

더워지는 날씨, 병원성 대장균 식중독에 주의하세요!

(출처: 식품의약품안전처, 식품안전나라)

병원성 대장균 식중독

병원성 대장균은 영유아에게는 전염성 설사증, 성인에게는 급성 장염을 일으키는 대장균으로 덥고 습한 여름철 (6~8월)에 가장 많이 발생하므로 주의해야 함

주요 원인



병원균에 감염된 동물
고기 및 가공품 섭취



오염된 용수로 세척한
채소·식품



완전히 가열되지 않은 식품
(육류, 어패류, 달걀 등)

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터

병원성 대장균 식중독 주요 증상



잠복기 1~8일 후 증상이 나타남



설사



복통



구토



피로



탈수



발열

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터

병원성 대장균 식중독 예방하기!

1



흐르는 물에 비누나 세정제로
30초 이상 손 씻기
(조리 전·후, 식사 전,
화장실 다녀온 후, 외출 후 등)

2



식재료는 흐르는 물에 **3회 이상 씻은 후**
바로 조리 또는 **냉장보관**하기!

* 손에 상처가 있을 때는 직접 육류나 어패류를 만지지 않기

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터

병원성 대장균 식중독 예방하기!

3



4



어패류·육류 세척 시 주변
생채소·과일이나 조리도구에
물이 튀지 않도록 주의

육류, 어류, 채소류의
칼, 도마는 구분하여 사용

교차오염 방지!

교차오염이란?

식재료나 조리기구 등에 묻어 있던 오염원이 오염되어 있지 않은
식재료와 기구 등에 옮겨가는 현상

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터

병원성 대장균 식중독 예방하기!

5



모든 음식 **완전히 익히먹기**
(중심온도 육류 75℃,
어패류 85℃, 1분 이상 가열)

· 조리된 음식은 상온에 방치하지 말고 가능한 빨리(2시간 이내) 섭취
· 한번 조리된 식품은 완전히 재가열한 후 섭취
· 물은 끓여 마시기

6



날음식과 조리된 음식은
구분하여 보관

7



사용한 조리구구는
열탕 소독 또는 염소 소독 실시

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터

식중독 예방 3대 요령

손씻기!



끓여먹기!



익히먹기!



꼭 지켜주세요!

건강한 급식 밝은 미래
어린이급식관리지원센터가 함께합니다

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터

2025학년도
본원 영양량
(1식, 원아기준)

에너지
(kcal)

513.7

단백질
(g)

9.36

비타민A
(R.E.)

80.9

타이민
(비타민B₁)(mg)

0.16

리보플라빈
(비타민B₂)(mg)

0.2

비타민C
(mg)

13.3

칼슘
(mg)

152.23

철
(mg)

1.95



6월 유치원 식단 안내



6/2 Mon	6/3 Tue	6/4 Wed	6/5 Thu	6/6 Fri
<p>친환경 차조밥 쇠고기미역국(5.6.16) 돈육안심 새송이버섯 조림 (5.6.10.13) 숙음열무무침 비엔나소시지볶음 (1.2.5.6.10.13.15.16) 배추김치(9.13) 수박 롤케이크(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 539.85/22.34/133.92/2.4</p>	 <p>제21대 대통령 선거</p>	<p>친환경 발아현미밥 건새우머위들깨탕(9) 숯불양념 돼지불고기 (5.6.10.12.13) 달걀찜(1.5.6.8.13) 시금치무침 배추김치(9) 비스킷 슈(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 494.85/20.93/282.72/3.12</p>	<p>짜장면과 추가밥 (5.6.10.13.16) 누룽지 참나물무침 고기없는 군만두 (1.2.5.6.10.16.18) 배추김치(9.13) 멜론 * 에너지/단백질/칼슘/철 486.26/20.31/90.10/2.1</p>	 <p>6월 6일 현충일</p>
6/9 Mon	6/10 Tue	6/11 Wed	6/12 Thu	6/13 Fri
<p>친환경 영양잡곡밥(5) 김치콩나물국(5.9) 한우불고기(16) 옥수수 달걀말이(1.5) 진미채볶음(1.5.6.13.17) 열무김치(9) 마시는 사과젤리 * 에너지/단백질/칼슘/철 526.87/27.31/189.38/3.34</p>	<p>친환경 기장밥 감자수제비국 (1.5.6.10.13) 순살치킨카레볶음 (2.5.6.12.13.15.16) 가지나물(5.6) 미트볼 푸실리볶음 (1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9) 방울토마토(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 544.54/23.14/90.31/2.68</p>	 <p>어울림 한마당</p>	<p>친환경 흑미밥 오징어무국(13.17) 수제돈가스 (1.2.5.6.10.12.16) 캔콩치무조림 숙주나물무침 배추김치(9.13) 망고젤라또 아이스크림 (1.2.5) * 에너지/단백질/칼슘/철 506.67/23.00/222.71/4</p>	<p>친환경 울무밥 아욱된장국(5.6.9) 순살 달걀비(5.6.13.15) 잔멸치견과볶음(4.13.14) 참나물무침(5.6) 배추김치(9) 오미자 주스 * 에너지/단백질/칼슘/철 528.10/19.96/252.58/2</p>
6/16 Mon	6/17 Tue	6/18 Wed	6/19 Thu	6/20 Fri
<p>친환경 찹보리밥 순두부 맑은 버섯국 (5.9.10) 돼지간장불고기(5.6.10) 고춧잎 무침 미역줄기볶음 배추김치(9.13) 감귤쥬스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 505.94/22.93/184.92/4.13</p>	<p>친환경 차수수밥 쇠고기육개장(5.16) 닭봉 바비큐조림 (6.12.13.15) 고구마대 볶음 달고기 두부전(1.5.6) 배추김치(9) 씨없는 청포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 517.34/28.97/48.82/2.2</p>	<p>친환경 흑미밥 호박알된장국(5.6) 돈육 폭찹 스테이크 (5.6.10.12.13.16) 도토리묵무침(5.6.13) 사각어묵볶음(1.5.6) 배추김치(9.13) 사과요구르트(노라벨)(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 516.61/19.98/248.52/2.29</p>	<p>친환경 영양잡곡밥(5) 뼈없는 감자탕(10.13) 숙음열무무침 주꾸미 오징어볶음(17) 깻잎 후라이드 치킨 (5.6.15) 배추김치(9.13) 수박 * 에너지/단백질/칼슘/철 509.49/29.77/127.16/2.4</p>	<p>소고기볶음밥 (5.6.13.16.18) 맑은미역국 우렁어묵조림(1.5.6) 도라지 오이무침(5.6.13) 치즈떡볶이(1.2.5.6.10) 배추김치(9) 블루베리 * 에너지/단백질/칼슘/철 499.05/22.19/87.79/2.4</p>
6/23 Mon	6/24 Tue	6/25 Wed	6/26 Thu	6/27 Fri 1학기 급식모니터링
<p>친환경 발아현미밥 닭곰탕(15) 콩나물무침(하양게)(5) 김부각(1.2.5) 치즈볼락돈가스 (1.2.5.6.10) 두부양념구이 (1.2.5.6.10.12.15.16) 배추김치(9.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 523.58/23.32/165.77/2.95</p>	<p>친환경 차조밥 소고기무국(16) 깍살파김가루무침 수제햄박스테이크 (1.2.5.6.10.12.15.16) 토마토스파게티 (1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9) 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 527.29/20.19/157.28/2.9</p>	<p>친환경 찹보리밥 부대찌개 (1.2.5.6.9.10.15.16) 청경채 무침 애호박나타리버섯볶음 순살달고기구이(5.6) 종각김치(9.13) 방울토마토(12) * 에너지/단백질/칼슘/철 516.47/20.87/158.73/2.22</p>	<p>친환경 기장밥 추어탕(5.6) 바베큐 폭찹(10) 오이고추된장무침 노란호박전(1.5.6) 배추김치(9) 딸기요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 530.99/23.96/295.83/3</p>	<p>친환경 흑미밥 근대된장국(5.6) 돼지고기수육(5.6.10) 감자볶음 (1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9.13) 상추쌈과 채소스틱 사과주스(생협) * 에너지/단백질/칼슘/철 520.61/27.97/144.31/3.1</p>

◇ 유치원급식 식재료 원산지 표시(27가지)

* 쌀 : 남원 친환경 유기농쌀(2024년산)	* 콩 : 국내산, 두부콩 : 국내산	* 유부 : 수입산 콩
* 김치류 : 전재료 국내산	* 쇠고기 : 국내산한우(2등급 이내)	* 돼지고기, 닭고기, 오리고기 : 국내산
* 축산물가공품 : 국내산 (햄, 스테이크 : 국내산)		
* 달걀 : 남원 친환경 유정란	* 낙지, 갈치, 주꾸미 : 수입산	
* 고등어, 삼치, 오징어, 참조기, 조피볼락, 미꾸라지 : 국내산	* 아귀, 전복 : 국내산	
* 주꾸미, 가리비, 우렁챙이, 방어, 부세, 꽃게 : 수입산		

◇ 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

♡ 식단은 학사일정 및 식자재 수급 상황에 의하여 변경될 수 있습니다. 부모님께서 자녀가 식단표의 알레르기 유발 식품과 그 외 다른 식품으로 인하여 병원에서 알레르기 치료를 받았거나, 진단을 받은 사례가 있으면 식단표를 참고 하십시오.

♡ 원만한 식사습관 및 생활습관을 기르기 위해 가정에서 숟가락, 젓가락으로 밥 먹는 방법을 아이에게 가르쳐 주시고, 젓가락으로 밥을 먹는 습관을 들여주세요.

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