

여름철 식중독 위험 미리알고 대비하기! ▣

여름철 식중독



여름철 다소비 식품의 육수, 콩국은 식중독균이 자라기에 충분한 영양분을 가지고 있어 장시간 상온에 보관하면 병원성 대장균 등 식중독균이 쉽게 자랄 수 있어 각별한 주의가 필요합니다.

장보기 순서

1	냉장이 필요없는 식품	쌀, 통조림, 라면 등
2	실온 보관이 가능한 식품	채소, 과일 등
3	냉장이 필요한 가공식품	햄, 우유, 어묵 등
4	육류	소, 돼지, 닭고기 등
5	어패류	생선, 조개 등

올바른 조리방법



변질이 의심되는 식품은 사용 및 제공하지 않기



필요한 만큼만 조리하기

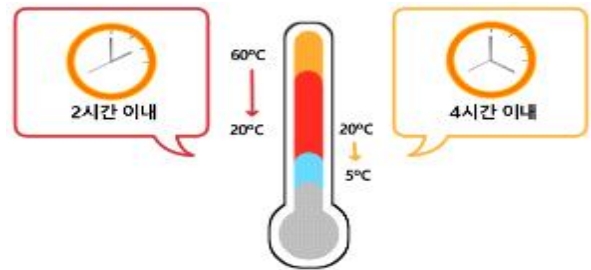


식기나 행주 등은 반드시 세척 후 소독하기



조리 전 반드시 흐르는 물에 손 씻기

올바른 보관 방법



차게 먹는 음식은 빨리 식혀서 냉장·냉동 보관해야 합니다.

여러 개의 금속용기에 나눠 담습니다.

차가운 물이나 얼음을 채운 후
큰 숟이나 냄비에 담고
규칙적으로 저으면서 냉각합니다.

잘못된 냉각 및 해동법



상온에서 방치하여 식히는 건 위험해요



선풍기는 사용하면 안돼요
(먼지가 날려요)

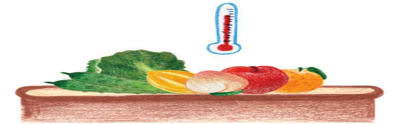


뜨거운 음식을 냉장·냉동고에 바로 넣지마세요



한 번 해동한 식품은 재냉동은 안돼요

온도별 식중독균수 변화



- 냉장온도(4°C, 10°C)에서는 식중독균이 억제됩니다.
- 상온(25°C이상)에서는 식중독균이 증가됩니다.

🍴 6월 학교급식 식단 안내 🍴

	6/1 Tue	6/2 Wed	6/3 Thu	6/4 Fri
	참치마요덮밥/초 (1.2.5.6.13.15.) 맑은콩나물국/초(5.6.) 갯잎양념장아찌/초 닭고기데리야끼오븐구이/초(1.2.5.6.13.15.) 배추김치/초(9.) 사과주스/초(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 623.9/34.8/180.3/7.1	친환경수수밥/초 돈육등뼈우거지탕/초(5.6.10.) 감자멸치볶음/초(13.) 순살가자미구이/초(5.6.13.) 배추김치/초(9.) 브라우니/초(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 538.5/29.9/163.3/2.6	친환경기장밥/초 애호박감자된장국/초(5.6.12.) 쫄면야채무침/초(5.6.13.18.) 마늘종조림/초(5.6.13.18.) 군만두/초(1.5.6.10.16.18.) 배추김치/초(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 611.9/17.8/138.5/13.9	친환경참쌀밥/초 팽이버섯미역국/초(5.6.9.) 매운돼지갈비찜/초(5.6.10.13.18.) 소시지야채볶음/초(2.5.6.10.12.13.15.) 배추김치/초(9.) 짜먹는요구르트(딸기맛)/초(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 659.3/33/102.4/2.9
6/7 Mon	6/8 Tue	6/9 Wed	6/10 Thu	6/11 Fri
친환경참쌀밥/초 참치김치찌개/초(5.9.12.16.18.) 돈육매추리알장조림/초(1.5.6.10.13.) 애호박베이컨볶음/초(5.10.) 감자부추전/초(6.) 배추김치/초(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 571.4/28/146.2/4.8	짜장덮밥/초 (2.5.6.9.10.13.16.17.18.) 갈파국/초(1.5.6.) 달걀무침/초(13.) 양송이파프리카볶음/초(1.5.6.13.) 배추김치/초(9.) 미니핫도그/초(1.2.5.6.10.15.18.) * 에너지/단백질/칼슘/철 560.8/28.8/156.8/3.5	친환경보리밥/초 김치어묵국/초(1.5.6.9.13.) 숙주나물무침/초(5.6.18.) 수제돈까스&소스/초(1.2.5.6.10.11.12.13.16.18.) 배추김치/초(9.) 이오요구르트/초(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 578.3/32.9/167.8/2.7	친환경수수밥/초 무대찌개/초(1.2.5.6.9.10.12.15.16.) 코다리무조림/초(5.6.13.18.) 가지나물무침/초(5.6.) 채소계란말이/초(1.5.) 배추김치/초(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 564.1/36.5/200.3/4.4	친환경수수밥/초 닭가슴살/초(5.6.13.15.18.) 수육&쌈장/초(5.6.9.10.13.) 부추무침/초(5.6.13.) 백김치/초(9.) 방울토마토/초(12.) * 에너지/단백질/칼슘/철 544.6/39.9/85.1/3.8
6/14 Mon	6/15 Tue	6/16 Wed	6/17 Thu	6/18 Fri
친환경기장밥/초 친환경등뼈우거지탕/초(5.6.) 오리불고기/초(5.6.13.) 배추김치/초(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 585.5/22.7/219.1/3.3	친환경수수밥/초 면만두국/초(1.5.6.10.13.16.18.) 청경채된장무침/초(5.6.) 계란볶음/초(5.6.10.13.) 배추김치/초(9.) 우리밀수제초코파이/초(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 704.3/31.9/210.5/7.3	친환경수수밥/초 등대찌개/초(5.6.9.13.18.) 갯잎양념장아찌/초(5.6.) 떡볶이/초(1.5.6.12.13.) 구미만두/초(5.13.) 배추김치/초(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 545.3/20.8/154.3/2.8	김주먹밥/초(5.6.13.18.) 산치국수/초(1.5.6.9.13.18.) 계란찜/초(1.13.) 오이도라지초무침/초(5.6.13.) 배추김치/초(9.) 우리밀칼슘초코칩쿠키/초(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 789.7/28.4/175.7/5.4	친환경수수밥/초 애호박홍콩국/초(5.6.9.13.17.18.) 갈비찜/초(5.6.9.10.13.18.) 등뼈야채볶음/초(5.) 배추김치/초(9.) 짜먹는요구르트(복숭아맛)/초(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 484.7/23.1/105.7/3.2
6/21 Mon	6/22 Tue	6/23 Wed	6/24 Thu	6/25 Fri
친환경기장밥/초 감자옹심이국/초(5.6.13.18.) 소시지야채볶음/초(2.5.6.10.12.13.15.) 통살생선까스&데리야끼소스(1.5.6.13.) 배추김치/초(9.) 슈가두부도너츠/초(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 676.5/24.4/139.9/3.1	친환경영양장국밥/초(5.) 들깨미역국/초(5.6.13.16.) 오이지무침(고춧가루)/초(13.) 치즈돈까스&소스/초(1.2.5.6.10.11.12.13.16.18.) 배추김치/초(9.) 바나나/초(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 616.4/22.6/258.2/3.2	친환경보리밥/초 대파무국/초(5.6.) 콩나물김무침/초(5.6.13.) 닭갈비볶음/초(5.6.13.15.) 배추김치/초(9.) 초코롤케익/초(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 537.9/23/90.3/2.9	친환경수수밥/초 애호박감자고추장찌개/초(5.6.10.13.18.) 미트소스스파게티/초(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 어묵양파볶음/초(1.5.6.13.) 배추김치/초(9.) 이오요구르트/초(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 654.7/29/271.2/3.3	친환경영양장국밥/초(5.) 오징어무국/초(5.6.9.13.17.18.) 새송이달걀장조림/초(1.5.6.13.18.) 오이부추무침/초(5.6.13.) 닭봉구이&허니머스터드소스/초(1.2.5.6.15.) 배추김치/초(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 520.3/31.6/104.1/3.2
6/28 Mon	6/29 Tue	6/30 Wed		
친환경기장밥/초 친환경등뼈우거지탕/초(5.6.13.18.) 숙주마늘무침/초(1.5.6.8.) 닭강정/초(1.5.6.12.13.15.) 깎두기/초(9.) 사과맛요구르트/초(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 673.1/33.3/286.3/3	친환경기장밥/초 김치콩나물국/초(5.6.9.) 이삭이고추된장무침/초(5.6.) 돼지고기카레볶음/초(1.2.5.6.10.12.13.16.) 배추김치/초(9.) 말기라이스샌드케익/초(4.5.6.14.19.) * 에너지/단백질/칼슘/철 518.2/27.7/137.6/3.8	오리불고기덮밥/초(5.6.13.) 한우미역국/초(5.6.16.) 매추리알파리고추장조림/초(1.5.6.10.13.) 매콤콩나물무침/초(5.6.18.) 배추김치/초(9.) 이오요구르트/초(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 602/29.3/136/3.8		

◇ 알레르기 정보 - ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧게, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염, ⑭호두, ⑮닭고기, ⑯쇠고기, ⑰오징어, ⑱조개류(굴, 전복, 홍합포함), ⑳젓 등 이들 식품의 성분을 함유한 식품 또는 식품 첨가물
◆ 해당식품에 특정증상을 보이는 학생, 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

◆ 위 식단은 식자재 수급 및 학교사정에 따라 변경 될 수 있습니다.

◆ 화학조미료는 전혀 사용하지 않으며 천연조미료인 다시마, 건새우, 다시마 등으로 국물을 내어 사용하고 있습니다.

◆ 우리학교 급식 식재료 원산지

* 쌀:순창군친환경쌀 * 콩:국내산(두부콩:국내산) * 배추김치(고춧가루):국내산(찌개용,반찬용) * 돼지고기,닭고기,오리고기:국내산

* 쇠고기:국내산한우 * 축산물가공품:국내산(베이컨:수입산) * 고등어,참치,오징어,꽃게,참조기,조피불락:국내산

* 갈치:세네갈산, 낙지:베트남산, 명태:러시아산 * 수산물 가공품:국내산(진미채:페루산) * 다량어:원양산 *꾸꾸미:베트남산

* 양고기, 미꾸라지, 뱀장어, 넙치(광어), 참돔, 아귀는 사용하지 않습니다!