

바른 영양과 안전한 급식, 지금 시작하세요!



여성의 사회진출이 지속적으로 증가하고 정부의 보육료 지원이 늘어나면서 우리나라는 가정양육보다 보육시설이용이 증가하고 있다. 그러나 2012년 통계청 사회조사 결과에 의하면, 학부모의 27%는 '학교 및 보육시설의 급식안전'에 대해 불안감을 느끼고 있다고 한다.

영·유아기는 음식에 대한 감각과 식습관이 형성되는 시기이므로 다른 어떤 연령층보다도 식생활에 대한 관심과 관리가 필요하고, 올바른 식습관을 정립해 주어야만 하는 때이다. 이제 막 엄마 품을 벗어나서 어린이집에서 단체생활을 시작한 어린이의 부모들은 그 곳에서 우리 아이가 뭘 먹고 있는지, 골고루 먹고 있는지 등을 항상 걱정하고 있을 것이다.

이러한 사회적 요구에 부응하여 식약처에서는 2011년부터 어린이 급식이 좀 더 체계적이고 전문적 관리가 이루어질 수 있도록 어린이급식관리지원센터를 설치·운영해 오고 있다. 어린이급식관리지원센터에는 급식관련 전문 인력들이 배치되어 관할 구역 내 어린이집, 유치원 등의 어린이 급식소 관리를 지원해 주고 있다. 즉 안전한 식재료의 위생적 관리, 연령별 영양요구량에 맞게 과학적으로 설계된 식단 제공 등 어린이들이 올바른 식습관이 형성되도록 지도하는 기관이다.

어린이급식관리지원센터란?

어린이급식관리지원센터는 국가의 미래, 어린이의 건강증진을 위한 최고의 위생, 영양관리 기관으로 안전한 급식관리, 균형 잡힌 영양관리, 안심 급식환경 조성을 위해 어린이 급식소를 지원하는 기관입니다. 「어린이 식생활안전관리 특별법」 제21조에 따라 어린이집은 어린이급식관리지원센터에 등록하여 위생 및 영양관리에 관한 지원을 받아야 합니다. 다만, 「식품위생법」 제 52조에 따라 급식소에 영양사를 두는 경우에는 등록을 하지 아니할 수 있습니다. 전국 시·도(시·군·구)에 어린이급식관리지원센터가 설치되어 있으며, 설치된 지역센터는 관내의 어린이 급식소(어린이집, 유치원, 기타시설 등)를 대상으로 체계적으로 위생·안전 및 영양관리 업무를 수행하고 있습니다.

어린이급식관리지원센터 지원 내용



어린이 급식소의
위생·영양관리 실태조사,
순회방문 지도



어린이 급식소의
위생 및 급식영양 컨설팅



어린이 연령별 식단
및 레시피, 가정통신문 등
교육자료 개발·보급



대상별(어린이, 조리원,
원장, 교사, 부모) 맞춤형
급식 위생·안전 및 영양
교육프로그램 운영

어린이급식소 위생·안전, 영양관리 순회방문 지도

센터의 영양사가 어린이 급식소에 직접 방문하여 조리실 관리 실태 파악 후 급식담당자와 관리방법을 지도하고 개선사항을 협의합니다.

순회방문지도 진행과정

01. 사전 방문 연락	어린이급식소에 방문 전 일정을 조율하고 방문 하루 전 확인 전화 후 방문합니다.
02. 대상별 교육진행	방문 일정에 따라 어린이, 조리원, 원장, 교사 등 대상별 위생·안전, 영양교육을 실시합니다.
03. 순회방문지도	식품의약품안전처 체크리스트를 활용하여 위생·안전, 영양에 대한 내용을 현장에서 직접 지도합니다.
04. 지도결과설명	원장, 교사, 조리원에게 방문지도에 대한 내용을 설명합니다.
05. 결과보고서 발송	급식소별 개선부분과 관리대안에 대한 부분을 정리하여 결과서를 메일로 발송합니다.

순회방문 지도 내용

위생·안전 순회방문	영양 순회방문
<ul style="list-style-type: none"> - 시설 등 환경 - 개인위생 관리 - 원료사용 - 공정관리 - 보관관리 - 생활방역 - 기타사항 	<ul style="list-style-type: none"> - 식단 및 급식관리 - 알레르기 관리 - 레시피 관리 - 업도관리 - 배식관리 - 기타사항



식단 사용법



“

어린이급식소에는 영양사 면허를 소지한 영양사가 작성한 급·간식 식단을 사용해야하며, 재원하고 있는 영유아의 연령, 발달단계에 따른 식단을 사용해야 합니다.

”

식단 안내 시 표시사항



식단에 아래의 내용이 모두 표기되어 있는지 확인해주세요!

- | | |
|---|---|
| ① 발행처 및 발행일 | ④ 열량 및 단백질 |
| ② 어린이 연령구분
- 영아기 : 미유식
- 유아기 : 만1~2세, 만3~5세 | ⑤ 주 3회 이상 신선한 간식
- 부모모니터링 문영매뉴얼
- 반드시 구체적인 식재료명 표기(과일X, 빵X) |
| ③ 담당자
- 영양사 성명 또는 영양팀
- (선택) 영양사면허번호 기입 | ⑥ 식품알레르기 유발물질 번호표기 |
| | ⑦ 원산지 표시 |

식단감수

어린이 급식소에서 시설 상황에 맞게 식단을 수정·변경해야 하는 경우, 식단을 작성한 영양사에게 수정·변경된 식단에 대해서 감수를 받아야 합니다.

식단 감수를 요하는 경우에는 해당 월 식단 사용 시작 전 감수를 받아 계획합니다.

어린이 급식소에서는 식단감수에 대한 결과지를 보관하여 영양사가 감수 한 증빙자료를 보관합니다.

감수 된 식단은 감수표시를 하여 어린이 보호자가 확인 할 수 있도록 안내하며, 게시판에 게시합니다.

급식업무 흐름도

개인위생

- ① 작업 전 건강상태 확인 및 식중독일일예방점검표 작성
- ② 위생복, 위생모 등 올바른 복장 착용

검수

- ① 검수 방법에 따라 포장상태, 제조일, 유통기한, 원산지, 보관방법 등을 확인하며 검수일지 작성
- ② 거래명세서(영수증), 도축검사증명서 등 보관 관리
- ③ 식재료 보관방법에 따라 정리

전처리작업

- ① 전처리용 앞치마, 고무장갑 착용
- ② 채소류(소독) ▶ 육류 ▶ 어류 ▶ 가금류 순으로 전처리 실시
- ③ 전처리 구역 세척 및 소독

조리작업

- ① 조리용 앞치마, 고무장갑 착용
- ② 메뉴와 레시피를 확인하여 조리
- ③ 생과일, 생채소 제공 시 열소소독 실시
- ④ 검식 및 보존식 담기

배식작업

- ① 배식용 앞치마, 위생모(머리묶음), 위생장갑, 마스크 착용
- ② 배식준비

세척작업

- ① 세척용 앞치마, 고무장갑 착용
- ② 세척 작업 실시

소독작업

- ① 식기류와 조리기구 소독
- ② 칼, 도마, 행주 소독



식중독 이렇게 예방해요!
식중독 예방법을 확인하고 관리해 봅시다.

- ① 올바른 위생복장 착용
- ② 손 위생관리
- ③ 구분사용
- ④ 식재료 세척 시 주의사항
- ⑤ 조리 후 보관온도 관리
- ⑥ 생과일, 생채소, 조리기구 소독 관리

보존식 이렇게 관리해요! 보존식 보관방법을 알아봅시다.

대상: 20명 이상 보육하는 어린이집

방법: 어린이집에서 제공한 모든 음식을 매회1인분 분량(150g)을 144시간 이상 보존식으로 보관

관련법규: 「영유아보육법 시행규칙」 [별표8] (시행일:2021년 10월 1일)



스테인리스 재질로 각각의 두께가 있는
전용용기 또는 1회용 밀폐팩에 보관



식단에 따라 제공한 모든 메뉴(식사, 간식),
별도의 추가메뉴, 알레르기 대체 음식도 보관



음식 종류별로 각각 150g 이상 독립보관
(완제품으로 제공하는 식품은 원상태로 보관)

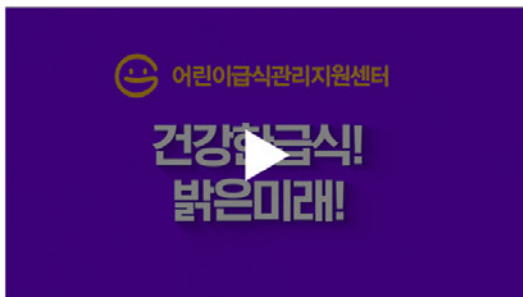


-18°C 이하에서 144시간 이상
보존식 전용 냉동고에서 보관



보존식 기록지를 정확히 기록하여
보존식 용기에 부착하여 보관

영유아기에는 성장발육이 왕성하므로 단백질, 무기질, 비타민의 요구량이 증가하고 평생 건강을 유지하기 위한 매우 중요한 시기이다. 어린이집에서는 영유아의 발달단계와 영양적 요구를 고려하여 수립된 식단을 토대로 영유아의 기호에 맞게 조리된 음식을 제공하고, 이를 위한 식재료의 구입, 보관, 조리 및 배식과정이 청결하고 위생적으로 이루어질 수 있도록 관리하여야 한다. 영양사가 고용되지 않은 어린이집은 어린이급식관리지원센터에 등록하여 전문 영양사의 위생·안전, 영양관리를 통해 더욱 안전한 급식이 제공되도록 하자.



어린이급식관리지원센터

어린이급식관리지원센터 홈페이지
- <https://ccfsm.foodnara.go.kr/>

본고는 유성구 어린이급식지원센터에서 제공받아 게재되었으며, 한국사회보장정보원의 공식 입장이 아님을 밝힙니다



글·김미리 (유성구 어린이급식관리지원센터장)

충남대학교 생활과학대학 식품영양학과 교수로 재직하며, 유성구 어린이급식관리지원센터의 센터장 역임. 유성구 어린이의 건강증진을 위한 영양 및 위생 전반에 관련된 교육 및 컨설팅을 통해 관내 어린이집과 유치원의 급식관리를 선진수준으로 향상시키는데 기여해 오고 있습니다. 저서로는 '식품과 조리원리', '식생활관리', '이해하기 쉬운 식품재료학', '건강에 도움이 되는 기능성 식품', '저염미식서', '갑테항 가득 건강 레시피', '6차산업어촌관광체험레시피', 마늘 내음을 살린다 외 등 다수