발행처 :
발행일 :
원 장 :

2019년 12월 식단

식단 안내 및 조리지시서

부산진구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

◈ 식단작성 기준

① 중앙급식관리지원센터 『**어린이급식관리지원센터 식단 운영 · 관리 지침**』
② 식품의약품안전처 『**어린이 식단작성 프로그램**』
③ 어린이집 **평가인증** 통합지표
④ **2019년 운영위원회** : 센터장(위원장) 및 지자체 공무원 포함 운영위원 12명 구성
⑤ **식단작성위원회** : 한진숙 센터장 이하 식단작성위원 8명 구성
⇒ 『어린이급식관리지원센터 식단 운영 · 관리 지침』, 『어린이 식단작성 프로그램』, 평가인증 지표에 근거하고 2019년 운영위원회의 자문을 통해 식단을 구성하며 월별 식단에 대해 식단작성위원회의 회의를 거쳐 식단 완성

□ 식단작성 절차

Ⅰ 시장조사 및 자료수집

- 오전·오후 간식과 점심식사의 합산 식단가 : 평균 2,069원/인 기준
  ※ 평균 식단가는 원장대상집합교육 만족도 조사를 통해 산정
- 식단 작성 전 마트와 시장을 통한 시장 조사를 진행(마트 : 부산진구 내 대형마트, 시장 : 부전시장)
- 제철식품 : 귤, 단감, 모과, 배, 사과, 석류, 유자, 키위, 고구마, 늙은호박, 단호박, 당근, 마, 무, 버섯, 생강, 시금치, 연근, 우엉, 대파, 고등어, 꼬막, 꽁치, 낙지, 대게, 대구, 대하, 도미, 삼치, 홍합 등
- little Jin-Friends의 점심시간(개발레시피) : 쇠고기무탕국, 시금치해물전, 아몬드멸치볶음

Ⅱ 초안작성

- **Jin-Pro 식단 메뉴 구성**

<table>
<tr><th></th><th>월</th><th>화</th><th>수</th><th>목</th><th>금</th><th>토</th></tr>
<tr><td>오전간식</td><td>신선한 채소, 과일, 서류 등</td><td>죽 또는 스프</td><td>신선한 채소, 과일, 서류 등</td><td>죽 또는 스프</td><td>신선한 채소, 과일, 서류 등</td><td rowspan="2">죽 또는 두유</td></tr>
<tr><td colspan="5">우유 및 유제품 배치
(유치원 식단에 한함)</td></tr>
<tr><td>점식식사</td><td colspan="5">- 전류 : 주 1회
- 튀김류 및 면요리 : 월 2회
- 일품요리 : 매주 수요일
- 햄, 소시지 등 육가공품 : 월 2회 제한(데쳐서 사용하며, 채소와 함께 조리)
- 어육류군 : 주별 각 1회 이상 구성
- 생일상 : 1일 식단제시(일정에 맞게 활용)</td><td>간편한 조리법으로 구성</td></tr>
<tr><td>오후간식</td><td>서류 등 / 우유 및 유제품</td><td>조리 간식</td><td>떡류 / 우유 및 유제품</td><td>조리 간식</td><td>빵류 / 우유 및 유제품</td><td>유제품</td></tr>
</table>

- **Jin-Green(친환경) 식단 메뉴 구성**
  - 과일은 국내산을 사용
  - 쌀, 잡곡, 밀가루는 유기농 또는 친환경제품으로 사용
  - 달걀은 무항생제, 돼지고기, 쇠고기, 닭 등의 축산물은 무항생제 사용

Ⅲ 식단회의

- **식단회의**
  - 센터 내 「식단작성위원회」를 구성하여 식단 회의 진행
  - 회의날짜 : 식단 제공 일주일 전 「식단작성위원회」와 함께 검토
  - 회의내용 : 초안 작성한 식단으로 회의 및 검토 후 식단 수정

Ⅳ 영양가분석 및 식단제공

- **영양가 분석** : CAN-Pro, 어린이 식단작성 프로그램 사용
- **권장섭취량**
  - 만 1~2세 영아의 하루 권장열량 1,000 kcal, 단백질 권장섭취량 15 g 기준
  - 만 3~5세 유아의 하루 권장열량 1,400 kcal, 단백질 권장섭취량 20 g 기준
- **식단 제공 날짜** : 매달 20일 경(제공일이 주말 및 국가공휴일인 경우 전일 제공)
- **식단 제공 방법**
  - 센터 홈페이지(http://ccfsm.foodnara.go.kr/busanjin) 로그인 > 정보마당 > 월간식단 (※ 식단제공자료는 회원가입 후 다운로드가 가능합니다)
  - 급식소 대표 메일로 발송
- **표준레시피 제공 방법**
  - 센터 홈페이지(http://ccfsm.foodnara.go.kr/busanjin) > 알림마당 > 자유게시판
- **식단감수 기간** : 식단 제공 다음날로부터 약 5일 정도

□ 만1~2세 유아 영양식단 조리 시 주의사항

▶ 만 1~2세 영유아 급식소에서는 조리 시 아래 주의사항을 참고하셔서 조리하시기 바랍니다.

▶ 만 1세 초기(만 12~15개월)의 유아는 발달상황에 따라 이유식 후기 식단을 사용하거나 만 1세의 음식 조리 시 보다 식재료 크기를 작게 하고, 조리법 등을 변경하여 제공하시기 바랍니다.(어린이집 평가인증과 관련된 사항)
※ 이유식 식단 제공 : 부산광역시 육아종합지원센터(http://busan.childcare.go.kr) > 정보마당 > 영유아식단

날짜	메뉴명	조리시 주의사항
2(월)	연근조림	연근은 딱딱하지 않게 조리하고, 먹기 좋은 크기로 썰어 조리한다.
12(목)	코다리조림	생선 사용 시 가급적 순살을 사용하며, 가시 유무를 확인한다.
13(금)	메추리알장조림	메추리알은 기도가 막히지 않도록 먹기 좋은 크기로 썰어 조리한다.
19(목)	오징어볶음	오징어는 먹기 좋은 크기로 잘라 조리한다.
19(목)	온국수	면류를 잘게 잘라 숟가락으로 떠먹을 수 있게 배식한다.
21(토)	연근조림	연근은 딱딱하지 않게 조리하고, 먹기 좋은 크기로 썰어 조리한다.
26(목)	고등어구이	생선 사용 시 가급적 순살을 사용하며, 가시 유무를 확인한다.
28(토)	베이컨크림스파게티	면류를 잘게 잘라 숟가락으로 떠먹을 수 있게 배식한다.
28(토)	견과류조림	견과류는 잘게 다져 조리한다.
밥류	검정콩밥, 수수밥 등의 잡곡밥	소화능력을 고려하여 양을 조절하고, 소화가 잘 될 수 있도록 잡곡을 충분히 불린 후 조리하며, 콩의 경우 잘게 으깨어 혼합한다. 백미 38 g, 잡곡 2 g으로 잡곡의 비율을 5%로 한다.
김치류	배추김치, 깍두기 등	고춧가루를 제거하고 연령에 따라 먹기 좋은 크기로 썰어 배식한다.
간식류	떡, 빵, 달걀, 감자 등	기도가 막히지 않게 반드시 작게 토막 내어 배식한다.
나물류 채소류	시금치나물, 콩나물무침 김치류 등	먹기 쉽도록 잘게 자르고 소금, 국간장, 진간장 등의 염류는 거의 사용하지 않고 참기름, 깨소금으로 맛을 낸다. 채소류는 잘게 썰어 배식한다.
국류	김치콩나물국 등	국의 건더기는 먹기 쉽게 잘게 자르고 소금이나 간장 등으로 간을 더 하지 않는다.
양념류	간장 양념	양념장을 따로 제공하지 않아도 된다.
떡류	간식 떡 등	끈적이는 음식은 기도를 막을 수 있으므로 주의 한다.

발행처 :
발행일 :
원 장 :

HACCP What's up!

12월의 TCS Food - Jin Pro 영양식단(만 3~5세)

부산진구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

☐ TCS Food (Time-temperature Control for Safety) 란?!

= 세균을 비롯한 병원성 미생물들이 빠르게 증식할 가능성이 높아 식중독 위험이 크므로, 안전을 위해 '시간 · 온도' 관리가 반드시 필요한 식품

1. **고단백 · 탄수화물식품 & pH 4.6 이상 & 수분활성도 0.85 이상 식품**
   → 동물성 식품 (우유, 계란, 어패류, 육류) → 익힌 식물성 식품 (익힌 감자 · 콩, 밥, 두부 등)
2. **가열하지 않은 종자발아식품** (새싹채소 → 씨앗 자체 오염 위험도 큼)
3. **식물성 식품 중 가열 · 살균 조치 않은 식품 & pH 4.6 이상 & 수분활성도 0.85 이상**
   → 자른 메론, 자른 토마토, 자른 엽채류 (일반 과일류는 pH 3~4)
4. **복합조리식품 (가열조리식품 + 비가열조리식품)**
   → 파, 마늘 같은 생식 재료 첨가 식품 (나물류 등)
   → 뜨거운 음식 + 식은 음식 혼합 식품 (김밥, 잡채, 유부초밥 등)
   → 생채소 + 익힌 단백질류 또는 전분질류 제품 혼합 식품 (햄감자양상추샐러드)

☐ 12월 식단 중 TCS Food(자른 메론, 자른 토마토, 자른 엽채류, 복합조리식품)는 언제 들어있을까요?

V **밑줄로 표기**되어 있어요. 꼭 확인해주세요.

날 짜	TCS Food	날 짜	TCS Food	날 짜	TCS Food
3(화)	시금치나물	4(수)	상추초무침	5(목)	숙주나물 꼬마김밥
6(금)	토마토	7(토)	과일샐러드	9(월)	가지나물
10(화)	오이무침	11(수)	콩닭콩닭샐러드	13(금)	브로콜리나물
16(월)	참나물무침	18(수)	콘샐러드	19(목)	시금치나물 온국수
20(금)	숙주나물	21(토)	미니유부주먹밥	23(월)	토마토
26(목)	오이무침	30(월)	시금치나물	31(화)	부추나물
생일식단	시금치나물				

☐ TCS Food 조리 시 주의해주세요!

시간 관리

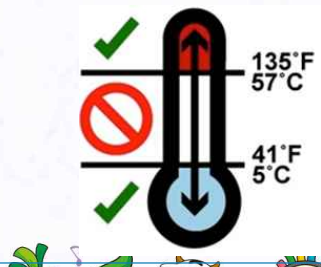
▶ 조리 완료된 음식은 **2시간 이내 배식 완료**할 것

▶ 복합조리식품의 경우 각각의 식재료를 **배식 직전에 혼합**할 것 (1시간 30분 이내)

온도 관리

▶ **신속냉각**
: 4시간 이내에 60℃ 에서 → 10℃ 이하로 온도 낮출 것

▶ **보관 및 배식기준**
: 찬 음식은 5℃ 이하,
따뜻한 음식은 60℃ 이상으로 보관 및 배식할 것



발행처 :
발행일 :
원 장 :

12월 식단 원산지 안내

작성법 및 예시

부산진구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

▶ 본 양식은 조리실 부착 및 비치용이 아닌 가정으로 식단 안내 시 함께 제공해야 하는 안내 양식입니다.

▶ 원산지 표시 대상 품목

☞ 현행 16개 품목에 4개가 추가된 20개 품목이며, 표시품목은 그 가공품을 포함합니다. 가공품 종류는 알기 쉽게 안내하였습니다.

구분	품목
농축산물 8종 (농축산물 8종이 함유된 가공품)	쌀[1](밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 배추김치(배추와 고춧가루), 쇠고기[2], 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기(염소 등 산양포함)
	식육가공품(햄류·소시지류·베이컨류·건조저장육류·양념육류·분쇄가공육제품·갈비가공품·식육추출가공품·식용우지·식용돈지), 배추김치 가공품, 쌀 가공품, 콩 가공품
수산물 12종 (수산물 12종이 함유된 가공품)	넙치(광어), 조피볼락(우럭), 참돔, 미꾸라지, 낙지, 뱀장어(민물장어), 명태(동태, 코다리), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기
	어육가공품(어묵·어육소시지·어육반제품·어육살·연육·기타 어육가공품), 묵류, 젓갈류, 수산물조림, 조미건어포류, 훈제품, 어간장 등

1) 쌀에 해당하는 품목은 백미, 현미, 흑미, 찹쌀
2) 쇠고기가 국내산인 경우 "국내산" 으로 표시하고, 식육의 종류(한우, 젖소, 육우) 중 해당사항 표시

▶ 원산지 일괄표시

☞ 제공되는 메뉴의 품목별 원산지가 모두 동일한 경우에 한해 일괄표시가 가능합니다.
예) 식단에 쇠고기를 포함하는 메뉴가 제공될 경우 원산지가 모두 같으면 일괄표시 가능

☞ 조리법에 나눠 표시 가능합니다.
예) 국거리용 쇠고기 : 국내산 / 반찬용 쇠고기 : 호주산

※ 일괄표시 시 가공품이 포함되는 경우 원산지를 확인하신 후 표시하시기 바랍니다.

품목	원산지	품목	원산지
쌀(백미)	국내산		
배추김치(배추)	국내산		
배추김치(고춧가루)	국내산		
국거리용 쇠고기	국내산 한우		

▶ 음식명별 원산지 안내

☞ 일괄 표시 외 품목을 작성하시면 됩니다.

날짜	음식명	품목	원산지	날짜	음식명	품목	원산지
1	닭고기장똑똑이	닭고기	국내산				
3	쇠고기콩나물밥	쇠고기	국내산 한우				
5	제육볶음	돼지고기	미국산				
9	둥근어묵무조림	연육(명태살)	러시아산				
10	두부참치샐러드	콩(두부)	국내산				
11	해물완자전	오징어 어묵(연육) 돼지고기	국내산 태국산 국내산				
17	떡만둣국	돼지고기	국내산				
19	오징엇국	오징어	국내산				

* 원산지 안내 후 식재료 수급 상황에 따른 원산지 변동이 있을 경우, 빠른 시일 내로 가정통신문이나 홈페이지(또는 SNS) 등으로 변경사항을 다시 안내하셔야 합니다.

발행처 :
발행일 :
원 장 :

12월 식품 알레르기 표시 안내

작성법 및 예시

부산진구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

▶ 본 양식은 조리실 부착 및 비치용이 아닌 가정으로 식단 안내 시 함께 제공해야 하는 안내 양식입니다.

□ 식품알레르기 란?!

= 특정 식품을 먹을 때 몸의 면역시스템이 과다 작용해 몸에 증상 등이 나타나는 것

※ 편식과 식품알레르기를 구분하여 주세요! 식품알레르기로 의심되는 경우 의사의 진단 받는 것을 권장합니다.

□ 식품알레르기 증상

= 피부(두드러기, 홍반, 가려움증), 호흡기(기침, 재채기, 호흡곤란),
소화기(복통,구토)
순환기(빠른 맥, 혈압저하), 신경(의식저하), 아나필락시스(전신 과민반응 쇼크)

□ 식품의약품안전처 고시 식품 알레르기 유발 식품

① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기
⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어
⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합포함)

□ 식단 알레르기 표시관련 안내

(※ 알레르기 표시 안내 예시는 3월만 제공됩니다. 급식소 사정에 맞게 사용하세요.)

☞ 알레르기 유발 식품을 포함하는 메류를 날짜와 함께 해당란에 적어주세요.
예시) 3/4 북엇국 → 난류 칸에 기입

☞ 식품알레르기가 있는 어린이는 부모가 자녀와 함께 식품 알레르기 표시 안내를 꼼꼼히 살피고, 관련 정보를 확인하여 자녀를 보호 할 수 있도록 급식소에서 도와주세요.

☞ 식품 알레르기가 있을 경우 대체 식품을 제공해 주세요.*(같은 식품군으로 변경하여주세요!)*
예시) 우유 → 두유 / 콩 → 멸치 / 밀가루 → 감자, 쌀 / 달걀 → 두부, 콩나물 /
돼지고기 → 쇠고기, 흰 살 생선

□ 식단 알레르기 표시

☞ 아래에 적힌 사항은 중앙급식관리지원센터 표준레시피를 기준으로 작성하였으며, 어린이집의 사정(식단 및 조리법 변경 등)에 맞게 다시 작성하시길 권장합니다.

☞ 아황산류는 표백제, 보존료, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분 식품에 포함되어 있으며 본 센터 식단 알레르기표시에서는 식용유(대두), 양념(간장, 고추장), 아황산류의 표시는 제외하였습니다.

☞ 아래 표시는 만3~5세 식단을 기준으로 작성하였습니다.

날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명
1. 난류		**2. 우유**		**3. 메밀**		**4. 땅콩**		**5. 대두**	
2	당근달걀말이	월,수,금 오후간식		3	메밀전병	28	견과류조림	7	두유
5	꼬마김밥	5	해물완자전					7	온묵국
6	카스테라	6	카스테라					7	과일샐러드
7	과일샐러드	7	김치치즈볶음밥					12	두부된장국
10	만둣국	7	과일샐러드					14	미숫가루
12	채소튀김	7	떠먹는요구르트					16	꽃게탕
13	메추리알장조림	10	타락죽					16	두부구이
13	크림빵	13	크림빵					17	흰콩멸치조림
14	참치마요덮밥	18	크림스프					18	콘샐러드
17	달걀찜	27	모닝빵+딸기잼					20	시래깃국
18	돈가스	28	베이컨크림스파게티					21	두유
18	콘샐러드	30	치즈달걀말이					21	미니유부주먹밥
19	온국수	31	핫도그					23	조갯살된장국
27	모닝빵+딸기잼	생일	치즈케이크					26	된장아욱죽
30	치즈달걀말이	생일	우유					27	두부김칫국
31	핫도그							28	미숫가루
생일	치즈케이크								
6. 밀				**7. 고등어**		**8. 게**		**9. 새우**	
3	메밀전병	18	크림스프	26	고등어구이	5	꼬마김밥		깍두기
4	감자수제비	18	돈가스			16	꽃게탕		배추김치
5	해물완자전	19	온국수					2	동태국
5	꼬마김밥	20	새알심팥죽					3	메밀전병
6	카스테라	21	미니유부주먹밥					5	해물완자전
7	온묵국	24	늙은호박전					7	김치치즈볶음밥
10	떡볶이	26	군만두					7	온묵국
11	돈육짜장밥	27	모닝빵+딸기잼					10	새우살볶음
12	채소튀김	28	베이컨크림스파게티					17	묵은지김칫국
13	어묵국	31	핫도그					31	생새우들깨미역국
13	크림빵	생일	치즈케이크						
17	찐빵								
10. 돼지고기		**11. 복숭아**		**12. 토마토**		**13. 아황산류**		**14. 호두**	
3	메밀전병			6	토마토			5	호두죽
6	돈육찜			7	과일샐러드			28	견과류조림
10	만둣국			14	참치마요덮밥				
11	돈육짜장밥			18	돈가스				
18	돈가스			23	토마토				
23	돈육곤약장조림			27	참치채소볶음				
26	군만두								
28	베이컨크림스파게티								
31	핫도그								
생일	돈불고기								
15. 닭고기		**16. 쇠고기**				**17. 오징어**		**18. 조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)**	
11	콩닭콩닭샐러드	3	쇠불고기			5	해물완자전	5	해물완자전
24	닭볶음탕	9	쇠고기채소볶음			19	오징어볶음	9	홍합살미역국
		17	장국죽					23	조갯살된장국
		31	쇠고기파프리카볶음						

<내용 출처 : 식품의약품안전처>

발행처 :
발행일 :
원 장 :

12월 Jin-Pro 영양식단

(어린이집 만3~5세)

부산진구 어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

구분	2(월)	3(화)	4(수)	5(목)	6(금)	7(토)
오전간식	배	깨죽	귤	호두죽	V토마토	두유
점심식사	기장밥 동태국 당근달걀말이 연근조림 배추김치	현미밥 양파당면국( ) 쇠불고기 V시금치나물 배추김치	흰쌀밥1/3공기 감자수제비 명엽채볶음 V상추초무침 배추김치	검정쌀밥 애호박맑은국( ) 해물완자전 V숙주나물 배추김치	수수밥 근대된장국 돈육찜 파프리카무침 배추김치	김치치즈볶음밥 온묵국 V과일샐러드 깍두기
오후간식	찐단호박 우유	메밀전병	증편 우유	V꼬마김밥	카스테라 우유	떠먹는요구르트
열량/단백질	606/24	681/24	624/21	652/21	671/24	591/22
구분	9(월)	10(화)	11(수)	12(목)	13(금)	14(토)
오전간식	사과	타락죽	바나나	파래죽	감	누룽지죽
점심식사	기장밥 홍합살미역국 쇠고기채소볶음 V가지나물 배추김치	현미밥 만둣국( ) 새우살볶음 V오이무침 배추김치	돈육짜장밥 실파맑은장국 V*콩닭콩닭샐러드 배추김치	검정쌀밥 두부된장국( ) 코다리조림 무생채 배추김치	수수밥 어묵국 메추리알장조림 V브로콜리나물 배추김치	참치마요덮밥 부추맑은국 건취나물볶음 배추김치
오후간식	군고구마 우유	떡볶이	송편 우유	채소튀김	크림빵 우유	미숫가루
열량/단백질	606/23	654/24	658/24	580/23	658/24	583/22
구분	16(월)	17(화)	18(수)	19(목)	20(금/동지전야제)	21(토)
오전간식	귤	장국죽	키위	볶음현미죽	배	두유
점심식사	기장밥 꽃게탕 두부구이 V참나물무침 배추김치	현미밥 묵은지김칫국( ) 달걀찜 *흰콩멸치조림 깍두기	흰쌀밥 크림스프 돈가스 V콘샐러드 배추김치	검정쌀밥 모둠버섯국( ) 오징어볶음 V시금치나물 배추김치	수수밥 시래깃국 오리불고기 V숙주나물 배추김치	V미니유부주먹밥 쇠고기떡국 연근조림 배추김치
오후간식	찐감자 우유	찐빵	절편 우유	V온국수	새알심팥죽 매실차	슬라이스치즈
열량/단백질	572/24	687/24	686/21	622/23	629/24	655/24
구분	23(월)	24(화)	25(수/성탄절)	26(목)	27(금)	28(토)
오전간식	V토마토	잣죽	성탄절	된장아욱죽	사과	누룽지죽
점심식사	기장밥 조갯살된장국 돈육곤약장조림 깻잎나물 깍두기	현미밥 무챗국( ) 닭볶음탕 애호박나물 배추김치		검정쌀밥 콩나물국( ) 고등어구이 V오이무침 배추김치	수수밥 두부김칫국 참치채소볶음 구이김 배추김치	베이컨크림스파게티 가쓰오부시국 견과류조림 배추김치
오후간식	씨리얼 우유	늙은호박전		군만두	모닝빵+딸기잼 우유	미숫가루
열량/단백질	670/23	613/20		633/22	686/24	589/20
구분	30(월)	31(화)	※ 알림			생일식단
오전간식	귤	흑임자죽				한라봉
점심식사	기장밥 북엇국 치즈달걀말이 V시금치나물 배추김치	현미밥 *생새우들깨미역국( ) 쇠고기파프리카볶음 V부추나물 배추김치				찹쌀팥밥 대합미역국 돈불고기 V시금치나물 배추김치
오후간식	찐고구마 우유	핫도그				치즈케이크 우유
열량/단백질	596/23	703/23				657/24

▸ **식품알레르기 유발식품**
난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두, 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함)

▸ **파란색 메뉴 이달의 개발레시피**

▸ V 표시는 TCS Food식단입니다.

▸ **화요일, 목요일**은 염도 기록 날!

발행처 : 발행일 : 원 장 :	12월 식단 원산지 안내	부산진구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

▶ 원산지 표시 대상 품목

구분	품목
농축산물 8종 (농축산물 8종이 함유된 가공품)	쌀[1](밥, 죽, 누룽지), 콩(두부류, 콩국수, 콩비지), 배추김치(배추와 고춧가루), 쇠고기[2], 돼지고기, 닭고기, 오리고기, 양고기(염소 등 산양포함)
	식육가공품(햄류·소시지류·베이컨류·건조저장육류·양념육류·분쇄가공육제품·갈비가공품·식육추출가공품·식용우지·식용돈지), 배추김치 가공품, 쌀 가공품, 콩 가공품
수산물 12종 (수산물 12종이 함유된 가공품)	넙치(광어), 조피볼락(우럭), 참돔, 미꾸라지, 낙지, 뱀장어(민물장어), 명태(동태, 코다리), 고등어, 갈치, 오징어, 꽃게, 참조기
	어육가공품(어묵·어육소시지·어육반제품·어육살·연육·기타어육가공품), 묵류, 젓갈류, 수산물조림, 조미건어포류, 훈제품, 어간장 등

1) 쌀에 해당하는 품목은 백미, 현미, 흑미, 찹쌀
2) 쇠고기가 국내산인 경우 "국내산"으로 표시하고, 식육의 종류(한우, 젖소, 육우) 중 해당사항 표시

▶ 원산지 일괄 표시

품명	원산지	품명	원산지

▶ 음식명별 원산지 안내

날짜	음식명	품명	원산지	날짜	음식명	품명	원산지
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			
/				/			

발행처 : 발행일 : 원 장 :	12월 식품 알레르기 안내	부산진구 어린이급식관리지원센터 Center for Children's Foodservice Management

□ 식품알레르기 란?!

= 특정 식품을 먹을 때 몸의 면역시스템이 과다 작용해 몸에 증상 등이 나타나는 것

※ 편식과 알레르기를 구분하여 주세요! 의사의 처방이 있는 경우 원아를 관리해 주세요.

□ 식품알레르기 증상

= 피부(두드러기 홍반 가려움증), 호흡기(기침 재채기 호흡곤란), 소화기(복통 구토)
순환기(빠른맥 현압저하), 신경(의식저하), 아나필락시스(전신 과민반응 쇼크)

□ 식품의약품안전처 고시 식품 알레르기 유발 식품

① 난류 ② 우유 ③ 메밀 ④ 땅콩 ⑤ 대두 ⑥ 밀 ⑦고등어 ⑧ 게 ⑨ 새우 ⑩ 돼지고기
⑪ 복숭아 ⑫ 토마토 ⑬ 아황산류 ⑭ 호두 ⑮ 닭고기 ⑯ 쇠고기 ⑰ 오징어
⑱ 조개류(굴, 전복, 홍합포함)

□ 식단 알레르기 표시

날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명	날짜	메뉴명
1. 난류		2. 우유		3. 메일		4. 땅콩		5. 대두	
6. 밀		7. 고등어		8. 게		9. 새우		10. 돼지고기	
11. 복숭아		12. 토마토		13. 아황산류		14. 호두		15. 닭고기	
16. 쇠고기		17. 오징어		18. 조개류 (굴, 전복, 홍합 포함)					

<내용 출처 : 식품의약품안전처>