

학교 급식 어디까지 알고 먹니?

편식 이야기

먹고 싶은 것만
먹는 친구 이야기

Q. 김치, 나물 꼭 받아야 하나요?



안녕하세요. 저는 ○○초 4학년 김급식입니다.
김치나 나물은 맛도 없고 냄새도 싫어서
받기 싫다고 하면 영양 선생님께서는
골고루 먹는 습관을 가져야 한다고
조금이라도 받으라고 하는데요.
어차피 안 먹고 버릴 텐데 왜 받아야 하죠?
음식을 쓰레기로 버리는 게 더 나쁜 거 아닌가요?

A. 편식은 No! 골고루 받아보아요~



안녕하세요. 김급식 학생~
김치는 맵고, 나물은 무슨 맛인지도 모르겠고
정말 먹기 싫을 거예요~
하지만 학교 급식에서는 편식을 자제하고,
골고루 받아서 조금이라도 먹으려는
노력을 해주는 게 좋아요~
왜 그런지 알아볼까요?



급식은 학교 교육의 일부

학교 급식 시간은 편식 교정 및
바람직한 식생활 습관 형성을 위한
영양 식생활 교육 시간이랍니다.
그러니 당연히 식생활 교육 시간인
급식 시간에 편식을 한다는 건
올바른 식사 행동이 아니겠죠?



식당? 급식실!? X

대부분의 학생들이 급식실은
단순히 식사를 하는 장소로만 인식하고 있어요.
급식실은 식사를 통해 식생활 교육이 이루어지는
장소라는 것을 알리기 위해
식당, 급식소, 급식실이라는 명칭을
식생활교육관, 식생활관으로
점차 변경하고 있습니다.
더 이상 편식하는 급식은 당연히 No~~~



자, 그럼~!
급식 시간에는 어떤
영양 교육이 진행 될까요?
아는 만큼 체크 해볼까요?



- ☒ 1. 편식 교정
- ☒ 2. 식사 예절
- ☒ 3. 잔반 안남기기
(음식물쓰레기 줄이기)
- ☒ 4. 위생적인 배식관리