



2024년 학교급식운영 안내

1. 2011년부터 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해는 급식비는 고등학교 4,500원(식품비 3,980원, 운영비 520원)이 지원 됩니다.

(친환경농산물지원금 1식 470원, 무주군 지자체 지원금 400원)

2. 학교급식법 제6조 제3항에 의거 학교급식 영양기준을 적용하여 학생의 발육과 건강에 필요한 영양을 충족할 수 있는 식품으로 제공합니다.

[학교 급식용

식재료]



- ① 쌀 : 국내산 친환경 쌀과 친환경 현미 15~20%사용, 친환경 잡곡 5~10%를 포함한 혼식
- ② 농산물 : 국내산 사용원칙, 친환경농산물 30%이상 사용
- ③ 양념류 : 국산 및 친환경원료, HACCP제품 사용
- ④ 육류 : 한우 2등급 이상, 돼지고기 2등급 이상, 닭고기1등급, 오리고기1등급, 계란(무항생제, 1등급)
- ⑤ 수산물 : 국산, 연근해산을 주로 구입하며, 일부 수입산(동태, 낙지 등), 품질인증제품 사용
- ⑥ 조미료 등의 식품첨가물 및 화학조미료는 전혀 사용하지 않고 다시마, 멸치 등 천연재료를 맛을 냅니다.

[학교급식을 통해 **교육이 이루어져요!**]

* **식사예절 교육** : 질서지키기, 올바른 수저 사용, 바른 자세로 앉아 식사하기, 자신이 앉았던 자리 주변 정돈과 퇴식, 배식량 조절을 통한 자기 절제와 친구 배려 등을 체득하고, 음식에 대해 감사하는 마음을 가지도록 지도합니다.

* **식문화 교육** : 외식과 매식 문화에 익숙한 학생들이 한국인에게 적합한 식사 방법인 전통식의 중요성을 알고, 몸에 익힐 수 있도록 지도합니다. 또한 다양한 세계 음식을 체험할 수 있는 기회를 제공합니다.

* **편식 교정** : 학생들이 선호하지 않거나 익숙하지 않은 음식은 조금이라도 섭취해볼 수 있도록 지도합니다.

* **환경 교육** : 먹을 만큼 받고 다 먹는 습관을 익힘으로써 음식물쓰레기의 배출을 최소화하고, 더불어 환경을 소중히 여기는 마음을 갖도록 합니다.

[식생활 교육 실시]

골고루 먹기, 올바른 간식 선택 방법, 식중독예방, 음식물쓰레기 줄이기등 다양한 주제로 식생활교육을 실시합니다.



[학교급식 운영 과정]



[식품 알레르기 표시제]

식단표에 ①난류 ②우유 ③메밀 ④땅콩 ⑤대두 ⑥밀 ⑦고등어 ⑧계 ⑨새우 ⑩돼지고기 ⑪복숭아 ⑫토마토⑬아황산염⑭호두⑮닭고기⑯소고기⑰오징어⑱조개류(굴,전복,홍합포함) 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다. 해당 식품에 특정 증상을 보이는 학생 또는 기타 표기되지 않은 식품에도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식시 각별한 주의를 부탁드립니다. (식품알레르기가 있는 학생은 담임교사나 영양교사에게 알려주시기 바랍니다.)

[가정에서 학부모님의 역할]

- ▷ 월 식단표와 영양소식지는 학생과 함께 읽어 봅니다.
- ▷ 홈페이지에 게시된 식재료 원산지 및 영양량, 알레르기 유발 식품을 확인하고 학교와 연계하여 학생의 식품 안전성 확보를 합니다.
- ▷ 싫어하는 반찬도 조금씩 먹여 보도록 가정에서도 편식 지도를 지속적으로 해 주세요.



3월 학교급식 식단 안내



3/4 Mon	3/5 Tue	3/6 Wed 수다날	3/7 Thu	3/8 Fri
혼합잡곡밥1 쇠고기미역국(중) 매운떡돼지갈비찜7 버섯야채잡채(중) 달래오이무침7 배추김치(중식) 새학기케이크(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 851.0/41.0/133.2/4.7	혼합잡곡밥1 쇠고기육개장7 참나물무침(중) 통살새우까스*칠리소스(중) 오리훈제구이(중) 배추김치(중식) 달기생크림와플(안) 요구르트(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 848.4/33.9/344.5/5.5	작은밥 얼큰우동국1 로제떡볶이(중) 닭꼬치*소스 배추김치(중식) 감굴오렌지쥬스(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 798.8/29.0/182.5/7.8	혼합잡곡밥1 순두부찌개(중) 고르곤졸라치즈떡*김말이강정7 수제떡갈비7 진미채조림(안) 배추김치(중식) 오렌지(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 808.1/32.6/200.7/8.1	혼합잡곡밥1 돼지고기김치찌개(중) 삼치데리야끼구이(중) 미나리무생채(중) 치즈달걀비(중) 깍두기(중) 크림치즈파이(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 726.9/34.3/128.4/2.1
3/11 Mon	3/12 Tue	3/13 Wed 수다날	3/14 Thu	3/15 Fri
혼합잡곡밥1 순대국밥(중) 부추겉절이(중) 고구마담복음탕(중) 해물우동볶음(중) 깍두기(중) 미니버거1 * 에너지/단백질/칼슘/철 898.1/42.3/143.3/5.5	혼합잡곡밥1 냉이된장국(안) 보쌈(중) 계란찜(중) 봄동겉절이(중) 상추,깻잎/쌈장(안) 배추김치(중식) 사과(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 730.6/35.1/238.6/7.1	소세지오므라이스(소스)1 찐만두 맑은콩나물국(안) 매콤순살양념치킨(중) 배추김치(중식) 스위트청포도쥬스(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 823.5/35.8/163.7/4.9	혼합잡곡밥1 부대찌개&라면사리(안) 고구마감자고로케/케첩 돈육메추리알장조림1 세발나물무침(중) 오리불고기(중) 열무김치(중) 화이트데이 마카롱(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 899.0/41.2/248.3/5.1	혼합잡곡밥1 한우설렁탕*소면사리(중) 근대나물무침(중) 오징어야채무침(중) 계란말이&케첩(중) 깍두기(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 725.3/32.4/139.6/2.6
3/18 Mon	3/19 Tue	3/20 Wed 수다날	3/21 Thu	3/22 Fri
계란볶음밥(안) 부추오이무침(중) 마라탕-옥수수면(안) 감자조림(중) 유자품은꺾바로우(중) 배추김치(중식) 엔요 요구르트(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 803.2/28.5/180.1/2.9	친환경혼합잡곡밥(중) 돈등뼈감자탕(중) 낙지떡볶음*소면사리(중) 수제치킨커를렛*과일소스(안) 배추김치(중식) 꿀떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 759.0/40.4/127.1/2.8	김밥볶음밥(오이) 꼬치어묵국(중) 순대찌개(초고추장)1 치즈떡볶이(안) 배추김치(중식) 비타한라봉쥬스(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 874.5/31.2/285.1/5.2	혼합잡곡밥1 우리콩청국장(중) 파채콩나물불고기(중) 시금치나물(중) 어묵케첩볶음1 해물파전7 배추김치(중식) 청포도에이드(수제)1 * 에너지/단백질/칼슘/철 833.8/42.6/187.9/5.1	한우콩나물밥/양념장(중) 참치김치찌개(중) 쫄면야채무침1 순살안동찜닭(중) 구이김(간장)1 총각김치(중) 샤인머스캣(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 840.0/45.6/165.3/4.4
3/25 Mon	3/26 Tue	3/27 Wed	3/28 Thu	3/29 Fri
혼합잡곡밥1 닭곰탕7 떡고구마맛탕1 아쿠아돈까스(안) 남도떡갈비채소볶음7 깍두기(중) 요구르트(안) * 에너지/단백질/칼슘/철 856.3/29.5/146.2/3.0	혼합잡곡밥1 떡만두국(중) 참나물무생채(중) 오징어까스*타르소스(중) 김치치즈함박스테이크(안) 배추김치(중식) 요거타임(사과) * 에너지/단백질/칼슘/철 742.8/31.1/292.8/3.1	작은밥 고기짬뽕(포불면-냉면기)7 단무지무침(중) 양상추샐러드-키위소스7 수제탕수육&소(안) 어묵바(중) 배추김치(중식) 우리사과쥬스 * 에너지/단백질/칼슘/철 820.6/39.4/273.6/4.1	혼합잡곡밥1 바지락감자수제비국1 가자미카레구이(중) 도토리묵상추무침(중) 돼지고기김치볶음(안) 총각김치(중) 골드파인애플(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 748.2/41.0/214.8/7.5	비빔밥/약고추장(중) 계란후라이 맑은복어무국(중) 장아찌1 탕글보듯햇도그/케첩 배추김치(중식) 봉잎참쌀도넛(중) 바나나(중) * 에너지/단백질/칼슘/철 743.5/24.9/174.3/3.7

◇ 안성중,고등학교 학교급식 식재료 원산지 표시안내!!

* 쌀: 친환경쌀 * 두부 : 국산, 순두부: 국산, 연두부: 외국산 * 배추김치(김치, 고춧가루) : 국내산(찌개용,반찬용)
 * 돼지고기, 닭고기, 오리고기 : 국내산 * 쇠고기:국내산 한우 * 축산물가공품:국내산(베이컨:국내산)
 * 고등어, 삼치, 오징어, 참조기, 아귀, 조피볼락 : 국내산 *꽃게, 낙지, 새우 : 중국산 *갈치 : 세네갈산, *주꾸미 : 베트남산,
 *명태 : 러시아산
 * 수산물 가공품 : 수입산(오징어채 : 페루산) *다랑어/가공품 : 원양산

◇ 알레르기 정보 - 1.난류, 2.우유, 3.메밀, 4.땅콩, 5.대두, 6.밀, 7.고등어, 8.계, 9.새우, 10.돼지고기, 11.복숭아, 12.토마토, 13.아황산염, 14.호두, 15.닭고기, 16.소고기, 17.오징어, 18.조개류(굴, 전복, 홍합 포함) 19.잣 등의 알레르기 유발식품을 표시하였습니다.

◇ 학부모님께서는 자녀가 식단표의 식재료에 특정 증상을 보이거나, 기타 표기 되지 않은 식품에 대해서도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 식생활관(☎ 063-323-3180)으로 전화나 방문을 통해 비상상황에 대처할 수 있도록 각별한 주의를 부탁드립니다.

※ 위 식단과 식재료 원산지는 학사 일정 또는 식품 수급 사정에 의하여 변경될 수 있습니다.