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 716.7/25.0/366.8/5.8	친환경찰흑미밥 참치김치찌개(5.9) 토마토스파게티(1.2.5.6.10.12.13.16) 교자만두구이(1.2.5.6.10.16.18) 깻잎양념절임(5.6.13) 총각김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 739.6/30.9/131.9/2.4	친환경혼합잡곡밥(5) 낙지연포탕 편육굴소스조림(5.6.10.13.18) 모듬쌈/쌈장(5.6.13) 참나물샐러드(1.2.5.6) 보쌈김치(9) 갈릭바게트스틱(2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 653.9/38.8/172.6/4.0
4/21	4/22	4/23 수다날	4/24	4/25
친환경발아찰현미밥 고치어묵국(1.5.6) 매콤사태찜(5.6.10.13) 연두부/양념장(5.6) 머위순무침(5.6) 쌈배추열무겉절이(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 679.8/38.9/238.0/3.7	친환경통밀밥(6) 햄모듬찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16) 날치알달걀말이(1.5.6.8) 도토리묵달래무침(5.6.13) 총각김치(9) 참외 * 에너지/단백질/칼슘/철 647.4/25.6/131.7/3.0	곤드레밥 부추양념장(5.6.13) 유부미소된장국(5.6.9) 돼지고기땅콩강정(1.4.5.6.10.12.13) 양상추샐러드(1.2.5.6.11.12) 배추김치(9) 꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 717.3/32.7/225.7/3.1	친환경보리쌀밥 오색떡국(1.16) 콩치무조림(5.6.13) 어묵채야채볶음(1.5.6.13) 배추김치(9) 골드키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 702.5/30.3/156.4/4.0	친환경발아찰현미밥 꽃게탕(5.6.8.13.17.18) 바비큐돈육불고기(1.5.6.10.12.13.16) 오이/파프리카/쌈장(5.6.13) 열무시래기지짐(5.6.9) 보쌈김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 600.4/37.8/294.6/4.0
4/28	4/29	4/30 수다날	행복이란 원하는 모든 것을 가지는 것이 아니라 내가 가지고 있는 모든 것을 가치있게 여기는 것이다. -파울로 코엘료- 	
친환경찰흑미밥 들깨수제비국(5.6) 파닭(1.5.6.15) 김구이 청경채겉절이(9.13) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 664.8/36.9/151.0/2.9	친환경혼합잡곡밥(5) 돼지뼈감자탕(5.6.10.13) 골뱅이곤약무침(5.6.13) 갈비만두찜(1.5.6.10.16.18) 물밤묵무침(5.6) 배추김치(9) * 에너지/단백질/칼슘/철 668.1/25.1/216.6/8.0	찜닭덮밥(5.6.13.15) 김치무콩나물국(5.9) 가자미살양념구이(5.6.12.13) 시금치들깨무침(13) 총각김치(9) 골드파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 675.7/43.8/214.0/4.1		

◇ 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

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <https://school.jbedu.kr/kssulsa> → 학교소식 → 식생활관 → 급식게시판

◇ 학교급식은 안전하고 우수한 식재료로 균형있는 영양과 위생적인 급식을 위하여 최선을 다하고 있습니다.