

2021년 5월 식단표

날짜	5/3(월)	5/4(화)	5/5(수)	5/6(목)	5/7(금)
오전 간식	호두	호두	어린이날 	말린과일	말린과일
점심	잡곡밥 맑은미역국 안동찜닭 시금치나물무침 배추김치	<어린이날 파티> 로제스파게티 치킨너겟/모듬채소 짜요짜요 새콤달콤오이피클	어린이날 	잡곡밥 우렁이두부된장찌개 쫄면채소케찹샐러드 콘과햄버터구이 배추김치	잡곡밥 부추조개국 돈안심달걀조림 들기름무나물볶음 배추김치
날짜	5/10(월)	5/11(화)	5/12(수)	5/13(목)	5/14(금)
오전 간식	볶은멸치 <바비큐파티-몸튼튼>	볶은멸치 <바비큐파티-마음튼튼1>	오이스틱 <바비큐파티-마음튼튼2>	치즈 <바비큐파티-술기튼튼1>	치즈 <바비큐파티-술기튼튼2>
점심	잡곡밥 맑은순두부탕 소시지그라탕 견과류멸치볶음 배추김치	잡곡밥 황태달걀국 메추리알마늘쫄조림 등그랑땡 배추김치	잔치국수 새우튀김 마시는 요쿠르트 배추김치	잡곡밥 애호박된장찌개 두부달걀구이 돼지고기양배추케찹볶음 배추김치	잡곡밥 등뼈감자국 베이컨숙주볶음 깻잎순나물무침 배추김치
날짜	5/17(월)	5/18(화)	5/19(수)	5/20(목)	5/21(금)
오전 간식	아몬드	아몬드	부처님 오신날 	해바라기씨	해바라기씨
점심	잡곡밥 청국장찌개 날치알달걀말이 무말랭이무침 김구이	잡곡밥 미나리무우국 생선까스 진미채무침 무김치	부처님 오신날 	잡곡밥 콩나물국 케찹미트볼 탕평채 무김치	잡곡밥 다시마어묵국 마파두부 맛살감자채볶음 무김치
날짜	5/24(월)	5/25(화)	5/26(수)	5/27(목)	5/28(금)
오전 간식	볶은콩	볶은콩	방울토마토	곡물과자	곡물과자
점심	잡곡밥 다시마감자국 양배추어묵볶음 오이미역초무침 김자반	잡곡밥 버섯수제비국 브로콜리비엔나볶음 치자연근튀김 무김치	삼선짜장면 탕수육 과일 단무지	잡곡밥 돼지고기비지찌개 새우젓호박나물 해물전 무김치	잡곡밥 미역된장국 돼지고기고사리나물 카레떡볶음 무김치

- ◆ 트튼 유치원의 급식은 인공조미료를 전혀 사용하지 않고, 멸치, 다시마, 표고버섯, 건새우, 무 등의 천연재료로 맛을 내고 있습니다.
- ◆ 저염 식사의 일환으로 수요일은 국 없는 일품식단이 제공됩니다.
- ◆ 유아의 일일 권장열량 1,400칼로리 중에서 점심식사의 필요열량은 약 400-450칼로리로 구성됩니다.
- ◆ 간혹 유치원 급식상황에 따른 식단변경이 있을 수 있습니다.
- ◆ 식재료 원산지 안내

쌀	소고기	돼지고기	닭고기	오리고기	달걀	식육가공품	수산물	건어물	김치	콩
국내산	국내산 1등급 친환경 무항생제	국내산 1등급 무항생제	국내산 1등급 무항생제	국내산 1등급 친환경 무항생제	국내산 1등급 친환경 무항생제	육함량국내산 HACCP인증 (수입사용시 별도표기)	오징어-국내산 냉동새우살, 명태살, 가자미 -수입산	멸치 다시마 -국내산	전재료 국내산 으로 원에서 담금	두부- 국내산

수산물 섭취 시 비브리오패혈증 예방하기

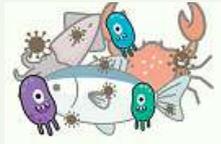
비브리오패혈증은 바닷물 온도가 올라가는 5~6월부터 점차 발생되어 8~9월에 환자가 가장 많이 발생합니다. 날씨가 따뜻해지는 시기이므로 수산물 섭취에 각별히 주의해주세요.

1. 비브리오패혈증이란?

비브리오 패혈증균 (*Vibrio vulnificus*) 감염에 의한 급성 패혈증

감염경로

- 오염된 어패류를 날것으로 먹거나 덜 익혀 먹을 경우 감염
[잠복기 : 약 2일(3시간~최대 8일)]
- 오염된 바닷물에 상처가 닿으면 감염
[잠복기 : 약 12시간]



감염경로

- 발열, 오한, 복통, 구토, 설사, 피부부종, 하지 통증 등
- 고위험군*은 패혈성 쇼크 증상을 유발
*고위험군 : 간 질환자, 만성 질환자(당뇨병, 폐결핵, 신부전 등) 위장관 질환자 등



2. 비브리오패혈증 예방 방법



신선한 상태의 어패류를 구매하고 구매한 식품은 신속히 **냉장보관**



조리 전·후에 비누 등 세정제로 흐르는 물에 30초 이상 **손 씻기**



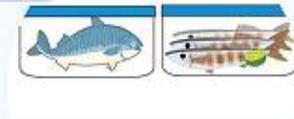
어패류는 **흐르는 수돗물**로 2~3회 **깨끗이 씻기** (해수 사용X)



칼, 도마 등은 사용 전·후 **소독하기**



칼, 도마는 전처리용, 조리용 **구분하여 사용하기**



날 음식과 익힌 음식은 **구분하여 보관하기**