



2022 - 6호

가 정 통 신 문

우)54568 익산시 부송로2길 27 ☎ 063)835-6780 FAX 063)835-6783

놀이로
꿈을 키우며
따뜻한 마음을
가진 어린이

2022학년 3월 영양소식 및 식단안내



2022년 유치원급식운영 안내

1. 2022년도 무상급식비 안내: 유치원 2,800원 (교직원 4,260원)이며, 식품비 2,550원, 운영비 250원으로 사용됩니다.

2. 2022년도 우리유치원 급식일수는 180일입니다.(학기중 중식기준입니다.)

3. 우리유치원은 전라북도에서 생산되는 유기농 친환경쌀을 사용하고 있고, 친환경농산물 및 우수농산물재료비 지원을 받아 질 높은 급식을 실시하고 있습니다.

4. 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형있는 식단을 제공하며 사용하는 식재료의 원산지와 함께 식단을 홈페이지에 공개하고 있습니다.

5. 유아의 여러 가지 질환의 발생률을 예방하고자 교육부지침에 의거 나트륨 저감화와 당류 저감화를 추진하고 있습니다.
가정에서도 많은 관심 가져주시기 바랍니다.

6. 화학조미료는 사용하지 않으며 가공식품의 사용을 지양하고 전통음식을 적극 반영하며 계절에 맞는 음식을 제공하려고 노력합니다.

7. 한우(2등급 이상), 돼지고기(국내산 2등급 이상), 닭고기(국내산 1등급), 오리고기와 그 가공품 등은 국내산을 원칙으로 사용합니다.



빈그릇운동(수다날)-가정에서 함께!

버려지는 음식물쓰레기를 줄여 처리비용을 줄이고 식품비 및 운영비로 사용합니다.



어린이 식생활 지침



올바른 손씻기 -흐르는 물에 비누로 30초 이상!



올바른 손씻기는 감염병을 절반으로 줄일 수 있습니다. 우리 모두 올바른 손씻기! 생활화 합시다.

◇ 익산부송유치원 식재료 원산지 표시안내!!

- * 쌀:익산시 친환경쌀
- * 콩:국내산, 두부콩:국내산
- * 배추김치(고춧가루):국내산(찌개용,반찬용)
- * 돼지고기,닭고기,오리고기:국내산
- * 쇠고기:국내산 한우(암소) *축산물가공품:국내산
- * 고등어,삼치,오징어,꽃게,참조기:국내산
- * 낙지:베트남산, 명태:러시아산



3월 유치원급식 식단



	3/1 Tue	3/2 Wed	3/3 Thu	3/4 Fri
	삼일절 	친환경미잡곡밥 쇠고기미역국 찜닭(2.5.6.13.) 진미채볶음(17.) 배추김치(9.13.) 캐리스타치즈케익(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 406.7/20/79.2/2.1	친환경쌀밥(6.) 냉이된장국(5.6.) 돼지갈비떡찜(10.13.) 도토리묵상추무침(5.) 우렁야채초무침(5.6.13.) 배추김치(9.13.) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 405.9/19.7/245/5.5	친환경흑미잡곡밥 감자수제비(1.5.6.) 돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13.) 수제소시지피망볶음(2.6.10.) 파인애플(생과) 김부각 * 에너지/단백질/칼슘/철 475.6/22.3/126.1/3.1
3/7 Mon	3/8 Tue	3/9 Wed	3/10 Thu	3/11 Fri
친환경기장잡곡밥 쏙된장국(5.6.) 닭갈비(2.5.6.13.) 브로콜리꽃맛샐러드(1.4.5.6.8.13.18.) 어묵양파볶음(1.5.6.13.) 배추김치(9.13.) 골드키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 469.6/26.3/124.8/6.3	친환경찰보리잡곡밥 육개장(1.) 삼치카레구이(2.5.6.13.) 콩나물무침(5.) 감자반(13.) 열무김치(9.13.) 짜먹는 요거바(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 442.2/23.1/73/2.2		친환경현미잡곡밥 종합어묵국(1.5.6.13.) 수육(10.) 오징어김치전(1.2.5.6.9.13.17.) 겉절이(완)(9.13.18.) 상추+깻잎 워터젤리(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 490.5/27.8/102.7/2.5	친환경흑미잡곡밥 맑은 감자국(5.6.13.) 달걀말이(1.13.) 훈제오리+쌍무(1.5.13.) 배추김치(9.13.) 과일푸딩(1.5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 543.5/22.3/62.5/3.1
3/14 Mon	3/15 Tue	3/16 Wed	3/17 Thu	3/18 Fri
친환경기장잡곡밥 쏙데이만두국(1.5.6.10.13.) 네모참치장조림(1.5.6.10.13.) 돼지고기콩나물불고기(5.6.10.13.) 배추김치(9.13.) 황도양상추샐러드(1.2.5.11.13.) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 449.4/22.7/66.7/3.2	친환경찰보리잡곡밥 닭곰탕(13.15.) 순살고등어김치찌침(7.9.13.) 취나물무침(13.) 새우튀김(1.6.9.13.) 깍두기(9.13.) 아이스슈(1.2.5.6.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 497.7/20.9/103.6/3.9	감밥볶음밥(1.2.5.6.10.13.15.16.) 콩나물국(5.6.13.) 멸치건과조림(1.4.5.9.13.) 돌나물무침(5.6.13.) 된장돈육양념구이(1.5.6.10.) 총각김치(9.13.) 초록마늘제주감귤주스(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 433.9/22.8/144.5/2.2	친환경현미잡곡밥 동태살얼큰국(5.) 한입떡갈비조림(1.2.5.6.12.13.15.16.) 짜장떡볶이(1.2.5.6.10.13.16.18.) 겉절이(완)(9.13.18.) 식빵피자(1.2.5.6.9.10.12.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 538.8/28.8/222.8/2.9	친환경흑미잡곡밥 근대두부된장국(5.6.) 볼로냐토마토스파게티(1.2.5.6.12.13.) 시금치새송이무침 허브치킨야채볶음(2.5.6.13.15.) 열무김치(9.13.) 망고주스(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 473.5/23.1/98.3/2.8
3/21 Mon	3/22 Tue	3/23 Wed	3/24 Thu	3/25 Fri
친환경기장잡곡밥 불낙전골(5.6.13.16.18.) 소시지나비파스타볶음(1.2.5.6.10.) 사과오이무침 통등심돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16.) 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 435.3/21.3/45.7/2.4	친환경찰보리잡곡밥 조랭이떡국(1.13.) 단호박돈사태찜(5.6.10.13.) 잡채(1.5.6.8.10.13.) 열무된장무침 배추김치(9.13.) 오렌지(네블) * 에너지/단백질/칼슘/철 481.6/17.8/98.2/2.2	한우콩나물밥(5.) 미소장국(5.6.) 삼치데리야끼구이 깍두기(9.13.) 청경채겉절이(13.) 요거트과일샐러드(1.2.5.11.12.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 487.1/25.3/96.8/2.3	친환경현미잡곡밥 바지락순두부국(1.5.13.) 숙주미나리나물 한우불고기(5.6.13.16.) 행잉참살도너츠(1.2.5.6.13.) 겉절이(완)(9.13.18.) 오징어/브로콜리숙회(5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 412.5/24.5/63.2/3.3	친환경흑미잡곡밥 쇠고기무국(5.6.13.16.) 불어묵조림(1.5.6.13.16.18.) 순살고등어된장구이(1.5.6.7.10.) 배추김치(9.13.) 파인애플(생과) * 에너지/단백질/칼슘/철 485.2/21.9/85.9/2.7
3/28 Mon	3/29 Tue	3/30 Wed	3/31 Thu	
친환경기장잡곡밥 우렁강자된장국(5.6.) 오리주물럭 두부동그랑땡(1.2.5.6.10.15.16.) 배추김치(9.13.) 단호박죽(5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 466.2/20.8/318.4/4.4	친환경찰보리잡곡밥 설렁탕(소면)(5.6.8.13.16.) 미트볼떡케참조림(1.2.5.6.10.11.12.13.) 오이도라지채무침 고등어데리야끼구이(5.7.) 깍두기(9.13.) 워터젤리(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 507.9/22.8/53.6/3.5	카레라이스(2.5.6.10.13.) 쇠고기우거지국(5.6.13.16.) 콩나물무침(5.) 울외장아찌무침(13.) 닭가슴살치킨까스(1.5.6.13.) 깍두기(9.13.) 뽕로로요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 453.3/21.7/141.5/4.3	친환경찰보리잡곡밥 부대찌개(2.5.6.9.10.13.) 돼지간장불고기(5.6.10.13.) 라따뚜이(2.5.12.13.) 배추김치(9.13.) 도시락김(13.) 미니월(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 447.6/26.7/241.2/3.3	

◇ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://school.jbedu.kr/busong-k> → 학부모마당 → 식생활관

◇ 알레르기 정보 - 1.난류 2.우유 3.메밀 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)

◇ 우리 유치원은 급식비용 식재료비로 사용하기 위해 최대한 노력하고 있으며, 국내산 콩 두부, 국내산친환경 콩나물 등 Non-GMO식품을 사용하여 학생들의 건강한 미래를 위해 노력하고 있습니다.