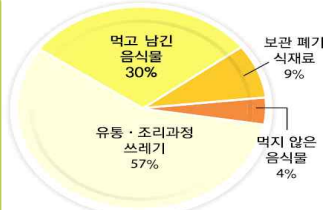




음식물쓰레기란?

식품의 생산, 유통, 가공,
조리과정에서 발생하는
농·수·축산물류 쓰레기와
먹고 남긴 음식찌꺼기
등을 말합니다.

음식물쓰레기는 어디에서 나오나요?



음식물쓰레기 구성

음식물쓰레기는 얼마나 나오나요?



음식물쓰레기는 왜 문제인가요?

영양분은 없고, 쓰레기만...

땅에 매립



콜레라, 장티푸스, 간염, 세균성 이질 등



음식물이 버려지면...



전체 음식물의 **약 1/7**이 버려지고 있으며
연간 **약 18조원**이 낭비됩니다.

앞으로는 이렇게...

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.



11월의 절기

입동 (11월 7일)

24절기 중 열아홉 번째 절기. 이날부터 겨울이 시작된다 하여 입동(立冬)이라고 합니다. 겨울을 나는데 필요한 월동음식에서 제일 중요한 김장인데 입동이 지난 지가 오래면 배추가 얼고 싱싱한 재료를 구하기가 힘들어 보통 입동을 기준으로 해서 합니다.

소설 (11월 22일)

첫눈이 내린다 하여 소설이라 하고 시래기를 엮어 달며 무말랭이, 곶감말리기 등 합니다.

식사 전

- 손을 깨끗이 씻고 질서 있게 줄을 서서 차례대로 기다리다가 식생활관으로 들어갑니다.
- 친구와 잡담을 하지 않고 장난을 치지 않습니다.

식사 중

- 식사 중에는 돌아다니지 않습니다.

식사 후

- 식사 후 식판에 남아 있는 잔반을 모아 국그릇에 담습니다.
- 잔반을 퇴식구에 반환합니다.



2022년 11월 식단

◆ 학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단 및 식재료원산지가 변경 될 수 있습니다.

	11.1(화)	11.2(수) "수다날"	11.3(목)(목)	11.4(금)
	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀알촉미밥 · 순한순두부찌개(5.6.10.13.) · 근대나물(5.6.) · 오리문게육&새콤달콤무쌈(13.) · 갈치구이(5.6.) · 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 560.1/28.5/119.6/2.9 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀클로렐라밥 · 오징어무국(9.13.17.) · 도토리묵/양념장(5.6.13.) · 오이스틱/상추쌈(5.6.13.) · 코다리강정(5.6.12.13.) · 돈독살된장오븐구이(5.6.10.) · 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 478.6/23.5/151/2.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀온합죽밥(5.) · 쌀국수(5.6.15.16.18.) · 오징어채조림(5.6.13.17.) · 상추치커리무침(5.6.9.13.) · 순살우라이드(1.2.5.6.15.) · 배추김치(9.13.) · 짜먹는요거트(2.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 468.4/23.2/142/2.6 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀강황밥 · 조랭이떡국(1.5.6.10.16.) · 툇국수야채무침(5.6.13.) · 돈육양송이볶음(5.6.10.13.) · 치즈갈릭연어스테이크/소(1.2.5.6.10.12.13.) · 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 448.3/21.8/111.6/3.1
11.7(월)	11.8(화)	11.9(수) "수다날"	11.10(목)	11.11(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀알촉미밥 · 낙지연포탕(5.6.9.13.18.) · 로제누들떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.) · 순살고등어카레구이(2.5.6.7.13.) · 미역줄기맛살볶음(1.5.6.8.13.) · 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 457.2/22.9/183.9/2.9 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀온합죽밥(5.) · 순한참치김치찌개(5.6.9.13.) · 떡갈비(5.6.10.16.18.) · 파르보나라스파게티(1.2.5.6.9.10.12.13.) · 중국김치(9.13.) · 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 453.8/20.3/149.6/3.5 	<ul style="list-style-type: none"> · 스크램블에그밥(1.10.13.) · 열무된장국(5.6.13.) · 오향장육/야채무침(5.6.10.13.18.) · 갈치간장조림(5.6.) · 아몬드소코볼(1.2.5.6.14.) · 보쌈김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 443.1/19.8/126.5/2.6 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀토마코펜밥(5.12.) · 한우미역국(5.6.13.16.) · 적양배추잡채(5.6.10.) · 등갈비바베큐오븐구이(5.6.10.13.) · 배추김치(9.13.) · 사인머스켓푸딩 * 에너지/단백질/칼슘/철 483.6/22.8/111.5/2.2 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀서리태파쇄밥(5.) · 한방닭곰탕(1.15.) · 가지나물(5.6.13.) · 눈꽃치즈로제돈까스(1.2.5.6.10.12.13.) · 팥두기(9.13.) · 오곡우리밀봉어빵(1.2.5.6.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 467.3/23.1/153.2/2.6
11.14(월)	11.15(화)	11.16(수) "수다날"	11.17(목)	11.18(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀알촉미밥 · 한우무국(5.6.13.16.) · 김가루실파무침(5.6.13.) · 돈육콩나물볼고기(5.6.10.13.18.) · 부추달걀말이(1.2.) · 배추김치(9.13.) · 키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 456.5/22.2/126.5/2.7 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀중국밥 · 콩나물김치국(5.9.13.) · 잡나물소무침(5.6.13.) · 오색어묵브로콜리볶음(1.5.6.13.) · 불럭치즈돈까스/데미소(1.2.5.6.10.12.13.) · 중국김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 441.15.9/183.6/2.8 	<ul style="list-style-type: none"> · 새우야채볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.) · 시래기된장국(5.6.) · 오리주물럭(5.6.13.) · 갯벌이(9.13.) · 배추김치(9.13.) · 떡먹는요거트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 456.5/20.4/345.1/2.3 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀강황밥 · 오징어콩나물국밥/구운김(5.13.17.) · 들깨무나물 · 순살영양탕(5.6.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 새우볼(1.2.5.6.9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 454.1/22.2/101.7/2.6 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀귀리밥 · 나가사끼짬뽕국(5.9.13.17.18.) · 공지개간장무소림(5.6.13.) · 마파두부(1.2.5.6.10.12.13.) · 연근, 고구마튀김(1.5.6.) · 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 480.1/19.5/141.2/2.9
11.21(월)	11.22(화)	11.23(수) "수다날"	11.24(목)	11.25(금)
<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀알촉미밥 · 견강면부대찌개(1.2.5.6.9.10.12.13.) · 두부양념소림(5.6.13.) · 돼지갈비떡볶이(5.6.10.13.) · 중국나물 · 중국김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 468.4/23.3/140.6/2.5 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀알촉미밥 · 근대된장국(5.6.) · 에너타리버섯볶음(9.13.) · 아귀살오븐구이(5.6.13.) · 소불고기비빔달국수(1.5.6.16.) · 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 437.21.2/151/3.8 	<ul style="list-style-type: none"> · 짜장면/현미밥(2.5.6.10.13.) · 실파달걀국(1.) · 레몬단무지(13.) · 껌바로우탕수육&파인애플소(1.5.6.10.11.12.) · 배추김치(9.13.) · 요구르트(2.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 467.3/16.8/130/9.3 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀버섯카로틴밥 · 정국장찌개(5.6.9.10.) · 파프리카어묵볶음(1.5.6.13.) · 삼겹살목살오븐구이/상추(5.6.10.13.) · 배추김치(9.13.) · 꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 480.6/23.9/135.7/2.8 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀온합죽밥(5.) · 애플수제비국(5.6.17.18.) · 감자채볶음 · 닭소살장팔라야구이(1.2.5.6.12.13.15.) · 배추김치(9.13.) · 꿀 * 에너지/단백질/칼슘/철 469.7/21.1/177.2/2.9
11.28(월)	11.29(화)	11.30(수) "수다날"	<div> <div>유치원급식의 모든 자료와 사진은 전주푸른샘유치원홈페이지 https://school.jbedu.kr/pureunsaem-알림마당-식생 할관에서 보실 수 있으며 의견제출도 가능합니다.</div> <div> 건강한 재료만 담았습니다. </div> </div>	
<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀알촉미밥 · 오색어묵탕(1.5.6.13.) · 찜만두(뽕떡하고기만두)(1.5.6.10.18.) · 시금치나물(5.6.13.) · 통살새우파스/타르타르소(1.5.6.9.13.) · 중국김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 444.6/21.5/137.9/2.2 	<ul style="list-style-type: none"> · 유기농쌀강황밥 · 찜쌀미역국 · 순살삼치무간장조림(5.6.13.) · 콩나물무침(5.) · 모듬전(새송이전, 애호박전, 햄전)(1.2.5.6.10.) · 중국김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 423.7/20.7/168.6/2.8 	<ul style="list-style-type: none"> · 꼬마김밥(1.2.5.6.8.10.) · 콩나물국(5.9.13.) · 돈육야채볼고기(5.6.10.13.) · 배추김치(9.13.) · 두부담은소세지를(1.2.5.6.10.) · 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 471.7/23.4/109.5/2.5 		

◆ 전주푸른샘유치원은 화학조미료는 사용하지 않고 천연조미료인 다시마, 건새우, 다시마 등으로 국물을 내어 사용하고 있습니다.

◆ 전주푸른샘유치원 급식 식재료 원산지안내:

*쌀: 전주시유기농친환경쌀 *콩: 국내산/두부:국내산 *김치류, 고춧가루: 국내산 *쇠고기:국내산한우 *돼지고기, 닭고기, 오리고기/가공품:국내산
 *고등어, 오징어, 꽃게, 참조기/가공품:국내산 *갈치/가공품:국내산 *아귀/가공품:국내산 *낙지/가공품:국내산/베트남 *주꾸미/가공품: 국내산/베트남
 *명태/가공품: 러시아산 *다량어: 원양산 *수산물가공품: 국내산 *양고기, 미꾸라지, 뽕장어, 넙치, 광어, 참돔, 조피볼락: 사용안함

■ 19가지 알레르기 유발식품 표시

①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함) ⑲자과 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품 첨가물

--> 해당식품에 특정증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.