



가 정 통 신 문

성실(誠實)

제 2022-72호

교무실 070-7097-0520, 행정실 070-7097-0504, 팩스 031-499-9431 www.jeongwang.ms.kr

2022년 5월 학교급식 식단 안내

영양량 및 원산지 표시	자세한 원산지 표시 및 영양량은 학교홈페이지를 참고해주세요. [영양량 : 에너지/단백질/칼슘/철]													
	쌀 (햇토미)	김치(배추, 고춧가루)	쇠고기 /가공품	돼지고기 /가공품	닭고기 /가공품	오리고기 /가공품	낙지	고등어	명태 동태/코다리	갈치	조기	오징어	꽃게	두부 /콩비지
	국내산	국내산	국내산 (한우)	국내산	국내산	국내산	중국산	국내산	러시아산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산
잡곡 및 찰쌀 : 친환경 제품 사용 // 채소 및 과일류 : 친환경 제품 사용 (수급이 원활하지 않을 경우 일반제품 사용)														
알레르기 정보	1.난류, 2.우유, 3.메밀, 4.땅콩, 5.대두, 6.밀, 7.고등어, 8.계, 9.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산염, 14.호두, 15.닭고기, 16.쇠고기, 17.오징어, 18.조개류(굴,전복,홍합포함) 19.잣 옆에 번호로 표시합니다. *특이 식품에 알레르기가 있는 학생은 그날의 식단을 미리 확인 하여 각별한 주의를 부탁드립니다.													
☞ 아래 식단은 학교 사정이나 물가 변동에 따라 변경될 수 있습니다. ☞ 주별 식재료 원산지 및 영양표시제를 학교홈페이지(알림마당>급식소식)에 탑재하고 있으니 참고 하시기 바랍니다.														
Mon (월)		Tue (화)		Wed (수)-수다날			Thu (목)			Fri (금)				
2[생일축하해요~]		3		4[다문화의날]			5			6				
찰쌀밥 낙지미역국5.6.9.13. 미트볼간장조림 1.2.5.6.10.12.13.15.16.18. 크래미달걀말이1.5.6.8. 무미나리생채5.6.13. 딸기아이스찰떡2.5.10. 711/29.3/281/4.8		보리밥 북어콩나물국1.5.6.9.13. 감자짜글이 1.2.5.6.10.13.15.16. 하트만두튀김Ⓢ채소무침 1.5.6.10.12.13.16.18. 건파래볶음13. 깍두기9.13./바나나 774.2/29.2/277.3/4.2		돈코츠라멘[주] 1.2.5.6.10.13.15.16. 땡초고기볶음밥 1.2.5.6.9.10.13.16.18. 왕새우튀김6.9. 단무지,배추김치9.13. 오렌지주스13. 811.4/26.9/326/5.1			어린이날			차조밥 감자옹심이만두국 1.5.6.9.10.16. 안동찜닭2.5.6.13.15. 실곤약채소무침5.6.13. 배추김치9.13. 모듬과일12. 810.4/39/219.3/3.8				
9		10		11			12			13				
옥수수밥 시금치된장국5.6.9.13. 해물우동볶음 2.5.6.8.9.10.13.16.17.18. 콩나물새송이무침5. 두부두루치기5.6.9.10.13. 754/35.5/314.6/9.6		현미밥 열갈이된장국5.6.9.13. 돼지고기보쌈5.6.10.12.13. 상추치커리무침5.6.13. 오징어실채볶음5.6.13.17. 배추김치9.13. 무말랭이김치 688.3/57.5/320.9/8.7		훈제오리볶음밥2.5.6.9.13.18. 콩나물국5.6.9.13. 떡볶이(어묵바)1.2.5.6.9.13.16. 고구마튀김2.6. 배추김치9.13. 쥬시쿨11.12. 1055/28.7/284.1/4.3			흑미밥 동태살찌개5.6.9.13.18. 간장양념닭봉구이1.2.5.6.13.15 미역줄기볶음13. 김구이13. 배추김치9.13. 715.7/37/264.8/3.3			찰쌀밥 조랭이떡국5.6.16.18. 모듬전1.5.6.8.9.10.16.17.18. 브로콜리오징어무침 5.6.13.17. 배추김치9.13. 하트파이1.2.5.6. 761.2/31.6/158/4.6				
16		17		18			19			20				
찰쌀밥 돼지등뼈감자탕5.6.9.10.13 통살슈림프커틀렛(칩스) 5.6.9. 크림양파소스1.2.5.6. 어항가지볶음5.6.10.12.13. 도라지오이생채5.6.13. 833/27.4/287.2/3.6		차수수밥 근대콩나물국5.6.9.13. 오삼불고기5.6.10.13.17. 우영콩조림5.6.13. 오이김치9.13. 요거타임2. 712.4/44.8/365/3.8		숯불치킨덮밥 2.5.6.9.10.12.13.15.16.18. 연두부달걀국1.5.6.9.18. 딸기잼파이1.2.5.6. 무장아찌무침13. 샤인머스캣주스 992.5/44.6/208.2/4.4			귀리밥 참치고추장찌개5.6.9.13.18. 어묵잡채1.5.6.8.10.13.16.18. 왕문어타코야끼 1.2.5.6.10.13.15.16.18. 치커리오리엔탈무침5.6.13. 배추김치9.13. 817/27.3/290/6.5			보리밥 닭볶음탕2.5.6.12.13.15.16.18. 두부채소볶음5.6.13.16.18. 도토리묵Ⓢ양념장5.6.13. 열무김치9.13. 키위 764.6/49.2/222.9/5.7				
23		24		25			26			27				
기장밥 매운어묵국1.5.6.9.13.16. 훈제오리새콤무침1.5.6.13. 소떡볶음2.5.6.10.12.13. 김구이13. 배추김치9.13. 751.3/28.6/248.8/3.6		현미밥 배추속대된장국5.6.9.13. 매운돼지고기무조림 5.6.10.13. 네모난애호박전1.6. 오이지무장아찌무침13. 슈데니쉬1.2.5.6.13.16. 774.3/38.2/252.3/3.6		쇠고기해시라이스 1.2.5.6.10.12.13.16. 쫄면채소무침5.6.13. 오국고구마롤까스2.5.6.10. 배추김치9.13. 포도주스13. 890.7/27.5/189.7/5.1			차조밥 열무된장국5.6.9.13. 오색동태살튀김1.2.6.13. 숙주나물무침 모듬햄김치볶음 1.2.5.6.9.10.13.15.16. 702.8/36.6/322.7/4.2			찰쌀밥 남도식콩나물해장국5.9.13.17. 매콤닭왕구이5.6.13.15.18. 달걀만두1.5.6.13. 도라지무생채5.6.13. 수박 731.1/40.6/264.6/4.2				
30		31												
귀리밥 돼지국밥5.6.9.10.13.18. 감자커틀렛1.5.6.12.13. 파스타샐러드1.5.6.12.13. 깍두기9.13. 801.5/34/224.2/3.4		보리밥 김치콩나물국5.6.9.13.18. 삼치데리야끼구이 5.6.13.18. 소시지파프리카볶음 2.5.6.10.15.16. 참나물고추장무침5.6.13. 망고파인젤리2.11. 720.8/33.7/222.1/3.9												

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 경제적 가치 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% 줄었을 때 효과



온실가스 배출 감소 연간 177만 톤	소나무 3억 6천만 그루를 심는 효과
저소득 가구 연간 보금 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.

음식물쓰레기와 일반쓰레기 구분하기!

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

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 일반쓰레기로 배출
※ 거주하는 지자체마다 다를 수 있습니다