

2025년 3월호

<http://www.gungdong.es.kr/>

영양상담실 : ☎ 839-4586



공동영양소식

함께 배우고 함께 성장하는  
행복한 공동교육

## ★ 2025년 학교급식운영 안내

1. 학부모 부담경감 및 교육 공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해 급식비는 초등학교 급식비(식품비+운영비) 3,340원이고 기타 지원금으로 친환경농산물비(유기농 친환경쌀 포함) 350원, 우수농산물 240원으로 운영됩니다.

2. 본교는 익산에서 생산되는 **유기농 친환경쌀**을 사용하고 있으며, 그 외에 친환경농산물을 다수 사용하여 급식의 질을 높이고자 합니다.

3. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형있는 식단을 제공하며 사용하는 식재료의 원산지와 영양 및 알레르기 정보를 홈페이지에 공개하고 있습니다.

4. 식품위생 및 안전관리를 위하여 철저한 식품검수 및 위생관리시스템을 적용하고 있으며, 학부모 급식모니터링 활동을 운영할 예정입니다.

5. 환경·건강·배려(감사)의 녹색식생활을 위해 **매주 수요일은 다 먹는 날**로 운영중이오니 가정에서도 많은 관심과 지도 부탁드립니다.

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

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

## ★ 빙그릇운동(수다날)-가정에서도 함께!

버려지는 음식물쓰레기를 줄여서 처리비용을 줄이고 남은 재원은 식품비로 활용하면 좋을 듯 합니다.



## ★ 학교급식 이야기



인성교육은

학교교육 전체적인 맥락 속에서 이루어져야 하는 생활교육



학교 급식시간은

인성함양을 위한 중요한 시간

교사-학생, 학생-학생 간 일상적인 관계 속에 이루어질 때 효과적!

함께하는

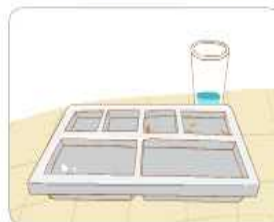
학교에서 **급식**



바른 식생활 습관 형성



나눔과 배려, 공동체 의식 함양



건강, 환경의 중요성 인식



공동생활 구성원의 자질 함양

알맞게!

제때에!

싱겁게!

즐겁게!

골고루!



# 3월 학교급식 식단 안내

3/3 	3/4 	3/5  수다날	3/6 	3/7 
대 체 공 휴 일	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경보리밥</li> <li>건새우아욱국(5.6.9)</li> <li>멸치견과류볶음(4.5.6.13.14)</li> <li>닭봉조림(5.6.13.15)</li> <li>새우튀김(5.6.9.12)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>도토리묵무침(13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>해물짜장밥(2.5.6.9.10.13.16.17)</li> <li>김치어묵국(1.5.6.9)</li> <li>단무지</li> <li>배추무침(6.13)</li> <li>피자(1.2.5.6.10.12.15.16)</li> <li>야구르트(2)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경귀리밥</li> <li>감자탕(5.6.10.13)</li> <li>새우카츠(1.5.9.13)</li> <li>고등어데리야끼구이(2.5.6.7.12.13.16)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>치즈볼(1.2.5.6.10.15.16)</li> <li>깻잎찜(5.6.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경수수밥</li> <li>오징어찌개(5.6.13.17)</li> <li>육원전(1.2.5.6.8.9.10.16.17.18)</li> <li>돈삼겹살고추장볶음(5.6.10.13)</li> <li>말기</li> <li>배추김치(9)</li> <li>야채쌈(자율)(5.6)</li> <li>모듬장아찌(5.6)</li> </ul>
3/10 	3/11 	3/12  수다날	3/13 	3/14 
<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경차조밥</li> <li>돈육김치찌개(5.6.9.10.13)</li> <li>멸치비엔나볶음(1.2.5.6.9.10.13.15.16)</li> <li>돈까스(1.2.5.6.10.12.13.16.18)</li> <li>콘솔로우샐러드(1.5.13)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>취나물볶음(5.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경통밀밥(6)</li> <li>건새우시금치된장국(5.6.9)</li> <li>등갈비바베큐소스조림(5.6.10.12.13.18)</li> <li>한우계란장조림(1.5.6.13.16)</li> <li>배추무침(6.13)</li> <li>숙주미나리무침</li> <li>방울토마토(12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>김밥볶음밥(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18)</li> <li>김치콩나물국(5.9)</li> <li>폴단무지무침</li> <li>치즈떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.15.16)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>쥬스(12.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경흑미밥</li> <li>버섯청국장찌개(5.6.9.13)</li> <li>계란말이(1.2.5.6.8.10.15.16)</li> <li>오리불고기(5.6.13.18)</li> <li>야채쌈(자율)(5.6)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>단호박죽(6.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경현미밥</li> <li>꽃게해물탕(5.6.8.9.13.17.18)</li> <li>돈육장조림(5.6.10.13)</li> <li>순살지파이(1.2.5.6.15)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>말기</li> <li>클뱅이초무침(5.6.13.17)</li> </ul>
3/17 	3/18 	3/19  수다날	3/20 	3/21 
<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경보리밥</li> <li>팬이버섯쇠고기국(1.5.6.16)</li> <li>함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16)</li> <li>두부구이(1.5.6.13)</li> <li>바나나</li> <li>참치김치볶음(5.9.13.16.18)</li> <li>도라지오이초무침(5.6.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경울무밥</li> <li>부대찌개(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16)</li> <li>단호박갈비찜(5.6.10)</li> <li>청태자반(13)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>인절미(1.2.5.6)</li> <li>쫄면무침(5.6.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>카레라이스(1.2.5.6.10.12.13.16.18)</li> <li>북어계란국(1.5)</li> <li>단무지</li> <li>배추무침(6.13)</li> <li>닭튀김(1.2.5.6.12.13.15.16.18)</li> <li>요플레(2)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경흑미밥</li> <li>쫄무늬장국(5.6)</li> <li>오리훈제, 무쌈(1.2.5.6.12.13)</li> <li>우영잡채(5.6.10.13)</li> <li>핫도그(1.2.5.6.10.12.13.16)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>참나물무침(5.6)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경통밀밥(6)</li> <li>오징어배추국(5.13.17.18)</li> <li>감자채볶음(1.2.5.6.10.15.16)</li> <li>돈육콩나물볶음(2.5.6.10.13.15.16.17.18)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>찐만두(1.5.6.10.16.18)</li> <li>달래오이무침(5.6)</li> </ul>
3/24 	3/25 	3/26  수다날	3/27 	3/28 
<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경차조밥</li> <li>우형새우시래기탕(5.6.9.13)</li> <li>간고등어찜(7)</li> <li>떡갈비야채볶음(4.5.6.10.13.15.16.18)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>부각(연근, 감자)(5.6)</li> <li>미역오이초무침(13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경현미밥</li> <li>꼬치어묵국(1.5.6.7.13.18)</li> <li>갈치감자조림(5.6.13)</li> <li>돈육짜장볶음(2.5.6.10.13)</li> <li>배추무침(6.13)</li> <li>견과류</li> <li>시금치숙갓나물</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>비빔밥(1.5.6.16)</li> <li>들깨미역국(5.6)</li> <li>오이지무침</li> <li>계란후라이(1.2.5.6.10.12.13.15.16)</li> <li>닭꼬치구이(1.5.6.13.15)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>쥬스(12.13)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경수수밥</li> <li>건새우근대국(5.6.9)</li> <li>비엔나케첩볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18)</li> <li>수육무쌈(5.6.9.10)</li> <li>배추무침(6.13)</li> <li>곤드레나물볶음(5)</li> <li>아이슈(1.2.5.6)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>친환경보리밥</li> <li>닭죽(15.18)</li> <li>유즐리멸치볶음(5.6.13)</li> <li>계란장조림(1.5.6.13.16)</li> <li>배추김치(9)</li> <li>오이우렁무침(13)</li> <li>골드키위</li> </ul>
3/31 	<p><b>영양 및 원산지 정보 안내</b> <a href="http://www.gungdong.es.kr/">http://www.gungdong.es.kr/</a>-&gt;알림방-&gt;급식게시판</p> <p>◇ 알레르기 정보</p> <p>- 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.아황산염,14.호두,15.닭고기,16.쇠고기,17.오징어,18.조개류 (굴,전복,홍합,포함),19,잣</p> <p>★ 수다날 = 수요일은 다 먹는 날!!</p> <p>◇ 위 식단은 학교사정에 의해 변경될 수 있습니다.</p>			

식재료 원산지 표시식재료 원산지 표시							
쌀(밥,죽,누룽지)	국내산 유가농쌀	닭고기/가공품	국내산/국내산	꽃게/가공품	국내산	갈치/가공품	국내산/국내산
감자류(배추)/고춧가루	국내산/국내산	오리고기/가공품	국내산/국내산	고등어/가공품	국내산/국내산	마라탕/가공품	국내산/해당없음
쇠고기(종류)/가공품	국내산(한우)/국내산	콩(두부류,콩국수,콩찌)	국내산	명태/가공품	외국산(러시아)/러시아산	낙지/가공품	외국산(베트남)/해당없음
돼지고기/가공품	국내산/국내산	오징어/가공품	국내산/국내산	참조기/가공품	국내산/국내산	양고기,납치,참돔,조피볼락,뽕장어	사용하지 않음
다량어/가공품	원양산/원양산	꾸꾸미/가공품	국내산/국내산	아귀/가공품	국내산/국내산		