



5월 영양소식

nutritive news

송풍 · 용담중학교
(식생활관)
☎ 433-6373



음식물쓰레기란?

식품의 생산·유통·가공·조리과정에서 발생하는 농·수·축산물 쓰레기와 먹고 남은 음식 찌꺼기 등을 말합니다. 전체 생활쓰레기 발생량의 약 29%를 차지하고 있습니다.



음식물 쓰레기로 인한 문제

국내에서 하루동안 발생하는 음식물쓰레기는 1만 6천여톤에 달합니다.

↳ = 20kg 쌀 800,000포대 = 라면 1억 2천개



환경오염

- 에너지 낭비 및 온실가스 배출
- 수거·처리시 악취 발생
- 고농도 폐수로 수질오염



경제적 손실

- 식량자원의 경제적가치 발생
- 처리비용 발생
- ※ 음식물쓰레기 처리비용 연간 약 8천억원
= 서울월드컵경기장 3개 건설 가능



사회적 문제

- 한식 세계화에 걸림돌 (많은 반찬을 낭비적으로 인식)
- 식량 및 곡물 지급률이 낮아져 농·축·수산물 수입 증가



음식물 쓰레기를 20% 줄였을 때 효과



온실가스 배출 감소 연간 177만 톤	소나무 3억 6천만 그루를 심는 효과
저소득 가구 연탄 보급 1억 8,600만 장	연간 18억kwh의 에너지 절약
쓰레기 처리비용 절감 : 연간 1,600억 원	

음식물 쓰레기를 20%만 줄여도 연간 1,600억 원의 처리비용을 절감할 수 있으며, 연간 177만톤의 온실가스 배출량을 줄일 수 있습니다. 이는 소나무 3억 6천만 그루를 심는 효과와 같습니다.



음식물 쓰레기와 일반쓰레기 구분하기!

음식물 쓰레기는 가공 후 퇴비, 바이오 연료, 가축의 사료 등으로 씁니다.

그러므로 음식물 쓰레기와 일반 쓰레기를 구분하는 가장 쉬운 방법은 **가축의 사료로 사용 가능한지**를 생각해 보면 알 수 있습니다.



채소의 마른 껍질과 뿌리

양파, 파, 마늘 등 채소의 마른 껍질에는 가축의 소화능력을 떨어뜨리는 성분이 있어 일반쓰레기로 배출



과일류

복숭아, 살구, 감, 체리, 망고 등 핵과류의 크고 딱딱한 씨앗과 파인애플, 코코넛 등의 딱딱한 껍질은 일반쓰레기로 배출



견과류

호두, 밤, 땅콩 등 견과류의 껍질은 일반쓰레기로 배출



육류

소, 돼지, 닭 등의 털과 뼈다귀, 비계, 내장 역시 일반쓰레기로 배출
※비계와 내장은 불포화지방산이 다량 함유되어 있어 부적합



알 껍질

달걀, 오리알, 메추리알 등의 껍데기는 일반쓰레기로 배출



어패류

홍합, 조개, 소라, 전복, 꼬막, 멍게, 굴 등의 껍데기와 내장은 일반쓰레기로 배출



찌꺼기 등

일회용 티백, 한약재, 커피 등의 찌꺼기는 일반쓰레기로 배출



장류

고추장, 된장 등의 장류는 염분이 많아 가축의 사료로 사용할 수 없으므로 일반 쓰레기로 배출
※ 거주하는 지자체마다 다를 수 있습니다

■ 자료 및 사진 출처: 농식품 정보누리, 환경부, 식품의약품안전처, 식품안전정보원, 보건복지부, 농림축산식품부, 학교보건진흥원



5월 학교급식 식단 안내



◇ 학교급식식재료 원산지 표시 안내!!			5/1 Thu	5/2 Fri 생일밥상
* 쌀: 진안친환경쌀 * 콩/가공품:국내산 * 배추,고춧가루/가공품:국내산 * 돼지고기,닭고기,오리고기/가공품:국내산 * 쇠고기:국내산 한우 * 고등어,오징어,꽃게,갈치,참조기/가공품:국내산 * 아귀/가공품:국내산, 명태/가공품:러시아산 * 낙지,주꾸미/가공품:베트남산, 다랑어/가공품: 원양산 * 수산물가공품:국내산 * 미꾸라지 : 국내산 * 양고기,뱀장어,넙치(광어),참돔,우렁챙이(명게) 사용 안함!			근로자의 날	· 차수수밥 · 황태미역국(5.6) · 한우불고기(5.6.13.16) · 네모돌태전(1.6) · 오이도라치초무침(5.6.13) · 배추김치(9) · 우리밀티라미슈케익(1.2.5.6)
5/5 Mon	5/6 Tue	5/7 Wed	5/8 Thu 저탄소그린밥상	5/9 Fri
	대체휴일	· 귀리밥 · 콩나물김치국(5.9) · 취나물무침(5.6) · 닭볶음(5.6.13.15) · 두부양념구이(5.6) · 총각김치(9) · 아이스크림(1.2.5)	· 곤드레밥(5.6) · 애호박감자된장국(5.6) · 치즈생선까스(1.2.5.6.13) · 구운김 · 더덕양념구이(5.6.13) · 배추김치(9) · 오렌지	· 기장밥 · 부대찌개(1.2.5.6.9.10.12.15.) · 미나리초무침(5.6.13) · 가자미구이(6.13) · 달걀시금치프리타타(1.2.12) · 배추김치(9) · 참외
5/12 Mon	5/13 Tue	5/14 Wed	5/15 Thu 저탄소그린밥상	5/16 Fri
· 차조밥 · 돈뺨감자탕(5.6.10.13) · 갯잎양념무침(5.6.13) · 콩나물볶음(5) · 달걀야채말이(1) · 배추김치(9) · 대추방울토마토(12)	· 영양잡곡밥(5) · 마라탕(5.6.12.13.18) · 건파래자반(13) · 탕수육(1.5.6.10.12.13) · 배추김치(9) · 절편 · 브로콜리&새송이(5.6.13)	· 검정쌀밥(자율) · 국수장국(1.6.9) · 오리훈제 · 참나물초무침(5.6.13) · 열무김치1(9) · 오렌지 · 무쌈(1.2.5.6)	· 새우볶음밥(1.5.6.9.13.18) · 맑은미역국 · 비빔쫄면(1.5.6.13) · 배추김치(9) · 리코타샐러드(1.2.5.6.12) · 시래기지짐(5.6)	· 유부초밥(1.5) · 김말이튀김 · 모듬튀김(1.5.6.9.) · 배추김치(9) · 국물떡볶이(1.5.6.13) · 참외
5/19 Mon	5/20 Tue	5/21 Wed 저탄소그린밥상	5/22 Thu	5/23 Fri
· 영양잡곡밥(5) · 시래기된장국(5.6) · 제육볶음(5.6.10.13) · 새송이구이(5.6.13.18) · 배추김치(9) · 오렌지 · 갑오징어&브로콜리(5.6.13.17)	· 검정쌀밥 · 바지락칼국수(6.18) · 오이부추무침(5.6.13) · 치즈돈까스(1.2.5.6.10.12.13.) · 배추김치(9) · 대추방울토마토(12) · 양배추샐러드(1.5.12)	· 비빔밥1(5.6.13) · 콩나물국(5) · 달걀부침(1) · 열무김치1(9) · 고르곤졸라피자(2.5.6) · 메론	· 귀리밥 · 도토리묵밥(5.6.9.16) · 장조림(1.5.6.10.13) · 메밀나물(3.5.6) · 통통새우까스(1.5.6.9.13) · 배추김치(9) · 과일샐러드(2.12)	· 보리밥 · 청국장찌개(5.9) · 상추겉절이 · 미역줄기볶음 · 오리주물럭(5.6.13) · 납작부침만두(1.5.6.10.18) · 배추김치(9)
5/26 Mon	5/27 Tue	5/28 Wed 저탄소그린밥상	5/29 Thu	5/30 Fri
· 보리밥 · 근대된장국(5.6) · 동파육(10) · 애호박표고버섯볶음(9) · 구운김 · 배추김치(9) · 참외	· 검정쌀밥 · 꽃게탕(5.6.8.13) · 갯잎순볶음(5.6) · 치킨스테이크(5.6.12.13.15.) · 배추김치(9) · 클레이즈두부도너츠(1.2.5.6) · 파프리카스틱(5.6)	· 두부카레라이스(2.5.6.12.13) · 콩나물국(5) · 삼치순살구이(6.13) · 배추김치(9) · 수박 · 야채아삭피클	· 검정쌀밥(자율) · 영양닭죽(15) · 김가루실파무침(13) · 하트연어치즈까스(1.5.6.13) · 배추김치(9) · 사과요구르트(2) · 오이와꽃고추(5.6.13)	· 귀리밥 · 머위들깨탕(9.13) · 돈육사태찜(2.5.6.10.13) · 가지나물 · 해파리냉채(13) · 배추김치(9) · 트위스트파배기(1.2.5.6)

영양량 및 원산지, 알레르기 정보 안내

송풍초 · 용담중학교 홈페이지 (<http://school.jbedu.kr/yongdam>) → 학교소식 → 식생활관 → 급식게시판

알레르기정보

①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯소고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲잣

화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 줄이고, 전통음식을 적극 반영하며 계절에 맞는 식재료를 선택하여 맛있고 위생적인 음식을 급식하려고 노력합니다!

학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.