



2025학년도 학교급식운영 안내

1. 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 2025학년도 기준 급식비는 학생 1인 1식당, 초등학교 4,710원, 병설유치원 4,030원으로 무상지원됩니다.

- 지역산 원재료 가공품 300원(1인 1식)
- 비유전자변형 원재료 가공품 100원(1인 1식)

2. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형 있는 식단을 제공합니다. 사용하는 식재료의 원산지와 함께 영양표시제, 알레르기 식품 정보, 식단표를 홈페이지에 공개하고 있습니다.

3. 본교는 전라북도에서 생산되는 유기농 친환경쌀 및 친환경농산물 (초350원/유340원 지원), 바이전주상품 부식비(40원 지원)를 지원받아 급식의 질을 높이고자 노력하고 있습니다.

4. 화학조미료를 사용하지 않으며, 가공식품의 사용을 지양하며 전통음식을 적극적으로 반영하고 계절에 맞는 음식을 제공하려고 노력합니다.

5. 식재료는 가급적 국내산을 원칙으로 하되 생산량이 적어 수급이 어려운 재료인 경우에만 수입산을 사용하며, 식재료는 전자조달시스템(eat)을 이용하여 투명하고 안전하게 공급받고 있습니다.

6. 한우(2등급 이상), 돼지고기(국내산 1등급), 닭고기와 달걀(국내산 1등급), 오리고기와 그 가공품 등은 국내산 사용을 원칙으로 사용합니다.



[식당 구성 및 급식 운영의 원칙]

1. 전통음식 위주로 구성되며, 기호에 맞도록 조리법 개발 적용
2. 바른 식습관 형성을 위하여 한 주에 채소류와 나물류 주 3회 이상, 신선한 과일 주 1회 이상, 튀김류 및 가공식품 주 2회 이하 제공
3. 칼슘과 비타민 C가 풍부한 식재료 사용
4. 나트륨 줄이기 실천을 위한 국물의 염도 0.6~0.7% 유지
5. 당류를 줄이기 위한 탄수화물 간식류 제공 최소화



덕진초등학교 식생활관에서는...

1. 식사 전 꼭 손을 씻고 옵니다.
2. 식판과 수저를 들고 장난하지 않습니다.
3. 음식은 돌아다니지 않고, 바른 자세로 앉아 먹습니다.
4. 음식은 골고루 먹어보고, 되도록 남기지 않습니다.
5. 남은 음식은 국그릇에 모아 버립니다.
6. 의자를 제자리에 넣고 자리를 정돈하고 교실로 돌아갑니다.

[자료 출처 : 식품의약품안전처, 서울특별시학교보건진흥원]



식품 알레르기 이해

1. 알레르기를 일으키는 식품은 먹지 않아요.
2. 식품을 만지는 것만으로도 반응이 나는 어린이는 몸에 닿지 않도록 조심해요.
3. 담임선생님께 말씀드려 학교생활 중에 위험한 일이 일어나지 않도록 해요.
4. 영양선생님과 상담을 하고, 급식에 들어있는 식품을 확인하도록 해요.
5. 응급상황을 대비해 보건선생님께 약을 맡겨 두어요.
6. 알레르기를 일으키는 식품과 같은 영양소가 들어있는 식품을 대신 먹어 균형잡힌 식사를 해요.

알레르기를 일으키는 식품은 먹지 않아요~.





3월 학교급식 식단 안내



3/3 Mon	3/4 Tue	3/5 Wed 수다날	3/6 Thu	3/7 Fri
대체육일	수수밥 들깨황태미역국(5.6.9) 돈육새송이장조림(1.5.6.10.13) 유채나물무침9 치즈떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 토마토스크램블에그(1.2.5.6.12.13.18) 깍두기(9) *에너지/단백질/칼슘/철 658.2/33.9/260.6/4.2	카레라이스(2.5.6.12.13.16.18) 유부계란국(1.5.6.9) 마카로니샐러드(1.2.5.6.13) 양배추무침 소시지핫도그(1.2.5.6.10.15.18) 배추김치(9) *에너지/단백질/칼슘/철 695.4/22.5/255.0/2.8	찰현미밥 냉이콩나물국(5.6) 돼지갈비찜 (5.6.10.13.18) 비타민나물 참치김치볶음(5.6.9.13.18) 고등어데리구이(5.6.7.13) 꿀떡 *에너지/단백질/칼슘/철 752.8/38.4/198.2/5.4	차조밥 오징어무국(5.6.9.17) 돈육두부조림(5.6.10.13) 콩나물미나리무침(5) 콘치즈돈까스/소스(1.2.5.6.10.12.13.16) 배추김치(9) 갓김치-자율(9) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 534.6/31.5/286.1/3.3
3/10 Mon	3/11 Tue	3/12 Wed 수다날	3/13 Thu	3/14 Fri
기장밥 순두부찌개(1.5.6.9.10.13.17.18) 부들어묵오이볶음(1.5.6.13.18) 숯불오리불고기(5.6.13) 비빔만두(1.5.6.10.12.13.16.18) 배추김치(9) 우리밀초코케이크(초)(2.5) * 에너지/단백질/칼슘/철 794.9/30.9/227.7/5.7	발아현미밥 감자수제비만두국(1.5.6.9.10.16.18) 연두부계란찜(1.2.5.9) 청경채무침(5.6) 오리흔제야채볶음(5.6.13.18) 배추김치(9) 사과즙(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 635.3/27.0/254.3/4.0	자장밥(2.5.6.10.13.16) 콩나물오징어국(5.6.9.17) 유자단무지채맛살무침(1.2.5.6.8.13) 순살닭강정(5.6.12.13.15.18) 배추김치(9) 시리얼요거트 (2.5.6.13) * 에너지/단백질/칼슘/철 665.3/30.4/255.1/2.2	영양잡곡밥(5) 얼갈이들깨된장국(5.6.9) 메추리알곤약조림(1.5.6.12.13) 수육(5.6.10) 상추/쌈장(5.6.13) 오이스틱 보쌈김치(9) 감귤주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 636.2/33.5/254.9/4.2	검은콩밥(서리태파쇄)(5) 황태무달걀국(1.9) 오이달래무침(5.6.13) 돈육간장불고기(5.6.10.13) 고구마탕(5.13) 배추김치(9) 팽이버섯구이(5.6.13.18) * 에너지/단백질/칼슘/철 552.4/32.6/208.4/3.3
3/17 Mon	3/18 Tue	3/19 Wed 수다날	3/20 Thu	3/21 Fri
통밀밥(6) 돈갈비감자탕(5.6.9.10.13) 콩치김치조림(9) 올방개묵야채무침(5.6.13) 고구마치즈롤까스/브라운소스(1.2.5.6.10.12.13.16.18) 깍두기(9) 바람떡 * 에너지/단백질/칼슘/철 819.5/40.8/392.0/9.3	귀리밥 참치김치찌개(5.9.16.18) 닭갈비(초)(2.5.6.13.15) 가지나물(5.6) 삼치유자청구이(5.6.13.18) 갓김치-자율(9) 백김치(9) 애플망고주스(13) * 에너지/단백질/칼슘/철 597.9/32.9/132.9/2.1	영양잡곡밥(5) 어묵우동국(1.2.5.6.9.18) 진미채조림(5.6.13.17) 오이고추된장무침(5.6.13) 새우튀김/소스(1.5.6.9.13) 배추김치(9) 청포도 * 에너지/단백질/칼슘/철 601.1/20.8/203.4/1.9	찰현미밥 미역두부된장국(5.6) 콩나물무침(5) 제육떡볶음(5.6.10.13) 팽이맛살전(1.5.6.8) 배추김치(9) 블루베리요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 567.0/27.6/293.5/2.7	녹차카테킨쌀밥 마라탕(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 삼색나물(5.6) 멸치마늘중볶음(5.6.13) 퀘바로우/소스(1.5.6.10) 배추김치(9) 아이스슈(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 674.8/22.9/205.2/2.6
3/24 Mon	3/25 Tue	3/26 Wed 수다날	3/27 Thu	3/28 Fri
기장밥 버섯한우찌개(5.6.16) 메추리알간장조림(1.5.6.12.13) 오징어야채초무침(5.6.12.13.17) 푸실리비엔나볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16) 배추김치(9) 크림치즈파이(1.2.5.6) * 에너지/단백질/칼슘/철 692.2/27.2/148.4/3.5	발아현미밥 닭곰탕(1.5.6.15) 애호박새우젓나물(5.9) 주꾸미불고기(5.6.10.13.18) 배추김치(9) 찰보리빵(1.2.5.6) 구운김 * 에너지/단백질/칼슘/철 649.4/37.9/84.0/3.2	삼겹살김치볶음밥(1.5.6.9.10.13.16.18) 콩나물무국(5.6.9) 치킨텐더편채(1.4.5.6.13.15.18) 배추김치(9) 새송이버섯구이(5.6.13) 요구르트(2) * 에너지/단백질/칼슘/철 597.9/25.0/221.1/2.5	수수밥 청국장찌개(5.9.10) 상추겉절이 단호박튀김(5) 목살구이/부추무침(5.6.10.13) 보쌈김치(9) 한라봉푸딩 * 에너지/단백질/칼슘/철 629.2/32.3/199.3/3.8	차조밥 한우떡국(1.5.6.9.10.15.16.18) 실곤약곰뱅이무침((5.6.13) 미역줄기맛살볶음(1.5.6.8) 햄전&애호박전(1.2.5.6.10.15.16) 배추김치(9) 사과 * 에너지/단백질/칼슘/철 618.2/24.8/254.8/3.2
3/31 Mon	<p>1 2 3 하나, 둘, 셋! 약속해!</p> <ul style="list-style-type: none"> 식사전 손씻기 감사하는 마음갖기 골고루 먹기 			

◇학교홈페이지 급식게시판에 축산물이력번호를 게시하고 있습니다.
 ◇영양 및 원산지 정보 안내 <http://deukjines.kr> -> 학교소식 -> 급식소식
 ◇학교사정과 식품수급 상황에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경될 수 있습니다.
 ◇알레르기정보
 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) 19.잣입니다.