

2019학년도

학교급식 운영계획

정왕중 학교

1. 학교급식의 목적 및 운영원칙

학교급식의 목적

- 성장기 학생들의 정상적인 신체발달과 활용에 필요한 영양을 제공
- 편식교정, 바른 식습관 지도 및 영양교육으로 식생활 습관 개선
- 공동체 의식 및 사회성 함양
- 국민 식생활 개선에 기여

학교급식의 운영원칙

- 학교급식은 점심급식이 원칙
- 학교급식의 내용은 학생의 발육과 건강에 필요한 영양을 충족할 수 있는 식품으로 구성되어야 하며, 「학교급식의 영양관리기준」에 준하여 제공
- 학교급식에 관한 중요사항을 학교운영위원회의 심의 또는 자문을 거쳐 학교장이 결정토록 함

2. 급식 현황

가. 급식인원

학 생	교직원	조리종사원	계
587	50	6	643

나. 최초 급식시작일 : 2002년 3월 1일

다. 급식 운영방식 : 직영급식

라. 급식 형태 : 단독조리

마. 배식 방법 : 교실배식

바. 음용수 및 조리용수 : 상수도

사. 연료 : 도시가스

아. 급식실 정화조 관련 설치 : 단독정화조

자. 급식관련 종사자 현황

구 분	영양사	조리사	조리실무사	비 고
인 원	1	1	5	

1. 기본방향

- 가. 학교급식 운영의 내실화를 통하여 학교 급식의 질과 안전성 향상을 도모하여 성장기 학생들의 건강하고 즐거운 학교생활 지원
- 나. 교육적 효과를 제고할 수 있는 학교급식 운영으로 학생 개개인이 바른 생활 태도를 갖고 건강하게 자랄 수 있도록 올바른 자기 식생활관리 능력 배양
- 다. 학부모 참여 기회 확대 등 수요자 중심의 학교급식 운영과 급식 학교에 대한 지도·감독 강화로 학교급식에 대한 만족도 및 사회적 인식 제고

2. 운영방침

- 가. 균형 있는 영양급식으로 가정에서의 부족한 영양보충에 힘쓴다.
- 나. 학교급식은 학교 직접조리 제공을 원칙으로 한다.
- 다. 급식대상은 1~3학년 재적학생을 대상으로 급식하는 것을 원칙으로 한다.
- 라. 학교급식은 수업일 점심시간에 실시하고 연간 185회 이하로 학사일정에 맞춰 조정한다.
- 마. 매월 식단을 가정으로 배포하여 학교급식의 이해를 증진시키고, 식생활 개선의 자료로 제공한다.
- 바. 전직원 연수를 강화하며 영양급식 및 식생활개선 지도에 주력한다.
- 사. 학부모의 학교급식 활동 참여 및 지역사회와의 협력 강화로 국민 식생활 개선과 국가 식량정책에 기여하도록 한다.
- 아. 학교급식소위원회의 활동을 통하여 학부모와의 이해 및 협조체계를 갖춘다.

3. 급식운영계획

가. 연간급식계획

급식대상	인원	주급식실시일수	연급식일	비 고
전교생, 교직원 등	643명	5일	185일 예정	토요일제외

나. 월별급식계획(예정)

구 분	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월	계
급식예상일수	20	22	19	19	13	11	18	21	21	21	185

다. 2019학년도 급식비 책정(2019년 3월~2020년 2월까지 적용)

구 분	식품비	운영비	인건비	계
2018학년도	2,742원	313원	1,155원	4,210원
2019학년도	2,878원 (136원인상)	315원 (2원인상)	1,187원 (32원감소)	4,380원 (170원인상)

가. 학생급식비는 무상급식단가 적용

나. 교직원부담 급식비는 1인1식당 지원되는 무상급식비(교육비특별회계지원금 + 자치단체지원금)와 추가지원금 원(식재료비지원금(원)을 추가하여 4,730원으로 책정 예정임

나. 식품비, 운영비, 인건비는 예산안에 맞추어 집행하도록 하고, 학기말 급식비 정산시 부족한 부분은 전환하여 사용하도록 함

라. 일일급식일정 및 급식운영계획

구 분	시 간	내 용	비 고
준 비	08 : 00 ~ 08 : 50	급식품 수령, 검수 조리기구, 급식실 내부 점검 조 회 - 당일 일정과 전달협의 식단 및 조리방법 설명 조리조사원 건강상태 확인 위생복 착용 및 위생 지도 당일 공급 식품 불출	영양사, 행정실장 영양사 영양사, 조리사 영양사 영양사 영양사 영양사
조 리	08 : 50 ~ 12 : 00	조리작업 (작업분담표 의거) 검식 학급별 급식품 배식	조리종사원 영양사 조리종사원
배식 준비	12 : 00 ~ 12 : 40	급식 운반차 교실앞까지 운반 학급 급식지도 식당배식 준비	조리종사원 담임, 영양사
배 식 (교실배식)	12 : 45 ~ 13 : 30	교실순회, 급식지도	조리종사원 담임, 영양사
정 리	13 : 30 ~ 16 : 00	잔반량 조사 조리, 급식기구 세척 및 소독 정리정돈 조리작업의 평가 및 반성 오늘의 식단 평가 명일 급식준비 뒷정리 확인 - 급식 위생 안전 일일 점검부작성	영양사 조리종사원 조리종사원 영양사, 조리사 영양사 영양사, 조리사 영양사, 조리사

4. 영양 및 식재료관리

가. 본교 1인 1식 영양기준량 (영양기준량산출기초참조)

에너지 (kcal)	단백질 (g)	비타민A (R.E.)		티아민 (비타민B1)(mg)		리보플라빈 (비타민B2)(mg)		비타민C (mg)		칼슘 (mg)		철 (mg)	
		평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량	평균 필요량	권장 섭취량
733.14	15.94	160.6	226.2	0.30	0.37	0.38	0.46	24.3	31.9	252.3	309.5	3.0	4.0

1.에너지:718.8kcal(647~791)범위
2.단백질:12.6g~35.9g범위
3.비타민A, 티아민, 리보플라빈, 비타민C, 칼슘, 철은 최소한 평균필요량이상으로 제공
(비고 : R.E.는 레티놀 당량(Retinol Equivalent)임)
4.학생수의 변동에 따라 조정될 수 있음(NEIS기준)

나. 식단 계획

1) 식단작성의 기본 방침(학교급식법 시행규칙 제5조 2항)

- 전통 식문화의 계승.발전을 고려할 것
- 곡류 및 전분류, 채소류 및 과일류, 어육류 및 콩류, 우유 및 유제품 등 다양한 종류의 식품을 사용할 것
- 염분.유지류.단순당류 또는 식품첨가물 등을 과다하게 사용하지 않을 것
- 가급적 자연식품과 계절식품을 사용할 것
- 다양한 조리방법을 활용할 것

2) 저염식(나트륨 줄이기) 제공 계획

① 조리 시 조미료류 계량 실천

- 조미료류의 계량이 나트륨 저감화의 시작으로 우선 현재 사용하는 양을 정확히 계량한 후, NEIS 급식시스템 '내요리'에 소금양을 입력하고 조리 시 정확히 계량하여 사용하도록 교육
- '조리작업 지시서'에 조미료량을 정확히 제시하고, 조리종사원은 계량 사용하고, 변경 시 표시하도록 교육

② 국 배식량을 줄이기

- 학교급식에서 국 나트륨 섭취 비중이 높고, 잔반량 많은 국 배식량을 100ml 줄임.

③ 국 염도의 단계적 저염화 및 올바른 염도계 사용법 실천

- 식품의약품안전처 국 권고 염도 수준인 0.6%이하로 제공될 수 있도록 노력
- 국 염도를 측정하고 급식일지에 기록
- 염도계 사용설명서의 사용법을 철저히 익히고 조리종사원을 대상으로 국 염도 측정 관련 교육을 실시

④ 고 나트륨 어육가공품 사용 줄이기

- 학교에서는 나트륨 저감화를 위해 가공식품 이용횟수를 줄이고 가공되지 않은 어육류를 많이 사용

⑤ 조리종사원·학생·교직원·학부모 홍보 및 교육 실시

- 나트륨 관련 홍보자료를 식당 및 홈페이지 게시판에 게시

- 교사들에게 나트륨 저감화 관련 정보제공 및 홍보를 위해 학교 홈페이지, 교실편지, 메시지 팝업, 직원연수(3월실시) 등을 이용하여 적극 활용
- 학교급식 나트륨 줄이기 사업을 학부모에게 적극 홍보
- 학부모 검식, 학교운영위원회, 급식소위원회와 급식소식지, 가정통신문, 홈페이지 등을 이용

3) 학교급식 당(단순당류) 줄이기 계획

① 조리 시 단순당류(설탕, 물엿) 사용 줄이기

- 단순당류(설탕, 물엿) 대신 과일을 이용하여 단맛을 높이기
- NEIS 급식시스템 '내요리'에 설탕 및 물엿양을 입력하고 조리 시 정확히 계량하여 사용하도록 조리종사원 교육

② 급식 보조식 제공시 단순당류 함유율이 높은 가공품 사용 줄이기

- '고열량저영양식품' 사용 금지
- 보조식으로 과일제공
- 액상과당 미첨가 제품 사용
- 음료 사용시 설탕함유량이 적고 천연과즙이 많이 들은 제품 선택

③ 조리실무사·학생·교직원·학부모 홍보 및 교육 실시

- 단순당류 관련 홍보자료를 식당 및 홈페이지 게시판에 게시 및 급식소식지 발송

4) 식단작성 과정

- 본교 영양관리기준에 의거 각 식품류의 열량, 영양 등을 고려하여 적절히 배분한다.(월간)
- 시장조사를 통하여 계절별 식품을 선택한다.
- 영양권장량과 학생의 기호도를 반영한다.
- 식품군별 경제성과 지역성을 반영한다.

다. 식재료 사용 관련 계획

1) 식재료의 품질기준

▣ 모든 식재료는 국내산을 원칙으로 하나, 수급사정이 원활하지 않은 품목에 대하여 수입산 및 수입산 원료로 가공한 식품을 대체하여 사용할 수 있다.

구 분	식재료 사용기준안	비고
쌀	○ 시흥시 생산된 일반미 사용 - 도정연월일 1달 이내 제품 사용 ※ 시흥시 「학교급식 지원조례」에 의거 일반미 지원	거래명세서 및 검수서에 표기
농산물	○ 1차 농산물은 원산지를 표시한 국내산 제품 ○ 껍질째 먹는 과일(사과 등) - 친환경 인증제품 사용 ○ 일부 국내산 수급이 어려운 제품은 수입제품 사용 (레몬, 파인애플, 블루베리, 망고, 바나나, 오렌지, 고사리 등)	거래명세서 및 검수서에 표기
공산품	○ 유통기한 표시된 것(또는 제조일자)으로 유통기한 이내의 규격제품 ○ 국내생산 제품을 우선 사용 ○ 수입원재료 및 외국생산 제품을 사용할 경우 우수제품으로 선택 - 예:토마토케첩,칠리소스,토마토페이스트,파인애플통조림,우스터소스,두반장소스,스파게티,마카로니,파마산치즈 등	거래명세서 및 검수서에 표기
축산물	○ 모든 품목 HACCP인증 업체 제품 ○ 쇠고기 : 한우, 1등급이상, 냉장육 또는 냉동육 ○ 돼지고기: 국내산, 1등급이상, 냉장육 또는 냉동육 ○ 닭고기 및 달걀 : 1등급 판정제품 ○ 오리고기 : 국내산 친환경 인증제품	등급판정확인서 첨부
수산물	○ HACCP인증 업체 제품 ○ 국내산 상품(냉장 또는 냉동) ○ 소량 어획되어 고가로 유통되거나 어획이 되지 않는 품목은 수입산사용 - 예:가자미살,낙지채,꾸꾸미채,임연수살,칼데일새우,냉동낙지,동태,명엽채,취포,코다리살,갑오징어 등	거래명세서 및 검수서에 표기
김치류	○ HACCP인증 업체 제품 ○ 국산 재료 사용하여 제조한 김치	거래명세서 및 검수서에 표기

2) 완제품 사용 규격

- 빵류(소프트롤, 마늘빵, 조각케이크 등)
- 떡류(무지개떡 등 설기류, 절편류, 꿀떡, 개피떡, 송편 등)
- 다과류(유과 및 매작과 등의 한과류, 과일푸딩 등의 과자류)
- 청과류(반별포장 파인애플, 아이스홍시, 꽃감 등의 손질 과일류)
- 구이김 등 밑반찬류(반별포장 조미김, 절임 등의 반찬류)
- 우유 및 유제품(플레인 요구르트 등)
- 김치류 등의 절임식품(김치류 및 무쌈류)

4. 위생관리

가. HACCP팀 구성

학교급식에서 사용되는 모든 식재료의 제조, 가공, 운반, 배식 등의 전과정에서 발생할 우려가 있는 위해요소를 규명하고, 이를 중점적으로 관리하기 위해 HACCP팀을 구성하여 운영

1) HACCP팀 조직도



2) 팀원별 담당업무

구 분		구 성 원	업 무
팀 장		학교장	· HACCP 업무 총괄 · HACCP 계획 수립
원 팀	실무책임자	영양사 정성량	· 조리종사원, 식재료, 시설.설비 관리등 위생총괄 · 위생 및 HACCP관련 교육.훈련실시 · HACCP 기록유지.보관 및 외부 감사에의 대응
	시설설비지원	행정실장	· 행.재정적 지원
	교육.홍보	담임 및 영양사	· 학생 및 교직원 대상 교육 및 홍보
	현장작업	조리사	· CCP기록 참여 및 전반적인 관리 · 조리작업 위생 관리 및 청소상태 확인
		조리실무사	· 철저한 위생관념을 갖고 업무에 임함. · 실무종사자로서 CCP 기록 참여 · 위생개선에 대한 제안 · 당번활동 및 조리작업 등에서 본인의 업무에 책임감을 갖고 작업

3) 팀원 결원시 업무수행

- HACCP 실무자인 영양사의 부재 시 조리종사원 중 조장에게 업무를 대행하게 할 수 있으며, 조장 부재 시는 차상위자 또는 동료가 업무를 대행
- 인수.인계 내용
 - 담당직무(조리, 위생관리 담당업무, 시설안전관리)
 - CCP기록 및 확인에 대한 사항
 - 인계시점의 미결업무

4) HACCP팀 회의 기능

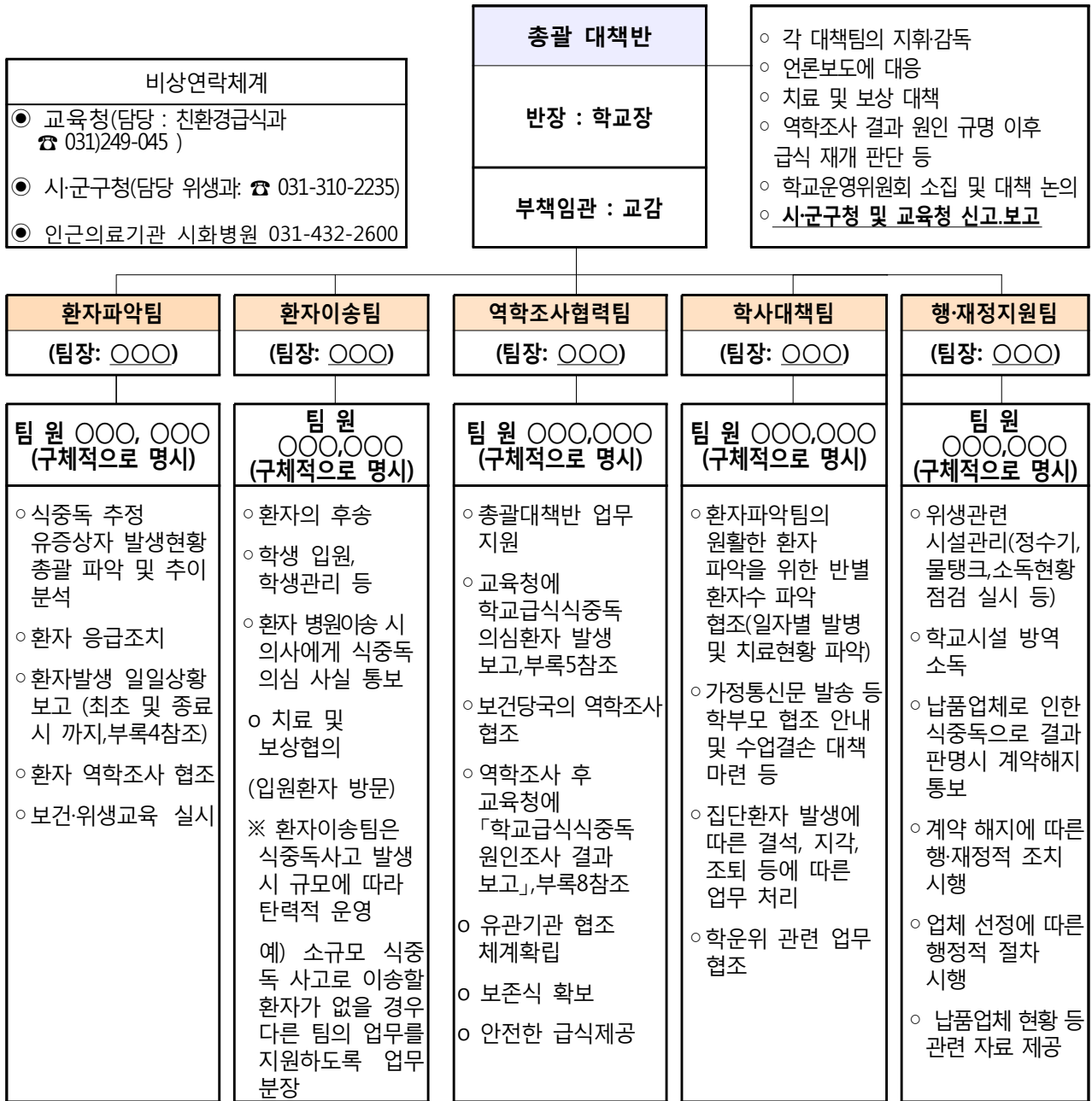
- HACCP팀 회의는 정기적으로 개최하여 HACCP제도가 제대로 급식현장에 도입 운영 될 수 있도록 행정 및 재정적 지원 강화
- 운영단계에서는 정기적인 자체 내부감사 결과와 교육청의 위생안전 점검 결과가 보고 되고, CCP기록지에 나타나는 문제점들을 분석.검토하여 개선하는 등 보다 나은 발전 방안이 모색되어야 한다.
- 영양사는 급식을 실시하는 동안 한 달에 한번 이상 CCP별 점검결과 및 조치 기록표를 작성하여 HACCP팀 회의에 반영되도록 한다.

5)CCP기록지작성요령및전담자지정

CCP공정	작성시기	작성요령및기준	기록자		확인자
			전담자	대행자	
CCP1 식단작성	식단 작성시	1. 57°C 이상으로 제공되지 않는 PHF(잠재적으로 위험한식품)파악 2. 동물성 식품의 경우 가열소독등의 살균공정이 있는가 3. 가열 조리 후 생 식재료가 첨가되는가 4. 뜨거운 음식과 찬 음식이 혼합되는가 5. 생야채와 익힌 단백질류가 혼합되는가 여부 파악 - 1항이 '예'이면서 2가 '아니오'일 경우 식단 제외 - 1항이 '예'이면서 3,4,5항이 '예'일 경우 ccp2 공정관리함	영양사	조리사	영양사
CCP2 TCS 공정관리	조리시	1. 조리공정별 시간관리(조리완료시간~배식완료시간) - 조리완료~섞이기 시작한 시간 . 배식완료-마지막아이가 받아간 시간 2. 배식시작 1시간 30분 이내에 마지막 조리공정 완료 - 정해진 시간에 작업을 수행하지 못할 경우 사유기재 3. 기록지 준비는 식단작성시 혹은 조리전날 퇴근전	조리사	조리원	영양사
CCP3 검수	검수시	1. 냉장식품의 온도 측정, 냉동식품의 냉동상태 확인 · 냉장식품 : 10°C이하 · 냉동식품 : 얼은 상태유지, 녹은 흔적이 없을 것 -18°C이하 · 전처리된 채소 : 10°C이하(일반채소는 상온, 신선도 확인) · 그 외 보관방법 표시에 준함 2. 수량,원산지, 포장상태 및 유통기한 확인 3. 품질상태 확인(외관, 냄새, 색깔) 4. 우유 검수	영양사	조리사	영양사
CP1 냉장.냉동 온도	조리시 작전. 퇴근시	1. 냉장실 5°C이하, 냉동실 -18°C이하 - 안맞을 때 온도조절, 고장시 수리요리 2. 1일 2회 기록(출근직후, 퇴근전) 3. 식품보관용, 보존식용, 우유보관용 모두기록 4. 청결도, 덮개, 분리보관여부 확인	조리사	조리원	영양사
CCP4 소독 식품취급 및 조리과정	조리전. 후	1. 가열공정만 수행되는 식단(밥, 국도 포함하되 온도는 측정안함) 2. 조리전후의 도구 구분과 장소 구분으로 교차방지 3. 가열공정시 1batch당 3개 온도 측정 75°C이상 확인 1분 더 가열함 4. 교차오염방지를 위해 칼, 도마, 용기, 장갑의 구분사용	조리원	조리원	영양사
CCP5 운반 및 배식	운반.배식 시작전	1. 배식 당번의 위생상태 점검 2. 위생복(앞치마, 머리수건, 마스크), 위생장갑 착용 3. 배식 전용기구 청결도 확인 4. 적온배식(찬음식 10°C이하, 뜨거운 음식 57°C이상 유지) 5. 급식 소요시간 기록 - 조리완료 시점에서 2시간 이내에 급식완료 6. 하루 1개 이상의 학급을 표본으로 선정하여 점검.	조리원	조리원	영양사
CP2 식품접촉 표면의 세척 및 소독	식기 세척시	1. 기구등 살균소독제로 기구, 칼, 도마 및 손소독시 소독액농도확인 소독액제조시간기록 (칼소독조, 도마소독조, 신발소독조, 손소독액 - 염소 200ppm 제조법 확인) 2. 소독고설정 온도,시간확인(전처리실1대, 조리실2대, 세척실, 배차 보관실 100°C 2시간) - thermo-label(필요시) 로 식판표면 온도 71°C이상 확인하단에 부착 3. 식기세척기 온도가 온수온도 이상일 때 사용함 사용할 때 매뉴얼 참조	조리원	조리원	영양사

나. 식중독비상대책반 구성

식중독 발생에 대비하여 평소 학교단위의 '식중독 비상대책반'을 구성·훈련토록 하여 만약의 사태 발생 시 신속하고 원활하게 대처하여야 한다. 대책반의 조직과 분담업무는 다음과 같다.



* 학교 실정에 따라 업무분장 변경 가능

* 총괄 대책반은 위기상황 발생 시 신속하게 처리하기 위한 실전 대응 체제로 적재적소의 업무담당자로 배치 구성(학교 규모에 맞게 팀원 인원수 조정 가능)

* 식중독 의심환자 발생 시 특정 교직원에게 업무가 과중되지 않도록 조치

* 각 보고기 총괄대책반장 확인·검토 후 보고

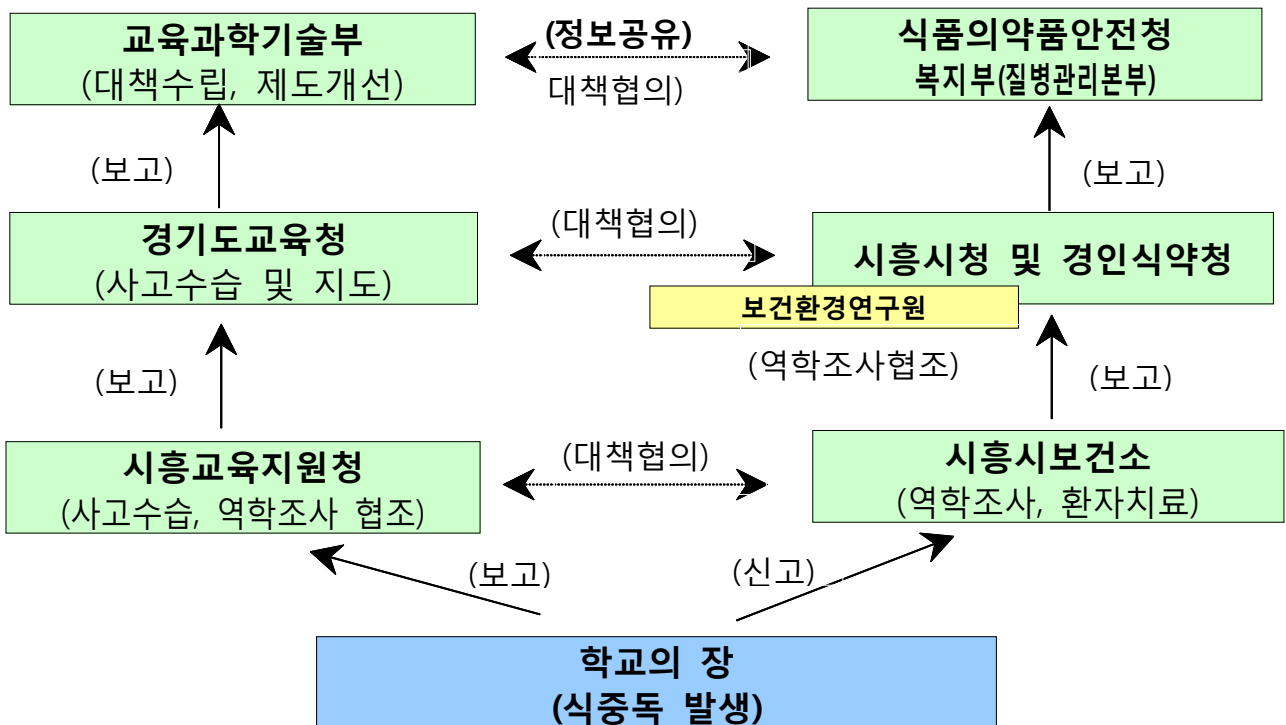
* 각 팀별 협의하여 보고 일원화

※ 역학조사 시 역할 분담

구 분		역 할 및 임 무
학 교	담임교사	▶ 설사환자 파악 및 역학조사 협조 ▶ 보건교육 실시 등
	보건교사	▶ 설사환자 모니터자료 취합, 정리, 분석 ▶ 보건실 이용환자에 대한 실태파악, 분석 ▶ 보건교육 기획 및 실시 등
	영양사	▶ 보존식 확보 ▶ 안전한 급식 및 식수제공 등
교 육 청		▶ 역학조사의 원활한 진행 협조
보 건 소		▶ 역학조사 및 가검물 채취 ▶ 환자치료 및 필요시 입원격리 등
시.군.구청의 식품위생관련부서		▶ 원인추정 음식 및 가검물 채취 등 ▶ 식품유통, 반입상황, 조리, 이동경로에 대한 계통조사

※ 위생사고 발생시 연락체계

<기관간 보고 및 관리체계>



※ 비상연락망

기 관	부 서	연 락 처
교육과학기술부	학생건강지원과	02-2100-6543,~6546
경기도교육청	친환경급식과	031-249-0452,~0455
경인식약청	식품안전관리과	032-450-3283
경기도보건환경연구원	미생물팀	031-250-2501~2055
시흥시청	위생과(식품안전팀)	031-310-2235
시흥시보건소	예방의약팀	031-310-5822
정왕보건지소	질병관리팀	031-310-5913
시화병원		031-432-2600
센트럴병원		1588-9339
신천연합병원		031-310-6300

다. 급식실 청소계획

1) 일별 청소계획 (오후 세척업무 매일교대)

청소점검 (일별)

청소자	청 소 구 역	점검자
	조리후냉장고,에레베이터 내부,튀김술 2개,부침기	담당자
	세척기,소독고(3대)	담당자
	국술2개,취사기,오븐기,조리후세정대	담당자
	전처리실,냉장고,각종 소독고,야채절단기 주변	담당자
	보일러실,콘테이너창고,화장실,휴게실,급식관리실,외부청소점검	조리사

- ☛ 유리창청소는 담당청소구역에 포함됩니다.
- ☛ 담당구역안에 있는 모든 것이 포함되었습니다.(천정,벽,유리창포함,외부문 포함)
- ☛ 모두들 퇴근전 꼭 확인하시고 안되어 있는 곳은 조치해주시요.

당 번		조리사	
오전	오후	오전	오후
①주변청소(종이줍기) ②소독고1,2,3알콜소독(손잡이) ③보일러켜기 ④(월,수,금)물빼기 ⑤소독액제조(작업대소독) ⑥환풍기 켜기,살균기 끄기 ⑦소독발판에 제조된소독액 넣기(오전11시쯤 다시 체크) ⑧정수기 청소 ⑨국물 끓이기,쌀 담그기	①조리사 부재시 대행 ②퇴근전 소등(필요한 차단기 내림) ③급식소 주변 청소 ④ 담당구역 점검끝난후 다시 확인 ⑤수도 중간밸브 잠그기 ⑥청소점검지 기록	①아침검수보조 ②당번이 바뀔시 대행 ③조례시간 소집 ④그날 필요한 재료 정리 ⑤조리팀 점검(필요시 도움줌) ⑥보존식 정리 및 기록 ⑦급식품재고	①식품창고 및 기타 창고정리(보일러실 포함) ②소모품재고정리 ③ 당번이 청소점검후재점검 (청소점검지에 싸인) ④전기소등 점검 ⑤열쇠정리 ⑦급식기구 정위치에 배치 ⑧검수용 ⑨ 칼,가위,온도계,장갑 비치

2) 주별,월별,연별 청소 계획

청소점검(주별,월별,연별)

주별	주1회	가스밸브,표충기,에어커튼,트렌치,장화,창고청소		
	주2회	승강기,우유창고,외부문,		
월별	월1회	창고대청소,환풍기,선풍기,보일러배관,천정공조기팬,난로 청소		
	월2회	휴게실,보일러실,식품창고유리청소,방충망청소,기구바퀴		
연별	필요시	천정 및 스케일 제거,에어컨,에어커튼필타청소		
		방학 및 개학대비 청소		
		식판 및 기기 정밀 청소(방학 전후)		

3) 기기(구역)별 세척 및 소독방법

청소내역	청소방법	비고
작업대, 세정대, 조리기구, 배식기구, 도마 등	① 중성세제로 세척한다. ② 물로 세제를 깨끗이 행귀낸다. ③ 염소소독액(200ppm)으로 소독한다. ④ 먹는 물로 행귀낸다. ⑤ 물기제거 및 건조시킨다.	일/1회이상 필요시마다
야채절단기, 양념분쇄기, 다믹서, 감자탈피기, 등 기기류	① 전원을 차단한다. ② 분리 가능한 부속품은 모두 분리하여 남은 음식물 찌꺼기를 제거한다. ③ 본체 및 부속품을 중성세제로 세척한 후 먹는 물로 행귀낸다. ④ 기구용알코올 또는 염소(200ppm)로 5분간 침지 후 물로 행군다. ⑤ 물기제거 및 건조시킨다.	일/1회이상 필요시마다
식기세척기	① 전원 및 스팀밸브를 차단 한다. ② 각 부의 분리 가능한 기기(오물여과받침, 커튼, 노즐)는 분리하여 중성세제로 닦는다. ③ 세척기 내.외부를 호스를 이용하여 청소한다. ④ 커튼은 염소소독(200ppm)으로 소독한 후 건조하여 부착한다.	일/1회
조리실 바닥	① 중성세제를 뿌린 후 대걸레로 구석구석 문지른다. ② 물로 세제를 제거한다. ③ 염소소독액(200ppm)을 뿌린다. ④ 물로 바닥을 행군 후 건조시킨다.	일/1회
배수로 덮개 및 배수로	① 중성세제를 묻힌 솔로 솔질한다. ② 물로 세제를 제거한다. ③ 배수로 덮개는 염소소독(200ppm)후 깨끗한 물로 씻어 내린다. ④ 배수로는 염소소독액(200ppm)을 뿌려둔다.	일/1회
행주, 수세미	•열탕소독 후 일광 건조시킨다.	일/1회
고무장갑	•일과 후 사용한 고무장갑을 모두 중성세제로 세척 후 고무장갑소독고에서 소독·건조 시킨다. •사용중인 고무장갑은 세척 후 기구용알코올로 소독한다.	일/1회
식품창고, 선반	•정리정돈, 바닥 청소한다. •환풍기, 방충망 등의 먼지를 제거한다. •바닥이 건조하게 유지될 수 있도록 한다.	일/1회
조리실 주변	•비질, 청결을 유지한다.	일/1회
그리스트랩	① 음식물 찌꺼기 제거 및 솔질한다. ② 걸름망과 주변을 중성세제로 세척후 행귀낸다.	일/1회
화장실	① 변기 및 바닥에 세제를 뿌린 후 솔질한다. ② 물로 세제를 제거한다. ③ 염소소독액(200ppm)을 뿌린다. ④ 물로 바닥을 행군 후 건조시킨다. •세면대 주변 청결을 유지한다. •가급적 수건 사용 지양.	일/1회

청소내역	청소방법	비고
냉장고, 전기소독고, 자외선소독고	① 전원을 차단하고 냉장고는 성에를 제거한다. ② 냉장고, 전기소독고의 뒷면 먼지를 닦아낸다. ③ 선반을 분리한 후 스폰지에 세제를 묻혀 내벽, 문, 선반을 닦고 40℃ 먹는물로 씻어낸다. ④ 기구용알코올로 소독한 후 깨끗이 젖은 행주로 닦아낸다. ⑤ 소독된 마른 행주로 물기를 닦아낸다.	금요일
조리실 바닥	•찌든때 제거제로 목은때 제거한다.	금요일
급식소 주변	•쓰레기 제거 및 이상유무 확인한다.	금요일
배기후드, 환풍기,공조기, 에어커튼	•찌든 때 제거한다.	금요일
유리창, 창틀	•실내부분의 먼지와 이물질질을 닦아낸다.	목요일
천장	•거미줄, 먼지를 제거한다.	금요일
보일러실	•바닥 비질 및 먼지를 닦아낸다.	첫째주 금요일
식탁 및 의자 (2학기)	•중성세제로 깨끗이 닦아낸다.	첫째,세째주 금요일
식품보관실 대청소	•쌀입고전 대청소한다.	첫째주 금요일
유리창, 방충망, 창틀	•실내외 모두 중성세제로 닦아낸다.	첫째주 금요일
취반기	•취사기의 밥통 및 국솥 등은 내부를 물에 불려낸 후 찌꺼기를 흐르는 40℃정도의 먹는 물로 씻어낸다. •세정제를 수세미에 묻혀 잘 씻는다. 특히 손잡이, 핸들, 가스개폐 손잡이에 음식찌꺼기가 남지 않도록 세척한다. •세제를 깨끗이 씻어낸다. •건조시킨다.	매일 사용시마다
오븐	•오븐세척제를 고루 분무한 후 10분간 방치한 후 문을 닫고 스팀을 공급한다. [외부청소시 계기판에 물청소 금지] •부착된 핸드샤워로 내부를 청소하고 물기를 제거한다.	사용시마다
애벌세척기	•청소를 할 때는 전원을 끄고 실시한다. •세척기 뚜껑을 약간 뒤로 민 다음(10CM정도) 정면 도어를 하단에 걸어 놓는다. •내부를 청소한 다음 잔반통을 꺼내 마무리 한다. •브러쉬 분리를 위해 꽃무늬 볼트를 풀어 홈에서 브러쉬를 빼낸다. - 세척기 내부 및 브러쉬를 깨끗이 세척한다. - 안전을 위해 브러쉬 고무장갑을 착용하십니 •청소가 끝난 브러쉬 세트를 세척기에 다시 조립한다. •브러쉬 샤프트 홈과 반대쪽 홈에 잘 맞추어 밀어 넣은 후 볼트를 고정시킨다.	매일
•급식납품업체 위생상태 점검		년1회이상 (방학중)
•개학 및 방학 대비 대청소 [개학대비 청소·소독 작업표 참조]		
•식판 및 기기 스케일 제거		
•위생관련 시설.설비.기기 점검 및 보수		

5. 급식종사자 대체인력 운영

- 2019학년도 급식종사자 현황

급식인원수 (명)	급식 종사자			비고
	조리사	조리실무사	계	
643명	1명	5명	6명	

가. 목적

학교급식을 실시함에 있어 조리종사원의 부재로 인해 발생할 수 있는 위생·안전 문제에 대응하고, 조리종사원의 특별휴가, 보건휴가, 산재, 연차휴가, 병가 등 휴가 이용 시 복지 면에서 부담을 느끼지 않고 휴가를 보내 학교업무에 충실할 수 있도록 함이다

나. 운영방법 : 조리종사원 부재시 보건증이 준비된 대체인력을 확보하여 운영한다.

다. 운영기간 : 2019년 03월 01일 ~ 2020년 02월 28일

라. 운영경비 : 일당 70,720원

(2018년 생활임금 기준적용)

※ 2019년 대체 예산편성 : 3,536,000원정

III 식생활 교육계획

1. 학생 식생활 교육

식생활 교육의 목적 및 필요성

학교급식을 통하여 아동의 성장 발육에 필요한 영양공급의 적정을 기함으로 심신의 건전한 발달을 도모하고 향후 식생활 영위에 필요한 기초적인 지식의 습득과 더불어 바람직한 식습관을 함양함으로써 건강의 유지와 증진을 꾀하는 동시에 원만한 사회생활을 할 수 있다. 그러므로 효율적인 학교급식을 위해서는 단순히 식사제공 역할만이 아니라 영양교육을 함께 실시하는 것이 중요하다.

가. 교육내용

- 1) 우리 식문화
 - 전통음식 알기
- 2) 식생활에 대한 올바른 이해와 인식에 관한 내용
 - 편식
 - 영양부족 또는 영양과잉의 문제
 - 식품의 낭비와 손실의 문제
- 3) 식생활의 기초 지식과 기능에 관한 내용
 - 식품군(식품구성안)과 그 역할
- 4) 바른 식생활 실천에 관한 내용
 - 바른 식습관 형성 (규칙적인 식사, 바른 식사 자세)
 - 위생관리 습관

나. 교육방법

- 1) 점심시간을 이용한 교육
 - 교실 순회지도를 통해 배식량 조절 및 편식 습관 개선
 - 순회지도 계획

월	화	수	목	금	비고
1학년	1학년	2학년	2학년	3학년	

- 각 담임교사 식사지도

지도과정 및 덕목	지 도 내 용	준 비 물
준 비 단 계 (예절 질서)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 책상 정리정돈 및 교실 환기 ■ 급식 아동 손 씻기 ■ 차례 지켜 줄서기 	머리수건, 위생복, 마스크
배 식 단 계 (준법 행동)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 수저, 식판 들기(질서 지키기) ■ 반찬, 밥, 국, 배식 받기(질서) ■ 차례 지키며 의자에 앉기 	수저, 식판 배식보조
식 사 단 계 (예절 절약)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 감사하는 마음으로 조용히 먹기 ■ 편식하지 않고 골고루 먹기 ■ 가능한 받은 양은 다 먹기 ■ 즐겁고 감사하는 마음으로 먹기 	위생복장 벗기
정 리 단 계 (정직 질서)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 잔반처리 ■ 식판, 수저, 젓가락 반납 ■ 이 닦기 지도(교실) 	식판, 수저통

- 학생배식 당번조직 활동 : 학급당 5명의 배식당번을 정하여 앞치마와 머리수건, 위생장갑 착용 후 배식하도록 지도

※ 우유 급식 지도

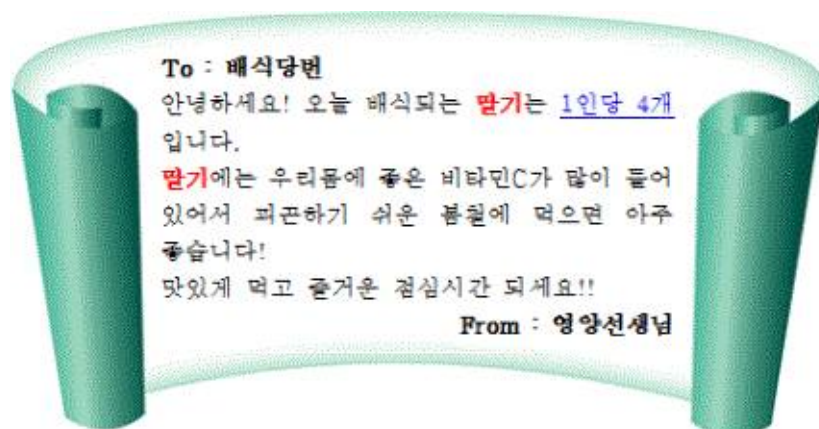
- 우유배식 : 우유당번은 1교시 끝난 후 차례대로 우유를 나누어 준다.
- 우유먹기 : 우유봉지에 적혀 있는 날짜를 확인하고 한 모금씩 입에 넣어 천천히 음미하며 먹는다.
- 정리 : 우유상자는 우유급식이 끝난 후 당번이 제자리에 갖다 놓는다.

2) 학교급식 홈페이지를 통한 홍보 및 교육

- 급식게시판을 통해 주간영양량, 원산지 표시 및 알레르기 식품 홍보
- 식생활 교육자료를 월1회 이상 게시

3) 교실편지를 이용한 교육

- 식단 및 식단소개, 영양과 위생내용, 기타 전달사항을 기록한다.
(예시)



4) 급식소식지 등 통신문을 통한 영양교육 실시

- 월 1회 이상 식단표 및 영양교육자료, 급식홍보물 송부 및 홈페이지 게시

월	교 육 내 용	비고	월	교 육 내 용	비고
3	급식안내		9	식중독 집중탐구	
4	머리가 좋아지는 두뇌식품		10	간식.야식 집중탐구	
5	음식물쓰레기를 줄입시다		11	식품첨가물	
6	실험을 통해본 올바른 손씻기		12	겨울철 영양관리	
7	손씻기 집중분석				

2. 교직원 식생활 연수

가. 교육내용

- 1) 우리 식문화
 - 전통음식 알기
- 2) 식생활에 대한 학생 지도 방법
 - 편식
 - 영양부족 또는 영양과잉의 문제
 - 식품의 낭비와 손실의 문제
- 3) 성인기의 영양관리 및 식생활 지침

나. 교육방법

- 1) 연 4회 교직원 연수

구분	시 기	교육 내용 (예시)	비 고
1차	1학기 급식 시작 시	· 학교급식 개시에 따른 주의사항 · 학교급식 지도 요령 및 사례 · 식중독 비상대책반 운영 관련	유인물 활용
2차	1학기 내	· 우유의 우수성	유인물 활용
3차	2학기 급식 시작 시	· 친환경 학교급식 · 안전한 학교급식	유인물 활용
4차	2학기 내	· 건강을 지켜주는 컬러푸드	유인물 자료

- 2) 홈페이지 교육자료 탑재

월	교 육 내 용	비고	월	교 육 내 용	비고
3	성인기 영양관리		9	식중독 집중탐구	
	봄철 영양관리			눈이 좋아지는 안토시아닌	
4	머리가 좋아지는 두뇌식품		10	간식.야식 집중탐구	
	피로야 물러가라! 비타민C			가을철 영양관리	
5	음식물쓰레기를 줄입시다		11	식품첨가물	
	뼈 건강 전도사 칼슘, 비타민D			자연조미료 만드는 방법	
6	실험을 통해본 올바른 손씻기		12	겨울철 영양관리	
	여름철 영양관리			감기에 좋은 영양차	
7	손씻기 집중분석				
	학교급식의 이해				

3. 조리종사자 위생(ccp),안전교육

** 조리실무사** 안전교육은 월 2시간 이상 실시

월별	목 별	교 육 내 용(1.위생.HACCP 2.안전)
3월	위생안전교육	1. 칼,도마등 구분사용, cp2 잔류검사 2. 근로자 건강검진활동-스티레칭
4월	위생안전교육	1. 식재료 위생관리,검수,보관,PHE잠재적으로 위험한 식품 2. 가스안전사고 및
5월	위생안전교육	1. 식중독예방을 위한, 잠재적으로 위험한 공정 2. 급식시설 종사자의 사고사례
6월	위생안전교육	1. 식중독 발생시 대처요령 , ccp3작성요령 2. 물질안전보건자료
7월	위생안전교육	1. 곰팡이와 식품안전, ccp3. 검수 2. 방학전 급식시설, 설비,기구관리,위험한 기구관리
8월	위생안전교육	1. 올바른 세척,소독, ccp4 중점관리점 2. MSDS 안전사고 예방. 평가
9월	위생안전교육	1. 검식과 보존식, ccp5중점관리점 2. 급식기계안전관리
10월	위생안전교육	1. 손 상처와 황색포도상구균,cp2, 중점관리점 2. 조리작업중 재해예방
11월	위생안전교육	1. 식재료 보관방법,cp1 중점관리점 2. 산업재해 예방
12월	위생안전교육	1. 노로바이러스,개인위생관리 2. 전기안전관리
2월	위생안전교육	1. 식품위생법(법적준수사항), 화경위생관리 2. 화재예방 및 조치방법등

4. 음식물쓰레기 줄이기

가. 목표

- 음식을 골고루 먹고 남기지 않는 식사습관을 형성
- 편식 및 잔반남기지 않기 지도를 실시하여 편식학생 비율을 줄이고자 함
- 음식물쓰레기 줄이기를 통한 환경문제에 대한 경각심 함양
- 1인 1일 평균 잔반량을 10%이상 감량할 수 있도록 추진

나. 음식물쓰레기 줄이기를 위한 식단작성 원칙

- 주요 잔반발생 식단인 채소무침(생채, 숙채) 1인 배식량 조정
- 채소반찬 축소로 인한 부족한 영양소(Vit B₂, Vit C 등)는 과일로 조정
- 학생들의 기피하는 채소반찬에 대한 식단 연구
- 학생 대상 음식물쓰레기 줄이기로 배식차정리 잘하기

다. 급식우수반 추진계획

- 대상 : 전체학년
- 방법 : 급식우수반 선정
- 급식우수반 선정 기준
 - ① 선정기준 : 잔반량(채소반찬은 반찬통에 남은분량 포함) 및 잔반처리상태, 숟가락 및 젓가락 분리, 식판 청결성
 - ② 선정방법 : 매일 점검한 결과의 누계처리로 학년별로 2개반 선정

③ 점검기간 : 1학기(4~6월), 2학기(9~11월)

④ 세부기준

1. 국통, 밥판은 처음 배식차 받았을 때처럼 제자리에
2. 반찬통은 모두 아래
3. 배식차위에는 식판(정돈된 뒤처리), 수저통(수저는 각각 분리되어 가지런히)
파란 잔반통(잔반량검사)

다. 기대 효과

학생들에게 균형된 영양을 공급하게 되어 건강의 발판을 마련하게 되고 올바른 식사습관을 길러주며, 잔반량이 줄어 식품비 절감 및 환경보호의 효과를 동시에 볼 수 있음

4. 영양상담

가. 목 적

영양상담이 필요한 비만·저체중·편식·알레르기가 심한 학생에게 건강한 학교생활을 할 수 있도록 하고 또한 학교급식 운영의 다양화로 수요자 중심의 급식만족도 제고

나. 사이버 영양상담

- 1) 운영방법 : 학교홈페이지 게시판 영양상담실에 청소년기 영양문제에 대한 관련 자료 탑재 및 홈페이지를 통한 영양상담 요구시 사이버 영양상담 (상담자 요구 시 대면 상담 병행)
- 2) 대상
 - 비만 및 저체중, 편식이 심한 학생
 - 특정식품에 대한 알레르기가 있는 본인이 상담을 원하는 학생
- 3) 운영기간 : 연중운영

다. 비만학생을 위한 저열량 요리 상담교실 운영

- 1) 운영방법 :
 - 비만 또는 과체중 학생을 대상으로 주 1회 상담교실 운영
 - 상담내용에 대해 학부모에게 월1회 이상 알림
- 2) 대상 : 비만 및 과체중, 저열량 요리에 관심이 있는 학생
- 3) 대상자 선정 : 본인희망 및 담임교사 추천
- 4) 운영기간 : 2019. 03. ~ 2020. 02.
- 5) 상담장소 : 교직원식당 이용
- 6) 상담프로그램

주	교육 또는 활동내용	교육 또는 활동 세부내용
1주	· 인사 및 소개	· 인사 및 소개 · 자신의 식습관 및 좋아하는 식품 소개하기
2주	· 좋은 간식, 나쁜 간식	· 좋은 간식과 나쁜 간식에 대해 알아본다.
3주	· 저열량간식 만들기1	· 저열량 간식 만들기
4주	· 생활속의 운동	· 생활속에서 쉽게 따라할 수 있는 운동을 배워본다.
5주	· 저열량간식 만들기2	· 저열량 간식 만들기
6주	· 나의 식습관 되돌아보기	· 현재 나의 식습관을 반성해 보기
7주	· 저열량간식 만들기3	· 저열량 간식 만들기
8주	· 식품표시사항 알아보기	· 식품의 표시사항을 알고 간식 선택시 저열량 간식을 선택할 수 있다.
9주	· 저열량간식 만들기4	· 저열량 간식 만들기
10주	· 나의 각오	· 앞으로 고열량간식을 먹지 않겠다는 나의 다짐

라. 기대효과

- 학부모와 연계한 상담으로 가족의 식습관 및 행동변화 유도
- 과제중 학생의 체중감량 및 건강증진에 도움

마. 영양상담 운영 자료 : [덧붙임 1] 참조

III 수요자만족도를 위한 활동계획

1. 학교급식소위원회 및 학부모 활동계획

가. 학교급식소위원회 구성

- 1) 구성배경 - 학교급식 관리방향에 '학교급식 소위원회' 구성·운영 의무화되어 학교운영위원회의 학교급식에 관한 중요사항 심의와 학부모의 급식 참여 및 감시활동이 합리적이고 효율적으로 이루어질 수 있도록 '학교급식 소위원회' 구성·운영하도록 함.
- 2) 구성 : 2019년 4월 중 구성 예정(학교급식소위원회 내부규정에 따름)
 - 학부모 중 학교급식에 관심 있는 자
 - 학교구성원 중(교직원, 학부모)에서 학교급식에 소양이 있거나 전문성을 가진 자
- 3) 역할
 - 학교운영위원회에서 학교급식에 관한 사항에 대해 실무검토 후 안건 제출
 - 급식현장 점검 등 안전하고 양질의 급식제공을 위한 제반 활동 및 개선방안 제시
- 4) 활동
 - 식재료 업체선정, 급식운영형태 결정에 앞서 업체현장의 비교평가
 - 식재료검수, 조리과정 등 점검
 - 급식비 책정, 급식예산·결산에 관하여 실무 검토
 - 학교급식 개선에 관한 활동
 - 기타 학교운영위원회에서 급식소위원회활동으로 정한 사항 역할
- 5) 학교급식소위원회 운영 자료 : [덧붙임 2] 참조

나. 학부모 급식참여

- 1) 목 적
 - 급식운영 공개 및 학부모 참여 확대로 학교급식 운영관리의 내실화
 - 학교 급식품의 양질이 식재료 선정과 조달 과정의 효율성 및 투명성을 확보하여 급식의 질 향상과 급식이용자의 만족도 제고
- 2) 학부모 검수단 구성
 - 학부모 검수위원 : 학년초 반별 학부모 검수위원 위촉하여 주 1회 이상 검수활동에 참여
 - 활동사항 : 학교급식 식재료 검수참여, 위생점검 활동 등
 - ① 검수일지 확인 및 기록 : 검수일지의 품목, 수량, 규격이 동일한지 확인하고, 일지에 납품된 식품의 온도, 유통기한, 제조일자, 포장단위나 형태, 용도에 맞는 크기나 등급 등을 기재
 - ② 식품의 판별법, 온도측정법, 유통기한의 확인방법에 의하여 식품의 품질(선도, 건조도, 색깔, 냄새 등 관능검사법)을 판정
 - ③ 검수활동 후 평가서 작성 (검수활동 시 급식실 내부 시설 위생상태 점검)
 - ※ 단순 검수활동 시 검수서에 확인란에 성명만 기재

3) 학교급식 모니터링

- 학교급식의 운영과 위생관리 등을 공개하고 참여케 함으로써 신뢰받는 학교급식이 될 수 있도록 하고, 학부모의 의견을 수렴하여 급식운영에 반영하도록 하고자 함
- 모니터요원 구성 및 운영방법 : 학기별 1회 이상 급식소위원회 위원 및 기타 모니터링을 원하는 학부모대상으로 실시하고, 모니터활동은 학기에 1회 또는 학교실정에 따라 가감 운영 함
- 활동내용
 - ① 급식식단의 검토
 - ② 식재료의 검수과정 참관
 - ③ 조리과정의 참관 및 검식
 - ④ 개인위생, 시설설비위생, 식재료위생관리 등 위생관리 실태 공동점검
 - ⑤ 배식과정 참관과 참여
 - ⑥ 급식관련 교육활동 참관
 - ⑦ 기타 급식과 관련한 수용자의 의견 등

4) 학부모 급식참여 운영 자료 : [덧붙임 3] 참조

2. 학교급식 설문조사(만족도·기호도)계획

가. 실시 : 년 1회이상 실시 (상반기 5월 실시 예정)

나. 대상 : 1~3학년 대상

다. 조사 결과를 평가 분석 후 홈페이지 게시, 식단 작성 및 급식운영에 반영

라. 설문지 : [덧붙임 4] 참조

영양상담 희망 설문조사

학부모님께

무더운 여름철을 맞아 학부모님의 건강을 기원합니다.

다름이 아니오라 올해 영양상담실을 운영하여 허약·소아비만·특이체질 등 영양불량 문제를 가진 학생 중 상담을 희망하는 학생을 대상으로, 영양사가 학부모님과 연계하여 이들의 식습관과 영양상태를 관찰하면서 체계적인 관리를 실시하고자 합니다.

아동기 올바른 식습관이 평생의 건강을 좌우하는 만큼 많은 관심과 협조 부탁드립니다, 귀 자녀의 영양상담을 희망하시면 2019년 ○월 ○○일까지 담임선생님께 제출하여 주시기 바랍니다.

2019년 ○○월 ○○일

정왕중학교장

정왕중학교 급식실 Tel 070-7097-0510 (영양상담실)

----- 절 취 선 -----

☞ **영양상담을 받으실 의향이 있습니까?**

“희망자는 아래에 답하여 주십시오”

__학년 __반 __번 학 생 : 학부모 : (인)	희망함	상담시 참고할 사항을 기재해 주세요

1. 영양상담을 받는다면 어떤 부분의 상담을 원하십니까?

- ① 영양과잉(비만, 폭식) ② 영양결핍(편식, 거식)
③ 소아질환(소아당뇨, 고지혈증, 빈혈, 기타)
④ 식품알레르기 ⑤ 기타()

2. 상담을 할 경우 연간 몇 회가 적당하겠습니까?

- ① 1회 ② 2-3회 ③ 4회 ④ 5회 이상

3. 기타 ()

2019학년도 영양상담 수요조사를 위한

영양상담 대상자 추천서

평소 급식운영에 적극 도움을 주신 담임선생님께 감사드립니다.

불규칙한 식사와 편식, 운동부족 등으로 생활 습관병(비만, 고지혈증, 당뇨 등)이 학동기부터 발현·증대되고 있으나, 가정에서의 식생활교육은 그 위험에 비해 부족하여 우리학교에서는 올해부터 학생의 식습관 개선을 위한 영양상담 활동을 하고자 합니다.

그러나 실제 상담이 필요한 학생들이 있음에도 불구하고 참여를 기피하는 등 문제점이 발생할 수 있어 보다 충실한 상담이 되고자 담임선생님의 협조를 구하고자 합니다. 평상시 학생들의 생활태도를 보시고 아래와 같이 질병 및 영양불균형 문제가 있거나 식습관 교정이 필요한 학생이 있으면 추천하여 주시고, 아울러 영양상담실 운영에 대하여 널리 홍보하여 주시기를 부탁드립니다.

<추 천 기 준>

- ▷ 식품알레르기가 있는 학생
- ▷ 당뇨, 신장질환, 기타 소아질환이 있는 학생
- ▷ 비만아동 중 편식이 심한 학생
- ▷ 심한 저체중 학생
- ▷ 특정식품에 대한 편중식이 심한 학생(인스턴트식품, 간식이 지나친 아동)
- ▷ 가정환경 등 기타의 사정으로 식사섭취가 매우 불량한 아동
- ▷ 기타 영양상담이 필요하다고 담임선생님이 인정하는 아동

학 반	번호	이름	추천사유	비고

※ 추천된 아동은 다시 학부모 및 학생의 의견개진 후 상담여부를 결정하겠습니다.

※ 추천서는 ○월○○ 일(월)에 영양연구실로 보내주십시오.

건강을 위한 식생활 진단 설문조사표

_____ 학년 _____ 반 이름 _____ 성별(남, 여)

특이사항(앓고 있는 질환) :

1. 나의 키와 체중은 ... 키: _____ cm, 체중 : _____ kg
2. 비타민제, 종합영양제, 건강보조식품을 먹는다면(종류를 써주세요):
3. 나의 식생활을 점검해봅시다.(문제마다 해당하는 칸에 ○표 해주세요)

나는...	5점	3점	1점	점수
■ 규칙적인 식생활				
1. 하루에 3끼니 식사합니다.(굶지 않고)	예	가끔	아니오	
2. 아침 식사를 제대로 먹는다.	예	가끔	아니오	
3. 정해진 시간에 식사한다.	예	가끔	아니오	
4. 여유있게 천천히 식사한다.	20분 이상	10~20분	10분 이내	
5. 과식을 하지 않는다.	예	가끔	아니오	
■ 균형잡힌 식생활				
6. 곡류음식을 매끼 먹는다. (밥, 빵류, 면류, 감자, 고구마 등)	예	가끔	아니오	
7. 단백질 반찬을 매끼 먹는다. (육류, 어류, 달걀, 두류, 두부 등포함)	예	가끔	아니오	
8. 채소반찬을 매끼 먹는다. (해조류 포함, 김치 제외)	예	가끔	아니오	
9. 우유나 유제품을 매일 먹는다.	2회이상	주2~3회	거의안먹음	
10. 과일을 매일 먹는다.	예	가끔	아니오	
11. 식사시에는 식품의 배합을 생각하여 먹는다.	예	가끔	아니오	
■ 식생활과 건강				
12. 가공식품을 자주 먹지 않는다. (라면, 피자 햄 등)	예 (월1~2회)	가끔 (주1~2회)	아니오 (주3회 이상)	
13. 단 음식을 많이 먹지 않는다. (사탕, 아이스크림, 초콜릿, 케익, 탄산음료 등)	예	가끔	아니오	
14. 싱겁게 먹는다.	예	보통	짜게먹는다	
15. 동물성 기름을 자주 먹는다.(삼겹살, 갈비 포함)	주2~3회	주4~5회	좋아하며 거의 매일	
16. 외식을 자주 하지 않는다(분식, 간편식 포함)	주1회 미만	주2~3회	주4회이상	
17. 튀김 음식을 자주 먹지 않는다.	예	가끔	자주먹는다	
18. 운동을 매일 한다(30분이상, 체육시간 포함)	예	가끔	거의 안한다	
19. 가족과 함께 식사한다.	예	가끔	아니오	
20. 영양지식을 실생활에 활용한다.	예(관심)	가끔	아니오	
총 점	점			

.총점 : 70점 이상(양호), 69~30점(보통, 개선 바람직), 30점미만(개선 필요)

학생별 영양상담일지

2019학년도

NO. _____

학년/반	성명	주민등록번호	연락처		부직업	모직업	식사담당
			집:				
			HP:				
병력		가족력			현재 약복용		
설문결과 분석							
	키	체중	표준체중	비만도	BMI	체지방률	근육량
1회(/)							
2회(/)							
3회(/)							
4회(/)							
임상결과 (/)	총chl	LDL	HDL	중성지방	혈당	소변검사	비고
학생관리	월 / 일	상담내용 및 조치사항					

안 내 장

(2019학년도 학교급식소위원회 학부모위원을 모집합니다)

학부모님의 가정이 항상 건강하시고 평온하시기를 기원합니다.

본교에서는 학부모의 급식 참여 및 감시활동이 합리적이고 효율적으로 이루어질 수 있도록 하기 위하여 '학교급식소위원회 학부모위원'을 아래와 같이 모집하고자 합니다.

학부모의 급식참여 활동이 합리적으로 이루어 질 수 있도록 관심 있는 학부모님의 많은 참여를 부탁드립니다, 참여를 희망하시는 학부모님께서 2019년 ○○월 ○○일(○요일)까지 학생 편에 아래의 희망서를 제출하여 주시기 바랍니다.

◎ 학교급식소위원회 위원 활동내용 ◎

- 1) 식재료 납품업체 선정을 위한 방문평가 및 납품업체 위생점검
- 2) 식재료 검수
- 3) 학교급식 위생점검 등 모니터링 실시
- 4) 학교급식 개선에 관한 활동
- 5) 기타 학교운영위원회에서 학교급식소위원회 활동으로 정한 사항

※기타 문의는 영양연구실(☎0070-7097-0510)로 해주시기 바랍니다.

정 왕 중 학 교 장

----- 절 ----- 취 ----- 선 -----

2019학년도 “학교급식소위원회 위원”참여 희망서

(희망하시는 학부모님께서만 작성해 주시기 바랍니다)

학년반	-	학생성명		
학부모성명		연락처	집	
			핸드폰	
다음과 같이 학교급식소위원회 위원을 신청합니다. 2019 년 ○ 월 ○ 일 성 명 (서명)				

정왕중학교장 귀하

안 내 장

(2019학년도 학교급식 학부모검수위원을 모집합니다)

학부모님의 가정이 항상 건강하시고 평온하시기를 기원합니다.

본교에서는 학교급식에 양질의 식재료를 사용함으로써 급식이용자의 만족도를 높이고, 학교급식 구매과정의 투명성을 도모하고자 식재료 검수에 참여할 ‘학교급식 검수위원’을 아래와 같이 모집하고자 합니다.

학부모의 급식참여 활동이 합리적으로 이루어 질 수 있도록 관심 있는 학부모님의 많은 참여를 부탁드립니다, 참여를 희망하시는 학부모님께서서는 **2019년 ○○월 ○○일(○요일)**까지 학생 편에 아래의 희망서를 제출하여 주시기 바랍니다.

▶ 활동내용 : 월 1회 이상 오전 검수과정에 참여(8시 10분 ~ 9시)

※학부모님의 지속적인 관심과 협조를 바라며, 기타 문의는 영양연구실(☎ 070-7097-0510)로 해주시기 바랍니다.

정 왕 중 학 교 장

----- 절 ----- 취 ----- 선 -----

2019학년도 “학교급식 검수위원” 참여 희망서

(희망하시는 학부모님께서만 작성해 주시기 바랍니다)

학년반	-	학생성명		
학부모성명		연락처	집	
희망하는 활 동	()① 식재료 검수 ()② 급식모니터링		핸드폰	
다음과 같이 학교급식 검수위원을 신청합니다. 2019 년 ○ 월 ○ 일 성 명 (서명)				

정왕중학교장 귀하

학교급식 설문조사(학생)

정왕중학교

_____학년

_____반

성별 남 . 여

여러분! 안녕하세요?

이 설문지는 학교급식에 대한 여러분의 의견과 식습관에 대해 알고자 실시하는 것으로
보다 나은 급식을 위해 참고하고자 하오니 솔직한 답변 부탁드립니다.

1. 학교급식 만족도

※ 다음 보기를 보고 급식에 대한 만족도를 골라 V표 해 주세요.

1. 현재 학교급식을 어떻게 생각하십니까?

- ① 매우 만족 ② 만족 ③ 보통 ④ 불만 ⑤ 매우 불만

2. 1번항에 ④,⑤를 답한 경우 만족하지 못한 이유는? (④,⑤에 답변한 학생만 해당)

- ① 싫어하는 음식이 나와서 ② 맛이 없어서 ③ 양이 적어서
④ 위생적이지 않아서 ⑤ 반찬 수가 적어서 ⑥기타_____

3. 급식에서 제공하는 음식의 양은? (제공되는 급식의 평균양으로 답변하세요)

- ① 많다 ② 조금 많다 ③ 알맞다 ④ 조금 부족하다 ⑤ 부족하다

4. 급식에서 주로 양이 부족한 음식은?

- ① 밥 ② 국 ③ 김치 ④ 육류 ⑤ 생선류 ■ 채소류 ■ 튀김류 ■ 기타_____

5. 급식에서 양이 부족한 이유는 ?

- 배식이 잘 안되어서(자율배식 등) ■ 양이 처음부터 부족해서
■ 좋아하는 음식이라서 원하는 양이 많으므로 ■ 기타_____

6. 급식에서 제공하는 음식의 간은?(제공되는 급식의 평균간으로 답변하세요)

- ① 짜다 ② 약간 짜다 ③ 알맞다 ④ 약간 싱겁다 ⑤ 싱겁다

7. 평상시 여러분의 잔반양(먹고 남긴 음식)은 어떻습니까?

- ① 거의 매일 남기지 않고 먹는다 ② 가끔 싫어하는 것이 나오면 조금 남긴다
③ 거의 매일 남긴다 ④기타_____

8. 학교 급식시 주로 남기는 음식은?

- ① 밥 ② 국 ③ 김치 ④ 육류 ⑤ 채소 ⑥ 마른 반찬 ⑦ 생선류 ⑧기타_____

9. 음식을 남기는 이유는?

- ① 음식이 따뜻하지 않다 ② 싫어하는 음식이다
③ 음식이 맛이 없다 ④ 입맛이 없다
⑤ 처음 보는 음식이다 ⑥ 배식양이 너무 많다
⑦ 남기지 않으므로 해당없음

10. 아침식사를 하고 등교합니까?

- ①매일 먹는다. ②가끔 먹는다. ③먹지 않는다.

- 잠깐!! 뒷장에도 설문지가 있습니다.

11. 위 10번에서 ②,③번에 답변한 이유는 무엇입니까?(②,③에 답변한 학생만 해당)

- ① 먹고 싶지 않아서 ② 아침을 먹을 시간이 없어서(늦잠, 바빠서)
③ 아침식사를 준비해 주는 사람이 없어서
④ 맛이 없어서 ⑤ 소화가 안되서
■ 전날 야식을 먹어서 ■ 기타_____

2. 학교급식 기호도

※ 다음 보기를 보고 가장 좋아하는 것을 골라 V표 해 주세요.

1. 식단표 및 급식교육자료(가정통신문, 홈페이지, 김급식등 어플리케이션)는 얼마나 보나요?

- ① 항상 본다 ② 가끔 본다. ③ 전혀 보지 않는다.

2. 가장 좋아하는 밥은 어떤 종류입니까?

- ① 흰쌀밥 ② 잡곡밥(보리밥, 콩밥) ③ 비빔밥 ④ 덮밥(제육덮밥, 카레라이스)
⑤ 볶음밥(새우볶음밥, 오므라이스) ⑥ 죽(백숙, 버섯류) ⑦ 기타_____

3. 가장 좋아하는 음식의 종류는 무엇입니까?

- ① 백반(밥, 국, 반찬) ② 탕/찌개(설렁탕, 곰탕) ③ 일품 음식(볶음밥/김밥/덮밥 등)
④ 면요리(국수, 스파게티) ⑤ 가리지않고 다 좋아한다. ⑥ 특별히 좋아하는 음식이 없다
⑦ 기타_____

4. 급식에 자주 나오면 좋겠다고 생각되는 조리방법의 종류는 무엇입니까?

- ① 조림(연근조림, 생선조림 등) ② 무침(나물무침, 겉절이 등)
③ 튀김(돈까스, 커틀렛, 야채튀김 등) ④ 샐러드(감자샐러드, 과일샐러드 등)
⑤ 구이(생선구이, 빵, 쿠키 등) ⑥ 볶음(제육볶음, 쇠고기야채볶음 등)
⑦ 분식(국수, 김밥 등) ⑧ 탕/찌개(된장찌개, 설렁탕 등)
⑨ 찜(달걀찜, 두부찜, 갈비찜 등) ■ 기타 _____

5. 급식에 자주 나오면 좋겠다고 생각되는 재료의 종류는 무엇입니까?

- ① 육류(돼지고기, 닭고기 등) ② 생선(삼치, 고등어 등) ③ 야채(시금치, 양배추 등)
④ 감자류(감자, 고구마 등) ⑤ 해산물(조개, 미역 등) ⑥ 알류(계란, 메추리알 등)
⑦ 가공식품(햄, 소시지, 어묵 등) ⑧ 기타_____

6. 좋아하는(급식에 자주 나왔으면 하는)메뉴를 여름철 4가지, 겨울철 4가지만 생각나는 대로 적어주세요

(여름철 1. 2. 3. 4.)
(겨울철 1. 2. 3. 4.)

7. 우리 학교 급식에 건의할 내용을 적어주세요

감사합니다.