

NAJU
*Web
Contents*

2021년 09월 28일 11시 11분

목차

목차	2
좋은식단제운영	3
위생적인 식단	3
알뜰한 식단	3
균형잡힌 식단 제공	3
개선하여야 할 사항	3
좋은식단 이란?	3

위생적이고, 알뜰하며, 영양적으로 균형이 잡힌 식단으로 음식점에서 자율적으로 실천할 수 있도록 한 권장 성격의 상차림을 말한다.

🍷 위생적인 식단

- 한번 제공된 음식은 재사용 안하기 (된장, 고추장 등 밑반찬 포함)
- 반찬은 개별 제공을 원칙으로 하되 찌개류 등을 각자 덜어 먹을 수 있도록 빈그릇 제공
- 음식찌꺼기를 담을 수 있는 빈그릇 별도 제공

🍷 알뜰한 식단

- 먹고 남기지 않을 만큼의 적정량 제공
- 공동찬통 사용
- 반찬은 적정가지수를 소형 찬그릇에 담아 제공
- 부족한 반찬은 고객이 원하면 추가제공

🍷 균형잡힌 식단 제공

- 영양적으로 균형잡힌 식단
- 음식에 어울리는 반찬제공
- 가급적 계절식품 활용
- ▶ 음식문화개선 및 좋은 식단 실천에 적극 참여합니다.

🍷 개선하여야 할 사항

- 한번 제공된 음식 재사용 금지 - 소형찬기 사용, 반찬량 줄이기
- 먹고 남기지 않을 만큼 적정량 제공 - 반찬가지수 줄이기
- 음식에 어울리는 반찬제공 - 계절식품
- 찌개류는 덜어 먹을수 있는 빈 그릇 제공

🍷 좋은식단 이란?

- 위생적인 식단 - 한번 제공된 음식은 재사용 안하기,음식물 찌꺼기를 담을 수 있는 빈그릇 별도 제공

(<http://www.naju.go.kr>)

- 알뜰한 식단 - 먹고 남기지 않을 만큼의 적정량 제공, 반찬은 적당한 가짓수를 소형 찬그릇에 담아 제공
- 균형잡힌 식단 - 영양적으로 균형이 잡힌 식단, 음식에 어울리는 반찬 제공, 가급적 계절 식품 활용

COPYRIGHT © NAJU-SI. ALL RIGHTS RESERVED.

NAJU

Web Contents

