2023년도

급식 운영 계획서

수 암 유 치 원

목 차

contents

Ⅰ. 목표 및 기본방침

1. 목표 ····· 01
2. 기본방침 ····· 01

Ⅱ. 급식현황

1. 기본 현황 ····· 01
2. 급식 인원 ····· 01
3. 연간 급식일수 ····· 01

Ⅲ. 급식운영계획

1. 급식운영 예산 및 관리 ····· 02
2. 운영방법 ····· 02
3. 급식 영양관리 ····· 02
4. 급식 위생관리 ····· 03
5. 위해가능 영양성분 저감화를 위한 식생활 지도 ····· 06
6. 식품 알레르기 관리 ····· 08
7. 식재료 구매관리 ····· 13
8. 음식물 쓰레관리 ····· 13
9. 식습관 및 기호도 조사 ····· 14

Ⅳ. 급식 종사자 관리

1. 급식 종사자 자격관리 ····· 15
2. 급식 종사자 업무분장 ····· 15
3. 급식 종사자 건강검진 결과서 관리 ····· 16

Ⅴ. 급식소 대비 비상대책 구성

1. 비상대책 조직도 ····· 17
2. 학교(유치원)급식 식중독 발생 시 위기경보 대응 체계 ····· 19
3. 식중독 발생 시 대처 방법 ····· 19

Ⅵ. 대상별 영양・위생교육

1. 어린이 영양・위생교육 ····· 20
2. 조리원 영양・위생교육 ····· 20
3. 원장 및 교사 영양・위생교육 ····· 20
4. 학부모 영양・위생교육 ····· 21

Ⅶ. 서식자료

1. 서식자료 ····· 22

Ⅰ 목 표 및 기 본 방 침

1. 급식운영 목표

- 어린이 급식소에서 하루 종일 생활하는 원아들을 위해 올바른 위생관리 기준과 균형 잡힌 급식 제공을 위한 영양관리 기준을 제시하고 보다 안전하고 체계적인 급식 환경을 조성하도록 한다.

2. 급식운영 기본방침

가. 성장기 어린이들의 발육에 필요한 균형 잡힌 영양식 공급
나. 편식교정, 올바른 식습관 지도 등을 통한 올바른 식생활 교육
다. 급식의 효율적이고 위생적인 관리를 통한 급식의 질 향상
라. 급식 식재료 구매와 철저한 영양관리를 통한 급식의 내실화

Ⅱ 급 식 현 황

1. 기본 현황

운영방식	직영	공동관리 여부	X
집단급식소 신고일	2004.05.01	집단급식소 번호	제 0187 호
설치·운영자	박상영	식품위생 책임자	권희은
영양사	최정윤	면허번호	제 128473 호
조리사	권희은	면허번호	제 04829010238X 호
조리원	유순례/심정미	급식보조인력	김정숙
조리실면적	25.2m²	식당면적	27.4m²

2. 급식 인원

(2022. 2. 기준)

반별	풀잎반	초롱반	샘물반	바다반	호수반	샛별반	햇살반	합계
정원	18	18	18	18	18	18	18	126
현원	19	19	18	18	13	14	12	**113**

3. 연간 급식일수

월별	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월	1월	2월	합계
일수	22	20	23	21	21	18	19	20	22	14	22	18	**240**
비고	▶ 토요일, 관공서 공휴일 외 휴일 없음												

Ⅲ 급 식 운 영 계 획

1. 급식 예산 및 관리

항목	인원	단가	식품비	관리비	인건비	횟수	총액
연간 유아 급식비	113	5,216	3,158	162	2,323	240	141,457,920
연간 종사자 급식비	20	5,220	3,160	170	2,330	240	25,056,000
연간 급식비 총액							166,513,920

2. 급식 운영방법

대 상	제공 횟수 (일)		비고
	간식	점심	
유아	2회	1회	주 5 일
교직원		1회	

- [서식Ⅲ-1] 유치원 급식운영일지 서식

3. 급식 영양관리

가. 식단 관리

· 영양이 부족하거나 과잉이 되지 않으면서 적절하게 영양을 공급할 수 있는 식단이어야 하므로 영양사가 작성한 식단을 사용한다.

나. 식단 작성 및 조리 시 고려사항

· 성장기 어린이의 섭취량, 가정에서의 식습관 등을 감안하여 기준량의 ±10%를 공급할 수 있다. 제공되는 식단의 열량은 식품의약품안전처 유아 단체급식 가이드라인에 준하여 1일 에너지 필요추정량 대비 오전 간식 8%, 점심 28%, 오후 간식 10%로 제공한다.
· 신선한 과일과 채소는 비타민, 무기질의 급원이므로 신선한 채소와 과일이 포함되었는지 확인하고, 다양한 방법으로 제공한다.
· 유아가 선호하는 음식 위주로 식단을 작성하다 보면 영양 공급이 과잉되거나 한쪽으로 치우칠 수 있으므로 선호도와 영양공급을 잘 고려하여 식단을 계획한다.
· 단백질과 칼슘이 충분히 함유된 식품으로 구성한다.
· 식재료는 국내에서 생산되는 우리 농산물을 우선 이용하고, 가급적이면 외국 농산물을 사용하지 않도록 한다. (원산지 표시 대상 명기)
· 우리 전통음식의 특징을 살리고 절기에 맞추어 식단을 작성하고, 제철 음식을 사용하여 신선하고 경제적인 식단이 되도록 한다.
· 편식 교육을 위해 채소 스틱 및 다양한 식재료를 제공한다.
· 화학조미료 사용하지 않으며, 유아의 건강을 위해 가공식품을 제한한다.

다. 식품군별 1일 제공 횟수

(단위 : 회)

식품군	1,000 Kcal 기준 (만 1~2세)	1,400 Kcal 기준 (만 3~5세)
곡류	2.4	3.5
고기·생선·달걀·콩류	4.0	6.0
채소류	7.0	10.0
과일류	1.5	2.0
우유·유제품류	4.0	4.0
유지·당류	2.5 (조리 시 사용되는 양념으로 대체)	4.0 (조리 시 사용되는 양념으로 대체)

- [서식ㅠ-2] 식품군별 대표식품 유아 1인 1회 분량
- [서식ㅠ-3] 연령별 1인 1회 적정 배식량
- [서식ㅠ-4] 연령별 음식 크기

4. 급식 위생관리

가. 개인위생관리

- 조리종사자 및 배식에 참여하는 교직원은 식품위생법 제40조 제1항 및 동법 시행규칙 제 49조에 의하여 연 2회이상 건강검진(장티푸스, 폐결핵, 전염성 피부질환 포함)을 실시한다.
- 작업 전 매일 아침 조회 시 조리 종사자의 건강 상태를 확인해야 한다.
- 설사·발열·복통·구토 증상이 있는 자와 손, 얼굴에 상처나 종기가 있는 자, 본인 및 가족 중에 법정 전염병(콜레라, 이질, 장티푸스 등) 보균자가 있거나 발병한 경우는 완치될 때까지 조리작업에 직접 참여시키지 않는다.
- 조리실 내에서는 위생복, 위생모, 앞치마를 착용하고, 머리카락이 위생모 밖으로 나오지 않게 해야 한다.
- 식품 취급 전에 반드시 손을 씻고, 필요한 경우 마스크를 착용하며 용도별(청소용, 조리용, 전처리용)로 장갑 및 앞치마의 색을 구분하여 세척 및 소독 후 사용해야 한다.
- 손톱은 항상 짧게 유지하고 인조 손톱 착용이나 매니큐어를 바르지 않으며, 로션은 세균의 번식을 도우므로 바르지 않는다.

나. 식재료 위생관리

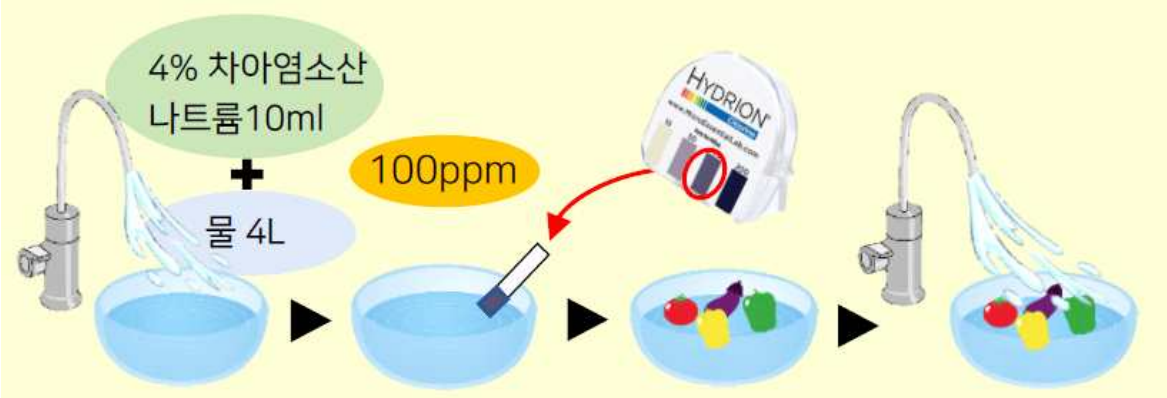
- 식재료의 구매는 식단에 따라서만 이루어지도록 하여 불필요한 구매가 이루어지지 않도록 하며, 가급적 적정 용량의 포장 단위로 구입하여 위생과 안전을 고려한다.

- 식재료 품질을 확인할 수 있는 제품을 취급하는 업체에서 구매하고, 구매 절차는 모두 문서로 남기며, 무표시 또는 무허가 제품, 소비기한이 지난 제품은 구매하지 않는다.
- 납품된 식재료 검수를 진행하고, 냉장이나 냉동상태로 운송되는 식품의 경우는 온도계를 이용하여 온도를 측정한다.
- 검수를 마친 식재료는 즉시 냉장 및 냉동고, 실온 창고, 조리장으로 입고한다.
- 조리장으로 입고된 식재료는 바로 전처리 과정을 거치도록 하며, 온도관리를 요하는 것은 전처리 전까지 냉장·냉동 보관한다.
- 검수에 관한 내용은 검수일지[서식ㅍ-5] 연령별 음식 크기에 기록으로 남김으로써 납품업체 및 물품에 대한 정보를 관리하여야 한다.
- 식품 보관 시 식품과 비식품(소모품)은 구분하여 보관하고 세척제, 소독제 등은 별도 보관한다.
- 대용량 제품을 나누어 보관하는 경우 제품명과 소비기한을 반드시 표시한다.
- 저장된 식재료는 소비기한을 확인하여 관리하고, 선입선출 방식으로 사용할 수 있도록 먼저 입고된 물품을 앞쪽에, 나중에 입고된 물품을 뒤쪽에 진열한다.
- 냉장고(0~5℃ 이하) 및 냉동고(-18℃ 이하)는 적정 온도를 유지하고 보관 식재료가 70%가 넘지 않도록 관리한다.

다. 작업공정별 위생관리

- 세 척 : 채소류, 육류, 어류, 가금류의 순으로 세척한다. 잔류 농약을 효과적으로 제거하는 방법은 담금물 세척법이다. 생선이나 육류는 먹는 물로 충분히 씻고 핏물은 충분히 제거한다.
- 소 독 : 가열하지 않고 생으로 먹는 채소 및 과일류는 소독을 실시하며 4% 차아염소산나트륨 10ml에 물 약 4L를 넣어 100ppm농도를 확인한 후 5분간 침지하였다가 음용수로 냄새가 나지 않을 때까지 세척한다.

● 채소 및 과일 소독 방법



① 가열 조리하지 않는 채소 및 과일은 소독제 10ml에 물 4L를 넣어 100ppm의 소독제를 제조하여 소독 (용기 500ml~3L의 뚜껑 용량=10ml)

② 테스트 페이퍼 등을 사용하여 소독액 농도 확인

③ 5분간 침지하여 소독하고 충분히 세척

- 절 단 : 칼과 도마는 용도별 구분 사용이 원칙이다. 표면이 긁히고 낡은 도마는 교차오염이 발생하므로 교체하도록 한다. 도마 사용 시 한 식품을 사용하고 나서 다른 식품을 사용할 때에는 사용 전에 도마를 10초 이상 물로 헹군다.
- 조 리 : 식품의 중심부가 75℃ 이상으로 가열되고 있는지를 온도계로 확인한다. 온도는 조리 식품 중 가장 두꺼운 부위의 온도를 측정하고 1회 조리 분량마다 3회 이상 측정한다.
- 보존식 : 스테인리스 재질로 뚜껑이 있는 전용 용기에 배식 직전에 종류별로 각각 최소 1인량 (150g이상) 독립 보관하며, 완제품을 제공하는 경우는 원상태(포장상태)로 보관한다. –18℃이하의 보존식 전용 냉동고에 144시간(6일)동안 보관한다.
  보존식은 담당자를 지정하여 날짜, 시간, 채취자명, 메뉴명을 기록하여 관리한다.
- 배 식 : 배식 직전 반드시 손을 세척하고 소독하며, 배식 담당자는 앞치마, 위생모, 마스크를 착용하여 코는 마스크 밖으로 나오지 않도록 하고 귀는 모자 밖으로 나오지 않도록 주의한다. 위생장갑을 착용하더라도 개별 도구(집게 등)로 배식해야 하며, 맨손으로의 배식을 금한다. 조리 후 1~2시간 이내에 배식하도록 한다. 배식하던 용기에 새로운 음식의 혼합을 금지한다. 배식 후 남은 음식은 전량 폐기한다.
- 세척 및 소독 : 세척은 기구와 기기의 표면을 세제로 충분한 거품을 내어 문질러 닦은 후 물로 헹궈내는 작업이다. 소독 전에 반드시 올바른 세척의 단계를 거쳐야 소독의 효과를 확실히 볼 수 있다. 소독은 기구와 기기 표면의 미생물을 안전한 수치로 감소시키기 위해 필요한 과정이므로 기구·기기 등에 따라 사용하는 소독제의 종류, 농도, 침지 시간, 사용방법 등이 달라진다.

라. 시설 · 설비 위생관리

- 자외선 소독고는 살균등이 정상 작동되는지 확인한다. 내부가 청결해야 하며, 물기가 없도록 관리한다. 식품이 닿는 식기의 내면에 자외선이 직접 조사되도록 비치한다.
- 정수기는 꼭지가 외부에 노출되어 오염되기 쉬우므로 수시로 정수기 꼭지를 소독한다. 업체를 통해 필터를 관리하되 교체 시기를 놓치지 않도록 주의하며, 기록부를 비치하여 필터 교환 기록을 남긴다.
- 쓰레기통 및 음식물 쓰레기통은 반드시 뚜껑이 있는 것을 사용하며 페달식 쓰레기통을 사용하면 좋다. 재질은 흡수성이 없으며 단단하고 내구성이 있어야 한다. 악취 및 액체가 새지 않도록 파손된 부분이 없어야 한다. 쓰레기 처리 장소는 쥐나 곤충의 접근을 막을 수 있어야 하며, 정기적으로 구충·구서작업을 실시한다. 하루 작업이 끝나면 반드시 쓰레기통을 비운 후 세척·소독한다.
- 조리실 입구와 창문에 방충·방서시설이 잘 되어 있어 해충의 유입을 막아야 한다. 전문 방역업체에 의뢰하여 방역을 실시하고 방역 일지를 기록하며 소독필증을 첨부하여 보관한다.
- 세제류는 반드시 식품과 분리해서 별도의 공간에 보관한다. 허가되지 않은 세제 또는 독성이 함유된 물질을 주방 내에 보관하지 않아야 한다. 급식 시설에 사용하는 락스, 식기세척기 세제 등은 모두 화학물질에 속하므로 반드시 MSDS(물질안전보건자료)를 보관하고 있어야 하며, 새로운 화학제품을 구입할 경우에는 반드시 MSDS도 함께 보관한다.

5. 위해가능 영양성분 저감화를 위한 식생활 지도

성장기 원아들의 건강 증진을 위해 당, 나트륨이 과다 포함된 식품제공을 지양하고 튀김류 (가공식품 등) 주2회 이하 사용을 권장함

가. 당 저감화를 위한 식생활 지도

- 2020 한국인 영양소 섭취기준에서는 총 당류 섭취량을 총 에너지량의 10-20%로 제한하고, 특히 식품의 조리 및 가공 시 첨가되는 첨가당은 총 에너지 섭취량의 10% 이내로 섭취하도록 권장
- 첨가당의 주요 급원으로는 설탕, 액상과당, 물엿, 당밀, 꿀, 시럽, 농축 과일 주스 등이 있음
- 원아의 건강증진을 위해 첨가당이 과다 포함된 식품 제공을 지양해야 하며, 영양정보 및 표시 확인
- 원아들의 당 섭취 저감화를 위한 식생활 교육을 진행하며 교육 내용은 아래의 내용을 참조할 수 있음
  - 당의 종류 및 특성(맛), 당류식품의 종류
  - 과도한 당 섭취 시 발생되는 몸의 변화
  - 관련 원아 기호 식품의 종류 및 적정 섭취량 및 올바른 당류 식품의 선택과 섭취 방법
- 당 섭취 저감화를 위해 조리원 뿐만 아니라 학부모를 대상으로 하는 식생활 교육 진행

나. 나트륨 저감화를 위한 식생활 지도

- 2020 한국인 영양소 섭취기준에서 3-5세의 충분섭취량은 1,000mg/일로 설정하였고, 만성질환 위험감소 섭취량으로 1,600mg을 설정
- 급식 제공 시 식사준비자(조리원)의 입맛에 맞출 경우 원아들은 과량의 나트륨을 섭취하게 되므로 주의 필요
- 나트륨의 배설을 촉진시키는 과일과 채소를 충분히 급식으로 제공
- 나트륨 섭취 저감화를 위한 식생활 교육을 진행하며 교육 내용은 아래의 내용을 참조할수 있음
  - 나트륨 식품의 정의와 특성(맛)
  - 과다한 나트륨 섭취 시 발생되는 몸의 변화
  - 나트륨 관련 원아 기호 식품(라면, 어묵, 햄, 감자칩 등)에 대한 정보 제공 및 제한
- 나트륨 섭취 저감화를 위해 영양교사·조리원 뿐만 아니라 학부모를 대상으로 하는 식생활 교육 진행
- 국의 염도를 매일 기록하여 나트륨이 과다 섭취되지 않도록 한다(일지에 기록).
  - 맑은 국 0.6이하
  - 장류가 들어가는 국 0.7이하 : 염도계를 사용하여 매일 국 염도 측정하여 조절함
- 식재료 구매와 준비 단계에서 나트륨 줄이기
  - 볶음, 조림, 국 등에 사용되는 간장, 된장 사용량 줄이기
  - 칼륨, 마그네슘이 풍부한 식품 사용
  - 가공식품보다 신선식품 구매하기
  - 나트륨 줄인 양념 재료 구매하기

음식종류	식단 메뉴 변경을 통해서 나트륨을 줄이는 방법
밥	· 짠맛의 민감도를 높여주는 현미 사용량을늘리고 칠분도미와 찹쌀 잡곡만으만 밥을 지어 제공 · 나트륨 배설을 촉진하는 각종 채소를 이용한 밥(영양밥, 곤드레밥, 뿌리채소 영양밥, 콩나물밥 등)을 제공
찌개	· 나트륨 함량이 많은 찌개보다는 맑은 국을 이용하고 조개를 사용하여 감칠맛을 더욱 강조한 음식을 제공 · 국물에는 콩나물, 들깻가루, 두유 및 생각, 미나리 등을 첨가하여 조리
생선	· 조림보다는 소금 간을 하지 않는 생선 이용 · 조리 시에 소금을 뿌리지 않고 카레 가루나 허브, 향미 채소 등을 이용 · 생선을 조리할 때는 생선 자체에 나트륨 함량이 많으므로 조림보다는 구이 제공
나물	· 소금, 간장 사용량을 줄이고 들깻가루 등의 천연 조미료를 사용하여 싱거운 느낌을 보완함 · 나물을 미리 무쳐 놓으면 시간이 지나면서 삼투압에 의해 채소에서 수분이 나와서 간이 희석되기 때문에 배식 전에 바로 간을 하는 것이 좋음
김치	· 배추는 절이는 과정에서 많은 양의 나트륨을 giadb하게 되므로 나트륨 함량이 높은 김치 제공 횟수를 줄이고 절이는 과정을 생략할 수 있는 양배추 오이를 이용한 김치류를 제공 · 신맛을 강조한 피클을 활용하여 제공

다. 지방 저감화를 위한 식생활 지도

- 2020 한국인 영양소 섭취 기준에서는 원아(3-5세)의 적정 지질 섭취 기준은 하루 섭취 에너지량의 15-30% 수준, 포화지방산은 총 에너지 섭취량의 8% 미만, 트랜스지방산은 1% 미만으로 설정
- 돈까스와 같은 튀긴 음식의 제공 횟수를 제한하며 버터, 마가린, 쇼트닝 등이 많이 함유된 빵과 케익 등을 제공 시 포화지방과 콜레스테롤, 트랜스지방 함유량 확인 필요
- 튀김·볶음 조리보다는 삶기·찜·구이·수육 등의 조리법 사용 권장
- 원아들의 지방 섭취 저감화를 위한 식생활 교육을 진행하며 교육 내용은 아래의 내용을 참조할 수 있음
  - 지방의 종류 및 특성(맛)
  - 과도한 지방 섭취 시 발생되는 몸의 변화
  - 관련 원아 기호 식품의 종류 및 적정 섭취량
  - 건강한 지방의 선택과 섭취 방법
- 지방 섭취 저감화를 위해 조리원 뿐만 아니라 학부모를 대상으로 하는 식생활 교육 진행

6. 식품알레르기 관리

가. 식품알레르기 증상

증상으로는 발진, 두드러기, 아토피피부염, 가려움, 습진 등의 피부 증상과 구토, 복통, 설사, 혈변 등의 위장관 증상, 콧물, 비염, 천식 등의 호흡기 증상과 두통, 알레르기성 결막염, 야뇨증 등을 일으키며 심하면 호흡곤란, 혈압강하, 전신성 쇼크 등을 유발할 수 있다.

○ 아나필락시스

- 심각하고 치명적인 전신적 알레르기 반응
- 원인 식품 노출 후 갑작스럽게 발생, 빠르게 진행되며 생명을 잃을 수도 있어, 즉각적인 응급처치를 요함
- 섭취 후 수 분~2시간 이내 나타나며, 과거력이 없는 경우에도 처음 반응 일으킬 수 있으며, 이전 반응 경미했어도 재발 시 심각한 반응으로 나타날 수 있으므로 심각한 증상과 경한 증상 구분하여 알아야 함
- 철저한 원인 식품 제거식으로 사고 예방
- 사고 발생 시 에피네프린 근육주사(대퇴부 바깥쪽, 삼각근) 등 준비된 대응 필요

○ 식품 의존성 운동 유발 아나필락시스

- 원인 식품 섭취 후 ▶ 최소 2시간 이내 운동 시 ▶ 아나필락시스 동일 증상 발생
- 원인 식품만 먹거나, 운동만 하면 증상 없음, 원인 식품+운동 병행 시만 발생

- 식사 후 바깥 활동하는 경우 관찰 필요

○ **아토피피부염**

- 식품과 연관성 높고, 유전적 요인에 발생하는 만성 염증성 알레르기 질환
- 가려움증, 건조, 피부 갈라짐, 진물이 대표 증상
- 의사 진단 없이 임의로 특정 식품 제한, 첨가물 함유 식품 제한, 식물성 식품만 섭취(X)

▶ 영양불량 위험 매우 높음 ▶ 의사의 진단 식품만 제한

나. 식품알레르기 원인식품

구분	식품 알레르기 유발하기 쉬운 식품
곡류	메밀, 밀 (빵, 과자, 국수)
두류	대두 (두유, 두부)
과일류	복숭아, 귤, 오렌지
채소류	토마토
육류·난류	쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 계란(어묵, 마요네즈, 케이크)
우유류	우유 (요구르트, 아이스크림, 치즈, 분유)
어패류, 갑각류	오징어, 등 푸른 생선 (고등어 등), 게, 조개류(굴, 전복, 홍합 포함), 새우
견과류	땅콩, 호두, 잣

※알레르기 유발식품 : ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧게 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토 ⑬아황산류(가공식품류) ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯쇠고기 ⑰오징어 ⑱조개류(홍합, 전복, 굴, 홍합 포함) ⑲잣

(*아황산류는 표백제, 산화방지제 목적으로 사용되는 식품첨가물의 형태로 대부분의 식품에 포함되어있습니다.)

다. 식품알레르기의 관리

- [서식Ⅲ-7] 식품알레르기 관리메뉴얼
- [서식Ⅲ-8] 식품알레르기 실태 조사서
- [서식Ⅲ-9] 식품알레르기 상세 조사서(상담용)
- [서식Ⅲ-10] 식품알레르기 원아 기록 카드
- [서식Ⅲ-11] 식품알레르기 원아 관리 대장
- [서식Ⅲ-12] 알레르기 표시 식단 활용법

○ 1단계) 식품알레르기 조사 실시

- 조사시기: 입학, 전입시
- 조사항목: 식품알레르기 유무, 원인 식품 및 증상, 반응시간, 해당 식품 제한 여부, 다니는 병원 및 연락처(비상시 후송)

○ 2단계) 식품알레르기 원아 관리

- 사전에 식단표를 확인하여 원인 식재료 포함된 메뉴 확인, 표시
- 해당 원아 가정으로는 알레르기가 표시된 식단표를 제공, 가정에서도 함께 관리

○ 3단계) 해당 원인 식품 제거, 대체 여부 결정

① 원인 식품 제거

- 부재료인 경우로 원인이 되는 식품을 먹이지 않는다.
- 음식 조리 시 해당 원인 식품을 넣기 전 알레르기 원아를 위해 1인분을 덜어낸 후, 재료를 넣어 다른 원아를 위한 음식 조리
- 예) (달걀) 달걀 북어국 → 달걀 풀기 전 1인분 국을 따로 떠놓고, 달걀을 풀어 다른 원아용 조리

② 원인 식품 대체

- 주재료인 경우로 알레르기 원아를 위해 다른 메뉴로 대체
- 김구이, 달걀프라이, 다른 과일 등(가능한 동일군으로 대체하여 제공)
- 예) (달걀) 달걀말이 → 두부, 생선, 고기 등 다른 단백질류 제공(권장)

③ 신선한 식품을 선택하고 가공식품, 반조리 식품은 피한다.
④ 식용유는 신선한 것을 사용하고, 향신료는 사용하지 않는다.
⑤ 신선한 과일과 채소, 우유를 충분히 섭취시킨다.
⑥ 규칙적으로 식사하고 당이나 지방이 많이 함유된 식품은 피한다.
⑦ 면역력 강화를 위해 단백질을 급식에서 한 가지 이상 제공한다.

□ 알레르기 식품별 관리 지침

식품	식품 별 관리 지침	
난류	- 달걀이 들어가 있는 과자나 케이크 등 기호 식품이 많아 주의가 필요. - 단백질을 제공할 수 있는 육류, 어류, 콩류(두부)로 대체	
우유 및 유제품	- 제한 시 칼슘 섭취 부족이 문제가 될 수 있음 - 칼슘 강화 두유 또는 멸치, 두부, 해조류로 대체	
메밀	- 메밀을 간혹 밀로 표기해 공급되는 경우 있어 사고가 종종 나는 식품 - 곡류군인 쌀, 떡, 감자 등으로 대체	
땅콩	- 매우 소량에도 반응하고 증상이 심각한 경우가 많아 세심한 주의 필요. 다른 견과류와의 교차반응에 대한 보고가 있어 다른 견과류와 반응 확인	- 조리 시 제외하며, 간식에 포함된 경우 과일 등으로 대체 제공
대두	- 대두를 이용한 제품이 많기 때문에 원료를 꼼꼼히 확인하여야 함. - 단백질을 제공할 수 있는 육류, 어류, 난류로 대체.	
밀가루	- 많은 가공품에 들어 있기 때문에 가공품의 원료를 꼼꼼히 확인해야 함. - 곡류군인 쌀, 떡, 감자 등으로 대체.	
고등어	- 단백질을 제공할 수 있는 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체. cf. 갑각류, 연체류, 패류는 각각 생선과는 다른 항원임.	
게	- 단백질을 제공할 수 있는 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
새우	- 단백질을 제공할 수 있는 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
돼지고기	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
복숭아 토마토	- 먹을 수 있는 다른 과일이나 채소로 필요한 비타민, 미네랄 등 미량 원소, 식이섬유 등을 섭취하도록 함.	
아황산염	- 과실주・와인・건조과일・음료・단무지 등 다양한 식품에 표백제・보존료・산화방지제로 첨가되는 물질. - '산성아황산나트륨(또는 아황산나트륨, 차아황산나트륨, 무수아황산, 메타중아황산칼륨, 메타중아황산나트륨)'과 그 용도인 산화방지제는 '산화방지제', 표백용은 '표백제', 보존용은 '합성보존료'를 표시함.	- 식품 표시사항 확인하여, 포함된 식품 제외하고 다른 식품 제공. 예) 건조과일 → 생과일 음료 → 우유

닭고기	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
쇠고기	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
오징어	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
조개류	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
홍합	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
전복	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
굴	- 단백질을 제공할 수 있는 어류, 육류, 난류, 콩류(두부)로 대체.	
키위	- 먹을 수 있는 다른 과일이나 채소로 필요한 비타민, 미네랄 등 미량 원소, 식이섬유 등을 섭취하도록 함.	
호두	- 매우 소량에도 반응하고 증상이 심각한 경우가 많아 세심한 주의 필요. 다른 견과류와의 교차반응에 대한 보고 있어 다른 견과류와 반응 확인.	- 조리 시 제외하며, 간식에 포함된 경우 과일 등으로 대체 제공.
잣	- 견과류 모두에 알레르기 반응을 보일 수 있으므로 주의 필요	- 조리 시 제외하며, 간식에 포함된 경우 과일 등으로 대체
참깨	- 참기름 또한 주의해야하며 다른 종류의 기름으로 대체 또는 제거	

※ 유아에게는 이 외의 다양한 알레르기가 있을 수 있으니 입학 전에 반드시 부모에게 확인해야한다.

7. 식재료 구매관리

가. 기본원칙

- 안전하고 우수한 식재료 구매를 통한 급식의 질 향상 및 수요자 만족도 제고
- 객관적이고 공정한 절차에 따른 식재료 공급업체 선정으로 투명서 확보

나. 구매방법

- 월 2천만원미만으로 1인 견적 수의계약

업체명	광록
대표자	이재술
사업자등록번호	132-16-29057
집단급식소 식품판매업 영업신고증 번호	제 2019-0042531호
식재료 조달방법	주2회

*냉장/냉동차 보유 및 주기적 소독

- 마트 및 온라인 몰 직접구매 병행
- 1년/2회 건강검진 (장티푸스, 폐결핵, 전염성 피부질환 관련 검사)

8. 음식물 쓰레기 관리

가. 음식물 쓰레기 줄이기 추진 방향

1) 음식물 쓰레기 줄이기를 실천한다.
2) 올바른 식생활 습관의 생활화 교육을 실시한다.
3) 유아들이 스스로 참여 할 수 있도록 홍보 및 계도 교육을 강화한다.

나. 음식물 쓰레기 줄이기 추진 내용

1) 음식물 쓰레기 줄이기 실천
   ① 영양가를 고려한 가장 적절한 식단을 작성한다.
   ② 유아의 시호도 등을 설문 조사하여 식단에 반영하도록 한다.
   ③ 제철 식품을 이용하여 가장 필요한 영양을 섭취할 수 있도록 한다.
   ④ 음식물 쓰레기를 감량할 수 있는 조리법을 연구 개발하도록 한다.
   ⑤ 식품구입 시 신선한 식품과 적정량의 식품을 구입함으로써 폐기율과 음식낭비의 최소화에 힘쓴다.
   ⑥ 정확한 급식인원을 파악하여 음식의 낭비가 없도록 한다.
   ⑦ 구입과정 중 의 포장 등 재활용이 가능한 것(계란판, 두부판, 콩나물통 등)은 업자로 하여금 수거하도록 한다.

다. 식품의 조리과정

정확한 물품 계량을 통하여 음식 쓰레기가 적을 수 있는 조리법 개발 및 필요 없는 폐기가 없도록 조리종사원에게 교육한다.

라. 배식 및 식사과정 (음식 다 먹기 중점)

1) 유아의 필요 영양에 알맞은 배식을 할 수 있도록 지도한다.
2) 식생활 습관 교육 및 스티커 붙이기 등의 이벤트를 통해 음식물 쓰레기를 줄일 수 있는 습관을 기르도록 지도한다.

마. 잔반 처리 과정(음식물 쓰레기의 퇴비화 중점)

1) 사용 후 남는 식품은 재활용(튀김 후 폐식용유는 비누제조에 활용) 한다.

9. 식습관 및 기호도 조사

유치원급식 효과를 분석하여 표로 작성하고, 기호도 조사는 **연 1회이상** 실시하고, 분석결과는 식단에 반영함으로써 식사에 대한 만족도를 높이고 또한 식습관 교정의 기본 자료로 삼는다.

종 류	기 간	방 법	분 석 결 과
◦ 기호도 ◦ 급식만족도	학기 중	◦ 설문조사	◦ 간략한 기술형 ◦ 종류별 분석

Ⅳ 급 식 종 사 자 관 리

1. 급식종사자 자격관리

- 집단급식소에 해당하는 경우 식품위생법 제51조, 52조에 의거 영양사와 조리사를 두어야 하며 식품위생법 제53조 조리사의 면허법 개정에 따라 조리사가 되려는 자는 국가 기술자격법에 따라 해당 기능분야의 자격을 얻은 후 특별자치도지사, 시장, 군수, 구청장에게 면허증을 발급받아야 한다.
- 집단급식소의 설치, 운영자 또는 식품위생관리책임자는 매년 1회 한국식품산업협회에서 주관하는 식품위생교육을 받아야 한다. 단, 식품위생법 제41조 제3항에 따라 영업자가 영업에 직접 종사하지 아니하거나 두 곳 이상의 장소에서 영업을 하는 경우에는 보건복지가족부 예규 제26호 제3조에 의거 종업원 중 영업자(대표자)가 지정한 위생관리책임자가 교육을 받을 수 있다.
- 집단급식소에 종사하는 조리사의 경우 식품위생법 제56조(교육) 및 같은 법 시행규칙 제83조 규정에 의거 2년마다 한국조리사중앙회에서 위생교육을 받아야 한다. 정기교육은 짝수년도에 진행되며 홀수년도에 특별위생교육을 진행하게 될 경우 이 또한 받아야 한다. 한 곳의 집단급식소에 근무하는 조리사가 2인 이상인 경우, 2인 이상 모두 한국조리사중앙회의 교육을 이수하여야 한다.

교육대상	교육주관	교육 주기
설치·운영자 / 식품위생관리 책임자	한국식품산업협회	1년 1회
영양사	대학영양사협회	2년 1회 보수교육(홀수년) 2년 1회 식품위생교육(짝수년)
조리사	한국조리사회중앙회	2년 1회 * 특별위생교육은 추가로 진행

2. 급식종사자 근무계획

가. 급식 종사원구성

영양사	조리사	조리보조원	급식보조
1명	1명	2명	1명

나. 담당업무 및 부재 시 업무대행자

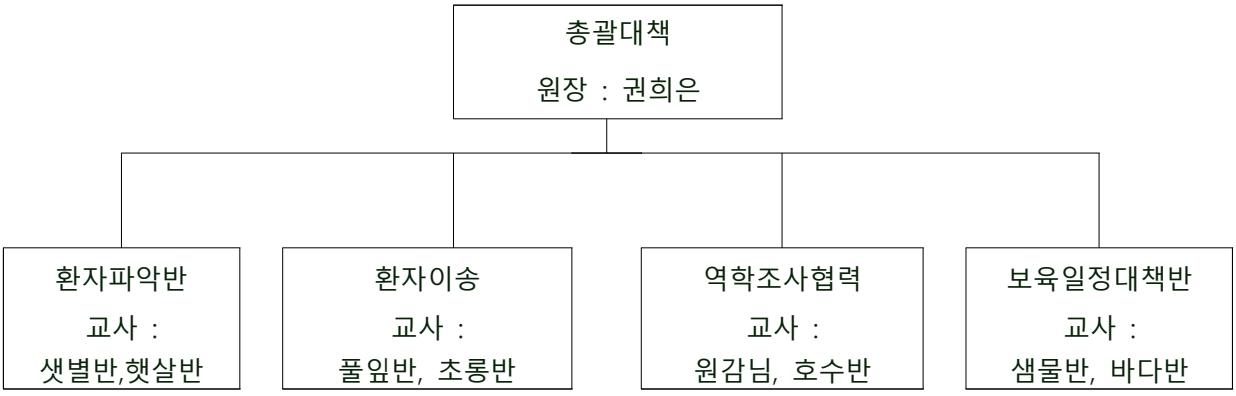
구 분	담당자	활 동 내 용	업무대행자
영양사	최정윤	. 월별 식단 및 표준 레시피 작성 . 연 4~6회 위생・영양관리 순회방문	조리사
조리사	권희은	. 조리 관련 업무 총괄 . 검수, 조리, 배식, 세척, 청소 등	영양사
조리실무사	유순례 심정미	. 조리, 배식, 세척, 청소 등 . 급식 운영 일지 작성	급식보조
급식보조	김정숙	. 조리, 배식, 세척, 청소 등	조리실무사

3. 급식 종사자 건강검진결과서(보건증) 관리

- 조리사 및 급식을 배식하는 교사는 **검진일** 기준 1년/2회 건강검진 결과서(장티푸스, 폐결핵, 전염성 피부질환 관련 검사)를 발급받아 비치한다.

Ⅴ 급 식 사 고 대 비 비 상 대 책 구 성

1.비상대책 조직도



2. 학교(유치원)급식 식중독 발생 시 위기경보 대응 체계

가. 위기경보 수준

위기 경보		판단 기준
예방 (Green)		○ 연간 상시 주의(1~12월)
1단계	**관심** (Blue)	○ 식중독 지수 **55미만** ○ 서울이외지역 유치원에서 식중독발생시
2단계	**주의** (Yellow)	○ 식중독 지수 **55이상-71미만** ○ 서울지역에서 식중독 1개원 발생시
3단계	**경계** (Orange)	○ 식중독 지수 **71이상-86미만** 식중독 확산 가능성이 나타날 때 ○ 1일 식중독 2교 발생시 ○ 5일 이내(토·공휴일제외) 연속 3교 식중독 발생시
4단계	**심각** (Red)	○ 식중독 지수 **86이상** 식중독 확산 가능성이 농후할 때 ○ 5일 이내(토·공휴일제외) 연속 4교 이상 식중독 발생시

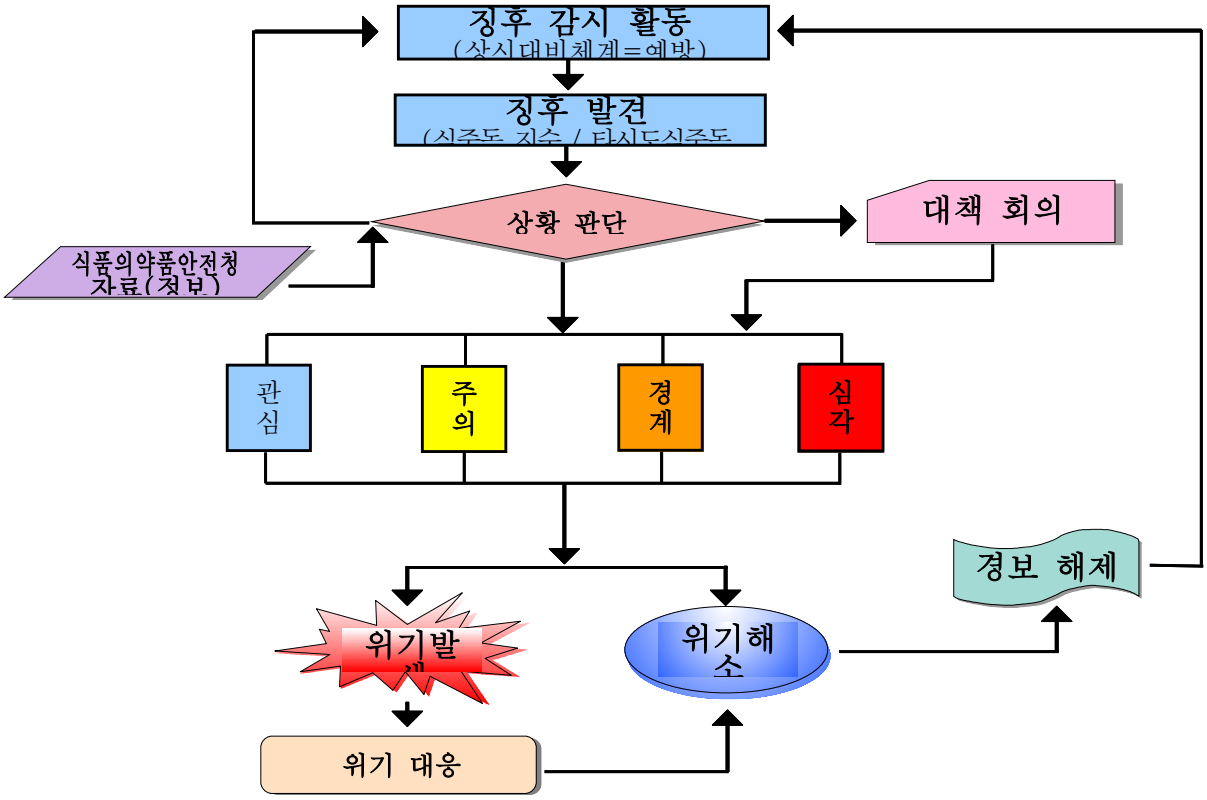
※ 각 단계별 식중독 위기경보 대응조치는 식중독 발생 유치원에 따라 운영

나 . 징후 감시 및 발견

- 식중독 지수 및 타·시도 학교급식 식중독 사고 등 모니터링
- 식품의약품안전청, 기상청 등 유관기관 연계망 구축

• 학교(유치원)급식관련 집단환자 발생 사고 접수

다 . 위기 경보 대응 체계도



라 . 각 단계 별 위기 경보 대응 조치

1) 관심단계

- 검수 및 조리, 식품 취급에 대한 관심 및 주의
- 조리종사원에 대한 주의
- 식중독 조기경보 시스템 납품업체 입력·관리

2) 주의단계

- 식자재 검수, 조리, 식품 취급 등에 대한 특별 관리
- 조리종사원 위생교육 및 원아 대상 개인위생관리 강화
- 식중독 발생 유치원 급식 및 급수 중단 조치
- 유사 증상 원아 모니터링 실시

※ 식중독 발생학교(유치원)와 동일 납품업체를 이용할 경우 환자 모니터링을 더욱 강화 (식중독조기경보시스템 확인)

3) 경계단계

- 단위 유치원 식단 검토 및 조정
- 조리종사원 위생교육 및 원아 개인 위생관리 강화

- 식자재 검수, 조리, 식품취급 등에 대한 특별관리
- 식중독 발생 유치원 급식 및 급수 중단 조치
- 유사 증상 원아 모니터링 강화(전체 유치원)

4) 심각단계

- 단위 유치원 식단 검토 및 조정
- 조리종사원 위생교육 및 원아 개인 위생관리 강화
- 식자재 검수, 조리, 식품취급 등에 대한 특별관리
- 식중독 발생 유치원 급식 및 급수 중단 조치
- 유사 증상 원아 모니터링 강화(전체 유치원)
- 유치원 단위 '식중독 예방 감시반' 가동

3. 식중독 발생 시 대처 방법

1) 집단발생으로 의심되면 원장은 구청 보육지원팀과 보건소에 신속히 보고한다.
(동일 원인으로 추정되는 동일 증세로 식중독 증상 환자가 2명 이상 발생한 경우)
2) 유증상자 상태별 조치(병원 이송, 귀가 조치-학부모와 연락)
3) 보존식을 확보한다.
3) 식중독 발생 시 사용 중인 보존식이나 식재료는 역학조사가 완료될 때까지 폐기하거나 소독 등으로 현장을 훼손해서는 안 되며, 원인 규명을 위한 행위를 방해해서는 안 된다.
(보존식, 조리사(원) 보건증, 위생관리기록, 공정 과정 기록 등)
4) 가정통신문을 발송하여 학부모에게 식중독 등 발생 사실을 통보하고, 가정에서 발생 시 보건소 또는 인근 의료기관에 진료를 받도록 지도한다.
5) 위생교육을 강화한다.

Ⅵ 대 상 별 영 양 · 위 생 교 육

1. 어린이 영양·위생교육

기간	교육 번호		내용	대상
상반기 (택1)	1	위생	뽀드득뽀드득 손을 씻어요!	
하반기 (택1)	2	영양	골고루 먹어요!	

2. 조리원 영양·위생안전교육

회차	월	교육내용
1차	3월	유통기한 과 소비기한
2차	4월	식품보관 및 해동방법
3차	5월	식품용 살균제 안전하게 사용하기
4차	6월	무허가 무표시 원료식품
5차	7월	식품알레르기 바로알기
6차	8월	조리도구 구분 ,소독관리
7차	9월	벌레,이물예방요령
8차	10월	상황별 안전사고 예방법
9차	11월	안전식품첨가물
10차	12월	보존식 관리방법
11차	1월	안전한 달걀 사용방법
12차	2월	식용유 화재 예방관리

3. 원장 및 교사 영양·위생교육

○ 어린이 식생활 식습관 개선교육

○ 유아 영양관리

- 유아의 영양관리의 중요성
- 유아의 영양 현황과 식사구성안

4. 학부모 영양·위생교육

1) 가정통신문을 통한 부모 교육

○ 채소와 영양소

입맛도 건강도 좋아지는 영양소 가득한 채소 이야기를 구성하여 정보 제공

<채소와 영양소 가정통신문 내용>

월	채소	월	채소
1월	시금치	7월	가지
2월	우엉	8월	토마토
3월	버섯	9월	고구마
4월	양배추	10월	브로콜리
5월	피망	11월	당근
6월	연근	12월	파

○ 영양 및 위생 자료 제공

월	주제
5월	유아 1인 1회 적정배식량
6월	여름철, 장염비브리오 알아보기
7월	식품 알레르기 바로 알기
8월	음식물 쓰레기 줄이기
9월	식품 속 아크릴 아마이드 주의하기
10월	나들이 철 식중독 예방법
11월	당류 건강하게 섭취하기
12월	노로바이러스 식중독 예방하기

Ⅶ 서 식 자 료

[서식Ⅲ-1] 유치원 급식운영일지 서식

급 식 일 지

2023 . . .

구 분		유아				유아외			총원
		3세	4세	5세	총원	교직원	기타	총원	
중식	재적인원								
	급식인원								
	식단가(원)			월/년(회)			누적인원(월/년)		
	검식						학부모참여(월/년)		
	특기사항/비고								

냉장·냉동고 온도확인	구분	시간(00:00)	냉장온도(0~5℃)	냉동온도(-18℃이하)
	출근 후	:		
	퇴근 전	:		

식기세척기·식기소독고 관리	식기세척기			식기소독고		
	헹굼물 온도 (℃)	확인 ( )	확인 ( )	설정온도온도 (℃) 및 시간 (:)	확인 ( )	확인 ( )
※ 소독이 가능한 섹기세척기가 있는 경우, 식기세척기나 식기소독고 중 하나만 기록	관리기준 - 세척기 통과 식판 온도 71℃이상 - 세제 잔류 여부 확인 관리방안 - 세척기 작동법의 지시온도 이상에서 가동확인 - Thermo-label로 소독확인 개선조치 - 세척기 A/S			관리기준 - 식기소독고 내 식판 표면온도 71℃ 이상 관리방안 - 식기소독고 설정 온도 시간 확인 - Thermo-label로 소독확인 개선조치 - 식기소독고 온도, 시간 조정		
	Thermo-label 부착(월 1회) 20____.____.____.			Thermo-label 부착(월 1회) 20____.____.____.		

요리명	식품소분류명/식품명	1인량 g/ml	에너지 (kcal)	탄수화물 (g)	단백질 (g)	지방 (g)	비타민 A (㎍ RE)	비타민 B_1 (㎎)	비타민 B_2 (㎎)	비타민 C (㎎)	칼슘 (㎎)	철분 (㎎)
주식												
국/찌개												
주반찬												
부반찬												
김치류												
총합계												

배 식 기 록 지

2023 . . .

<table>
<tr><td rowspan="2">급 식</td><td rowspan="2">음식명</td><td colspan="2">조리</td><td colspan="5">배식</td></tr>
<tr><td>완료</td><td>담당자</td><td>완료</td><td rowspan="2">2시간 이내</td><td rowspan="2">위생 복장 등 착용</td><td rowspan="2">확인장소</td><td rowspan="2">서 명</td></tr>
<tr><td>시간</td><td>서 명</td><td>시간</td></tr>
<tr><td rowspan="8">오전
간식</td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td>풀잎반</td><td></td></tr>
<tr><td>초롱반</td><td></td></tr>
<tr><td>샘물반</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td>바다반</td><td></td></tr>
<tr><td>호수반</td><td></td></tr>
<tr><td>샛별반</td><td></td></tr>
<tr><td>햇살반</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="6">점심</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>풀잎반</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>초롱반</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>샘물반</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>바다반</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>호수반</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>샛별반</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>햇살반</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="6">오후
간식</td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3"></td><td>해님1반</td><td></td></tr>
<tr><td>해님2반</td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td rowspan="4"></td><td>별님1반</td><td></td></tr>
<tr><td>별님2반</td><td></td></tr>
<tr><td>달님반</td><td></td></tr>
<tr><td>개선조치
기록</td><td colspan="8"></td></tr>
<tr><td colspan="9">1) 과일 등 조리가 필요한 간식은 조리완료시간을 기입
2) 완제품 간식은 조리완료시간을 기입하지 않으나 배식완료시간은 기입
3) 조리완료 후 배식 완료 시까지 2시간을 초과할 경우, 개선조치 방안 마련해 기록</td></tr>
</table>

식품취급 및 조리

2023 . . . 확 인 자 : 최정윤 (확인)

식단명	식재료명	취급 및 조리방법										식품중심 온도확인	소독제농도 시간확인
		다듬기	볶기	세척	데치기	썰기	조리기	끓이기	튀기기	굽기	찌기		

	가열 조리 온도	채소 과일 소독
기준	- 식품중심 온도 75℃ (패류85℃) 1분 이상	- 염소 농도 100~130 ppm 5분간 침지 혹은 이와 동등한 소독효과를 가진 살균소독제의 용법 준수
관리방안	- 기준온도 이상 가열 - 가공완제품 재가열	- Test paper, 농도 측정기 등으로 소독제 희석농도 확인 - 생으로 먹는 채소와 과일류 소독
개선조치	- 계속 가열	- 소독제 희석농도 조정

[서식Ⅲ-2] 식품군별 대표식품 유아 1인 1회 분량(유아 단체급식 가이드라인-1인 1회 적정 배식량, 2019개정)

[서식Ⅲ-3] 연령별 1인 1회 적정 배식량(수입식품정보마루-인포그래픽-카드뉴스2020.08)

10

급식 배식량 쇠불고기 주찬식단

만 1~2세

만 3~5세

조리 시 고려사항

1 북어달걀국

- 북어채에 뼈가 있을 수 있으므로 세심한 손질 필요
- 북어채는 잘게 찢어 달걀물 옷을 입힌 뒤 국에 활용하여 부드럽게 먹을 수 있도록 조리

2 쇠불고기

- 기름기가 적은 부위를 사용, 얇게 저며 활용

3 애호박나물

- 성인용보다 두께를 얇게 하고, 은행잎 모양으로 작게 썰어 활용

4 배추김치

- (만 1~2세) 백김치, (만 3~5세) 씻은 김치 또는 안 매운 김치 제공

식품의약품안전처 중앙급식관리지원센터

11

급식 배식량 쇠불고기 주찬식단

메뉴	만 1~2세 배식량	만 3~5세 배식량
쌀밥	1주걱	1주걱 + 1/2주걱
북어달걀국	1국자 + 1/2국자	2국자
쇠불고기	가득 1숟가락	가득 1숟가락 + 1/2숟가락
애호박나물	가득 1숟가락 + 1/2숟가락	가득 2숟가락
배추김치	1/2숟가락 집게로 잡은 량	1숟가락 집게로 잡은 량

* 식단 및 식재료에 따라 배식량이 달라질 수 있음

식품의약품안전처 중앙급식관리지원센터

[서식Ⅲ-4] 유아기의 제공메뉴 유형별 조리 및 배식 유의사항(중앙센터 2021년도 어린이급식관리지원센터 식단운영관리지침서)

[표] 유아기의 제공메뉴 유형별 조리 및 배식 유의사항 – 1

음식명		조리법	만3~5세 배식
밥류	잡곡밥	· 잡곡밥 5% 이내 사용 · 소화가 용이하도록 충분히 불려 사용	· 여러 가지 종류가 섞인 혼합 잡곡을 제공하는 것은 지양 · 조, 기장, 수수, 흑미와 같은 부드러운 잡곡 1종류로 제공
	볶음밥·덮밥	· 채소 크기는 1x1cm 이하로 썰기	횟수 제한 없음
곡류	국	· 건더기의 크기를 숟가락으로 떠먹을 수 있도록 썰기	· 골고루 섞거나 또는 먹기 좋은 형태로 배식
주찬류	불고기용(돈육·우육)	· 0.2cm 이하의 두께로 주문하고 양념에 재기 전에 3X3cm 크기로 썰어서 조리	
	닭	· 뼈가 제거된 닭가슴살, 닭안심살, 닭다리살 부위로 조리	· 반드시 순살 닭고기 제공(뼈 유의)
	생선	· 가급적 순살 생선 사용	· 배식 전 생선살만 발라서 제공
	해물	· 오징어, 낙지, 주꾸미, 조갯살 정도로만 활용하여 조리 · 충분히 익혀서 조리하되 너무 질기지 않도록 조절	· 반드시 잘게 0.5~1cm정도로 잘게 잘라서 제공 · 조개는 껍질을 제거하여 살만 발라서 제공 · 건새우는 식감으로 인해 어린 유아는 섭취가 어려움
	난류	· 반드시 노른자까지 완숙으로 익혀서 조리	· 삶은 달걀인 경우, 반드시 2~4등분으로 잘라서 제공 · 달걀찜 제공 시 중심온도가 너무 뜨겁지 않도록 식혀서 제공
부찬류	샐러드·쌈채소	· 생채소는 반드시 소독 및 세척하여 조리 · 소스는 배식 직전에 버무려서 제공	· 직접 손으로 쌈을 싸기보다는 3x3cm 정도로 아이들이 먹기 편하게 잘라서 밥과 함께 수저로 먹을 수 있도록 제공 · 상추는 목에 붙을 수 있으니 어린 유아에게 제공 주의
	나물무침	· 짜지 않도록 간에 유의	· 2cm이하 길이로 나물을 잘라서 제공
김치류	배추김치	· 맵거나 짜지않도록 고춧가루 함량에 유의 (만1~2세는 백김치 고려)	· 잎보다는 줄기 부분을 잘 먹을 수 있음 · 1x2cm정도 크기로 작게 잘라서 제공
	깍두기		· 1x1cm정도 크기로 작게 잘라서 제공

[표] 유아기의 제공메뉴 유형별 조리 및 배식 유의사항 – 2

음식명		조리법	만3~5세 배식
면류	국수·잡채	· 면을 충분히 익혀서 조리	· 포크로 면이 떠지도록 지도·배려
떡류	떡	· 먹기 좋은 말랑말랑한 상태 확인(굳어짐 없도록 주의)	· 떡이 너무 크지 않도록 제공
			· 찹쌀떡, 새알심, 인절미, 경단 등은 끈적여서 기도를 막을 수 있는 위험이 있으므로 식사시간 동안 반드시 선생님들의 모니터링 필요 (2~4등분으로 잘게 잘라서 제공) · 목이 메지 않도록 음료와 함께 제공
전류	전	· 나물, 해물 등은 1cm이하로 작게 잘라서 반죽 조리	· 스스로 한 번 정도 잘라 먹을 수 있도록 제공
기타	견과류·콩류	· 콩조림 등은 물량을 충분히하고 푹 익혀서 무르게 조리	· 알레르기 원아 확인 후 제공 · 제공 시 잘게 부수거나 얇게 썰어서 제공
	표면이 미끄러운 음식	· 메추리알은 푹 익혀서 조리 · 생과일은 반드시 소독 및 세척하여 조리	· 메추리알, 방울토마토, 포도 등 표면이 미끄러운 음식은 반드시 2~4등분으로 작게 잘라서 제공 · 씹어서 삼키도록 지도
	찐 음식	· 충분히 푹 익혀서 조리	· 찐감자, 찐고구마, 삶은 달걀 등은 퍽퍽해서 삼키기가 어려우므로, 목이 메지 않도록 음료와 함께 제공 · 익히고 배식 전에 껍질을 벗기고 작게 잘라서 제공 · 2x3cm정도의 한 입 크기로 잘라서 숟가락과 함께 배식 (포크는 부스러짐)
	물·음료	· 반드시 정수되거나 끓여서 식힌 물 제공 · 차류(매실차, 오미자차 등) 당일조리 당일소진 원칙준수	· 급하게 마시지 않도록 주의 · 컵에 이물질이 없도록 확인하고 물·음료를 담아서 제공 · 너무 차거나 뜨겁지 않도록 온도 확인

[서식Ⅲ-5] 검수일지

식재료 구매·검수서

수암유치원

일　　자 : 20　.　.　.

작 성 자 :　　(확인)　　확 인 자 :　　(확인)

연번	식재료 구매내역				식재료 검수					비고
	식재료명	원산지	규격 설명	수량	원산지 확인 (○,X)	수량 확인 (○,X)	소비기한/ 제조일	품질 상태 (○,X)	온도 확인 (℃)	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										

[서식Ⅲ-6] 위생관리 점검표

유치원급식 일일 위생·안전 점검표 2023년 00월

점검자 :

구분	점검사항	점검결과															조치사항
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1. 개인 위생	가. 본인 및 가족의 설사·발열·구토·화농성 질환 여부																
	나. 위생복·위생모·작업화 및 마스크, 손톱·손세척 등 청결과 장신구(반지등) 착용여부																
	다. 조리종사자의 심리적 안정 상태여부																
2. 식재료 및 조리 공정	가 식재료의 소비기한 경과여부 및 부패· 변질 등 식재료 상태 확인																
	나. 교차오염 방지를 위한 식재료 구분보관 및 적정온도 보관 여부																
	다. 채소·과일 등 식재료의 세척·소독 실시 및 소독 후 흐르는 물에 헹굼 실시여부																
	라. 가열·비가열조리식품의 조리과정 확인 및 구분 보관, 신속 냉각 등 적정 관리 여부(식품중심온도 확인, 위생적인 해동 등)																
	마. 냉장·냉동고 온도 확인 및 검식 실시 여부																
	바. 조리완료 후 배식완료까지 2시간 이내 관리 (또는 열장식품 온도 57℃ 이상 유지) 및 위생 관리																
3. 조리·가공 설비 및 시설	가. 일반구역 및 청결구역 구분 여부																
	나. 방충, 방서 및 이물질 혼합 방지 여부																
	다. 육류, 채소류 등 원료별 조리기구의 구분 및 사용 여부																
	라. 칼·도마·행주 등 조리기구 및 설비 등의 적정 세척, 소독 실시여부																
	마. 작업장 내 수세시설, 소독시설(자외선 또는 전기살균소독기 등),배수시설 작동 여부 및 청결상태 확인																
4. 기타 준수사항 이행	가. 소비기한이 경과된 제품 보관 또는 조리 등의 가공 등 재사용 금지 여부																
	나. 쓰레기 및 쓰레기장의 청결 관리 여부																
	다. 급식소 가스, 전기, 수도, 보일러 등의 안전관리 상태 확인 여부																
	라. 보존식 보존 여부(매회 1인분 분량, -18℃ 이하, 144시간 이상 보관)																
5. 종합의견																	

※ 작성요령: 양호○, 불량×(불량시는 비고란에 시정조치 내용을 기재)

[서식Ⅲ-7] 식품알레르기 관리메뉴얼

【 식품알레르기 관리 메뉴얼 】

흐름도			담당자	조사시기	활동내용
1 단계	조사 (전수)	식품알레르기 실태조사 및 파악 (설문조사실시)	원장 교사	입학시 새학년진학시 전입시 식품알레르기 신규발생시	일정양식의 설문지를 이용하여 전수조사실시 ☞ 식품제한 여부 조사
2 단계	선정 (면담)	필요시 유선,설문지이용 학부모와 면담실시 및 관리대상선정 (식품제한하는 경우)	담임교사	식품알레르기관리 대상 선정시	☞ 반응의 위급상황에 따른 분류 ☞ 식품제한 하는 경우 ☞ 개별면담 후 관리대상자 선정
3 단계	대응	급식관리 (매월 식단확인 및 제거식,대체식제공 계획수립,실시)	원장 조리종사자 교사	월말 (다음달식단 계획시)	☞ 매월 식단확인(원인식품 포함 메뉴 확인) ☞ 관리방법 계획 (제거식/대체식 여부) ☞ 대체식 어떤것 제공할지 계획 ☞ 제거식, 대체식 제공
		수업관리 (미량에도, 닿기만 해도 반응 하는 경우)	담임교사	수업준비시 (계획시)	☞ 미량에도 반응하는 경우 수업 계획시 재활용 교구 사용 주의 (달걀판, 메추리알판, 밀가루점토, 밀가루풀등)
		응급관리	원장 담임교사	진료병원 및 연락처, 의사명	☞ 비상시 119 구조요청 ☞ 진료 병원행 ☞ 환자보호 및 산소공급
4 단계	기록 통제	기록	급식담당교사	매일 (보육일지or급식일지)	☞ 제거식, 대체식 제공기록 ☞ 급식/간식 모두기록
		대응평가 및 재검토	원장 교사 조리종사자	식품알레르기관리 대응개시 후 정기적으로 실시	☞ 정기적인 협의실시

[서식Ⅲ-9] 식품알레르기 실태 조사서(가정통신문)

조심해요, 식품알레르기!

식품알레르기로 인해 전신 발진과 얼굴 부종, 호흡곤란, 심한 복통으로 혼수상태에 이르게 되는 사건이 종종 발생하고 있습니다. 식품알레르기는 아주 적은 양을 섭취하거나 접촉을 통해서도 증상이 나타날 수 있습니다. 따라서 특정 식품에 알레르기 반응을 보이는 경우 의사의 정확한 진단을 받고 유발식품을 피하는 것이 최선의 방법입니다. 병원진단을 받거나 확실한 증상이 있는 경우 해당 식품을 섭취하지 않도록 가정에서도 주의하여 주시기 바랍니다. 아울러 저희 원에서도 식품 알레르기가 있는 원아의 안전한 급식관리를 위하여 아래와 같이 식품알레르기 현황을 조사하고자 하오니 작성하셔서 제출하여 주시기 바랍니다. **우리나라에서 식품알레르기를 많이 일으키는 식품 : 난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두(콩), 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 호두, 아황산류, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 등), 잣**

식품 알레르기란?

특정 식품을 먹은 후에 면역계가 이상 반응하여 일어나는 증상을 말합니다. 일반적으로 식품알레르기는 성인보다는 유아기, 아동기에서 더 잘 나타나며, 소아기 아동의 약 4~8%가 이런 증세를 나타냅니다. 성인보다는 아동과 유아가 소화기관이 미숙하여 음식물을 완전히 소화, 흡수하지 못하고 그대로 섭취하기 때문입니다. 보통은 성인이 되면서 알레르기는 자연치유 되기도 하지만, 때에 따라서는 평생 특정 식품 알레르기를 가지고 살기도 하므로 관리가 필요합니다.

식품 알레르기 증상 및 반응시간은 얼마나?

식품 알레르기는 매우 소량에도 반응을 보일 수 있기 때문에 먹지 않고 몸에 묻거나 공기 중의 성분을 흡입만 해도 반응이 나타날 수 있으며, 식품 섭취 후 바로 증상이 나타나기도 하고 수 일 후에 나타나기도 합니다. 또한 복통, 구토, 설사 등의 위장증세가 많지만, 두드러기, 천식, 편두통, 비염, 때로는 쇼크 증세로도 증상이 발현 될 수 있으므로 항상 잘 관찰하는 것이 중요합니다.

알레르기를 잘 일으키는 음식

유난히 알레르기를 잘 일으키는 식품으로 국내 조사에서는 달걀(10%), 우유(10%), 콩(1.9%), 땅콩(1.5%) 등이 흔한 알레르기 유발 물질로 밝혀졌습니다. 식품 알레르기는 절대 가볍게 여겨선 안 되는 질환입니다. 드물지만 극소량의 알레르기 유발 식품에 노출된 뒤 생명을 잃기도 합니다. 아토피성 피부염에 걸린 어린이의 35%, 천식을 앓는 어린이의 10%는 원인이 식품 알레르기입니다. 식품 알레르기는 유전적 소인, 즉 가족력이 있으며 식품 알레르기 진단을 받은 사람의 첫 번째 예방 수칙은 알레르기를 일으키는 식품을 먹지 않는 것입니다. 식품의약품안전처는 난류, 우유, 메밀, 땅콩, 대두(콩), 밀, 고등어, 게, 새우, 돼지고기, 복숭아, 토마토, 아황산류, 호두, 닭고기, 쇠고기, 오징어, 조개류(굴, 전복, 홍합 등), 잣 등 19가지 식품이 든 가공식품에 대해 이를 라벨에 의무 표기하도록 했습니다. 종로구어린이급식관리지원센터 식단에도 표시하여 드리오니 식품알레르기 원아가 있는 경우 꼭 주의 깊게 살펴보시고 먹지 않도록 해야 합니다.

현재 자녀가 식품 알레르기가 있는 경우 아래 조사서를 작성하셔서 **월 일( )요일 까지 담임교사에게 제출**하여 주시기 바랍니다.

✂

식품알레르기 조사서

식품알레르기 유발식품 (원인식품)	원인식품 먹었을 경우 나타나는 증상 (아래 증상을 참고하여 작성)	반응시간	원인식품 제한여부	의사진단 여부	진료병원 /연락처

증상부위	주 요 증 상
입	가려움, 따가움 및 부풀어 오름(입술, 혀, 입안)
피부	가려움, 붉어짐, 두드러기, 얼굴이나 피부가 부풀어 오름
소화기	구토, 설사, 메스꺼움, 복부 경련
목	목이 조여옴, 목이 쉼, 기침
폐	숨이 가쁨, 기침, 천식
심장	저혈압, 기절, 창백해짐, 얼굴과 피부가 푸르게 변함

반명	아동명	보호자 확인	상담시 보호자 연락처
반		(인/서명)	

[서식Ⅲ-10] 식품알레르기 원아 상세조사서(상담용)

식품알레르기 조사서

본원에서는 아래 조사서를 통하여, 어린이들의 식품알레르기에 관한 실태를 파악하고 발병에 대한 예방 조치와 제거식, 대체식 등의 급식 필요 여부를 확인하고자 하오니, 학부모님들의 협조를 부탁드립니다.

20 년 월 일

( )반 ( )어린이 학부모 (인/서명)

1. 아이가 식품알레르기 질환을 가지고 있습니까? □예 / □아니오
('예'로 답하신 분은 아래 문항에 차례로 응답해 주시기 바랍니다.)

2. 식품알레르기 검사를 하였습니까? □예 / □아니오
('예'로 답하신 분은 아래 사항을 기입해 주시기 바랍니다.)

·검사병원 : ·검사식품 :
·담당의사 : ·검사방법 : □혈액검사 □피부반응검사 □경구유발검사
·연 락 처 : ·검사시기 : 만 ( )세

3. 알레르기 반응이 있는 식품의 반응여부와 증상을 기입해주세요. (아래의 증상예시 참조)

식품명	반응여부 (O, X)	증상 (예시참조)	식품명	반응여부 (O, X)	구체적 식품명	증상 (예시참조)
난류(달걀)			견과류 (호두, 아몬드, 잣 등)			
우유			육류 (소고기, 돼지고기, 닭고기 등)			
콩			갑각류 (새우, 게, 가재 등)			
땅콩			조개류 (굴, 홍합, 전복 등)			
밀			생선류 (고등어, 오징어 등)			
메밀			과일류 (복숭아, 키위 등)			
참깨			채소류 (샐러리, 양파 등)			
들깨			기타 (*아황산류 등) *아황산: 보존료, 표백제 등으로 쓰이는 첨가물			

증상예시				
① 두드러기	② 가려움증	③ 피부발진	④ 습진	⑤ 얼굴이 붓는다
⑥ 눈이 붓는다	⑦ 입술이 붓는다	⑧ 구토	⑨ 설사	⑩ 복통
⑪ 기침	⑫ 콧물	⑬ 쌕쌕거림	⑭ 호흡곤란	⑮ 청색증
⑯ 혈압저하	⑰ 의식저하			

4. 앞에 응답하신 원인 식품별로 증상에 대해 다음 각 항목에 표시해 주세요.

원인식품	섭취 후 증상 발생시간	먹을 때마다 증상이 나타난다	먹고 응급실을 방문한 적이 있다		극소량을 먹어도 반응이 일어난다		조리방법에 따라 반응이 다르다	
예) 호두	2	1	☑ 예	□ 아니오	☑ 예	□ 아니오	□ 예	☑ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오
			□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오	□ 예	□ 아니오

섭취 후 증상 발생 시간			
① 30분 미만	② 30분 ~ 2시간 미만	③ 2시간 ~ 4시간 미만	④ 4시간 이상 경과 후

먹을 때마다 증상이 나타나는가?		
① 먹을 때마다 증상이 나타났다	② 가끔 증상이 나타났다	③ 다시 먹은 적이 없어서 모른다

[서식ㅠ-11] 식품알레르기 원아 관리카드

식품 알레르기 원아 관리 카드

<table>
<tr><td rowspan="4">기본 정보</td><td>이 름</td><td colspan="2"></td><td rowspan="4">사 진</td></tr>
<tr><td>성 별</td><td colspan="2">☐ ① 남 ☐ ② 여</td></tr>
<tr><td>반</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>담당 교사</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>원인식품
및
위험도</td><td colspan="4">원 인 식 품 :
반응 위급도 : ☐ ① 위급 ☐ ② 보통 ☐ ③ 단순 증상
영양 위험도 : ☐ ① 위험도 높음 ☐ ② 보통 ☐ ③ 단순 배제</td></tr>
<tr><td rowspan="4">알레르기
관련 내용</td><td>진 단</td><td colspan="3">(진단병원, 담당의사, 검사사항 등)</td></tr>
<tr><td>증 상</td><td colspan="3">(현재 증상, 과거 증상 모두 포함)</td></tr>
<tr><td>원인식품
및
제한식품</td><td colspan="3">(현재 문제가 되는 식품 및 과거 문제가 되었던 식품, 제한 식품 기록)</td></tr>
<tr><td>대체내용
(식사/보건 등)</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="4">비상 연락처</td><td></td><td>부</td><td colspan="2">모</td></tr>
<tr><td>이 름</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>주 소</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td>전화번호</td><td></td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td rowspan="2">특이사항</td><td>병원연락처</td><td colspan="3">(병원명) (전화번호)</td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
</table>

[서식표-12] 식품알레르기 원아 관리 대장

식품 알레르기 원아 관리 대장

번호	아 동 명	반	성별	주의 식품 (대체 식품)	증상 및 유의사항	연락처
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						