

2022년 학교급식운영 안내

1.학부모 부담경감 및 교육공공성 실현으로 전라북도 내 무상급식이 실시되고 있습니다. 올해는 무상급식비는 작년에 비해 200원 인상된 **초등학교 1식 3,400원 (유치원3,200원)**이 무상으로 지원됩니다.(식품비 85%이상)

2.친환경농산물(쌀, 잡곡포함)은 1식 **초등학교 245원, 유치원 245원**이 지원됩니다.

[학교 급식용 식재료]



- ① 쌀 및 잡곡: 김제지역 유기농 쌀, 전라북도 내 친환경잡곡
- ② 농산물 : 국내산 사용원칙, 수급이 원활하지않을경우(수입산) 친환경농산물 30%이상 사용
- ③양념류: 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 천연재료로 맛을 냅니다.
- ⑦ 김치류: HACCP 전통식품품질인증 제품 사용 (고춧가루 포함 전 재료 국내산 100%사용_

[식단 구성 및 급식 운영의 원칙]

- ▶ 전통음식 위주로 구성되며, 기호에 맞도록 조리법 개발 적용
- ▶ 바른 식습관형성을 위해 1주에 채소류, 나물반찬 주 3회 이상, 신선한 과일 주 1회 이상, 튀긴 음식 및 가공식품 주 2회 이하 제공
- ▶ 칼슘·철분과 비타민류가 풍부한 식재료 사용
- ▶ 나트륨 줄이기 실천을 위한 국물의 염도0.4~0.6%(국), 0.4~0.8%(찌개) 유지
- ▶ 당류를 줄이기 위한 간식류 제공 최소화
- ▶ 1주 1회 **[수다날]** 운영(수요일은 다 먹는 날)

“**식습관을 바꾸는 것만으로도 건강한 삶을 살 수 있습니다**”

[학교급식 운영 과정]



★우리 학교는 급식위생관리와 더불어 철저한 방역지침 준수로 안전한 학교급식을 만들고 있습니다.



- ▶ 급식종사자 1일 2회 발열 측정
- ▶ 의심증상 발현 시 작업에서 제외



- ▶ 급식종사자는 급식 전 과정에서 마스크 착용
- ▶ 철저한 손 씻기 및 위생장갑 사용



- ▶ 식판 및 식기류 매일 소독
- ▶ 작업대, 조리기구, 조리장표면 매일 소독



- ▶ 식사 장소 정기적으로 소독
- ▶ 자연환기를 통하여 감염위험을 낮춤

[가정에서 학부모님의 역할]

- ▷ 월 식단표와 영양소식지는 학생과 함께 읽어 봅니다.
- ▷ 학교급식법개정(2013.11.23.시행)에 따라 **알레르기 유발 원재료별 식별번호**가 표시된 월간식단표를 홈페이지에 게시 및 매월 가정통신문으로 발송하오니 해당 식품에 알레르기가 있는 학생들은 사전에 확인하여 섭취하지 않도록 가정에서도 지도하여 주시기 바랍니다.



3월 학교급식 식단 안내



		3/2 수다날	3/3	3/4
		짜장라이스(5.6.10.13.16.) 부추계란국(1.) 무채장아찌 순살코다리강정(4.5.6.12.13.) 배추김치(9.) 범범케익(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 609.5/27/130.8/2.8	유기농쌀현미밥 얼갈이된장국 오이달래무침 돈육불고기(10.) 해물완자전(1.2.5.6.8.9.16.17.18.) 배추김치(9.) 파인애플 * 에너지/단백질/칼슘/철 576.5/28.8/115.6/3.8	유기농쌀찰흑미밥 참치김치찌개(5.9.) 비름나물된장무침 까르보나라떡볶이(2.5.10.13.) 함박스테이크(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 깍두기(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 643/25.1/154.6/4
3/6	3/8	3/9 대통령선거일	3/10	3/11
유기농쌀혼합잡곡밥(5.) 쇠고기미역국(16.) 삼치무조림 숙주미나리무침 비엔나채소볶음(2.5.6.10.15.16.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 547.6/25.8/79.2/2.2	유기농쌀찰기장밥 콩나물국(5.) 참나물무침 오리버섯불고기 배추김치(9.) 미니슈크림파이(1.2.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 621.1/23.5/79.8/3.6		차수수밥 유부우동국(1.2.5.6.7.13.16.18.) 비타민양상추샐러드(1.2.5.6.) 토마토스파게티(1.2.5.6.10.12.13.15.16.) 수제치킨가스(1.2.5.6.12.13.15.18.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 737.2/34.2/97.2/3.4	유기농쌀보리밥 삼색수제비(1.5.6.) 메추리알안심장조림(1.10.) 두부김치전(1.5.6.9.) 총각김치(9.) 딸기 * 에너지/단백질/칼슘/철 589/28.6/146.4/4.2
3/14	3/15	3/16 수다날	3/17	3/18
유기농쌀찰울무밥 한방달걀탕(15.) 콩치김치찌개(9.) 애호박새송이볶음 깍두기(9.) 달콤포근보쌈(1.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 635.1/27.5/172.5/3	차조밥 안동찜닭(5.6.13.15.18.) 깻잎순나물 동태찌개(5.) 배추김치(9.) 방울토마토(12.) * 에너지/단백질/칼슘/철 573.4/30.9/183.2/3.2	비빔밥&약고추장(5.10.) 숙국 무말랭이무침 스틱피쉬커틀렛&타르소스(1.2.5.6.8.9.12.17.) 배추김치(9.) 탐미유배주스(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 666/26.2/202.2/10	유기농쌀보리밥 어묵국(1.5.6.) 단호박죽 도토리묵상추무침 돈육간장불고기(10.13.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 559.9/28.7/104.5/2.7	유기농쌀찰기장밥 얼큰고추장찌개(5.10.) 채소계란찜(1.2.) 훈제오리단호박볶음(5.6.13.18.) 배추김치(9.) 짜먹는요거바(2.) * 에너지/단백질/칼슘/철 648.3/28.7/86.9/3.3
3/21	3/22	3/23 수다날	3/24	3/25
유기농쌀혼합잡곡밥(5.) 조갯살순두부백탕(1.5.18.) 불어묵파프리카볶음 부들어묵파프리카볶음(1.5.6.) 수육(10.) 배추겉절이(9.13.) 양념깻잎지 * 에너지/단백질/칼슘/철 655.9/33.2/109.1/3.4	유기농쌀서리태밥(5.) 꽃게탕(8.) 돼지갈비떡찜(10.13.) 시금치나물 배추김치(9.) 미니핫도그(1.2.5.6.10.12.15.18.) * 에너지/단백질/칼슘/철 644.6/32.9/107.7/3.2	후리가게주먹밥(1.2.5.6.9.13.16.18.) 잔치국수(1.5.6.) 오이부추무침 오곡두부가스(1.2.5.6.12.13.16.18.) 배추김치(9.) 청포도에이드(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 652.1/24.9/91.9/3.7	유기농쌀현미밥 등뼈감자탕(9.10.) 한식잡채(1.5.6.10.13.18.) 자반고등어구이(7.) 깍두기(9.) 키위 * 에너지/단백질/칼슘/철 631.8/33.5/124.5/3.6	유기농쌀보리밥 한우우거지해장국(5.16.) 사과치커리무침 순살달걀비(15.) 배추김치(9.) 약과(1.5.6.) * 에너지/단백질/칼슘/철 616.4/32.3/125.1/3.1
3/28	3/29	3/30 수다날	3/31	
유기농쌀차조밥 부대찌개(1.2.5.6.9.10.15.16.) 콩나물무침(5.) 멸치건과류볶음(9.) 닭봉데리아까구이(5.6.13.15.) 깍두기(9.) 바나나 * 에너지/단백질/칼슘/철 620.3/32.8/148.1/3.1	유기농쌀혼합잡곡밥(5.) 소고기무국(16.) 우영채탕콩조림(4.) 오징어볶음&소면(5.6.17.) 배추김치(9.) 말랑말랑푸딩 * 에너지/단백질/칼슘/철 566.4/26.5/74.9/2	청국장찌개(5.9.) 브로콜리/초장 콩나물밥&양념장(5.10.) 수제맛초킹강정(1.2.5.6.10.12.13.) 총각김치(9.) 탐미유사과주스(13.) * 에너지/단백질/칼슘/철 622.7/31.9/175.6/3.7	유기농쌀찰울무밥 닭개장(15.) 취나물들깨가루무침 파전(1.6.9.13.17.) 한입떡갈비(5.6.10.15.16.18.) 배추김치(9.) * 에너지/단백질/칼슘/철 569/27/107.1/4	

◎ 영양량 및 원산지, 알레르기 정보 안내 <https://school.jbedu.kr/hg> -> 학교소식 -> 급식 게시판

◎ 위 식단은 학사일정과 시장 물가 및 식품 수급사정에 의해 유사한 식단으로 변경될 수 있습니다.

◇ 원산지안내: 쌀-김제유기농쌀, 소고기-국내산한우, 돼지고기-국내산, 닭고기-무항생제국내산, 오리고기-국내산, 배추김치(배추, 고춧가루)-국내산, 콩(두부)류/유부-수입-국내산, 고등어-국내산, 오징어-국내산, 낙지-중국산, 명태-러시아산, 꽃게-국내산, 오징어채-국내산

◇ 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