



11월 11일 가 래 떡 데 이

11월 11일

배배로데이? 가래떡데이!

11월 11일은 농민들의 금지와 자부심을 고취하고 농업의 중요성을 되새기는 법정 기념일인 ‘**농업인의 날**’인 동시에 우리 먹거리의 소중함을 되새기는 ‘**가래떡 데이**’입니다.

농업인의 날 유래

농업인의 날은 사람이 흙에서 태어나 흙과 더불어 살다가 흙으로 돌아간다는 철학을 담고 있습니다. 흙을 중시한다는 의미를 강조하기 위해서 土(흙 토)자가 2번 겹치는 土월 土일, 즉 11월 11일로 정했다고 합니다. ‘土’자는 ‘十(10)’와 ‘一(1)’가 합쳐져서 숫자 11일 뜻하고, 이때 농민들이 한 해 농사를 마치고 쉬며 즐길 수 있는 적절한 시기라는 이유도 있습니다.

농업은 왜 필요할까요?

먹거리 공급 기능	우리가 살면서 필요한 먹거리를 제공하는 매우 중요한 산업입니다.
홍수방지 및 환경보전기능	벼농사를 지으며 논에 물을 많이 댈 수 있어 여름철 홍수를 방지하는 댐과 같은 역할을 합니다.
전통문화 계승 및 발전	우리 민족은 오랜 농경민족으로 농업과 연관 된 전통문화가 많은데, 이러한 전통문화를 발전시켜 나갈 수 있습니다.
농촌 지역사회 유지 기능	인구의 도시 집중 현상을 방지하고 쾌적 한 삶의 공간을 제공하며, 토양을 배양하는 등 농촌 지역사회를 유지합니다.

다양한 김치의 종류

11월 22일은 김치의 날입니다. 우리의 식탁에 자주 오르
는 김치는 종류가 엄청 다양하답니다. 재료, 만드는 시기,
방법 등에 따라 김치의 종류는 200여 종이 넘어요. 또 담
그는 방법을 세세하게 나누면 무려 1,000가지가 넘는다는
사실! 오늘은 우리가 평소에 자주 먹는 김치의 종류에 대
해 자세히 알아봅시다.










 <p>배추김치</p>	<p>가장 대표적인 김치로, 배추를 소금에 절인 후 고춧가루, 마늘, 생강 등을 넣어 양념한 후 발효시킵니다. 아삭아삭한 식감이 특징이에요.</p>
 <p>깍두기</p>	<p>무를 주재료로 한 김치로, 무를 얇게 썰어 고춧가루와 양념으로 버무려 발효시킵니다. 시원하고 아삭한 맛이 나요.</p>
 <p>오이김치</p>	<p>오이를 통째로 또는 반으로 잘라서 만드는 김치로, 여름에 특히 인기가 많습니다. 간단하게 양념을 묻혀서 만드니 쉽게 즐길 수 있어요.</p>
 <p>갯김치</p>	<p>갯이라는 채소로 만든 김치로, 매운 양념이 잘 배어 있어 독특한 맛을 냅니다. 보통 밥과 함께 먹으면 좋아요.</p>
 <p>총각김치</p>	<p>총각무를 통째로 사용하여 만든 김치로, 아삭한 식감과 매콤한 맛이 특징입니다. 보통 밥과 함께 먹거나 찌개에 넣어 먹기도 해요.</p>
 <p>파김치</p>	<p>파를 주재료로 한 김치로, 매콤하고 짭짤한 맛이 특징입니다. 밥과 함께 먹으면 맛이 더 좋습니다.</p>

점작의 날

11월 4일은 점자의 날로 시각 장애인들이 사용하는 점자에 대한 이해를 높이고, 점자의 중요성을 알리기 위해 정해진 날입니다. 점자는 손으로 만져서 읽을 수 있어요. 조합에 따라 다른 글자를 나타냅니다. 시각 장애인들은 점자를 통해 책을 읽고, 정보를 얻어요. 점자의 날을 맞이하여 우리 학교 11월 식단표 중 한 가지를 선택해 점자로 표시해 봅시다.

예) 배추김치

(*식단명이 너무 길면 간단하게 바꿔도 괜찮아요.)

								
𠂇	𠂈	𠂉	𠂊	𠂋	𠂌	𠂍	𠂎	𠂏

자음	초성	<div><div>○●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○●</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	된소리	
		ㄱ	ㅋ	ㆁ	ㄴ	ㄷ	ㄹ	ㄴ	ㄷ	ㄹ	ㄱ	ㅋ	ㆁ	ㄴ	ㄷ	ㄹ		
	종성	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○●</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○●</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>●●</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	
		ㄱ	ㅋ	ㆁ	ㄴ	ㄷ	ㄹ	ㄴ	ㄷ	ㄹ	ㄱ	ㅋ	ㆁ	ㄴ	ㄷ	ㄹ		
모음	<div><div>●○</div><div>●●</div><div>○●</div></div>	<div><div>○●</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○●</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>●○</div><div>○○</div><div>○●</div></div>	<div><div>●○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○●</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>							
	ㅏ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ	ㅡ	ㅣ								
	<div><div>●○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>○●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>●●</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>●○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>●●</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>●●</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	<div><div>○○</div><div>○○</div><div>○○</div></div>	
	ㅐ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ	ㅡ	ㅣ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ	
		ㅑ		ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ		

11월 학교급식 식단 안내

월	화	수	목	금
◇ 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 http://school.jbedu.kr/seochun → 알림마당 → 식생활관 소식 → 이달의 식단, 급식게시판 ◇ 학교급식은 안전하고 우수한 식재료로 균형있는 영양과 위생적인 급식을 위하여 최선을 다하고 있습니다.				11/1 생일밥상 친환경찰삼쌀밥 쇠고기미역국(5.6.13.16) 매콤사태찜(5.6.10.13) 청경채나물(5.6) 궁중미트볼조림(5.6.10.13.15.16.18) 배추김치(9) 수제크루키(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 636.0/24.6/161.6/3.3
11/4	11/5	11/6 서천중화반점	11/7	11/8
친환경혼합잡곡밥(5) 돼지고기김치찌개(5.6.9.10) 오리훈제/레몬무쌈(1.5.6.13) 무말랭이무침(5.6.13) 불어묵아채볶음(1.5.6.13) 백김치(9) 수제옥수수치즈피자(1.2.5.6.10.12.13.15.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 647.2/26.9/197.2/2.5	친환경차수수밥 잔치국수(1.5.6.9.13) 고등어시래기지짐(5.6.7.13) 삼색청포묵무침(5.6) 비엔나케첩볶음(2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9) 단감 * 에너지/단백질/칼슘/철 595.9/23.7/153.8/2.9	별카츠짜장덮밥(1.2.5.6.10.12.13.16) 감자호박된장국(5.6.13.18) 고추장불고기(5.6.10.13) 깍두기(9) 하트단무지 크런치요거톡(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 619.7/27.6/172.2/3.0	친환경찰흑미밥 찜뽕순두부(1.5.6.8.9.10.13.15.17.18) 야채달걀찜(1.9.13) 근대무침(5.6) 로제옹북이(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9) 찹쌀앙금도넛(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 541.9/21.2/204.7/4.3	친환경버섯카로틴밥 물만둣국(1.5.6.10.16.18) 돈육매추리알장조림(1.5.6.10.13) 양념두부조림(5.6.13) 볶음파래자반(8.9) 총각김치(9) 삼색경단(5) * 에너지/단백질/칼슘/철 632.2/26.9/170.5/5.4
11/11 농업인의 날	11/12	11/13 수다날	11/14	11/15
친환경올무밥 햄모듬찌개(1.2.5.6.9.10.13.15.16) 안동식찜닭(5.6.13.15) 크림카레우동(2.5.6.10.12.13.16.18) 시금치나물(5.6) 총각김치(9) 가래떡/조청(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 654.4/27.2/133.2/2.6	친환경발아찰현미밥 북어채묵국(5) 오리불고기(5.6.13) 양배추찜/쌈장(5.6.13) 콩나물무침(5) 배추김치(9) 패스츰리고구마파이(1.2.5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 641.2/22.4/145.8/2.7	산채비빔밥/약고추장(5.6.13.16) 바지락미역국(5.6.18) 돼지갈비찜(5.6.10.13) 소떡강정(1.2.5.6.10.12.15.16.18) 배추김치(9) 바나나우유(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 646.3/28.3/133.2/2.5	친환경차조밥 낙지연포탕(5.9.18) 간장깻잎지(5.6) 돈육김치찜(5.6.9.10.13) 꼬들오이지무침 깍두기(9) 수제크로크무슈(1.2.5.6.10.15.16) * 에너지/단백질/칼슘/철 589.7/27.3/247.4/2.8	친환경혼합잡곡밥(5) 건새우아욱국(5.6.9) 잠발라야묵살구이(5.6.10.12.13) 오리엔탈부추양파무침(2.5.6.12.13) 햄감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16) 보쌈김치(9) 친환경황금향 * 에너지/단백질/칼슘/철 608.4/30.5/211.0/2.8
11/18	11/19	11/20 서천레스토랑	11/21	11/22 김치의 날
친환경찰보리밥 주어탕(5.6.13) 골뱅이무침(5.6.13) 숙주게맛살무침(1.5.6.8) 수제허니간장치킨(4.5.6.13.15) 배추김치(9) 샤인머스켓 * 에너지/단백질/칼슘/철 630.0/28.0/245.0/4.2	친환경통밀밥(6) 꼬치어묵국(1.5.6) 브로콜리오징어무침(5.6.13.17) 포켓몬미니김 콩나물불고기(5.6.10.13) 배추김치(9) 숙절편(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 601.8/27.3/104.6/2.1	불고기필라프(5.6.10.12.13.18) 팽이버섯된장국(5.6) 감칠청어린잎샐러드(1.2.5.6.12) 함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 까르보나라파스타(1.2.5.6.9.10.13.16.17) 깍두기(9) 티니핑요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 609.3/25.4/152.8/3.0	친환경아미노찰쌀밥 삼색감자옹심이국(1.16.17) 찰국미삼겹볶음(5.6.10.13) 진미채조림(5.6.13.17) 도토리묵야채무침(5.6.13) 배추김치(9) 수제초코칩팬케이크(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 548.4/25.9/96.9/2.5	친환경현미밥 참치찌개(5.9.16.18) 애호박버섯볶음(5) 고로케/케첩(1.2.5.6.10.12.16) 수제닭다리양념구이(5.6.13.15) 총각김치(9) 레몬에이드 * 에너지/단백질/칼슘/철 664.1/27.2/104.6/2.6
11/25	11/26	11/27 수다날	11/28	11/29
친환경귀리밥 등뼈감자탕(5.6.10.13) 갈치무조림(5.6.13) 상추치커리무침(13) 오색현미육원전(1.2.5.6.8.9.10.16.17.18) 배추김치(9) 친환경감귤 * 에너지/단백질/칼슘/철 587.1/24.1/142.3/2.9	친환경찰삼쌀밥 영양닭국국(15) 간장무채장아찌 떡갈비야채볶음(5.6.10.13.15.16.18) 잡채(1.5.6.10.13) 깍두기(9) 수제딸기사고필라페(1.2) * 에너지/단백질/칼슘/철 599.1/22.4/258.0/3.2	오므라이스(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18) 맑은콩나물국(5) 수제탕수육(5.6.10.12.13) 오미자모듬야채피클 배추김치(9) 파인오렌지주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 591.9/24.6/104.5/2.3	친환경찰흑미밥 설렁탕(2.6.13.16) 볶음마늘고기왕만두(1.5.6.10.16.18) 부추무침 우리콩두부/김치볶음(5.9.13) 깍두기(9) 기정떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 616.5/24.1/154.1/4.6	