



# 2024년 1월 식단예정표 및 영양소식지

학생안전체육부  
☎ 031-8042-2754

알레르기 정보	1.난류 2.우유 3.메밀 4.땅콩 5.대두 6.밀 7.고등어 8.게 9.새우 10.돼지고기 11.복숭아 12.토마토 13.아황산염 14.호두 15.닭고기 16.쇠고기 17.오징어 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.잣 식단표 옆에 번호로 표시합니다. <b>특이 식품에 알레르기가 있는 학생은 그날의 식단을 미리 확인 하여 주의 바랍니다.</b>											
우리학교 급식에 사용되는 식재료 원산지	아래 식단은 학교 사정이나 물가 변동에 따라 변경될 수 있습니다. 주별 식재료 원산지 및 영양표시제를 학교 홈페이지에 탑재하고 있으니 참고 하시기 바랍니다.											
	쌀 (햇도미)	김치 (배추, 고춧가루)	소, 돼지, 닭, 오리고기/가공품	낙지, 주꾸미	명태(동태, 코다리)	고등어	오징어/가공품	꽃게	참조기	두부, 콩 /가공품	다량어 /가공품	넙치, 조피볼락, 참돔, 미꾸라지, 뽕장어, 아귀, 가리비, 우렁쟁이, 전복, 방어 및 부세
	국내산 (시흥)	국내산	국내산	국내산, 중국산	러시아산, 미국산	국내산	국내산	국내산	국내산	국내산	원양산, 인도네시아산	국내산

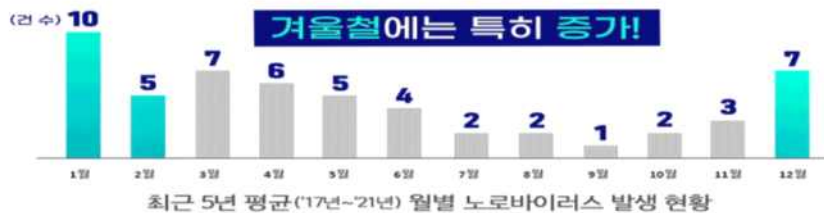
월	화	수 수요일은 다 먹는 날	목	금
---	---	------------------	---	---

학교 축산물 이력번호 조회  
(QR코드를 읽으면 우리 학교에서 사용하는  
축산물 정보를 확인할 수 있습니다.)



1일	2일 <1월 생일 축하의 날>	3일	4일	5일
신정	칼슘찜쌀밥 바지락살미역국(5.6.18) 소불고기(5.6.13.16) 잡채(5.6.10.13) 배추김치(9) 꿀떡	콩나물밥(양념간장) (5.6.13.16) 모듬된장국(5.6) 감자&치즈 품은 새우 (1.2.5.9.13) 꼬들무장아찌 무침(13) 오이김치(9) 딸기	게살오이스터파스타 (1.5.6.8.9.15.17.19) 누룽지송송 돈마호크스테이크 (1.5.6.10.13) 갈릭드레싱샐러드 (1.2.5.12.13) 깍두기(9)	졸업식, 종업식

강추위에도 살아남는 노로바이러스!



**관영 증상**

잠복기간 12~48시간

주요증상 설사, 구토, 구역질, 복통

기타증상 발열, 두통, 몸살

**관영 경로**

음식 또는 물의 환경

오염된 음식, 오염된 물

감염자와 함께 식사, 감염자가 만든 음식, 감염자의 배변이나 구토물

**예방 방법**

손은 흐르는 물에 비누로 30초 이상 자주 씻기

물은 끓여 마시기

식재료는 깨끗한 물로 세척하기

음식은 충분히 익혀먹기

노로바이러스 감염자와 접촉을 금하고 음식 섭취 시 개인 식기 사용하기

**확산 방지 방법**

화장실에서 용변 또는 구토했을 때에는 변기 뚜껑을 닫고 물 내리고, 주변을 철저히 소독하기

구토물은 소독액을 적신 종이타월로 5분정도 덮은 후 닦고 바깥봉투에 담아 바로 폐기하기

문고리, 수도꼭지 등 표면을 소독할 땐 소독제를 도포하고 10분 후 일회용 타월 또는 물걸레로 닦기

노로바이러스 감염자는 조리하지 않고, 증상이 나아진 후에도 최소 2~3일간 공동생활 피하기

출처: 식품의약품안전처

2023년 12월 26일

시 흥 매 화 중 학 교 장 [직인생략]