



삶의 힘을 키우는 함열교육

함열교육통신

2022-218호
발행처 : 함열초등학교
문의 : 861-0225



2023년 학교급식운영 안내

1. 학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해 무상급식비는 700원 인상되어 **유치원 3,500원, 초등학교 3,700원**입니다.
2. 본교는 2018년부터 용성초등학교와 공동조리를 실시하고 있습니다.
3. 본교는 전라북도에서 생산되는 **유기농 친환경 쌀**을 사용하고 있고, **친환경 식재료비** 지원을 받아 질 높은 급식을 실시하고 있습니다.
4. 학교급식법령의 영양관리 기준을 준수하여 영양소가 골고루 함유된 균형 있는 식단을 제공하며 사용하는 식재료의 원산지과 함께 식단표 및 홈페이지에 내용을 공개하고 있습니다.
5. 학생들의 여러 가지 질환의 발생률을 예방하고자 교육부지침에 의거 나트륨 저감화와 당류 저감화를 추진하고 있습니다.
가정에서도 많은 관심 가져주시기 바랍니다.



표준염도 측정후 점차 줄여 나가기도록 노력

- 국,찌개: 염도(0.6이하)조정
- 무침: 0.45 이하
- 조림: 0.7 이하

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

7. 학생들에게 제공되는 학교급식 식단의 **알레르기 유발식품표시제**를 실시하고 있습니다.

특정식품에 대한 알레르기가 있는 학생은 식단 게시자료 및 홈페이지 자료를 미리 참고하시어 섭취 시 주의하여주시기 바랍니다.

8. 안전한 학교급식운영을 위해 급식전 손소독과 질서지도 및 방역활동 도우미지원을 통해 코로나 19등 전염병 차단을 위해 최선을 다하고 있습니다.

빈그릇운동(수다날)-가정에서 함께!

버려지는 음식물쓰레기를 줄여서 처리비용을 줄이고 남은 재원을 식품비로 활용하면 좋을 듯 합니다. 가정에서도 관심 부탁드립니다.

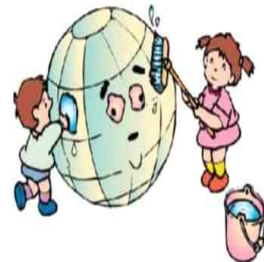
일주일에 하루

잔반 'ZERO'

함께 실천해 봅시다!



'빈그릇 운동'



1. 자신의 식사량을 미리 잘 생각합니다.
2. 먹을 만큼의 양만 받아옵니다.
3. 가져온 음식을 남기지 않고 먹습니다.
4. 쌀 한 톨도 함부로 버리지 않습니다.
5. 담임선생님께 빈그릇을 확인 합니다.

"나는 음식을 남기지 않겠습니다."



수다날

요일은 먹는



코로나19 관련 안내사항

식생활관은 수시 환기 및 소독관리 합니다.

- 식사 전 손씻기 및 손소독하기
- 식당 안에서 질서 지키며 뛰지 않고 대화 자제
- 식사장소 칸막이 한시적 운영함 (방역활동 도우미 지원)
- 식사 중 대화 자제 및 음식 나눠먹지 않기
- 남은 음식 버리기 및 음용수대 질서지키기



3월 학교급식 식단 안내



◇ 알레르기 정보- ①난류, ②우유, ③메밀, ④땅콩, ⑤대두, ⑥밀, ⑦고등어, ⑧계, ⑨새우, ⑩돼지고기, ⑪복숭아, ⑫토마토, ⑬아황산염 ⑭호두 ⑮닭고기 ⑯소고기 ⑰오징어 ⑱조개류(굴, 전복, 홍합 포함) ⑲ 잣 해당식품에 특정증상을 보이는 학생, 기타 표기 되지 않은 식품에 대해서도 알레르기 증상을 보이는 학생들은 급식 시 각별한 주의를 부탁드립니다.

★ 영양 및 원산지 정보 안내 <http://www.hamyol.es.kr> 학교사정과 식품수급에 따라 식단(식재료) 및 원산지가 변경 될수 있습니다.

			3/2	3/3
			친환경통밀밥(6.) 쇠고기미역국(5.6.9.13.16.18.) 계란부추찌(1.2.5.6.9.13.상추쌈갓절이(5.6.13.18.닭갈비(5.6.13.15.16.18.배추김치(9.13.) 하트도넛(1.2.5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 648.1/32.9/212.3/4.6	친환경현미밥 근대된장국(5.6.9.13.18.참치김치볶음(5.6.9.13.호박버섯볶음(5.6.13.18.케이준샐러드(1.2.5.6.12.13.15.18.) 갓김치(9.) 마시는요구르트(사과맛)(2.) *에너지/단백질/칼슘/철 647.4/27.1/270.7/5.4
3/6	3/7	3/8 수다날	3/9	3/10
친환경홍미밥 냉이김치된장국(5.6.9.13.18.) 견과류멸치볶음(5.6.9.13.18.돈육파프리카볶음(5.6.10.13.18.) 해물볶음우동(5.6.9.12.13.16.17.18.) 배추김치(9.13.) 말기 * 에너지/단백질/칼슘/철 616.5/30.4/258.2/5.7	친환경보리밥 감자들깨국(5.6.9.13.18.메추리알양송이조림(1.5.6.13.18.) 콩나물무침(5.) 순살어니언치킨(1.2.5.6.13.15.18.) 배추김치(9.13.) 밀감푸딩(1.5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 646.6/29.2/178.5/3.7	카레라이스(1.2.5.6.10.12.13.16.18.) 북어무국(1.5.6.9.13.18.파인&불고기피자(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 봄동배추겉절이(9.13.) 보로로요구르트(2.) 오이피클 * 에너지/단백질/칼슘/철 579.1/25.7/366.9/2.8	친환경수수밥 아귀매운탕(5.6.9.13.18.돼지갈비찜(5.6.10.13.18.청경채나물 로제떡볶이(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 배추김치(9.13.) 친환경배 * 에너지/단백질/칼슘/철 648.6/30.6/197.6/3.7	친환경흑미밥 우동국(1.2.5.6.9.13.16.18.) 도토리묵무침(5.6.13.18.닭고기감자볶음(5.6.13.15.18.) 애호박&팽이버섯(1.2.5.6.10.13.15.16.18.) 배추김치(9.13.) *에너지/단백질/칼슘/철 646.5/30.5/165.3/4
3/13	3/14	3/15 수다날	3/16	3/17
친환경현미밥 새알만두국(1.2.5.6.9.10.13.15.16.18.) 숙주미나리나물 오리주물럭(5.6.13.18.) 김구이 순살고등어데리야끼구이(5.6.7.13.) 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 649.5/29.9/143.5/3.5	친환경홍미밥 해물순두부찌개(1.5.6.9.10.13.17.) 깻잎장아찌(13.) 사각어묵볶음(1.5.6.13.16.돈까스&소스(1.2.5.6.10.12.13.16.) 배추김치(9.13.) 오렌지 * 에너지/단백질/칼슘/철 648.7/32.7/203.2/3.3	콩나물밥&간장양념장(5.6.10.13.16.) 아욱된장국(5.6.9.13.18.피자스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 무생채(9.13.) 김부각(5.6.) 엔요요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 586/27.6/469.8/3.7	친환경보리밥 돼지김치찌개(5.6.9.10.13.) 안동식점닭(5.6.8.12.13.15.18.) 고사리들깨볶음 감자채피망볶음(5.) 배추겉절이(9.13.) 친환경방울토마토(12.) * 에너지/단백질/칼슘/철 584.1/29/186.1/3.8	친환경통밀밥(6.) 건홍합미역국(5.6.9.13.16.18.) 돈육메추리알장조림(1.5.6.10.13.18.) 애기배추나물 로제스파게티(1.2.5.6.9.10.12.13.16.18.) 배추김치(9.13.) 스마일감자(5.6.) *에너지/단백질/칼슘/철 623.9/31.2/298.4/4.2
3/20	3/21	3/22 수다날	3/23	3/24
친환경차조밥 대구매운탕(5.6.9.13.18.) 굴뱅이야채초무침(5.6.13.17.) 수제함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.18.) 연두부&양념장(5.6.) 배추김치(9.13.) 구운김 * 에너지/단백질/칼슘/철 652.6/33.4/218.9/5	친환경보리밥 닭곰탕(5.6.9.13.15.) 돼지불고기(5.6.10.13.18.비엔나소시지케첩볶음(1.2.5.6.10.12.13.15.) 깻잎순나물 배추김치(9.13.) 짜먹는 요구르트(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 644.3/31.5/172.1/3.2	새우볶음밥(1.2.5.6.9.10.12.13.15.16.18.) 콩나물국(5.6.9.13.) 닭왕바비큐조림(1.2.5.6.12.13.15.18.) 상추쌈갓절이(5.6.13.18.깍두기(9.) 바나나라떼(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 577.5/26.2/258.7/2.8	친환경흑미밥 꼬지어묵국(1.5.6.9.13.16.18.) 곰치김치조림(5.6.9.13.18.) 파래김자반볶음(5.) 탕수육&소스(2.5.6.10.11.12.13.) 총각김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 639/32.3/255.1/3.9	친환경보리밥 참치김치찌개(5.6.9.10.13.) 시금치나물 치즈닭갈비(2.5.6.13.15.16.18.) 두부양념구이(5.6.13.18.갓김치(9.) 방울토마토&바나나(12.) *에너지/단백질/칼슘/철 653.8/33.8/342.6/5.2
3/27	3/28	3/29 수다날	3/30	3/31
친환경통밀밥(6.) 감자우원된장국(5.6.9.13.18.) 돼지갈비떡찜(5.6.10.13.18.) 애기배추나물 계란야채말이(1.2.5.) 배추김치(9.13.) 핫도그&케첩(1.2.5.6.10.12.16.) * 에너지/단백질/칼슘/철 622.9/29.1/286.6/4.8	친환경흑미밥 한우육개장(1.5.6.9.13.16.18.) 오징어야채초무침(5.6.13.17.) 토마토프레제(2.12.13.16.18.) 미역줄기볶음(5.6.18.) 순살후라이드치킨(1.2.5.6.12.13.15.18.) 배추김치(9.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 653.4/33.1/242.9/3.3	짜장밥(1.2.5.6.10.12.13.16.) 계란유부국(1.5.6.9.13.) 단무지 블럭치즈돈까스(1.2.5.6.10.12.16.) 배추김치(9.13.) 포도워터젤리 * 에너지/단백질/칼슘/철 632.1/27.8/257.1/3.1	친환경홍미밥 청국장찌개(5.6.9.13.16.18.) 돼지고기수육(5.6.10.13.18.) 상추&쌈장(5.6.13.18.) 삼치엇장구이(5.6.7.12.13.) 배추겉절이(9.13.) 꿀떡&바람떡(5.13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 633.2/32.3/182.3/4.7	친환경보리밥 해물꽃게탕(5.6.8.9.13.17.) 오이고추된장무침(5.6.) 당면잡채(1.5.6.8.10.13.16.18.) 돼지고기숙주볶음(5.6.10.13.18.) 배추김치(9.13.) 사과 *에너지/단백질/칼슘/철 601.6/28.8/206.1/3.6

식재료 원산지 표시

쌀(밥,죽,떡,누룽지)	국내산	돼지고기,닭고기,오리고기	국내산	배추김치:(짜개용,,반찬용(배추,고추가루)	국내산(국내산)	미꾸라지,고등어,오징어,참조기,꽃게	국내산
쇠고기	국내산(한우)	쇠고기,돼지고기,닭고기,오리고기(농산물)	국내산	콩(두부,콩국수,콩비지)	국내산(국내산)	감자-세네갈산, 명태- 러시아산, 낙지- 베트남산	어육가공품- 수입산

2023. 3. 02.

함열초등학교장